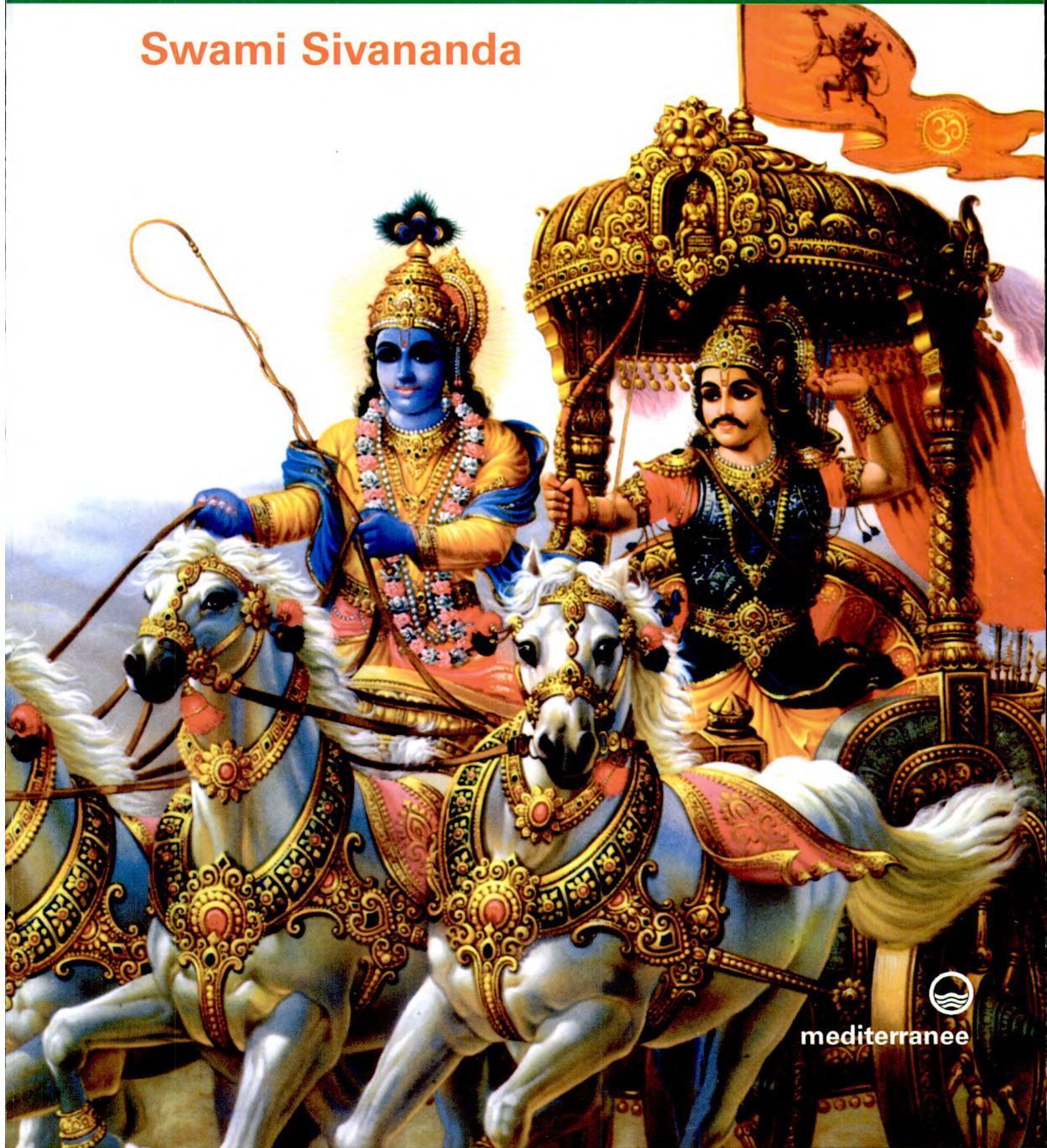


Swami Sivananda



mediterrane

LA BHAGAVAD GITA

traduzione integrale dal sanscrito
e commento

Swami Sivananda

LA BHAGAVAD GITA

Traduzione integrale dal sanscrito e commento

Traduzione dall'inglese di L. e L. Porpora

This One



8WQH-FXN-L8SX



**EDIZIONI
MEDITERRANEE**

*Le EDIZIONI MEDITERRANEE
pubblicano libri che ci aiutano nella ricerca
della nostra personale chiave di lettura
della vita e del mondo, per migliorarlo
e migliorarci.*

Richiedete il
catalogo gratuito a:
Edizioni Mediterranee srl
Via Flaminia, 109 - 00196 Roma
Tel. 06/3235433 - Fax 06/3236277
e-mail: info@ediz-mediterranee.com
www.ediz-mediterranee.com
www.edizionimediterranee.it

Finito di stampare nel mese di ottobre 2005

ISBN 88 - 272 - 1791- 6

Titolo originale dell'opera: *THE BHAGAVAD GITA* □ © Copyright 1939 by
The Divine Life Trust Society, Himalayas, India □ Per l'edizione italiana: ©
Copyright 2005 by Edizioni Mediterranee, Via Flaminia, 109 – 00196
Roma □ Printed in Italy □ S.T.A.R., Via Luigi Arati, 12 – 00151 Roma.

DEDICA

Questo lavoro è dedicato a Sua Santità Sri Pujya Swami Chidanandaji Maharaj
Presidente della Divine Life Society,
ai cui Santi Piedi lo offriamo con rispetto, devozione e amore.

I Traduttori
Assisi, settembre 2005

PREGHIERA UNIVERSALE

Oh adorabile Signore di Misericordia e Amore,
Saluti e prostrazioni a Te.
Tu sei Onnipresente, Onnipotente e Onnisciente,
Tu sei Satchidananda,
Tu sei Colui che dimora in tutti gli esseri.
Concedici un cuore comprensivo, uguale visione,
mente equilibrata, fede, devozione e saggezza.
Concedici forza spirituale interiore per resistere alle
tentazioni e controllare la mente.
Liberaci da egoismo, lussuria, cupidigia, ira, odio e gelosia.
Riempi i nostri cuori di divine virtù.
Concedici di osservarTi in tutti questi nomi e forme.
Concedici di servirTi in tutti questi nomi e forme.
Concedici di ricordarTi sempre.
Concedici di cantare sempre le Tue glorie.
Fa' che il Tuo nome sia sempre sulle nostre labbra.
Concedici di dimorare in Te per l'eternità.

Swami Sivananda

PREGHIERA A VYASA

*Namostu te vyaasavishaalabuddhe phullaaravindaa yatapatranetra;
Yena twayaa bhaaratatailpoornah prajwaalito jnaanamayah pradeepah.*

Saluti a te, Oh Vyasa, dall'ampio intelletto e con occhi grandi come i petali di un loto in fiore, da cui la lampada della Divina Conoscenza, riempita con l'olio del Mahabharata, è stata accesa!

PREGHIERA AL GURU

*Gurubrahmaa gururvishnur gururdevo maheshwarah;
Guruh saakshaat param brahma tasmai shree gurave namah.*

Guru è il creatore (Brahma); Guru è il preservatore (Vishnu); Guru è il distruttore (Maheshvara); Guru è in verità il Supremo Assoluto. A quel Guru noi ci inchiniamo.

*Dyaanamoolam gurormoortih poojaamoolam guroh padam;
Mantramoolam gurorvaakyam mokshamoolam guroh kripaa.*

La forma del Guru è la radice della meditazione; i piedi del Guru sono le radici dell'adorazione; la parola del Guru è la radice del Mantra; la Grazia dal Guru è la radice della liberazione.

PREGHIERA AL SIGNORE KRISHNA

*Krishnaaya vaasudevaaya devakeenandanaaya cha
Nandagopakumaaraaya govindaaya namo namah.*

Io m'inchino continuamente al Signore Krishna, figlio di Vasudeva, la delizia di Devaki, l'amato di Nandagopa, il protettore delle mucche.

Oh Krishna, Tu sei ora il mio dolce compagno. Tu hai per me un soffice angolo nel Tuo cuore. Insegnami ora i misteri del Tuo gioco divino e i segreti del Vedanta. Tu hai detto nella *Gita*: "Io sono l'autore del Vedanta, il conoscitore dei *Veda*". Tu sei il mio migliore maestro. Spiegami gli intricati dettagli del Vedanta. Dammi delle facili lezioni.

Gentilmente spiegami perché Sri Sukadeva, un Brahmajnani che era sempre assorbito in Brahman, insegnò il *Bhagavata* al Re Parikshit? Quali sono le differenze nelle esperienze di un Bhakta che gode dell'unione con Dio, quelle di uno Yogi che è stabilito nel più alto stato superconscio e quelle di uno Jnani fermamente stabilito in uno stato di unità con l'eterno Brahman? Qual è la reale differenza tra liberazione mentre si è in vita e la liberazione lasciando il corpo, tra lo stato trascendente e lo stato al di là di esso, tra la mortale Persona, l'immortale Persona e la Suprema Persona?

Fammi essere franco con Te, Oh Krishna, perché Tu sei quello che dimora nel mio cuore, il testimone della mia mente e il Signore del mio respiro vitale. Io non posso nascondere nulla a Te, perché Tu direttamente testimoni tutti i pensieri che emanano dalla mia mente. Io non ho paura di Te. Tu sei il mio amico ora. Trattami come Arjuna. Io canterò e danzerò, Tu puoi suonare con il tuo flauto. Gustiamo insieme zucchero candito e burro. Cantiamo insieme. Insegnami la *Gita*. Fammi ascoltare direttamente dalle Tue labbra una volta ancora.

Oh Tu essere invisibile, Oh Adorabile e Supremo Signore, Tu penetri e permei questo vasto universo dallo spazio illimitato, fin giù a questo sottile filo d'erba ai miei piedi. Tu sei la base di tutti i nomi e le forme. Tu sei la pupilla dei miei occhi, l'amore divino del mio cuore, la vita della mia vita, la vera anima della mia anima, la luce del mio intelletto e dei miei sensi, la dolce mistica musica del mio cuore e la sostanza del mio corpo fisico, mentale e causale.

Riconosco Te soltanto come il potente Governatore di questo universo e il controllore interiore dei miei tre corpi. Io mi prostro continuamente davanti a Te, Oh Mio Signore. Tu sei il mio solo rifugio. Mi affido a Te soltanto, Oh Oceano di misericordia e d'amore. Elevami, illumina mi, guidami e proteggimi. Rimuovi gli ostacoli dal mio sentiero spirituale. Rimuovi il velo dell'ignoranza.

Oh Tu Supremo Maestro del mondo, io non posso sopportare più a lungo, neanche per un secondo, le miserie di questo corpo fisico, questa vita e questa esistenza mondana. Vieni da me velocemente, Oh Prabhu. Io sto soffrendo, mi sto sciogliendo. Ascolta, ascolta, ascolta la mia fervente preghiera interiore! Non essere crudele, Oh Mio Signore. Tu sei l'amico degli afflitti. Tu sei colui che solleva gli oppressi. Tu sei colui che purifica i peccatori.

Oh magnificente Signore di amore e compassione, Oh fontana di beatitudine e conoscenza, Tu sei l'occhio dei nostri occhi, l'orecchio dei nostri orecchi, il respiro dei nostri respiri, la mente delle nostre menti, l'anima delle nostre anime. Tu sei l'osservatore non visto, l'ascoltatore non udito, il pensatore non pensato, il conoscitore sconosciuto. Ti prego liberaci dalla tentazione. Dacci luce, purezza e conoscenza.

Oh Signore del mio respiro, Oh Onnipervadente Signore dell'universo, accetta la mia umile preghiera! Guidami. Sollevami dalla melma della mondanità. Illuminami. Proteggimi. Te soltanto io adoro; Te soltanto io venero; soltanto su Te io medito; in Te soltanto io prendo rifugio.

OM SHANTI, SHANTI, SHANTI!

NOTA ALLA TRADUZIONE

La presente è la traduzione, anzi meglio, è la versione italiana della traduzione dal sanscrito in inglese e del commento della *Bhagavad Gita* di Gurudev Swami Sivananda Saraswati, fondatore e primo presidente della Divine Life Society, Rishikesh, India.

Il nostro non è un lavoro di analisi o di interpretazione, ma ha soltanto lo scopo di portare al lettore italiano la versione della *Gita* di un grande saggio e santo che con più di 300 volumi, ha spaziato in tutti i campi dello Yoga, da quello fisico fino alle più elevate vette della filosofia, e anche al di là.

Pieno d'amore e di devozione, ma allo stesso tempo estremamente pragmatico, cosa che gli deriva dalla Sadhana fatta per oltre 12 anni a Rishikesh, dove ha sperimentato su se stesso tutte le pratiche spirituali, Gurudev invoglia il lettore a mettere in pratica i suggerimenti del Signore Krishna per raggiungere l'obiettivo e la meta della vita, la realizzazione di Dio.

Abbiamo voluto portare al lettore italiano questa sua opera che ci è sembrata straordinaria per chiarezza e semplicità. Siamo rimasti volutamente aderenti allo stile di Gurudev, semplice e pieno di ripetizioni, utili a far entrare in mente il concetto espresso, anche a scapito, talvolta, della forma italiana.

Nel **commento** sono state lasciate, poste in corsivo, parole tratte dal verso sanscrito traslitterato, i cui significati consentono una migliore spiegazione e comprensione del verso stesso. Nel verso e nel **commento**, quanto viene riportato tra parentesi tonde è un chiarimento dovuto all'autore. Tra parentesi quadre è riportata un'eventuale nota del traduttore.

Sperando di essere lontani dal detto "traduttore uguale traditore", ci attribuiamo ogni manchevolezza o inesattezza che può essere presente in questa versione.

Con l'augurio che possa essere di aiuto a molti.

I Traduttori – Assisi, settembre 2005

INTRODUZIONE

La *Bhagavad Gita* è il dialogo tra il Signore Krishna e Arjuna. Esso è narrato nel Bhishma Parva del *Mahabharata*. Comprende diciotto discorsi per un totale di 700 versi sanskriti. Un considerevole volume di materiale è stato inserito in questi versi. Sul campo di battaglia di Kurukshetra, il Signore Krishna, nel corso del Suo più istruttivo e interessante colloquio con Arjuna, ha rivelato profonde, sublimi e toccanti verità spirituali, e gli ha rivelato i rari segreti dello Yoga, del Vedanta, della Bhakti e del Karma.

Tutti gli insegnamenti del Signore Krishna furono poi successivamente raccolti nel *Canto Celeste*, o *Bhagavad Gita*, da Bhagavan Vyasa per il beneficio dell'umanità. Il mondo ha un grande debito di gratitudine verso Bhagavan Vyasa che ha presentato questo *Canto Celeste* all'umanità per la guida della loro giornaliera condotta di vita, crescita spirituale e realizzazione del Sé. Coloro che sono autocontrollati e dotati di fede, possono raccogliere i totali benefici della *Gita*, che è la scienza dell'Anima.

La *Gita Jayanti* (anniversario della nascita della *Gita*) è celebrata in tutta l'India dagli ammiratori e dagli amanti di questo libro unico, l'undicesimo giorno (Ekadasi) della metà luminosa del mese di Margasirsha (dicembre), secondo l'almanacco Hindù. Quello fu il giorno in cui la scrittura fu rivelata al mondo da Sanjaya.

In tutta la letteratura mondiale non c'è libro più sublime e ispirante della *Gita*. Esso illustra con grande lucidità i principi cardinali o le basi fondamentali della religione e del Dharma Hindù. È la sorgente di tutta la saggezza; è la vostra più grande guida, il vostro insegnante supremo. È un inesauribile tesoro spirituale, una fontana di beatitudine. È un oceano di conoscenza. È pieno di grandezza e splendore divino.

La *Gita* è la crema dei *Veda*. È l'essenza delle sublimi *Upanishad*. È una scrittura universale applicabile alle persone di ogni temperamento e valida in ogni momento. È un libro meraviglioso con sublimi pensieri e pratiche istruzioni sullo Yoga, il Vedanta, la devozione e l'azione. È un magnifico libro, profondo nei pensieri e sublime nelle altezze della visione. Porta pace e consolazione alle anime che sono afflitte dai tre fuochi della mortale esistenza: le afflizioni causate dal proprio corpo, quelle prodotte dagli esseri intorno a noi e quelle provocate dalle divinità.

La *Gita* contiene il nettare divino. È la gemma, l'albero o la mucca che esaudivisce ogni desiderio. Si può ottenere ogni cosa da essa. È un libro per l'eternità. Non è un libro da due soldi, la cui vita dura quanto quella di un fungo. Può essere la nostra costante compagna di vita. È un vademecum per tutti. Pace, beatitudine, felicità, saggezza, Brahman, Nirvana e *Gita* sono tutti sinonimi.

La *Gita* è un oceano di nettare senza limiti. È l'immortale frutto celestiale dell'albero delle *Upanishad*. In questo libro unico, si trova un'imparziale esposizione della filosofia dell'azione, della devozione e della conoscenza, con una meravigliosa intrecciata sintesi di queste tre. La *Gita* è un raro e splendido fiore che espande il suo dolce aroma attraverso il mondo.

Se tutte le *Upanishad* possono rappresentare le mucche, Sri Krishna è il loro vaccaio. Arjuna è il vitello che per primo ha gustato quel latte di saggezza del Sé, estratto dal Divino Vaccaio per il beneficio dell'umanità. Questo latte è la *Bhagavad Gita*, risolve i problemi e i dubbi di Arjuna, ma anche i problemi del mondo e quelli di ogni individuo. Gloria al Signore Krishna, l'amico dei bovani di Gokula, la gioia di Devaki! Colui che beve il nettare della *Gita*, attraverso la purificazione del cuore e la regolare meditazione, raggiunge immortalità, beatitudine eterna, pace senza fine e gioia perenne. Non c'è nulla di più che può essere ottenuto al di là di questo.

Proprio come le oscure, insondate profondità dell'oceano contengono molte perle preziose, così anche la *Bhagavad Gita* contiene gemme spirituali di incalcolabile valore. Devi immergerti nelle sue profondità con un atteggiamento sincero di riverenza e fede. Solo allora sarai capace di raccogliere le sue perle spirituali e comprendere i suoi profondi e sottili insegnamenti.

La *Bhagavad Gita* è un libro unico per tutte le ere. È uno dei più autorevoli libri della religione Hindù. È l'immortale canto dell'Anima, che rivela la gloria della vita. Le istruzioni date dal Signore Krishna sono per il mondo intero. La *Gita* è il libro di base sullo Yoga per tutto il genere umano. Il linguaggio è il più semplice possibile. Anche un uomo che ha un'elementare conoscenza del Sanscrito può leggere questo libro.

Al momento presente esistono numerosi commenti sulla *Gita*. Si può scrivere un volume su ogni verso. Un uomo occupato, con un temperamento attivo, trarrà grande giovamento dal commento di Sri Bala Gangadhar Lokamanya Tilak intito-

lato *Gita Rahasya*. Uno dal temperamento devozionale sarà attratto dal commento di Sri Sridhara, e un uomo intellettuale da quello di Sri Shankara.

La *Gita* è come un oceano. Sri Shankara, Sri Ramanuja e Sri Madhava si immersero in esso, ne estrassero la loro interpretazione ed enunciarono la loro filosofia. Ogni persona può fare lo stesso, estraendo le perle più preziose della conoscenza divina e dando la propria interpretazione. Gloria alla *Gita*! Gloria al Signore della *Gita*!

Gli insegnamenti della *Gita* sono ampi, universali e sublimi. Essi non appartengono ad un certo culto, setta, credo, era o nazione. Essi sono per il popolo del mondo intero. Basati sulle *Upanishad* – l'antica saggezza dei santi e dei veggenti – la *Gita* prescrive metodi che sono alla portata di tutti. Essa ha un messaggio di consolazione, pace, libertà, salvezza e perfezione per tutti gli esseri umani.

Questa Sacra Scrittura è come il grande lago Manasarovar dove possono immergersi i monaci, i rinuncianti e gli assetati aspiranti spirituali. È l'oceano di beatitudine dove i ricercatori della Verità nuotano con gioia ed estasi. Se la pietra filosofale tocca un pezzo di ferro, anche in un solo punto, il pezzo intero è trasformato in oro. Anche così, se vivi nello spirito anche di un solo verso della *Gita*, senza dubbio sarai trasformato in divinità. Tutte le tue miserie avranno fine e raggiungerai il più alto obiettivo della vita: immortalità e pace eterna.

Lo studio della *Gita* soltanto è sufficiente per lo Swadhyaya (studio delle scritture). Troverai qui una soluzione per tutti i tuoi dubbi. Più la studi con devozione e fede, più otterrai profonda conoscenza, visione penetrante e chiaro, giusto pensiero.

La *Bhagavad Gita* è un vangelo per il mondo intero, per la totalità del genere umano. Esso fu dato più di cinquemila anni fa dal signore Krishna ad Arjuna. Nessun altro, se non il Signore stesso, poteva esporre un tale libro meraviglioso e senza precedenti che dà pace ai suoi lettori, che li aiuta e li guida nel raggiungimento della beatitudine suprema e che è sopravvissuto fino ad oggi. Questo dimostra chiaramente che Dio esiste, che Egli è la personificazione della conoscenza e che uno può raggiungere la perfezione o la liberazione solo realizzando Lui.

Il mondo intero è un unico, enorme campo di battaglia. Il vero Kurukshetra (campo dei Kuru) è dentro di te. La battaglia del Mahabharata si sta svolgendo all'interno. L'ignoranza è Dhritarashtra; l'anima individuale è Arjuna; il governatore del tuo cuore è il Signore Krishna, l'Auriga; il corpo è il carro; i sensi sono i cinque cavalli: mente, egoismo, impressioni mentali, sensi, desideri; le coppie di opposti, la lussuria, la gelosia, la cupidigia, l'orgoglio e l'ipocrisia sono i tuoi peggiori nemici.

Guida allo studio

Poiché la *Gita* contiene sottili e profondi insegnamenti, tu dovresti studiarla con un insegnante qualificato, uno che è stabilito nell'Assoluto. Solo quando studiata con grande e intensa fede, con concentrata devozione e purezza, le verità contenute in essa ti saranno rivelate come un frutto sul palmo della tua mano. Buoni commenti scritti da saggi realizzati, saranno anche per te di immenso aiuto.

Individui dalla mente mondana, per quanto intelligenti possano essere, non possono afferrare gli essenziali insegnamenti della *Gita*. Essi entrano in discussioni non necessarie e inutili dibattiti. Cavillano e trovano da ridire sugli insegnamenti. Questa gente ignorante dice: "Non c'è alcuna intima connessione tra i versi: essi sono tirati giù in una maniera disordinata. C'è una grande quantità di ripetizioni". Se studiassero il libro attentamente, con reverenza e fede, sotto la guida di un qualificato insegnante, tutti i loro dubbi svanirebbero. Essi comprenderebbero che c'è una stretta connessione tra i versi in tutti i capitoli. Le ripetizioni nella *Gita* e nelle *Upanishad* sono ripetizioni utili. Esse sono calcolate al meglio per creare una profonda e indelebile impressione sulla mente dell'aspirante. Il Signore Krishna parla da differenti livelli di coscienza. Nella *Gita* la parola "Avyaktam" qualche volta si riferisce alla Natura primordiale, e talvolta anche all'Assoluto Parabrahman. Quindi, l'aiuto di un insegnante è necessario se si vuol conoscere il giusto significato dei versi.

Nella *Kathopanishad* il termine "brick" (persona a modo) viene utilizzato per indicare gli dei.

Nell'Hata Yoga si dice: "Alla congiunzione dei fiumi Jamuna e Ganga c'è una giovane vergine". Il significato esoterico di questo è che esiste la Nadi Sushumna tra Ida e Pingala. Quindi, senza l'aiuto di un Guru non sarai capace di comprendere il corretto significato dei versi della *Gita*. Tu sarai come quell'uomo che portava un cavallo ad un altro che chiedeva "*saindava*" mentre stava pranzando. La parola "*saindava*" significa sale come anche cavallo!

Armonia nella *Gita*

L'uomo è composto di tre fondamentali fattori, precisamente: cognizione, sentimento e volontà. Ci sono tre tipi di temperamenti – l'attivo, l'emotivo e il razionale. Anche così ci sono tre tipi di Yoga – Jnana Yoga per un uomo di indagine e dal temperamento razionale, Bhakti Yoga per il temperamento emotivo e Karma Yoga per una persona di azione. Ogni Yoga è efficace come gli altri.

La *Bhagavad Gita* formula la teoria dei tre sentieri, senza creare alcun conflitto tra essi. Armonizza meravigliosamente la filosofia dell'azione, della devo-

zione e della conoscenza. Tutti e tre devono essere armoniosamente mescolati se si vuol raggiungere la perfezione. Dovresti avere la testa di Sri Shankara, il cuore del Signore Buddha e le mani di Re Janaka. I tre cavalli di questo carro corporeo, azione, emozione e intelletto, dovrebbero lavorare in perfetta armonia. Solo allora esso si muoverà senza scosse e raggiungerà la destinazione rapidamente e in sicurezza. Solo allora puoi gioire nel Sé, cantare il canto del “Soham”, essere in sintonia con l’infinito, ascoltare la voce senza suono dell’Anima e godere della dolce musica del Sé.

L’insegnamento centrale della *Gita* è il raggiungimento della finale beatitudine della vita – perfezione o libertà. Questo può essere raggiunto facendo i propri, prescritti compiti della vita. Il Signore dice ad Arjuna: “Quindi, senza attaccamento, costantemente esegui le azioni che sono i doveri, perché, eseguendo le azioni senza attaccamento, l’uomo in verità raggiunge il Supremo”.

La *Gita* è divisa in tre sezioni illustrate dai tre termini del Mahavakya del *Sama Veda: Tat Twam Asi* (Tu SeiQuello). In accordo con questa visione, i primi sei discorsi trattano del sentiero dell’azione o Karma Yoga, che è la natura del “Tu”. Questo è chiamato il Twam-pada. I successivi sei discorsi spiegano il sentiero della devozione, la natura di “Quello”. Questo è chiamato il Tat-pada. Gli ultimi sei discorsi trattano il sentiero della conoscenza, la natura del termine “Sei”. Questo è chiamato Asi-pada, che stabilisce l’identità dell’anima individuale con l’Anima Suprema.

I diciotto discorsi non sono intessuti in maniera discordante; ognuno di essi è intimamente e vitalmente connesso con il precedente.

Poiché Arjuna era diventato molto scoraggiato, le iniziali osservazioni del Signore Krishna all’inizio del secondo discorso, che trattano dell’immortalità dell’anima, gli aprono gli occhi e gli danno forza e coraggio. Arjuna poi impara la tecnica del Karma Yoga e della rinuncia ai frutti dell’azione. Egli impara i metodi per controllare i sensi e la mente, e come praticare concentrazione e meditazione. Questo è seguito da una descrizione delle varie manifestazioni del Signore per prepararlo alla visione della Forma Cosmica. Arjuna sperimenta la grandiosa Visione Cosmica e comprende la gloriosa natura di un essere liberato. Gli viene poi data la conoscenza del Campo e del Conoscitore del Campo, dei tre Gunas e del Purushottama. La sua conoscenza è poi completata con una spiegazione dei divini attributi, dei tre tipi di fede e dell’essenza dello Yoga della rinuncia.

Proprio come uno studente viene istruito all’università, Arjuna viene istruito da Krishna per il raggiungimento della conoscenza del Sé nell’università spirituale. Arjuna ha vari tipi di dubbi, il Signore Krishna glieli chiarisce uno per uno, spingendo Arjuna sulla scala dello Yoga da un gradino al successivo. Alla fine, Arjuna mette il suo piede sul gradino più alto, raggiungendo la Suprema conoscenza del

Sé ed esclamando con gioia: “Oh mio Signore, la mia illusione è stata distrutta, ho raggiunto la conoscenza tramite la Tua Grazia. Io sono fermo; tutti i miei dubbi sono ora svaniti *in toto*. Agirò in accordo alle Tue parole”.

Puoi diventare un saggio liberato annullando l'ego e le correnti di simpatie e antipatie, distruggendo brame e desideri, e le loro restanti potenzialità (Samskara) e pensieri (Sankalpa). Così, puoi risiedere nella tua essenziale natura come “Esistenza-Conoscenza-Beatitudine-Assoluta” ed essere ancora attivo negli affari del mondo. Ora non sarai più vincolato dalle tue azioni, poiché l'idea di essere agente è stata distrutta dal raggiungimento della conoscenza del Sé. Questa è la nota fondamentale della *Gita*.

Le due Vie

I veggenti delle *Upanishad* enfaticamente dichiarano che il vero uomo è l'onnipervadente, immortale Anima, che è il substrato di questo corpo, della mente e del mondo, che è dietro le cinque guaine, vale a dire la guaina alimentare, vitale, mentale, intellettuale e quella della beatitudine.

L'obiettivo della vita è conoscere o realizzare direttamente questo autoluminoso Sé, che è nascosto in questo corpo come il fuoco è nascosto nel legno o il burro nel latte. Questo Sé è il Signore Interiore o Antaryamin, l'invisibile governatore o il nascosto proprietario di questa casa, il corpo.

La vera religione è il raggiungimento di questa trascendente suprema, immortale, imperitura Essenza attraverso una costante e profonda meditazione. La vita reale è la vita nell'eterna Anima. La vera vita è l'identificazione con questa Anima suprema che esiste nel passato, presente e futuro, che non ha né inizio, né metà, né fine, che non ha né parti né arti, che non è né sottile né grossolana.

I saggi dell'antichità raggiunsero questo misterioso e meraviglioso stato attraverso l'occhio dell'intuizione o il divino terzo occhio. Essi poi spiegarono le cose di questo mondo alla luce della loro conoscenza del Sé. Questo è il metodo diretto della realizzazione del Sé.

Puoi ascendere alla sommità della collina della conoscenza del Sé attraverso la scienza, le arti, la natura, la musica, ecc. Questo è il metodo indiretto. Dall'effetto tu vai alla causa e alla fine raggiungi la Causa senza Causa o Parabrahman, la Verità che è trascendente. Gli scienziati occidentali brancolano nella totale oscurità, se il loro scopo è solo quello di inventare alcune cose per il nostro comfort o convenienza fisica. L'obiettivo della scienza è quello di scoprire l'unica ultima Verità, conoscere il substrato di atomi, molecole, elettroni, energia, moto di tutti i fenomeni fisici e mentali e delle leggi della natura per mezzo di indagine, analisi,

osservazione, investigazione e studio di queste leggi in opera. Un vero Vedantino è un reale scienziato, il suo modo di avvicinarsi alla verità è invece differente.

Lo scienziato che precedentemente aveva affermato che non c'era nulla al di là di questo mondo, ora dichiara: "Più conosco i fenomeni, più sono confuso. L'intelletto è finito e freddo. Al di là di questi fenomeni mutevoli, c'è un immutabile Noumeno. Dietro la dinamica rotazione degli elettroni, c'è uno statico immobile qualcosa, o un qualcosa al di là dell'intelletto e del mondo".

Riconciliazione dei sentieri

Nel *Vishnu Purana*, il Signore Vishnu è altamente elogiato e un posto secondario è dato al Signore Siva. Nello *Siva Purana*, il Signore Siva è immensamente lodato, mentre al Signore Vishnu viene dato un ruolo secondario. Nel *Devi Bhagavatam*, viene dato un ruolo preminente alla Madre Divina rispetto al Signore Siva e al Signore Vishnu. Tutto questo è fatto per creare nell'aspirante un'intensa e incrollabile fede nella sua favorita divinità. Tutte le Divinità sono uno; Esse sono differenti aspetti del Signore. È semplicemente assurdo credere che Siva è inferiore a Vishnu o viceversa.

Nella stessa maniera, in un punto della *Gita*, il Signore Krishna loda il Karma Yoga: "Lo Yoga dell'azione è superiore della rinuncia all'azione" (V. 2). In un altro punto Egli loda il Raja Yoga: "Lo Yogi è considerato essere superiore agli asceti, e anche superiore agli uomini di conoscenza; egli è anche superiore agli uomini d'azione. Quindi, sii tu uno Yogi, Oh Arjuna!" (VI. 46). In un altro punto ancora il Signore fa le lodi del Bhakti Yoga: "Il più alto Purusha, Oh Arjuna, è raggiungibile con un'incrollabile devozione a Lui soltanto, dentro cui tutti gli esseri dimorano e da cui tutto questo è pervaso" (VIII. 22). In un altro punto Egli loda lo Jnana Yoga: "Veramente nobili sono tutti questi; ma Io considero l'uomo saggio come il Mio vero Sé; perché, con mente ferma, egli si è stabilito in Me soltanto, come l'obiettivo più alto (VII.18).

Un principiante è confuso quando incontra questi apparentemente contraddittori versi. Ma se tu pensi profondamente, non c'è spazio per alcuna confusione. Il Signore Krishna loda ogni Yoga per creare interesse nell'aspirante sul suo particolare sentiero. La *Gita* è un libro per le persone di tutto il mondo. Non è stata destinata solo ad Arjuna. Ogni Yoga è efficace come gli altri.

Essenza della *Gita*

La *Gita* continuamente enfatizza il fatto che uno dovrebbe coltivare un atteggiamento di non attaccamento o di distacco. Essa ripetutamente sollecita che uno dovrebbe vivere in questo mondo come la foglia di loto bagnata dall'acqua. "Colui che esegue tutte le azioni, offrendole a Brahman e abbandonando l'attaccamento, non è macchiato dal peccato come la foglia di loto dall'acqua" (V. 10).

L'attaccamento è causato dall'infatuazione; esso deriva dalla qualità di Rajas. Il distacco invece nasce da Sattwa. Il primo è un attributo demoniaco, l'ultimo invece è divino. L'attaccamento nasce dall'ignoranza, dall'egoismo e dalla passione, e porta con sé la morte; il distacco è saggezza e porta con sé la libertà. La pratica del distacco è una disciplina rigorosa, tu puoi inciampare come un bambino che sta cercando di imparare a camminare, ma ti dovrai rialzare sempre con un cuore allegro. I fallimenti non sono ostacoli insormontabili ma gradini per il successo.

Cerca di dimorare sempre nel tuo proprio Sé. Risiedi nel tuo centro. Pensa al Sé costantemente. Allora tutti gli attaccamenti automaticamente moriranno. L'attaccamento a Dio è un potente antidoto per distruggere tutti gli attaccamenti mondani. Colui che non ha attaccamenti può realmente amare gli altri, perché il suo amore è puro e divino. "Quindi senza attaccamento esegui sempre le azioni che dovrebbero essere fatte; perché, eseguendo le azioni senza attaccamento l'uomo raggiunge il Supremo" (III. 19).

I discorsi XIII, XIV e XV trattano dello Jnana Yoga. Colui che ha la conoscenza della Natura e di Dio, delle tre qualità o Guna, delle loro operazioni e del meraviglioso albero di Maya, può trascendere la Natura e i Guna, può sradicare l'albero dalle profonde radici con la scure del distacco, e raggiungere la diretta realizzazione del Sé, che lo libera dai cicli di nascita e morte.

Il discorso XV eleva veramente l'anima. Contiene l'essenza del Vedanta. Colui che comprende correttamente questo discorso, rapidamente raggiungerà la liberazione. Impara a memoria i venti versi di questo discorso e ripetili prima di prendere il tuo cibo. Tutti i Sannyasi li ripetono prima di prendere il cibo.

Anche il discorso XVIII dovrebbe essere studiato continuamente. Esso contiene la quintessenza dell'intero insegnamento della *Gita*. È la cima della magnifica collina della conoscenza della *Gita*. È il gioiello più importante in questa collana d'instimabile valore, in esso vi è condensata la sostanza degli insegnamenti dei precedenti diciassette discorsi.

I versi salienti della *Gita*

La filosofia della *Gita* comincia dal verso II. 11.

Il verso più importante della *Gita*: XVIII. 66 dice: “Abbandonando tutti i compiti, prendi rifugio in Me soltanto; Io ti libererò da tutti i peccati; non temere”. Arjuna aveva detto al verso II. 7 al Signore Krishna: “Il mio cuore è sopraffatto dalla pietà; la mia mente è confusa su cosa fare. Io Ti chiedo: dimmi conclusivamente quello che è buono per me. Io sono il Tuo discepolo; istruiscimi perché ho preso rifugio in Te” – II. 7. Il Signore dà la Sua risposta ad Arjuna nel verso XVIII. 66. L'essenza dell'intera *Gita* è contenuta nei versi XVIII. 65-66.

Il verso 66 del discorso XVIII contiene l'essenza dei nove modi di devozione. Qui è illustrata la Sadhana per il perfetto controllo del pensiero. Fissando la mente sul Signore, tutti i pensieri mondani muoiono da soli. Il Bhakti Yoga può difficilmente essere separato dal Raja Yoga. C'è sempre una mescolanza tra questi due Yoga. Patanjali Maharshi afferma che il Samadhi può essere raggiunto attraverso la devozione al Signore, che non è altro che l'abbandonarsi totalmente al Signore. L'abbandono totale di se stesso è un elemento importante nel Kriya Yoga e nel Niyama del Raja Yoga.

È difficile dire dove il Bhakti Yoga finisce e dove il Raja Yoga comincia. Il Raja Yoga è il completamento del Bhakti Yoga. Non c'è alcuna chiara e sicura regola o marcata linea di demarcazione tra i due. Un Raja Yogi è anche un Bhakta; un devoto è anche un Raja Yogi. La differenza è solo nel nome. Il Signore Krishna dà la sua parola di assicurazione ad Arjuna per incoraggiarlo in quanto egli è in uno stato mentale di scoraggiamento e confusione. Il Signore dice: “Tu anche verrai a Me. Io ti do la Mia parola, perché tu sei caro a Me”. Chi pratica queste vitali istruzioni, sarà capace di effettuare un abbandono senza riserve e senza condizioni.

Il verso 66 del discorso XVIII contiene l'essenza dell'abbandono al Signore. Un Vedantino spiegherà questo verso così: “Rigetla la nozione che tu sei un'anima individuale. Allora raggiungerai la liberazione. Diventerai un saggio liberato mentre vivi”. Un insegnante della Bhakti interpreterà il verso in questo modo: “Abbandona i frutti di tutte le azioni e le azioni stesse ai Piedi del Signore. Il Signore ti darà la liberazione”.

La parola “Dharma” qui non può significare il Dharma dei sensi, perché anche un saggio liberato vede, ascolta, gusta e così via. Ma egli è fermo come un testimone, non identifica se stesso con le azioni dei sensi.

Non è necessario studiare molti libri sullo Yoga e sul Vedanta. Se puoi vivere nello spirito di questi due versi soltanto, raggiungerai il *summum bonum* dell'esistenza – immortalità, beatitudine eterna e conoscenza del Sé.

Lavora senza egoismo, senza l'attesa dei frutti delle azioni. Abbandona le azioni e i loro frutti come un'offerta al Signore. Rendi divina la tua vita fondendo la mente e l'ego nel Signore; spiritualizzala dedicando la tua mente e l'intelletto al Signore. Fissa la mente sul Signore; sii devoto a Lui. Preoccupati del benessere di tutti gli esseri. Sacrifica ogni cosa al Signore. Allora tu entrerai nel Suo Essere. Questa è l'unica nota risonante attraverso tutta la *Gita*.

Nei versi seguenti vengono date le Sadhana per i vari Yoga:

Karma Yoga: II. 48; IV. 20-22 e 24.

Bhakti Yoga: IX. 27 e 34; XII. 8; XVIII. 52-54.

Japa Yoga: VIII. 14.

Abhyasa Yoga: XII. 9.

Hata Yoga: VIII. 10 e 12.

Raja Yoga: VI. 25-26.

Jnana Yoga: III. 28; V. 8-9.

In difesa

Alcune persone studiano la *Gita* per trovare degli espedienti e criticare gli insegnamenti contenuti in essa. Gli insegnamenti della *Gita* possono essere capiti solo se ci si avvicina ad essa con un atteggiamento mentale di riverenza e con intensa fede.

Recentemente qualcuno scrisse una critica su un giornale: "La *Gita* non è per nulla un libro sacro. Essa insegna la violenza. Il Signore Krishna chiese ad Arjuna di uccidere anche i suoi cari parenti e precettori". È chiaro che questo critico non aveva ovviamente una vera conoscenza e comprensione della *Gita*. Egli è come Virochana che ricevette istruzioni spirituali da Prajapati e considerò il corpo come il Sé a causa del suo intelletto perverso. Egli era evidentemente un seguace della filosofia della carne. Egli non può comprendere le profondità della filosofia della *Gita* perché la sua mente è indurita e impenetrabile alla ricezione delle sue verità. Aveva letto la *Gita* non per ricavarne una conoscenza spirituale, ma per attaccarla.

La risposta al suo criticismo sta nella giusta comprensione dei seguenti versi: "Colui che considera il Sé essere il distruttore e chi pensa che Egli viene distrutto, nessuno di questi conosce. Egli non distrugge né è distrutto". (II. 19); "Quindi, risollevati e ottieni fama. Conquista i nemici e gioisci di un regno senza rivali! In verità essi sono stati già sconfitti da Me; sii tu un semplice strumento, Oh Arjuna". (XI. 33); "Colui che è libero da egoistiche nozioni, il cui intelletto non è mac-

chiato (da bene e male), sebbene egli uccida questa gente, egli non uccide, né è vincolato (dall'azione)" (XVIII. 17).

Proprio come un colore risalta più chiaramente solo quando la materia originale è completamente bianca, così anche le istruzioni di un saggio penetrano e si fissano stabilmente solo nei cuori di quegli aspiranti la cui mente è calma, che non hanno alcun desiderio per i godimenti e le cui impurità sono state distrutte. Per questa ragione un aspirante dovrebbe possedere le qualificazioni di discriminazione, distacco, controllo della mente, controllo dei sensi e avversione alle attrazioni mondane, prima che egli possa praticare la triplice Sadhana di ascolto delle scritture, riflessione su di esse e meditazione sul loro significato. Disciplina e purificazione della mente e dei sensi sono i prerequisiti per gli aspiranti sul sentiero della realizzazione di Dio.

Anche quando viene spiegata la Natura di Dio, coloro che non si sono purificati delle loro impurità ed errori non la comprenderebbero o la comprenderebbero in modo errato, questo, infatti, fu il caso che avvenne tra Indra e Virochana. Quindi, la conoscenza fornita splende soltanto in colui che ha purificato se stesso con le austerità, eseguite sia in questa sia in precedenti nascite.

Le *Upanishad* dicono: "A quell'uomo dall'anima elevata, la cui devozione al suo precettore è grande come quella che ha verso il Signore, i segreti qui spiegati diventano illuminati".

Alcune persone catturano pesci nel fiume Gange per soddisfare il loro palato. Poi essi citano la *Gita* in supporto alle loro azioni malvagie: "Le armi non possono ferirLo, il fuoco non può bruciarLo, l'acqua non può bagnarlo, il vento non può asciugarLo" (II. 23). Meravigliosa filosofia davvero! I demoni possono anche citare le scritture. Queste persone sono i seguaci della scuola di Virochana; essi sono dei malvagi, illusi dal più vile tra gli uomini. Essi non possono sperare di comprendere gli insegnamenti della *Gita*, poiché la loro saggezza è stata distrutta dall'illusione ed essi hanno acquistato la natura dei demoni. Possa il Signore concedere loro un puro e sottile intelletto, forza spirituale interiore e giusta comprensione per capire gli insegnamenti della *Gita* nella loro vera luce e vivere nel loro spirito!

Alcune persone ignoranti dicono: "Il Signore Krishna non era Dio. Egli non era un Avatar, un'Incarnazione. Egli era un sensuale vaccaio che giocava con le Gopi pieno di passione".

Quale era l'età del Signore Krishna a quel tempo? Non era forse un ragazzo di sette anni? Ci poteva essere un'ombra di passione in Lui? Chi può comprendere il segreto del Rasa-Lila e del Madhurya Bhava – il culmine del più alto stato di devozione, il totale abbandono al Signore? Erano soltanto Narada, Sukadeva, Chai-

tanya, Mira, Ramananda, Hafiz e le Gopi che potevano comprendere il segreto del Rasa-Lila. Solo le Gopi erano qualificate per questo divino gioco.

Non fece Egli miracoli quando era un ragazzo? Non mostrò che era un Avatara del Signore Hari? Non mostrò la Sua Forma Cosmica a Sua madre quando era solo un bambino? Non dominò il serpente Kaliya, stando sulla sua testa? Non moltiplicò Se stesso in innumerevoli Krishna per la soddisfazione delle Gopi? Chi erano le Gopi? Non erano forse esseri inebriati di Dio che vedevano Krishna dappertutto, anche in loro stessi? Il semplice suono del Suo flauto le trasportava in uno stato di estasi o santa comunione. Esse erano al di sopra della coscienza corporea.

Ascoltate ora il destino di queste persone che cavillano e trovano da ridire sul Signore: “Gli stolti pensano di Me, l’Immanifesto, come se avessi manifestazione, non conoscendo la Mia più alta, immutabile e straordinaria forma” (VII. 24); “Gli sciocchi disprezzano Me, rivestito di forma umana, non conoscendo il Mio più alto Essere come il Grande Signore di tutte le creature”; “Vuoti di speranze, pieni di vane azioni e di vane conoscenze e insensati, essi veramente sono posseduti dalla ingannevole natura degli esseri crudeli e dei demoni” (IX. 11-12); “Questi esseri crudeli – i peggiori tra gli uomini nel mondo – Io getto, questi malvagi, soltanto nei ventri dei demoni”; “Entrando in ventri demoniaci e illusi, nascita dopo nascita non giungendo a Me, essi così cadono, Oh Arjuna, in condizioni ancora più basse di questa” (XVI. 19-20).

Alcune insensate persone cominciano a coltivare dei dubbi e dicono: “Come può la *Gita* essere stata insegnata ad Arjuna sul campo di battaglia in un così breve tempo? Non era possibile”. Ma dubitare è sbagliato; questa fu tutta una rivelazione ad Arjuna. Il Signore Krishna diede ad Arjuna il divino occhio dell’intuizione. L’Onnisciente, Onnipotente Signore può fare tutto. La Sua Grazia può rendere il muto eloquente e lo storpio uno scalatore di montagne.

Soluzioni per versi in conflitto

Un critico dice: “Nella *Gita*, verso III. 33, è detto: ‘Anche un uomo saggio agisce in accordo con la sua propria natura; gli esseri seguono la loro natura; cosa può fare l’autocontrollo?’ Allora quale è l’utilità del nostro sforzo di controllare i nostri sensi e la mente quando la nostra natura è così irresistibile e potente? Come può la nostra Sadhana superarla?”.

Proprio nel verso successivo il Signore Krishna chiaramente ci suggerisce di controllare simpatie e antipatie. La nostra natura può essere dominata dalla Sadhana. Quando studi la *Gita*, non dovrete limitarti solamente al significato di un verso, ma vedere le sue connessioni con i versi precedenti e successivi dello

stesso discorso, come anche con quelli di altri discorsi. Si devono fare frequentemente delle referenze incrociate prima di ottenere la giusta risposta.

Coloro che disprezzano il comandamento del Signore: “Rinunciando a tutte le azioni in Me, con la mente centrata nel Sé, libero da speranza ed egoismo e dalla febbre mentale, combatti” (III. 30), coloro che siedono quietamente, rinunciando a fare i loro doveri, non deriveranno alcun beneficio da tale rinuncia. Se il potere di Maya è invincibile anche per l'uomo saggio, allora quanto più difficile sarà per l'uomo mondano conquistarlo? Nel loro caso, la rinuncia alle azioni, senza il raggiungimento della conoscenza, non sarà cosa desiderabile. Essi saranno presi nella morsa di Maya. Di quale vantaggio sarà il loro sforzo nel controllare i sensi, o cosa potrà fare l'autocontrollo nel loro caso? Questi uomini mondani non possono sfuggire ai vincoli di simpatia e antipatia.

Anche le rimanenti buone tendenze negli uomini saggi, lavorano in accordo con le qualità della loro natura, cioè [i Guna] Sattwa, Rajas e Tamas. Anche i saggi sono influenzati dai Guna quando non sono nello stato di Samadhi. Ma essi non hanno attaccamenti al corpo né ad altri oggetti di godimento, quindi non sono influenzati mentalmente. Sono sempre autosoddisfatti, contenti e sereni. Non bramano gli oggetti non conquistati, né piangono per quelli perduti.

Un altro obiettore dice: “Nella *Gita*, XVIII. 61, il Signore Krishna dice: ‘Il Signore dimora nel cuore di tutti gli esseri, Oh Arjuna, facendo che tutti gli esseri, tramite il suo potere di illusione, girino come se fossero montati su una ruota’, è l'uomo allora un perfetto schiavo? È forse come un filo d'erba trascinato qua e là? È dunque senza alcuna libera volontà per agire?”.

Il Signore Krishna fa del Suo meglio per persuadere Arjuna ad eseguire i suoi compiti. Vuole che Arjuna agisca. Così Egli parla della totale debolezza di Arjuna. Nel verso VI. 5 il Signore Krishna parla del giusto sforzo: “Che un uomo sollevi se stesso con il suo proprio Sé soltanto, che egli non diminuisca se stesso; perché questo sé è l'amico del proprio Sé, e questo sé soltanto è anche il nemico del proprio Sé”.

Essendo sotto le fluttuazioni della propria natura, i compiti naturali non possono mai essere trascurati. In ogni caso i propri doveri non dovrebbero essere ignorati. Il Signore, il Governatore interiore, è il Direttore dell'anima individuale. Fino a quando non si è liberi dall'ignoranza, uno è legato ai propri doveri. Il compito di Arjuna, come uno Kshatriya, era quello di combattere; e il Signore Krishna voleva che egli facesse proprio questo. Il Signore dice anche che “il proprio dovere è una cosa buona”.

Ancora un altro critico dice: “Nel verso XV. 7, il Signore dice: ‘Una parte eterna di Me stesso, essendo diventata un'anima vivente in questo mondo di vita, attira a se stessa i cinque sensi, con la mente come sesto, dimorando nella natura’. È

completamente chiaro che l'anima individuale è una parte di Brahman, l'Assoluto. Come possiamo affermare che è identica a Brahman? La dottrina dell'Advaita è quindi sbagliata".

Nel verso VII. 17, il Signore dice: "Di loro, il saggio, sempre stabile e devoto all'Uno, eccelle; perché Io sono veramente caro al saggio ed egli è caro a Me". Qui il Signore parla di identità. La dottrina del non dualismo è completamente corretta. Il non dualismo è la più alta realizzazione.

Il Signore dà delle istruzioni in accordo alla qualificazione dell'aspirante. La filosofia dell'Advaita (non-dualità) può essere compresa solo da pochissimi. Così Egli parla di altre dottrine filosofiche in punti diversi della *Gita* per adattarsi a differenti tipi di aspiranti. Dal punto di vista dell'Assoluto, non c'è né anima individuale, né realizzazione del Sé, solo Brahman esiste. Dualismo, monismo qualificato e puro monismo sono gradini differenti sulla scala della realizzazione. La verità è che l'anima individuale e Brahman sono una cosa sola in essenza. Tutte queste scuole, alla fine, raggiungono l'obiettivo advaitico dell'unità. Comprendi questi insegnamenti nella loro giusta luce.

Epilogo

L'India è tenuta in grande stima dagli occidentali proprio per la *Gita*. Gandhiji una volta, visitando una delle più grandi biblioteche di Londra e chiedendo al bibliotecario quale libro fosse più frequentemente consultato, ebbe come risposta che questo era la *Gita*. La *Gita* è molto conosciuta in tutto il mondo. Tutti gli aspiranti dovrebbero cercare di imparare tutti i diciotto discorsi a memoria. Questo si può ottenere con uno studio quotidiano in un periodo di circa due anni, imparando due versi al giorno.

Lo studio della *Gita* dovrebbe essere reso obbligatorio in tutte le scuole e le università in India; anzi in tutto il mondo. Essa dovrebbe diventare un libro di testo per studenti di scuole e università. Essa dovrebbe trovare un posto molto importante in ogni schema di educazione. Solo quel sistema di educazione, dove l'insegnamento morale e spirituale viene impartito insieme con la conoscenza secolare, può essere considerato valido, pratico, consapevole e perfetto.

Solleva la lucente torcia della fede. Sventola alto l'unico stendardo della pace. Indossa il magnifico scudo del distacco. Copriti con le meravigliose armi della discriminazione. Canta l'immortale canzone di *Soham, Shivoham Radheshyam o Sitaram*. Marcia eroicamente con la banda del Pranava (OM). Soffia nella conchiglia del coraggio. Uccidi i nemici dell'ignoranza e dell'egoismo ed entra nell'Infinito Regno di Dio.

Le mie silenti adorazioni al Signore Ganesh, al Signore Subramanya, al Signore Rama, a Sita Devi, Sri Saraswathi, Sri Bhagavan Vyasa, Sri Shankara e tutti i Brahma Vidya Gurus e commentatori della *Gita*, attraverso la cui grazia e benedizioni soltanto, ho potuto scrivere questo commento! Possano le loro benedizioni scendere su voi tutti!

Gloria, gloria alla *Gita*! Gloria al Signore Krishna che ha donato la *Gita* agli uomini di questo mondo per raggiungere la liberazione! Possano le Sue benedizioni essere su voi tutti! Possa la *Gita* essere il vostro centro, ideale e obiettivo!

Benedetto è l'uomo che studia la *Gita* giornalmente! Due volte benedetto è chi vive nello spirito della *Gita*! Tre volte benedetto è chi ha realizzato la conoscenza della *Gita* o raggiunto la conoscenza del Sé!

HARI OM TAT SAT

OM SHANTI, SHANTI, SHANTI!

Swami Sivananda
4 Luglio 1942

IL CUORE DELLA BHAGAVAD GITA

La *Gita* è il vero divino Kalpataru (albero che esaudisce i desideri) o colui che concede ogni cosa ad ognuno secondo le proprie particolari esigenze. È precisamente per questa ragione che, anche se è solo un piccolo libro di settecento versi, una semplice esposizione facente parte di un più grande poema epico, il *Mahabharata*, tuttavia gli è stato dato un posto unico tra i nostri capolavori – uno della grande Triade, nel campo della filosofia.

Sono stati scritti innumerevoli commenti sulla *Gita*; qualunque sia l'interpretazione data ai suoi insegnamenti, tutti concordano che la *Gita* contiene la vera crema del messaggio dei *Veda* e che la *Gita* è preminentemente pratica. La vera essenza e la vera struttura letteraria della *Gita* sono tali che una volta che la scrittura è recitata o ascoltata, le parole si imprimono nella mente per ispirarci per sempre.

Senza spaziare sui vari sentieri Yoga descritti nella *Gita* dovremo semplicemente sforzarci di scoprire il nucleo centrale della *Bhagavad Gita*, il cuore della *Gita*.

Questa meravigliosa scrittura che getta un fascio di luce sui problemi giornalieri che l'uomo incontra in questo mondo ci ricorda che il nostro più grande amico e il nostro peggior nemico sono dentro di noi. La mente quando è unita con il più elevato sé è nostra amica; quando è unita con il sé inferiore, pieno di brame e desideri per gli oggetti dei sensi, è la nostra nemica. Talvolta la mente è unita con la natura più elevata e l'uomo sente che è un vero Dio, mentre quando è unita con la natura inferiore, sente che è un demone. Quello che è ancora peggio, spesso gli stimoli verso l'alto e verso il basso operano nello stesso tempo e l'uomo è perplesso e si meraviglia se egli è un Dio o un demone.

La *Gita* dichiara: "Con l'aiuto della stessa mente, la mente deve essere purificata". Con l'aiuto di una parte della mente, l'altra parte deve essere controllata. Con l'aiuto di quella parte della mente che è in unione con il più alto sé, la parte che è

associata con i sensi e i loro oggetti dovrebbe essere controllata e purificata. A questo punto Arjuna pone una domanda molto interessante. “La mente che è impetuosa come il vento, è difficile da controllare. Sembra più facile controllare il vento che dominare la mente. Come questo può essere fatto allora?”.

Nella Sua risposta a questa domanda il Signore Krishna si rivela come un vero realista. Egli non fa della filosofia su questo, dicendo che è una domanda sciocca che Arjuna non avrebbe dovuto fare. Il Signore è d'accordo che la mente è difficile da controllare, è difficile ma non impossibile. È possibile controllarla tramite *Abhyasa* (pratica) e *Vairagya* (distacco). Queste sono due parole che ogni aspirante dovrebbe sempre sforzarsi di ricordare.

Abhyasa e *Vairagya* non sono due cose separate, si completano e si rafforzano l'una con l'altra. Sono il dritto e il rovescio della stessa medaglia. Senza una costante pratica, il distacco sarà vano; senza distacco, la pratica non sarà possibile. Cos'è che impedisce un sostenuto sforzo dell'aspirante verso la realizzazione del Sé? È la mancanza di distacco!

Venendo all'applicazione dello Yoga, la *Gita* ci dà delle meravigliose lezioni sulla parte pratica della *Sadhana*. Leggete il XIV e il XVI capitolo della *Gita*. Il XVI capitolo ci dà una lista delle virtù che uno dovrebbe sviluppare e dei vizi che si dovrebbero sradicare. Il XIV capitolo è veramente una triplice carta che mostra quali pensieri si dovrebbero considerare, che tipi di carità e di austerità si dovrebbero eseguire, che tipo di cibo uno dovrebbe prendere, ecc.

Cos'è che fa correre la mente verso gli oggetti dei sensi? Sono le qualità di *Rajas* e *Tamas*; aumentando *Sattwa* nella mente, questa tendenza verso il basso sarà arrestata. Cos'è che fa fluire la mente verso gli oggetti dei sensi? Sono le qualità di *Rajas* e *Tamas*. Incrementando *Sattwa* nella mente questa tendenza verso il basso sarà arrestata. La *Gita* ci dà le istruzioni più dettagliate per aumentare *Sattwa*. *Sattwa* sostiene *Vairagya* e *Vairagya* sostiene *Abhyasa*. Allora è solo una questione di tempo perché l'obiettivo sia raggiunto. Una volta che l'obiettivo è raggiunto, non c'è più ritorno a questo *Samsara* pieno di dolore e di morte. Anche se ritorniamo, ritorneremo non come anime schiave soggette alle miserie del *Samsara*, ma come anime divine venute qui per lavorare per il bene dell'umanità.

Swami Chidananda
Presidente della Divine Life Society

GITA MAHATMYA

LA GLORIA DELLA GITA
(da leggersi alla fine dello studio giornaliero della *Gita*)

Sri Ganessaaya Namah!
Sri Gopaalakrishnaaya Namah!

La Madre Terra disse:

1. Oh Bhagavan, Supremo Signore, come può un'intrepida devozione sorgere in colui che è immerso nel suo Prarabdha Karma (vita mondana), Oh Signore?

Il Signore Vishnu disse:

2. Sebbene impegnato nell'esecuzione dei doveri sociali, uno che è regolare nello studio della Gita diventa libero. Egli è un uomo felice in questo mondo, non è legato dal Karma.

3. Proprio come l'acqua non macchia la foglia del loto, allo stesso modo i peccati non macchiano colui che è regolare nella recitazione della Gita.

4. Tutti i sacri centri di pellegrinaggio, come Prayag e altri luoghi, si trovano là dove la Gita è conservata e dove la Gita è letta.

5. Tutti gli dei, saggi, divini serpenti, Yogi, Gopalas, Gopikas (amici e devoti del Signore Krishna), Narada, Uddhava e gli altri (dimorano lì).

6. *L'aiuto arriva rapidamente dove la Gita è recitata e, Oh Terra, Io dimoro sempre dove essa è letta, ascoltata, insegnata e contemplata.*

7. *Io prendo rifugio nella Gita, e la Gita è la Mia dimora migliore. Io proteggo i tre mondi con la conoscenza della Gita.*

8. *La Gita è la Mia scienza più elevata, che è senza dubbio della forma di Brahman, l'Eterno, l'Ardamatra (del Pranava OM), l'ineffabile splendore del Sé.*

9. *Fu rivelata dal Beato Signore Krishna, colui che conosce tutto, dalla Sua propria bocca, ad Arjuna. Contiene l'essenza dei Veda, la conoscenza della Realtà. È piena di suprema beatitudine.*

10. *Colui che recita giornalmente i diciotto capitoli della Gita, con una mente pura e calma, conquista la perfezione nella conoscenza e raggiunge lo stato più alto o la meta suprema.*

11. *Se una completa lettura non è possibile, anche se ne viene letta solo metà, egli ottiene il beneficio di aver dato in dono una mucca. Non c'è alcun dubbio su questo.*

12. *Colui che ne recita la terza parte ottiene il merito di un bagno nel sacro Gange; e chi ne recita un sesto ottiene il merito dell'esecuzione di un sacrificio Soma (un rituale).*

13. *Quella persona che legge un discorso con grande devozione raggiunge il mondo di Rudra e, essendo diventato un Gana (attendente del Signore Siva), vive lì per molti anni.*

14. *Se uno legge un discorso o anche una parte di un verso giornalmente, egli, Oh Terra, mantiene un corpo umano fino alla fine di un Manvantara (71 Mahayugas o 308.448.000 anni).*

15-16. *Colui che ripete dieci, sette, cinque, tre, due versi o anche metà di esso, raggiunge le regioni della luna e vive lì per 10.000 anni. Abituato allo studio giornaliero della Gita, un moribondo ritorna in vita di nuovo come essere umano.*

17. *Con il ripetuto studio della Gita, egli raggiunge la liberazione. Ripetendo "Gita" al momento della morte, si ottiene la liberazione.*

18. *Sebbene pieno di peccati, uno che è sempre intento ad ascoltare il significato della Gita, va nel regno di Dio e gioisce col Signore Vishnu.*

19. *Colui che medita sul significato della Gita, avendo eseguito molte buone azioni, raggiunge dopo la morte il supremo obiettivo. Un tale uomo dovrebbe essere considerato un Jivanmukta (un liberato in vita).*

20. *In questo mondo, prendendo rifugio nella Gita, molti re come Janaka e altri hanno raggiunto lo stato o l'obiettivo più alto, purificati di tutti i peccati.*

21. *Colui che manca di leggere questa "Gloria della Gita" (la Gita Mahatmya), dopo aver letto la Gita, perde in tal modo tutti i benefici, e lo sforzo soltanto rimane.*

Commento: Questo è per provare e confermare la fede del lettore nella *Gita*, che non è un semplice libro, ma la parola di Dio e dovrebbe quindi essere studiato con grande fede e devozione. La *Mahatmya* genera questa devozione nel proprio cuore.

22. *Uno che studia la Gita, insieme con la "Gloria della Gita" ottiene i frutti ricordati precedentemente e raggiunge lo stato che è altrimenti molto difficile da conquistare.*

Suta disse:

23. *Questa grandezza o "Gloria della Gita", che è eterna, come da me narrata, dovrebbe essere letta alla fine dello studio della Gita, e così i frutti qui menzionati saranno ottenuti.*

Così finisce la "Gloria della *Gita*" contenuta nel *Varaha Purana*.

OM SHANTI, SHANTI, SHANTI!

GITA DHYANAM

(Meditazione sulla Gita)

1. *OM. Oh Bhagavad Gita, con cui Partha (Arjuna) è stato illuminato dallo stesso Signore Narayana, e che è stata composta nel Mahabharata dall'antico saggio Vyasa; Oh Divina Madre, distruttrice delle rinascite, dispensatrice del nettare dell'Advaita, costituita di diciotto discorsi, su di Te, Oh Bhagavad Gita, Oh Madre affezionata, io medito!*

2. *Saluti a te, Oh Vyasa, dal grande intelletto e con gli occhi come petali di loto in piena fioritura, che hai acceso la lampada della conoscenza, riempita con l'olio del Mahabharata!*

3. *Saluti al Signore Krishna, il Parijata o il Kalpataru o colui che esaudisce tutti i desideri di quelli che prendono rifugio in Lui, che in una mano ha una sferza, che sostiene il simbolo della conoscenza, che elargisce il nettare divino della Bhagavad Gita!*

4. *Tutte le Upanishad sono le mucche; il mungitore è Krishna, il ragazzo bovino; Partha (Arjuna) è il vitello; gli uomini dal puro intelletto sono i bevitori; il latte è il grande nettare della Gita.*

5. *Io saluto il Signore Krishna, il maestro del mondo, il figlio di Vasudeva, il distruttore di Kamsa e Chanura, la beatitudine suprema di Devaki!*

6. *Con Krishna come timoniere, fu in verità attraversato dai Pandava il fiume della battaglia, le cui rive erano Bhishma e Drona, la cui acqua era Jayadratha,*

il cui loto blu era il re di Gandhara, il cui cocodrillo era Salya, la cui corrente era Kripa, la cui onda era Karna, i cui terribili alligatori erano Vikarna e Asvatthama, il cui gorgo era Duryodhana.

7. Possa questo loto del Mahabharata, nato nel lago delle parole di Vyasa, dolce con la fragranza del significato della Gita, con molte storie come i suoi pistilli, totalmente aperto dai discorsi di Hari, il distruttore dei peccati di Kali e gioiosamente bevuto dalle api degli uomini buoni nel mondo, diventare per noi giorno dopo giorno, il conferitore di ogni bene!

8. Io saluto Madhava, la sorgente della suprema beatitudine, la cui Grazia rende il muto eloquente e fa attraversare le montagne allo storpio!

9. Saluti a quel Dio che Brahma, Indra, Varuna, Rudra e i Maruti lodano con i loro inni, di cui i cantori Sama cantano con i Veda, i loro Angas e con le Upanishad; che gli Yogi vedono con le loro menti assorbite in Lui attraverso la meditazione, e la cui fine le schiere dei Deva e degli Asura non conoscono!

OM SHANTI, SHANTI, SHANTI!

LA BHAGAVAD GITA

Contenuto del Primo Discorso

La grande guerra del *Mahabharata* tra i Pandava e i Kaurava ebbe luogo nella sacra pianura di Kurukshetra. Dopo il fallimento della missione di pace del Signore Krishna, quando Egli stesso andò ad Hastinapura come rappresentante dei Pandava, non ci fu altra alternativa per i Pandava che quella di dichiarare guerra per ottenere la retta suddivisione del regno.

Sul campo di battaglia sono riuniti tutti i più famosi guerrieri di ambedue le parti. Tende e veicoli, armi e macchine da guerra, animali e carri coprono la vasta pianura.

Il Signore Krishna arrivò sulla scena in un magnifico carro trainato da bianchi cavalli. Egli era l'auriga di Arjuna, uno dei principi Pandava.

Il fragore di centinaia di conchiglie, che furono soffiate improvvisamente, annunciò l'inizio della battaglia. Arjuna soffiò nella sua conchiglia Devadatta, mentre Bhima, suo fratello, suonò la Paundra. Tutti gli altri suonarono le loro rispettive conchiglie.

Come le due armate furono ordinate, pronte al combattimento, Arjuna chiese a Krishna di portare il suo carro tra esse così che egli potesse vedere i suoi avversari. Egli fu colpito dalla scena di fronte a lui perché vide da ambedue le parti padri e avi, maestri e zii, suoceri, nipoti, parenti e camerati.

La confusione si impossessò della mente di Arjuna. Doveva egli partecipare a questa terribile carneficina? Era giusto distruggere i propri parenti per l'amore di un regno o di qualche piacere? Non sarebbe stato molto meglio per lui abbandonare ogni cosa in favore dei suoi nemici e ritirarsi in pace? Come questi pensieri si precipitarono nella sua mente, un sentimento di sconforto si impossessò di Arjuna. Non aveva più l'entusiasmo di impegnarsi in questa battaglia. Facendo cadere l'arco dalle mani, Arjuna non poté fare altro che rivolgersi al Signore Krishna per illuminazione e guida.

OM

OM Sri Sadguru Paramatmane Namah



PRIMO DISCORSO

LO YOGA DELLO SCORAGGIAMENTO DI ARJUNA

Dhritarashtra disse:

1. *Cosa fanno i figli di Pandu e anche la mia gente quando sono tutti riuniti insieme nella sacra pianura di Kurukshetra, Oh Sanjaya?*

Commento: *Kurukshetra*: la terra che appartiene ai Kuru.

Sanjaya: colui che ha superato simpatie e antipatie; uno che è imparziale.

Dharmakshetra: il luogo dove la rettitudine o il Dharma è protetto.

Sanjaya disse:

2. *Avendo visto l'armata dei Pandava schierata in battaglia, re Duryodhana si rivolse allora al suo maestro (Drona) e disse queste parole:*

3. *“Osserva, Oh Maestro, questa potente armata dei figli di Pandu, organizzata dal figlio di Drupada, il tuo valente discepolo.*

4. *“Qui ci sono eroi, grandi arcieri eguali in battaglia a Bhima e Arjuna, Yuyudhana, Virata e Drupada, (potenti guerrieri) dai grandi carri.*

Commento: *“Maharatha”* tecnicamente significa un guerriero che è esperto nella scienza del combattimento, capace di lottare con una mano sola contro diecimila arcieri.

5. *“Drishtaketu, Chekitana e il valoroso re di Kashi, Purujit, e Kuntibhoja e Saibya, i migliori tra gli uomini,*

6. *“Il forte Yudhamanyu e il coraggioso Uttamauijas, il figlio di Subhadra (Abhimanyu, figlio di Subhadra e Arjuna), e i figli di Draupadi, tutti dai grandi carri (grandi eroi).*

7. *“Odi anche, Oh migliore tra i nati due volte, i nomi di quelli che si distinguono di più tra noi, i condottieri del mio esercito. Costoro ti nomino per tua informazione.*

8. *“Tu stesso e Bhishma, e Karna e Kripa, il vittorioso in guerra; Asvatthama, Vikarna, e Jayadratha, il figlio di Somadatta.*

9. *“E anche molti altri eroi pronti a dare la loro vita per me, armati con varie armi e proiettili, tutti molto abili in battaglia.*

10. *“Questo nostro esercito sotto il comando di Bhishma è insufficiente, mentre il loro esercito, comandato da Bhima è sufficiente.*

Commento: Il verso è diversamente interpretato da differenti commentatori. Sridhara Swami prende la parola “Aparyaptam” come “insufficiente”, mentre Ananda Giri la prende col significato di “illimitato”.

[Jnaneshwari traduce così: “Illimitato è il nostro esercito comandato da Bhishma, limitato è il loro esercito guidato da Bhima”. *N.d.T.*].

11. *“Quindi, tutti voi, disposti nelle vostre rispettive posizioni delle diverse divisioni dell’esercito, proteggete Bhishma soltanto”.*

12. *Il suo glorioso avo (Bhishma), il più anziano tra i Kaurava, per rallegrare Duryodhana, ruggì ora come un leone e soffiò nella sua conchiglia.*

13. *Allora (seguendo Bhishma), conche e timpani, corni e tamburi risuonarono d’un tratto (dalla parte dei Kaurava); e il suono fu terribile.*

14. *Poi anche Madhava (Krishna), e il figlio di Pandu (Arjuna), seduti nel loro magnifico carro trainato da bianchi cavalli, suonarono le loro divine conchiglie.*

15. *Hrishikesa suonò la conchiglia Panchajanya, e Arjuna suonò Devadatta, e Bhima, l'autore di straordinarie azioni soffiò nella grande conca Paundra.*

16. *Re Yudhishthira, il figlio di Kunti, soffiò nella Anantavijaya, Nakula e Sahadeva suonarono rispettivamente le conche Sughosha e Manipushpaka.*

17. *Il re di Kashi, sommo arciere; Sikhandi, dal potente carro, e Dhristadyumna e Virata e Satyaki, l'invitto,*

18. *Drupada e i figli di Draupadi, Oh Signore della Terra, e il figlio di Subhadra, fortemente armato, soffiaronò nelle loro rispettive conchiglie.*

Commento: Il suono delle conche annunciava che la battaglia stava per incominciare.

19. *Quel tumultuoso suono lacerò i cuori dei (membri dei) seguaci di Dhritarashtra, facendo risuonare sia il cielo che la terra.*

20. *Allora, vedendo la gente di Dhritarashtra pronta e schierata, ed essendo iniziato il lancio delle armi, Arjuna, il figlio di Pandu, sulla cui insegna era impressa una scimmia, raccolse il suo arco e così disse a Krishna, Oh Signore della Terra.*

Arjuna disse:

21-22. *In mezzo alle due armate metti il mio carro, Oh Krishna, così che possa vedere quelli che sono qui, desiderosi di combattere e conoscere con chi dovrò lottare quando la battaglia comincia.*

23. *Perché desidero osservare coloro che sono qui riuniti per combattere, desiderosi di compiacere in battaglia il malvagio Duryodhana.*

Sanjaya disse:

24. *Udendo le parole di Arjuna, il Signore Krishna, avendo posto l'ottimo tra i carri, Oh Dhritarashtra, nel mezzo dei due eserciti,*

25. *In fronte a Bhishma e Drona e a tutti i re della terra, disse: "Oh Arjuna, osserva questi Kurus riuniti insieme".*

26. Allora Arjuna vide lì adunati padri e avi, precettori, zii materni, fratelli, figli, e anche nipoti e amici.

27. Vide anche cognati e amici in ambedue gli eserciti. Il figlio di Kunti (Arjuna), vedendo tutti questi parenti radunati, parlò così angosciosamente, pieno di profonda pietà.

Arjuna disse:

28. Vedendo costoro, miei parenti, Oh Krishna, riuniti, desiderosi di combattere,

29. Le mie membra ricadono e la mia bocca si inaridisce, il mio corpo trema e i miei capelli si drizzano!

30. Gandiva (l'arco) scivola dalla mia mano, e la mia pelle arde ovunque; sono incapace anche di stare in piedi, e la mia mente sta turbinando.

31. E scorgo avversi auspici, Oh Kesava. Non vedo nulla di buono nell'uccidere i miei parenti in battaglia.

32. Perché io non desidero né la vittoria, Oh Krishna, né i piaceri, né i regni. Di che vantaggio è un dominio per noi, Oh Krishna, o i piaceri o anche la vita?

33. Quelli per il cui amore desideriamo regni, gioie e piaceri, si trovano qui in battaglia, avendo rinunciato alle ricchezze e alla vita.

34. Maestri, padri, figli e anche avi, zii materni, suoceri, nipoti, cognati e parenti,

35. Questi io non voglio uccidere, sebbene possono uccidere me, Oh Krishna, neanche per il dominio dei tre mondi, né tanto meno ucciderli per amore della terra.

36. Uccidendo questi figli di Dhritarashtra, quale può essere il nostro piacere, Oh Janardana? Si accrescerebbe solo il peccato uccidendo questi ribaldi.

Commento: Janardana: significa anche "colui che è adorato da tutti per ottenere salvezza e prosperità".

Atatayi: uno che incendia la casa di un altro, che somministra del veleno, che corre con la spada per uccidere, che sottrae le ricchezze e le terre degli altri, e che usurpa la moglie di qualcun altro. Tutte queste azioni malvagie furono commesse da Duryodhana.

37. *Quindi, non dovremmo uccidere i figli di Dhritarashtra, nostri parenti; perché, come potremmo essere felici uccidendo la nostra gente, Oh Madhava (Krishna)?*

38. *Sebbene essi, con l'intelligenza offuscata dall'avidità, non vedono alcun male nella distruzione delle famiglie, e nessun peccato nell'ostilità verso gli amici,*

39. *Perché non dovremmo noi, che chiaramente vediamo il male nella distruzione della famiglia, allontanarci da questo peccato, Oh Janardana?*

Commento: L'ignoranza della legge non è una scusa e un'arbitraria peccaminosa condotta è un crimine. È indegno di coloro che hanno la conoscenza.

40. *Nella distruzione di una famiglia, gli eterni, religiosi riti di quella famiglia vanno dispersi; con la distruzione della spiritualità, l'empietà sottomette l'intera famiglia.*

Commento: *Dharma*: i compiti e le cerimonie praticate dalla famiglia in accordo con le ingiunzioni delle scritture.

41. *Con la prevalenza dell'empietà, Oh Krishna, le donne della famiglia diventano corrotte e, dalla corruzione delle donne, Oh Varsneya (discendente di Vrishni), ne deriva la mescolanza delle caste.*

42. *La confusione delle caste porta all'inferno gli sterminatori della famiglia, perché i loro avi cadono, privati delle offerte di riso e acqua.*

43. *A causa di queste malvagie azioni degli sterminatori di famiglie, che producono la confusione delle caste, gli eterni religiosi riti delle caste e delle famiglie sono distrutti.*

44. *Abbiamo udito, Oh Janardana, che inevitabile è la dimora nell'inferno per un periodo sconosciuto, per quegli uomini nelle cui famiglie le pratiche religiose sono state distrutte.*

45. Ahimè! Noi siamo coinvolti in un grande peccato in cui ci prepariamo a uccidere i nostri parenti per l'avidità di piaceri e di un regno.

46. Se i figli di Dhritarashtra, con le armi in pugno, dovessero sconfiggere me in battaglia, senz'armi e indifeso, questo sarebbe meglio per me.

Sanjaya disse:

47. Avendo parlato così nel mezzo del campo di battaglia, Arjuna, allontanando l'arco e le frecce, si sedette nel carro con la mente sopraffatta dal dolore.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina il primo discorso intitolato "Lo Yoga dello Scoraggiamento di Arjuna".

Contenuto del Secondo Discorso

Sanjaya ha illustrato la condizione di Arjuna, che era agitato a causa dell'attaccamento e della paura.

Il Signore Krishna rimprovera Arjuna per il suo avvilitamento, dovuto a Moha o attaccamento, e lo esorta a combattere. Non essendo riuscito a convincere Sri Krishna attraverso i suoi apparentemente saggi pensieri, Arjuna realizza la sua impotenza e si abbandona completamente al Signore, cercando la Sua guida per risolvere il conflitto della sua mente.

Il Signore ha compassione di lui e comincia a illuminarlo in vari modi. Egli spiega ad Arjuna l'immortale natura dell'Atman, per il quale non c'è passato, presente o futuro. L'Atman non muore mai, quindi Arjuna non deve addolorarsi. Poiché trascende i cinque elementi che sono: terra, acqua, fuoco, aria ed etere, non può esser tagliato, bruciato o essiccato. Esso è immutabile ed eterno.

Ognuno sperimenta piacere e dolore, caldo e freddo, a causa del contatto degli oggetti con i sensi. I sensi portano le sensazioni attraverso i nervi alla mente. Uno dovrebbe essere capace di ritirare i sensi dagli oggetti, come una tartaruga che ritira tutti i suoi arti all'interno. Krishna afferma che solo uno che ha la capacità di essere equilibrato sia nel piacere che nel dolore è adatto per l'immortalità.

Krishna prosegue dicendo ad Arjuna che se egli rifiuta di combattere e fugge dalla battaglia, la gente sarà giustificata nel condannare una tale azione come indegna di un guerriero.

Avendo insegnato ad Arjuna l'immortale natura dell'Atman, il Signore Krishna spiega l'esecuzione dell'azione senza l'attesa del frutto. Un uomo non si dovrebbe preoccupare circa il risultato dell'azione, come guadagno o perdita, vittoria o sconfitta. Queste sono nelle mani del Signore. Egli dovrebbe eseguire tutte le azioni con una mente equilibrata, sopportando con calma le coppie degli opposti, come caldo e freddo, piacere e dolore, che inevitabilmente si manifestano durante le azioni. Krishna consiglia ad Arjuna di combattere libero dal desiderio per l'acquisizione di un regno o per la preservazione di esso.

Arjuna è desideroso di conoscere le caratteristiche di un uomo che ha una mente stabile. Una tale persona, gli dice Krishna, non avrà alcun desiderio. Poiché costui è contento dentro di sé, avendo realizzato il Sé, egli è interamente libero dai desideri. La coscienza dell'Atman e l'abbandono dei desideri sono esperienze simultanee. Le varie qualità di una persona dalla mente stabile (Sthitaprajna) vengono ora descritte dal Signore. Costui non sarà influenzato dalle avversità e non avrà né paura, né ira. Egli prenderà le cose come vengono, non avrà né simpatie, né antipatie. Egli né abbraccerà il mondo, né lo odierà.

L'uomo dalla mente stabile avrà un perfetto controllo sui sensi. I sensi sono potenti e attirano la mente verso l'esterno. Perciò l'uomo dovrebbe rivolgere il suo sguardo verso l'interno e realizzare Dio che risiede nel cuore. Lo Yogi avendo raggiunto stabilità di mente, rimane stabile anche se tutti gli oggetti dei sensi vengono a lui. Egli non viene scosso e vive una vita di eterna pace.

Krishna conclude che l'eterno stato di Brahman libera l'individuo per sempre dalle illusioni. Anche alla fine della vita, quando si abbandona il corpo, uno non dovrebbe perdere la coscienza della propria identità con Brahman.

SECONDO DISCORSO

IL SANKHYA YOGA

Sanjaya disse:

1. A lui che era così sopraffatto da pietà e sgomento, con gli occhi pieni di lacrime e agitato, Madhusudana (il distruttore di Madhu o Krishna), disse queste parole.

Il Beato Signore disse:

2. Da dove, Oh Arjuna, viene su di te questo pericoloso impedimento, questo avvilito indegno di te, ignominioso, e che chiude le porte del cielo sopra di te?

3. Non cedere all'impotenza, Oh Arjuna, figlio di Pritha! Questo non si confà a te. Allontana questa vile debolezza d'animo. Sorgi, Oh terrore dei nemici!

Arjuna disse:

4. Come, Oh Madhusudana, assalirò con frecce in battaglia Bhishma e Drona, che sono degni di essere adorati, Oh distruttore di nemici?

5. Meglio è invero in questo mondo accettare elemosine che uccidere i più nobili tra i maestri. Ma se io uccido costoro, anche in questo mondo tutte le mie gioie di ricchezze e l'esaudimento dei desideri sarebbero macchiati del (loro) sangue.

6. *Difficilmente posso dire quello che sarebbe meglio: se dobbiamo conquistarli o loro devono vincere noi. Anche i figli di Dhritarashtra sono di fronte a noi, dopo averli uccisi non desideriamo vivere.*

7. *Il mio cuore è sopraffatto dalla pietà, la mia mente è confusa su cosa fare. Io Ti chiedo: definitivamente, dimmi cosa è bene per me. Io sono Tuo discepolo. Istruisci me che ho preso rifugio in Te.*

8. *Non vedo cosa potrebbe rimuovere quest'angoscia che brucia i miei sensi, anche se dovessi ottenere un prospero dominio senza rivali su questa terra o la signoria sugli dei.*

Sanjaya disse:

9. *Avendo così parlato a Hrishikesa (il Signore dei sensi), Arjuna (il conquistatore del sonno), il distruttore dei nemici, disse a Krishna: "Io non combatterò", e divenne silenzioso.*

10. *A colui che era scoraggiato nel mezzo dei due eserciti, Oh Bharata, Krishna, sorridendo, rispose queste parole.*

Il Beato Signore disse:

11. *Tu ti sei afflitto per coloro per cui non ti dovresti affliggere, inoltre hai detto parole di saggezza. Il saggio non si addolora né per il vivo né per il morto.*

Commento: La filosofia della *Gita* inizia con questo verso. Bhishma e Drona non meritano alcun rimpianto perché essi erano eterni nella loro reale natura ed erano uomini virtuosi in possesso di un'ottima condotta. Sebbene Arjuna dicesse parole di saggezza, egli non era saggio perché si affliggeva per coloro che erano realmente eterni e che non meritavano nessun dolore. Coloro che sono dotati della conoscenza del Sé sono saggi. Essi non s'intristiscono né per chi vive né per chi muore, perché sanno bene che il Sé è non-nato e immortale. Essi sanno pure che non c'è una cosa come la morte, che questo fenomeno è semplicemente la separazione del corpo fisico dal corpo astrale. I cinque elementi di cui il corpo è composto ritornano alla loro sorgente.

Arjuna aveva dimenticato l'eterna natura dell'Anima e la mutevole natura del corpo. A causa della sua ignoranza aveva cominciato ad agire come se la temporanea relazione con i suoi parenti e maestri fosse permanente. Dimenticava che la

sua relazione con questo mondo, nella sua vita presente, era il risultato di azioni passate. Queste, quando esaurite, terminano ogni rapporto e altre nuove ne sorgono quando uno prende un altro corpo. Il risultato di un'azione passata è conosciuta come Karma, e quella porzione di Karma che dà luogo alla presente incarnazione è chiamata Prarabdha Karma.

12. Mai in alcun tempo in verità Io non fui, né questi governatori di uomini, né invero mai cesseremo di essere in avvenire.

Commento: Il Signore Krishna parla qui dell'immortalità dell'Anima. L'Anima esiste nei tre periodi di tempo (passato, presente e futuro). L'uomo esiste anche dopo la morte del corpo fisico.

13. Proprio come in questo corpo (l'anima) incarnata passa attraverso infanzia, giovinezza e vecchiaia, così anche passa in un altro corpo; l'uomo saggio non si affligge per ciò.

Commento: Come non c'è alcuna interruzione in questo corpo nel passare da infanzia a giovinezza e da giovinezza a vecchiaia, così ugualmente non c'è nessuna interruzione dovuta alla morte nella continuità dell'ego. Il Sé non muore al termine dell'infanzia, certamente non nasce di nuovo all'inizio della gioventù. Proprio come il Sé passa immutato da fanciullezza a gioventù e da gioventù a vecchiaia, anche così passa immutato da un corpo ad un altro. Quindi il saggio non è addolorato dalla morte.

14. Il contatto dei sensi con gli oggetti, Oh figlio di Kunti, che causano caldo e freddo e piacere e dolore, hanno un inizio e una fine; sono impermanenti, sopportali con coraggio, Oh Arjuna.

Commento: Il freddo è piacevole in un momento e spiacevole in un altro. Il caldo è piacevole in inverno ma non in estate. Lo stesso oggetto che dà piacere in un momento dà dolore in un altro. Così i contatti dei sensi che danno luogo alle sensazioni di caldo e freddo e di piacere e dolore, vanno e vengono. Essi sono quindi impermanenti per natura. Gli oggetti vengono in contatto con i sensi, precisamente: pelle, orecchio, occhio, naso e lingua. Le sensazioni sono portate dai nervi alla mente che ha la sua sede nel cervello. È la mente che sente piacere e dolore. Uno dovrebbe sopportare pazientemente tutte le coppie di opposti e così sviluppare uno stato mentale equilibrato. (Cfr. V. 22).

15. Quell'uomo saldo, che questi sicuramente non affliggono, Oh capo tra gli uomini, a cui piacere e dolore sono uguali, è degno di raggiungere l'immortalità.

Commento: *Dehadhyasa*, o identificazione del Sé con il corpo, è la causa di piacere e dolore. Più una persona è capace di identificare se stessa con l'immortale, onnipervadente Sé, meno sarà influenzata dalle coppie di opposti.

Titiksha o il potere della sopportazione, sviluppa la volontà. Una calma sopportazione di piacere e dolore, del caldo e del freddo, è una delle qualificazioni che un aspirante deve possedere sul sentiero dello Jnana Yoga. È una delle sei virtù; è una condizione per la ricezione della retta conoscenza. Di per sé, non può concedere la liberazione ad un ricercatore. Ciononostante, quando è accoppiata con discriminazione e distacco, diventa un mezzo per il raggiungimento dell'immortalità o della conoscenza del Sé. (Cfr. XVIII. 53).

16. L'irreale non ha esistenza; non c'è non-esistenza per il Reale; la verità su di essi è stata vista dai conoscitori della Verità (i veggenti dell'Essenza).

Commento: L'immutabile, omogeneo Sé esiste sempre. Esso è l'unica solida Realtà. Questo mondo fenomenico di nomi e forme è sempre mutevole. Quindi è irreale. Il saggio liberato o Jivanmukta è totalmente consapevole che il Sé esiste sempre e che questo mondo è come un miraggio. Attraverso il suo occhio dell'intuizione egli conosce direttamente il Sé. Per lui, questo mondo svanisce come il serpente che appare sulla corda dopo che si è scoperto che solo la corda esiste e non il serpente. Egli rigetta i nomi e le forme e prende l'essenza dentro di essi che è puro Satchidananda (Esistenza-Conoscenza-Beatitudine Assoluta). Quindi egli è un conoscitore della Verità o Essenza.

Quello che è mutevole deve essere irreale. Quello che è costante o permanente deve essere reale.

17. Sappi essere indistruttibile Quello da cui tutto questo è pervaso. Nulla può causare la distruzione di Quello, l'Immortale.

Commento: Il Sé pervade tutti gli oggetti come l'etere. Anche se il vaso viene rotto, l'etere che è dentro e fuori il vaso non può essere distrutto. Ugualmente, se i corpi e tutti gli altri oggetti periscono, il Sé che li pervade non può essere distrutto; Esso è la Verità vivente.

L'eterno Sé non ha parti. Non ci possono essere né aumenti né diminuzioni in Esso. La gente va in rovina per la perdita di ricchezza, ma il Sé non soffre di nessuna perdita in qualsiasi modo. Esso è inesauribile. Quindi, niente può portare

alla scomparsa o alla distruzione del Sé; esiste sempre. È sempre totalmente pieno e auto-contenuto. È Esistenza Assoluta. È immutabile.

18. Questi corpi ripieni del Sé, che è indistruttibile, eterno e illimitato, si afferma che hanno una fine. Quindi combatti, Oh Arjuna!

Commento: Il Signore Krishna spiega ad Arjuna la natura dell'onnipervadente immortale Sé in vari modi, così da indurlo a combattere rimuovendo la sua delusione, angoscia e scoraggiamento, nati dall'ignoranza.

19. Colui che considera il Sé come l'uccisore e chi pensa che Esso è ucciso, nessuno dei due Lo conosce; Esso né uccide né può essere ucciso.

Commento: Il Sé è inattivo e, poiché è immutabile, non è né l'agente né l'oggetto dell'atto dell'uccisione. Colui che pensa: "Io uccido" o "Io sono ucciso," non comprende realmente la vera natura del Sé. Esso esiste nei tre periodi di tempo. Esso è Sat o Esistenza. Quando il corpo è distrutto, il Sé non lo è. Il corpo deve sopportare in ogni caso dei cambiamenti. Questo è inevitabile. Ma il Sé non è per nulla influenzato da essi.

I versi da 9 a 24 parlano dell'immortalità del Sé. (Cfr. XVIII. 17).

20. Esso non è nato né mai morirà; dopo essere stato, di nuovo non cessa di essere, non-nato, eterno, immutabile e antico, non viene ucciso quando il corpo è ucciso.

Commento: Questo Sé è privo dei sei tipi di trasformazioni, cioè: nascita, esistenza, crescita, cambiamento, declino e morte. Poiché è indivisibile, non diminuisce in grandezza. Non cresce, né declina. È sempre lo stesso. Nascita e morte sono solo per il corpo fisico; essi non possono toccare l'Immortale Sé.

21. Chiunque Lo conosce come indistruttibile, eterno, non nato e inesauribile, come può quell'uomo uccidere, Oh Arjuna, o far uccidere?

Commento: Un saggio illuminato che conosce l'immutabile e indistruttibile Sé attraverso la diretta esperienza spirituale non può uccidere né può essere la causa dell'uccisione di un altro.

22. Proprio come un uomo che depone i vecchi vestiti e ne indossa di nuovi, così anche il Sé incarnato dismette i vecchi corpi ed entra in altri che sono nuovi.

23. *Le armi non Lo tagliano, il fuoco non Lo brucia, l'acqua non Lo bagna, il vento non Lo asciuga.*

Commento: L'Eterno Sé è indivisibile, così non ha parti. È estremamente sottile; è infinito. Quindi la spada non può tagliarlo, il fuoco non può bruciarlo, l'acqua non può bagnarlo, il vento non può seccarlo.

24. *Questo Sé non può essere tagliato, bruciato, bagnato o seccato. Esso è eterno, onnipervadente, stabile, antico e immutabile.*

Commento: Il Sé è molto sottile. Esso è al di là della comprensione della mente e del discorso. È molto difficile capire questo sottile Sé. Così, il Signore Krishna illustra la natura dell'immortale Sé, in molti modi, con varie illustrazioni ed esempi, così che Esso possa essere compreso dalle persone.

Una spada non può tagliare questo Sé perché è eterno. Poiché Esso è eterno, è onnipervadente. Poiché è onnipervadente, è stabile come una statua. Poiché è stabile, è immobile. Esso è eterno; quindi, non è il prodotto di alcuna causa. Esso non è nuovo, è antico.

25. *Questo (Sé) viene detto essere immanifesto, impensabile e immutabile. Quindi, conoscendo Questo esser tale, tu non dovresti affliggerti.*

Commento: Il Sé non è un oggetto di percezione. Non può essere visto con l'occhio fisico. Quindi è immanifesto. Quello che può essere visto dall'occhio diventa un oggetto del pensiero. Poiché il Sé non può essere percepito dall'occhio, esso è impensabile. Il latte, quando viene mescolato con lo yogurt, cambia la sua forma. Il Sé non può cambiare la sua forma come il latte. Quindi Esso è costante e immutabile. Comprendendo così la natura del Sé, uno non dovrebbe addolorarsi. Né dovrebbe pensare che egli è l'uccisore o che altri sono stati uccisi da lui.

26. *Ma anche se tu pensi di Esso come se fosse continuamente nato e continuamente morto, anche allora, Oh potente guerriero, tu non dovresti affliggerti.*

Commento: Il Signore Krishna, per amore dell'argomentazione, accetta qui, la supposizione popolare. Concedendo che il Sé è sempre di nuovo nato quando un corpo viene in essere, e di nuovo sempre muore quando il corpo muore, anche allora uno non dovrebbe addolorarsi, perché la nascita è inevitabile per quello che muore e la morte è inevitabile per quello che è nato. Questa è l'inesorabile legge della Natura.

27. *Perché, certa è la morte per il nato e sicura è la nascita per il morto; quindi, sull'inevitabile tu non dovresti affliggerti.*

Commento: La nascita è sicuro che avvenga per quello che muore; la morte è certa che avvenga per quello che è nato. Nascita e morte sono certamente inevitabili. Quindi tu non dovresti addolorarti su un accadimento inevitabile.

28. *Gli esseri sono non manifesti al loro inizio, manifesti nel loro stato di mezzo, Oh Arjuna, e di nuovo non manifesti alla loro fine. Cosa c'è allora da preoccuparsi?*

Commento: Il corpo fisico è una combinazione dei cinque elementi. Esso è percepito dall'occhio fisico solo dopo che i cinque elementi sono entrati in tale combinazione. Dopo la morte il corpo si disintegra e i cinque elementi ritornano alla loro sorgente. Il corpo non può ora essere percepito. Quindi, il corpo, può essere percepito solo nello stato di mezzo.

Le relazioni di figlio, amico, maestro, padre, madre, moglie, fratello e sorella si formano attraverso il corpo a causa dell'illusione e dell'attaccamento. Proprio come tronchi di legno si uniscono e si separano mentre scorrono giù lungo il fiume, proprio come pellegrini si uniscono e si separano in un incontro pubblico, così anche padri, madri, figli e fratelli si uniscono e si separano in questo mondo. Questo mondo è come una grande riunione pubblica dove la gente si riunisce e si separa.

Non c'è alcun vaso all'inizio e alla fine. Anche se voi vedete il vaso nel mezzo, dovrete pensare e sentire che è illusorio, che esso non esiste realmente. Così anche, non c'è alcun corpo all'inizio e alla fine. Quello che non esiste all'inizio e alla fine deve essere illusorio anche nel mezzo. Dovrete pensare e sentire che il corpo è illusorio e che esso realmente non esiste anche nel mezzo.

Colui che così comprende la natura del corpo e di tutte le relazioni umane basate su di esso non si affliggerà.

29. *Uno vede Questo (il Sé) come una meraviglia; un altro parla di Esso come una meraviglia; un altro ascolta di Esso come una meraviglia; pure avendone udito, nessuno veramente Lo comprende.*

Commento: Il verso può anche essere interpretato in questo modo: colui che vede, ascolta e parla del Sé è un uomo meraviglioso. Un tale uomo è molto raro. Egli è uno tra molte migliaia. Quindi, il Sé è molto difficile da comprendere.

30. Questo, colui che dimora nel corpo di ognuno, è sempre indistruttibile, Oh Arjuna. Quindi tu non dovresti affliggerti per nessuna creatura.

Commento: Il corpo di ogni creatura può essere distrutto, ma il Sé che dimora all'interno di esso non può essere ucciso. Quindi, uno non dovrebbe addolorarsi nei riguardi di un qualsiasi individuo, sia esso Bhishma o qualunque altro.

31. Inoltre, considerando il tuo dovere, tu non dovresti esitare, perché non c'è nulla di più degno per uno Kshatriya che una giusta guerra.

Commento: Il Signore Krishna dà ora ad Arjuna delle ragioni sociali per combattere. Fino a questo momento gli aveva parlato dell'immortalità del Sé e gli aveva dato ragioni filosofiche. Ora dice ad Arjuna che combattere è il compito di uno Kshatriya (uno nato nella classe dei guerrieri o dei re). Uno Kshatriya non deve allontanarsi dai suoi compiti. Per lui non c'è nulla di più favorevole che una giusta guerra. Un guerriero deve combattere.

32. Felici sono gli Kshatriya, Oh Arjuna, che sono chiamati a combattere in una tale battaglia che da sé viene come una porta aperta verso il cielo.

Commento: Le scritture dichiarano che se uno Kshatriya muore sul campo di battaglia, combattendo per una giusta causa, egli immediatamente ascende al cielo.

33. Ma se tu non combatterai in questa giusta guerra, allora, avendo abbandonato il tuo dovere e onore, tu cadrà nel peccato.

Commento: Il Signore Krishna ricorda ad Arjuna che egli ha già conquistato la fama e che ora la potrebbe perdere se si rifiuta di combattere.

Arjuna ha già conquistato una grande fama lottando con il Signore Siva. Egli una volta era andato in pellegrinaggio sull'Himalaya e lì aveva combattuto con il Signore Siva, che gli era apparso nelle sembianze di un montanaro (Kirata), e aveva ricevuto da Lui un'arma celeste chiamata "Pasupatastra".

34. La gente, anche, racconterà del tuo eterno disonore; e per uno che è stato onorato, il disonore è peggio della morte.

Commento: Il mondo racconterà sempre dell'infamia di Arjuna, ed essa gli sopravviverà per lungo tempo. La morte è veramente preferibile per uno che è stato

onorato come un grande eroe e potente guerriero con nobili qualità. La disgrazia sarebbe insopportabile.

35. I guerrieri dei grandi carri penseranno che per paura ti sei ritirato dalla battaglia; e tu sarai tenuto in scarsa stima da coloro che ti avevano in grande onore.

Commento: Duryodhana e gli altri certamente avrebbero pensato che Arjuna era fuggito dalla battaglia per paura di Karna e degli altri, non a causa della compassione e della reverenza per gli anziani e i Maestri. Coloro che avevano tenuto Arjuna in grande stima a causa della sua cavalleria, abilità e altre nobili qualità, avrebbero ora pensato di lui con disprezzo e lo avrebbero trattato con spregio.

36. I tuoi nemici poi, screditando il tuo valore diranno molte calunnie. Cos'è più doloroso di questo?

Commento: Non c'è veramente nessun dolore così tormentoso e insopportabile che quello di una calunnia a cui uno si è così esposto.

37. Ucciso, tu otterrai il cielo; vittorioso, tu godrai la terra; quindi rialzati, Oh figlio di Kunti, risoluto a combattere!

Commento: In ambedue i casi Arjuna ne trarrà beneficio. Quindi, egli dovrebbe fare una ferma risoluzione o di conquistare il nemico o di morire.

38. Avendo fatto di piacere e dolore, guadagno o perdita, vittoria e sconfitta lo stesso, impegnati in battaglia per amore della battaglia; in tal modo non ti esporrai a nessun peccato.

Commento: Questo è lo Yoga dell'equanimità o la dottrina della padronanza di sé nell'azione. Se una persona esegue un'azione con questa attitudine mentale, o con un equilibrato stato di mente, egli non raccoglierà il frutto di una tale azione. Ma una tale azione condurrà alla purificazione del suo cuore e alla liberazione. Uno deve sviluppare un tale equilibrato stato di mente attraverso un vigilante e continuo sforzo.

39. Quello che ti è stato insegnato è la saggezza riguardante il Sankhya. Ascolta ora la saggezza che riguarda lo Yoga, conoscendo questa, Oh Arjuna, tu sarai sciolto dai legami dell'azione.

Commento: Il Signore Krishna ha insegnato fino ad ora la conoscenza ad Arjuna. Il Sankhya Yoga è il sentiero del Vedanta o Jnana Yoga, che tratta della natura del Sé e dei metodi per raggiungere la realizzazione del Sé. Non è la filosofia Sankhya del Saggio Kapila.

Il Signore è ora pronto ad insegnare ad Arjuna le tecniche od i segreti del Karma Yoga, conoscendo le quali egli (o chiunque altro) può rompere i legami del Karma. Il Karma Yogi dovrebbe eseguire il lavoro senza l'attesa del suo frutto, senza l'idea di essere l'agente (o la nozione "io faccio questo"), senza attaccamento, dopo avere annullato o essere andato al di là di tutte le coppie di opposti, come caldo e freddo, guadagno e perdita, vittoria e sconfitta, ecc. Dharma e Adharma (merito e demerito) non toccano quel Karma Yogi che lavora senza egoismo e attaccamento. Un tale Karma Yogi consacra tutto il suo lavoro e i suoi frutti come offerte al Signore e così ottiene la Sua Grazia.

40. In esso nessuno sforzo è perduto, né c'è alcun danno (la produzione di trasgressioni o di risultati contrari). Anche un po' di questa conoscenza (anche una piccola pratica di questo Yoga) protegge da grandi timori.

Commento: Se una cerimonia religiosa è lasciata incompleta è un danno in quanto l'esecutore non realizzerà nessuno dei frutti. Ma non è così nel caso del Karma Yoga, dove ogni azione porta ad una immediata purificazione del cuore.

In agricoltura ci sono sempre alcune incertezze. Il contadino può arare e dissodare il terreno e seminare i semi, ma egli potrà non avere un raccolto se non ci sarà la pioggia. Questo non è così nel caso del Karma Yoga. Qui non ci sono incertezze. Anche nel caso di un trattamento medico, può derivare un gran danno da un trattamento non corretto del dottore, se egli usa la medicina sbagliata. Ma non è così nel caso del Karma Yoga. Qualsiasi cosa fatta, per piccola che possa essere, salva l'individuo dalla grande paura di essere ripreso nel ciclo di nascita e morte. Qui il Signore Krishna celebra il Karma Yoga per creare in Arjuna un interesse in questo Yoga.

41. Qui, Oh gioia dei Kurus, c'è un'unica singola determinazione. Ma infiniti e con molti rami sono i pensieri dell'irrisolto.

Commento: Qui, in questo sentiero verso la beatitudine, c'è solo un unico pensiero di risoluta natura, c'è una singola determinazione mentale. Questo singolo pensiero sorge dalla retta sorgente di conoscenza. Lo studente di Yoga raccoglie tutti i raggi dissipati della mente e li riunisce insieme attraverso la discriminazione, il distacco e la concentrazione. Egli è libero da una mente vacillante o vagabonda.

L'uomo dalla mente mondana, che è immerso nel fango della mondanità, non ha una mente dall'unica determinazione. Egli concepisce innumerevoli pensieri; la sua mente è sempre instabile e ondeggiante.

Se si rende la mente libera dai pensieri, allora anche la mondanità cessa. La mente genera infiniti pensieri e questo mondo viene in essere. Pensieri, nomi e forme sono inseparabili. Se i pensieri sono controllati, anche la mente è controllata e lo Yogi raggiunge pace e liberazione.

42. Fiorite parole sono pronunciate dallo stolto, che ha piacere nel citare le parole dei Veda, Oh Arjuna, dicendo: "Non c'è null'altro".

Commento: Gente ignorante, che manca di discriminazione, dà grande importanza al Karma Kanta o la porzione ritualistica dei *Veda* che illustra le regole specifiche di particolari azioni, per il raggiungimento di specifici frutti. Essi indebitamente esaltano queste azioni e ricompense. Sono enormemente innamorati di questi passaggi vedici che descrivono i modi per il raggiungimento di piaceri celesti. Essi affermano che non c'è niente altro al di là dei piaceri sensuali del cielo, che possono essere ottenuti eseguendo i riti del Karma Kanta dei *Veda*.

Ci sono due principali divisioni nei *Veda*: il Karma Kanta che tratta dell'azione e lo Jnana Kanta che tratta della conoscenza. Il Karma Kanta comprende i *Brahmana* e i *Samhita*. Essi sono i testi fondamentali della scuola Purvamimamsa fondata da Jaimini. I seguaci di questa scuola praticano questi rituali e li prescrivono per il raggiungimento di godimenti e poteri in questo mondo, e felicità nei cieli, nell'altro. Essi considerano tali raggiungimenti come l'obiettivo finale di questa esistenza umana. Ordinari individui sono attratti dai loro panegirici. Lo Jnana Kanta comprende gli *Araniaka* e le *Upanishad*, che trattano della natura del Supremo Sé.

Anche nei cieli la vita è transitoria. Dopo che i frutti delle proprie buone azioni si sono esauriti, uno deve ritornare su questo piano terrestre. La liberazione può essere ottenuta solo attraverso la conoscenza del Sé e non eseguendo anche mille e un sacrificio. Krishna assegna una posizione inferiore alla dottrina del Mimamsakas – l'esecuzione di sacrifici vedici per ottenere il cielo e potere e dominio in questo mondo – in quanto essi non possono darci la liberazione finale.

43. Pieni di desideri, avendo il cielo come loro obiettivo, essi pronunciano discorsi che promettono la rinascita come ricompensa delle proprie azioni, e prescrivono varie e specifiche azioni per il raggiungimento di piacere e potere.

44. *Per coloro che sono attaccati a piacere e potere, le cui menti sono trascinate via da tali insegnamenti, quel determinato motivo che stabilmente porta alla meditazione e al Samadhi (lo stato di Supercoscienza) non si è formato.*

Commento: Coloro che si rivolgono al piacere e al potere non possono avere fermezza di mente. Non possono concentrarsi o meditare. Sono sempre occupati a pianificare come acquisire ricchezza e potere. Le loro menti sono sempre irrequiete. Essi non hanno una comprensione equilibrata.

45. *I Veda trattano dei tre attributi (della Natura); sii tu al di là di questi tre attributi, Oh Arjuna. Libera te stesso dalle coppie di opposti e rimani sempre nella qualità di Sattwa (bontà); e, libero dal pensiero di acquisizione e conservazione, rimani stabilito nel Sé.*

Commento: Guna significa attributo o qualità. È sostanza come anche qualità. La Natura è costituita di tre Guna – Sattwa (purezza, luce armonia), Rajas (passione, irrequietudine, moto), e Tamas (inerzia, oscurità).

Le coppie di opposti sono caldo e freddo, piacere e dolore, guadagno e perdita, vittoria e sconfitta, onore e disonore, lode e censura ecc.

Colui che è ansioso circa nuove acquisizioni o per la preservazione dei suoi vecchi possedimenti non può avere pace di mente. Egli è sempre irrequieto; non può concentrarsi o meditare sul Sé. Non può praticare la virtù. Per questo Krishna suggerisce ad Arjuna che egli dovrebbe essere libero dal pensiero dell'acquisizione e della preservazione dei beni. (Cfr. IX. 20-21).

46. *Per il Brahmana che ha conosciuto il Sé, tutti i Veda hanno la stessa utilità di quella di un serbatoio di acqua in un luogo dove c'è un'inondazione.*

Commento: Solo per un saggio che ha realizzato il Sé i Veda sono inutili, perché egli è in possesso della conoscenza del Sé. Questo non significa però che i Veda siano inutili. Essi sono necessari per il neofita o l'aspirante che ha appena iniziato il sentiero spirituale.

Tutti i piaceri transitori, che derivano dalla giusta esecuzione di azioni prescritte nei Veda, sono compresi nell'infinita beatitudine della conoscenza del Sé.

47. *Il tuo diritto è di lavorare soltanto, ma mai per i suoi frutti; fa che i frutti delle azioni non siano il tuo motivo, né che il tuo attaccamento sia per l'inazione.*

Commento: Quando uno esegue delle azioni non dovrebbe avere alcun desiderio per i suoi frutti sotto qualsiasi circostanza. Se uno desidera i frutti delle proprie azioni, egli deve rinascere sempre e nuovamente per godere di essi. Le azioni fatte con l'aspettativa di una ricompensa portano alla schiavitù. Se non bramate per nessuna ricompensa, ottenete la purificazione del cuore e, alla fine, la conoscenza del Sé attraverso una tale purificazione. Attraverso questa conoscenza sarete liberati dalla ruota di nascite e morti.

Uno dovrebbe anche essere molto attento a non cadere nell'inazione, pensando che non c'è nessun beneficio nell'eseguire le azioni, se non si può ottenere alcuna ricompensa da esse.

In senso più ampio Karma significa azione. Esso significa anche il compito che uno deve eseguire in accordo alla propria casta o stato sociale nella vita.

In accordo ai seguaci del Karma Kanta dei *Veda* (i Mimamsaka), Karma significa i rituali e i sacrifici prescritti nei *Veda*. Karma ha anche un significato più profondo. Esso significa destino, o il contenitore delle tendenze di un uomo che produrrà la sua prossima nascita.

48. Esegui le azioni, Oh Arjuna, essendo stabile nello Yoga, abbandonando l'attaccamento, ed equilibrato in successi e fallimenti. Serenità di mente è chiamata Yoga.

Commento: Dimorando in unione con il Divino, uno dovrebbe eseguire le azioni solo per il Suo amore, con una mente equilibrata in successi e fallimenti. Equilibrio è Yoga. Il raggiungimento della conoscenza del Sé attraverso la purezza del cuore, ottenuta eseguendo le azioni senza l'attesa dei frutti, è il successo (Siddhi). Il fallimento è il non raggiungimento della conoscenza, eseguendo azioni con l'attesa dei loro frutti. (Cfr. III. 9; IV. 14; IV. 20).

49. Molto inferiore dello Yoga della saggezza è l'azione, Oh Arjuna. Prendi rifugio nella saggezza; infelici sono quelli il cui motivo è il frutto.

Commento: Le azioni fatte con serenità di mente sono lo Yoga della saggezza. Lo Yogi che si è stabilito nello Yoga della saggezza non è influenzato da successo o fallimento. Egli non ricerca i frutti delle sue azioni. Egli ha una ragione equilibrata. La sua ragione è radicata nel Sé. Le azioni eseguite da colui che si attende i loro frutti, sono di gran lunga inferiori allo Yoga della saggezza, dove il ricercatore non ricerca i frutti. Il precedente porta alla schiavitù ed è la causa di nascita e morte. (Cfr. VIII. 18).

50. Dotato di saggezza (serenità di mente), uno abbandona in questa vita sia le buone che le cattive azioni; quindi dedicati allo Yoga; lo Yoga è abilità in azione.

Commento: Il lavoro eseguito con l'unico motivo di godere dei suoi frutti lega un uomo. Esso porta il frutto, ma l'esecutore, deve prendere di nuovo nascita in questo mondo mortale per godere di esso. Se il lavoro è eseguito con equilibrio di mente (lo Yoga della saggezza, che è accoppiato con una ragione od un intelletto puro), con la mente che riposa nel Signore, esso non lo legherà e non porterà alcun frutto. Non è affatto lavoro. Le azioni che hanno una natura vincolante, perdono quella caratteristica quando eseguite con equanimità di mente o con una ragione equilibrata. Lo Yogi dalla ragione equilibrata attribuisce tutte le azioni all'Attore Divino interiore.

51. Il saggio, in possesso di conoscenza, avendo abbandonati i frutti delle azioni, essendo libero dalle catene della nascita, va in quel luogo che è al di là di tutti i mali.

Commento: Attaccarsi ai frutti delle azioni è la causa della rinascita. L'uomo è obbligato a prendere un corpo per godere di essi. Se le azioni sono eseguite per amore di Dio, per compiere i Suoi scopi, senza il desiderio per i frutti, uno è liberato dai legami di nascita e morte e raggiunge la beatifica sede della dimora immortale.

I saggi che posseggono equanimità di mente abbandonano i frutti delle loro azioni e così si liberano sia da buone che da cattive nascite.

La "Buddhi" (saggezza o conoscenza), a cui ci si riferisce in questi tre versi 49-51, può essere la saggezza del Sankhya, che è la conoscenza del Sé che sorge quando la mente è purificata dal Karma Yoga.

52. Quando il tuo intelletto passa al di là degli inganni dell'illusione, allora tu avrai raggiunto l'indifferenza per quello che è stato udito e per quello che ancora si deve udire.

Commento: L'insidia dell'illusione è l'identificazione del Sé con il non Sé. Essa confonde il senso di discriminazione tra il Sé e il non Sé. La mente corre verso gli oggetti sensuali e il corpo è considerato come il puro Sé. Quando uno raggiunge la purezza di mente, ottiene l'indifferenza riguardo alle cose udite e a quelle ancora da ascoltare. Esse gli appaiono di nessuna utilità. Costui non si preoccupa affatto di esse e ne ha disgusto. (Cfr. XVI. 24).

53. *Quando il tuo intelletto, confuso per quello che ha udito, rimarrà immobile e stabile nel Sé, allora tu avrai raggiunto la realizzazione del Sé.*

Commento: Quando il proprio intelletto, che è intossicato dal conflitto di opinioni riguardo al sentiero dell'azione e al sentiero della rinuncia diventa immobile, senza distrazioni e dubbi, fermamente stabilito nel Sé, allora uno raggiunge la realizzazione del Sé.

Arjuna disse:

54. *Qual è, Oh Krishna, la descrizione di colui che ha ferma saggezza e che è immerso nello Stato Superconscio? Come colui di stabile saggezza parla? Come egli siede? Come cammina?*

Commento: Arjuna desidera sapere dal Signore Krishna i segni caratteristici di colui che si è stabilito nel Sé attraverso il Samadhi; come una tale persona parla, siede e si muove.

I segni caratteristici di un saggio dalla stabile visione e i mezzi per raggiungere quella ferma conoscenza del Sé, sono descritti in dettaglio nei seguenti versi di questo discorso.

La stabile saggezza è la radicata conoscenza della propria identità con il Sé, raggiunta per mezzo della diretta realizzazione. (Cfr. XIV. 21 e 27).

Il Beato Signore disse:

55. *Quando un uomo completamente abbandona, Oh Arjuna, tutti i desideri della mente ed è soddisfatto nel Sé con il Sé, allora egli è detto essere uno dalla stabile saggezza.*

Commento: In questo verso il Signore Krishna dà la sua risposta alla prima parte della domanda di Arjuna.

Se qualcuno gusta dello zucchero candito, desidererà egli lo zucchero nero? Certamente no. Se uno raggiunge la suprema beatitudine del Sé, desidererà egli i piaceri sensuali? Assolutamente no. La somma totale dei piaceri di questo mondo è assolutamente priva di valore per un saggio illuminato dalla ferma saggezza, che è sempre contento e soddisfatto nell'immortale Sé. (Cfr. III. 17; VI. 7-8).

56. *Colui la cui mente non è scossa dalle avversità, che non ha bramosie per i piaceri e che è libero da attaccamento, paura e ira, è chiamato un saggio dalla stabile saggezza.*

Commento: Nei versi 56-58 il Signore Krishna dà la Sua risposta alla seconda parte della domanda di Arjuna circa la condotta di un saggio dalla ferma saggezza.

La mente di un tale saggio non è disturbata nelle calamità. Egli non è influenzato dalle tre afflizioni: quelle che provengono dalle malattie o da disordini nel corpo, quelle che derivano da tempeste, fulmini, inondazioni ecc. e quelle che derivano da creature come scorpioni, serpenti, tigri ecc.

Quando è posto in una felice condizione egli non ha desideri per i piaceri sensuali. (Cfr. IV. 10).

57. *Colui che da ogni lato è senza attaccamento nel fronteggiare buone o cattive azioni, che né gioisce né odia, stabile è la sua saggezza.*

Commento: Il saggio illuminato ha una equilibrata comprensione o serenità di mente. Egli non gioisce nel piacere, né avversa un qualsiasi dolore che lo può colpire. È completamente indifferente in quanto egli si è radicato nel Sé. Non ha alcun attaccamento neppure per la sua vita o corpo, poiché identifica se stesso con il Supremo Sé. Egli non loda nessuno quando questo gli fa del bene, né censura alcuno che gli procura danno. Questa è la risposta del Signore Krishna alla domanda: “Come parla un saggio di stabile saggezza?”.

58. *Quando, come la tartaruga che ritrae i suoi arti da tutte le direzioni, egli ritrae i suoi sensi da tutti gli oggetti sensuali, allora la sua saggezza diventa stabile.*

Commento: Il ritiro dei sensi è chiamato Pratyahara o astrazione. La mente ha una naturale tendenza di correre verso gli oggetti esterni. Lo Yogi ritrae la mente irrequieta di nuovo e ripetutamente dagli oggetti dei sensi e la fissa sul Sé. Uno Yogi che è dotato del potere del Pratyahara può entrare in Samadhi o lo stato superconscio in un batter d’occhio, anche in un luogo affollato ritirando tutti i suoi sensi all’interno. Egli non è affatto disturbato da suoni o rumori di qualsiasi tipo. Anche in un campo di battaglia egli può riposare nel Sé, ritirando i suoi sensi da ogni cosa esterna.

Colui che pratica il Pratyahara è morto al mondo, non è influenzato dalle vibrazioni esterne. In ogni momento, attraverso la semplice volontà, egli può por-

tare i suoi sensi sotto un perfetto controllo. Essi diventano suoi servi o strumenti obbedienti.

59. Gli oggetti dei sensi si allontanano dall'uomo che si astiene, lasciando (indietro) il desiderio; ma anche il suo desiderio si ritrae alla visione del Supremo.

Commento: Soltanto la conoscenza del Sé può distruggere *in toto* le sottili Vasana (tendenze mentali latenti), o i sottili desideri e attaccamenti, e anche i desideri per gli oggetti. Praticando severa austerità, abbandonando i piaceri sensuali, gli oggetti dei sensi possono ritrarsi da un asceta, ma il gusto o il desiderio o l'attrattiva per essi possono ancora rimanere.

60. I turbolenti sensi, Oh Arjuna, possono violentemente portar via la mente di un uomo saggio sebbene egli si stia sforzando (di controllarli).

Commento: L'aspirante dovrebbe, prima di tutto, tenere i sensi sotto il suo controllo. Essi sono come i cavalli. Se egli tiene i cavalli sotto il suo perfetto controllo, può raggiungere felicemente la sua destinazione. Cavalli turbolenti potrebbero farlo cadere sulla strada.

In una maniera simile i turbolenti sensi lo scaglieranno verso gli oggetti ed egli non sarà capace di raggiungere la sua destinazione spirituale, la liberazione finale o la dimora dell'eterna pace e immortalità. (Cfr. III. 33; V. 14).

61. Avendoli dominati tutti egli dovrebbe sedere fermo, intento su di Me; è stabile la saggezza di colui i cui sensi sono sotto controllo.

Commento: Egli dovrebbe controllare i sensi e sedere con la mente focalizzata sul Signore Supremo. La mente dovrebbe essere calma. La saggezza di uno Yogi così seduto e che ha portato tutti i suoi sensi sotto controllo è senza dubbio completamente stabile. Egli si è stabilito nel Sé.

Asita matparah: questo è spiegato da Sri Shankara come "Egli dovrebbe sedere contemplando: 'Io non sono altro che Quello'". (Cfr. II. 64).

62. Quando un uomo pensa agli oggetti, sorge l'attaccamento ad essi; dall'attaccamento nasce il desiderio; dal desiderio deriva l'ira.

Commento: Quando un uomo pensa alle belle, piacevoli e seducenti caratteristiche degli oggetti dei sensi, egli si sente attratto da essi. Allora li considera degni di essere acquisiti e comincia a bramare per essi. Egli sviluppa un forte de-

siderio di possederli. Poi cerca di fare del suo meglio per ottenerli. Quando il suo desiderio viene frustrato per un motivo od un altro, sorge l'ira nella sua mente. Se qualcuno ostacola il suo desiderio, egli odia quella persona, combatte contro di lei e sviluppa ostilità verso di lei. (Cfr. II. 64).

63. Dall'ira viene l'inganno; dall'inganno la perdita della memoria; dalla perdita della memoria, la distruzione della discriminazione; e per la distruzione della discriminazione egli perisce.

Commento: Dall'ira sorge l'inganno. Quando una persona dà sfogo all'ira egli perde il suo potere di discriminazione e non è capace di conoscere quello che è giusto e quello che è sbagliato. Egli parla e fa tutto quello che gli piace. Egli è trascinato via dagli impulsi della passione e delle emozioni e agisce irrazionalmente.

64. Ma l'uomo autocontrollato, muovendosi tra gli oggetti con i sensi sotto controllo, e libero da attrazione e repulsione, raggiunge la pace.

Commento: La mente e i sensi sono dotati di due naturali correnti di attrazione e repulsione. Quindi, essi amano certi oggetti e ne disprezzano altri. Ma l'uomo controllato si muove attraverso gli oggetti dei sensi con la mente e i sensi liberi da attrazione e repulsione, governato dal Sé. Egli raggiunge la pace dell'Eterno. I sensi e la mente obbediscono alla sua volontà in quanto l'uomo disciplinato ha una volontà molto forte. Egli prende soltanto quegli oggetti che sono necessari per il mantenimento del corpo, senza nessun amore od odio per essi. Non prende oggetti che sono proibiti dalle scritture.

In questo verso il Signore Krishna dà la risposta alla quarta domanda di Arjuna: "Come si muove un saggio dalla stabile saggezza?". (Cfr. III. 7, 19 e 25; XVIII. 9).

65. In quella pace tutti i dolori sono distrutti perché l'intelletto di colui la cui mente è tranquilla, presto diventa stabile.

Commento: Quando è stata raggiunta la pace mentale non c'è bramosia per gli oggetti dei sensi. Lo Yogi ha una perfetta padronanza sulla sua ragione e sul senso di discriminazione. L'intelletto dimora nel Sé; è completamente sereno e stabile. Le miserie del corpo e della mente hanno un termine.

66. Non c'è conoscenza del Sé per l'instabile, e per l'irrequieto nessuna meditazione è possibile; per chi non medita non ci può essere pace; e per quell'uomo che non ha pace, come ci può essere felicità?

Commento: L'uomo che non può focalizzare la sua mente nella meditazione non può acquisire la conoscenza del Sé. La mente instabile non può praticare la meditazione. Una tale persona non può avere intensa devozione per la conoscenza del Sé, né può avere un bruciante desiderio per la liberazione. Chi non pratica la meditazione non può possedere pace di mente. Come può l'uomo, che non ha pace di mente, godere della felicità?

Il desiderio o la sete per gli oggetti dei sensi sono i nemici della pace. Non ci può essere un briciolo di felicità per un uomo che brama gli oggetti dei sensi. La sua mente è sempre irrequieta e corre dietro agli oggetti. Solo quando questa sete muore, un uomo potrà gioire di una vera e stabile pace. Solo quando un uomo è in pace, sarà capace di meditare e di rimanere nel Sé.

67. Perché, la mente che segue le onde dei sensi vagabondi, trascina via la sua discriminazione come il vento (porta via) una barca sulle acque.

Commento: La mente che costantemente dimora sugli oggetti dei sensi, e si muove in compagnia dei sensi, distrugge completamente la discriminazione di un uomo. Proprio come il vento trascina via una barca dal suo corso, così ugualmente la mente trascina via l'aspirante dal suo sentiero spirituale e lo rivolge verso gli oggetti dei sensi.

68. Quindi, Oh potente Arjuna, è stabile la conoscenza di colui i cui sensi sono completamente ritratti dagli oggetti dei sensi.

Commento: Quando i sensi sono completamente controllati, la mente non può vagabondare selvaggiamente nelle abitudini sensuali. Essa diventa stabile come una lampada in un luogo senza vento. Lo Yogi è ora stabilito nel Sé e la sua conoscenza è ferma. (Cfr. III. 7).

69. Quello che è notte per tutti gli esseri, è poi veglia per l'uomo autocontrollato; Quando tutti gli esseri sono svegli, è notte per il saggio che vede.

Commento: Quello che è reale per le persone dalla mente mondana è un'illusione per il saggio e viceversa. Il saggio vive nel Sé; questo è giorno per lui. Egli è inconscio dei fenomeni del mondo; essi, infatti, sono notte per lui. L'uomo ordinario è inconscio della sua natura reale. La vita nello spirito è notte per lui. Egli sperimenta gli oggetti dei sensi; questo è giorno per lui. Il Sé è una non-entità per lui. Per il saggio questo mondo è una non-entità.

La gente dalla mente mondana è in una completa oscurità in quanto non ha la conoscenza del Sé. Quello che è oscurità per essa è luce totale per il saggio. Il Sé è notte per le persone dalla mente mondana. Il saggio è completamente sveglio, conosce direttamente la Suprema Realtà, la Luce delle luci. Egli è totalmente pieno dell'illuminazione e della conoscenza del Sé.

70. Raggiunge la pace colui nel quale tutti i desideri entrano come le acque entrano nell'oceano e che, riempito da tutti i lati, rimane immobile; ma non l'uomo che è pieno di desideri.

Commento: Proprio come l'oceano, che riempito dalle acque da tutti i lati, rimane indisturbato, così anche un saggio illuminato che riposa nella sua essenziale natura o Sé, non è affatto influenzato sebbene desideri d'ogni genere entrino da ogni lato. Il saggio raggiunge pace e liberazione, ma non coloro che aspirano agli oggetti di godimento dei sensi e nutrono vari desideri. (Cfr. XIII. 53-54).

71. Raggiunge la pace quell'uomo che abbandonando tutti i desideri si muove intorno senza brame, senza il senso del mio e senza egoismo.

Commento: Quell'uomo che vive libero dalla bramosia, che ha abbandonato tutti i desideri, che è privo del senso dell'"io" e del "mio", che è soddisfatto con le semplici necessità della vita, che non si preoccupa nemmeno per quelle semplici necessità, un tale uomo raggiunge la pace eterna. (Cfr. II. 55).

72. Questo è il Brahmico seggio (lo stato eterno), Oh figlio di Pritha. Raggiungendo questo, nessuno è deluso. Essendo qui stabilito, anche alla fine della vita uno raggiunge l'unità con Brahman.

Commento: Lo stato descritto nel verso precedente, vale a dire, rinunciare ad ogni cosa e vivere nel Sé, è lo stato Brahmico o lo stato di Brahman. Se l'aspirante raggiunge questo stato egli non è mai più deluso. Egli raggiunge la liberazione se rimane in questo stato anche al tempo della morte. Non è necessario affermare che, colui che si stabilisce in Brahman durante la sua vita, raggiunge il Sé o lo stato di Brahman. (Cfr. VIII. 5-6).

Antakala: Maharishi Vidyananya dice nel suo Panchadasi che qui questa parola significa: "Il momento quando l'ignoranza o la mutua superimposizione del Sé e del non Sé finisce".

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
termina il secondo discorso intitolato
"Il Sankhya Yoga".

Contenuto del Terzo Discorso

Con lo scopo di rimuovere Moha o attaccamento, che era l'unica causa della delusione di Arjuna, Sri Krishna gli insegnò l'immortale natura dell'Atman, la cui realizzazione gli avrebbe concesso la libertà dell'Eterno. Un dubbio però sorge nella mente di Arjuna circa la necessità di impegnarsi in azioni anche dopo che uno ha raggiunto questo stato.

Sri Krishna chiarisce questo dubbio dicendogli che sebbene uno abbia realizzato la sua unità con l'Eterno, dovrà ancora eseguire le azioni a causa della forza di Prakriti o della Natura. Egli rileva che la perfezione è raggiunta non con il cessare di impegnarsi in azioni, ma facendo tutte le azioni come offerte al Divino, imbevute con uno spirito di sacrificio e di non attaccamento.

Il Signore Krishna spiega ad Arjuna che l'uomo dalla Visione Divina non ha bisogno di impegnarsi in azioni, in quanto ha raggiunto ogni cosa che era da raggiungere. Egli può essere sempre assorbito nel calmo e immutabile Sé. Ma eseguire azioni per il bene del mondo e per l'educazione delle masse è senza dubbio superiore. Quindi le azioni sono necessarie non solo per colui che ha raggiunto la perfezione, ma anche per colui che si sta sforzando per la perfezione. Sri Krishna cita l'esempio del Raja Janaka, il grande Saggio-Re dell'India, che continuò a governare il suo regno anche dopo aver raggiunto la realizzazione di Dio.

Prakriti o Natura è fatta di tre qualità: Rajas, Tamas e Sattwa. L'Atman è al di là di queste tre qualità e del loro funzionamento. Solo quando la conoscenza di questi aspetti si risveglia nell'uomo, egli raggiungerà la perfezione.

Il Signore dice ad Arjuna che ognuno di noi dovrebbe eseguire i propri compiti in accordo alla propria natura o temperamento e che adempiere a questi compiti in accordo alla propria inerente natura, nel giusto spirito di distacco e di devozione, porterà alla perfezione e alla libertà.

Arjuna solleva la questione di come mai l'uomo commette delle azioni che anebbian la sua mente e lo attirano in basso, come se costretto da una forza. Sri Krishna risponde che è il desiderio che costringe l'uomo a perdere la sua discriminazione e comprensione, così egli commette azioni sbagliate. Il desiderio è la causa fondamentale di tutte le cattive azioni. Se il desiderio è rimosso, allora il potere Divino si manifesta in tutta la sua gloria totale e uno gode di pace, luce, beatitudine e libertà.

TERZO DISCORSO

LO YOGA DELL'AZIONE

Arjuna disse:

1. Se è stato insegnato da Te che la conoscenza è superiore all'azione, Oh Krishna, perché allora, Oh Kesava, mi chiedi di impegnarmi in questa terribile azione?

Commento: Nei versi 49-51 del secondo discorso, il Signore Krishna parla molto elevatamente di Buddhi Yoga o dello Yoga della Sagghezza. Egli di nuovo chiede ad Arjuna di combattere. Questo è il motivo per cui ora Arjuna è perplesso.

2. Con queste apparentemente ambigue parole Tu hai ora confuso la mia comprensione; perciò, dimmi qual è quell'unica via per la quale io posso sicuramente raggiungere la beatitudine.

Commento: Arjuna richiede al Signore Krishna di insegnargli una delle due strade – conoscenza o azione – per cui egli può ottenere il bene più alto, la beatitudine o la liberazione. (Cfr. V. 1).

Il Beato Signore disse:

3. In questo mondo c'è un duplice sentiero, come ho detto prima, Oh senza peccato: il sentiero della conoscenza del Sankhya e il sentiero dell'azione degli Yogi.

Commento: Il sentiero della conoscenza del Sankhya (Jnana Yoga) è stato descritto dal Signore Krishna nel secondo discorso, nei versi da 11 a 38, e il sentiero dell'azione (Karma Yoga) nei versi da 40 a 53.

Pura prokta: questo può anche significare "All'inizio della creazione, i due sentieri sono stati dati da Me a questo mondo".

Coloro che sono dotati dei "Quattro Mezzi" e che hanno un acuto, sottile intelletto e una ferma comprensione, sono adatti per lo Jnana Yoga. Coloro che hanno la tendenza a lavorare sono adatti per il Karma Yoga.

I "Quattro Mezzi" sono la discriminazione, il distacco, le sei virtù e il desiderio per la liberazione. Le sei virtù consistono in controllo della mente, controllo dei sensi, fermezza (sopportazione), distaccarsi dagli oggetti del mondo, fede e tranquillità.

Non è possibile per un uomo praticare Jnana Yoga e Karma Yoga simultaneamente. Il Karma Yoga è un mezzo per un fine. Esso purifica il cuore e prepara l'individuo per la ricezione della conoscenza. Il Karma Yogi dovrebbe praticare lo Jnana Yoga quando il suo cuore è purificato. Questo lo porterà all'obiettivo senza nessun altro aiuto estraneo. (Cfr. V. 5).

4. Non con l'astenersi dalle azioni raggiunge un uomo la libertà da esse, né con la mera rinuncia raggiunge egli la perfezione.

Commento: L'abilità di astenersi dalle azioni e la perfezione sono sinonimi. Il saggio che ha raggiunto la perfezione, o lo stato d'assenza di azioni, riposa nella sua propria essenziale natura di Satchidananda. Egli non ha né la necessità, né il desiderio per le azioni quali mezzo per uno scopo. Egli ha la perfetta soddisfazione nel Sé.

Uno raggiunge lo stato di assenza di azioni guadagnando la conoscenza del Sé. Se una persona semplicemente siede in pace, abbandonando l'azione, non si può affermare che ha raggiunto lo stato di assenza di azione. La sua mente starà pianificando, speculando e facendo schemi. Il pensiero è un'azione reale. Il saggio che è libero da pensieri, desideri, simpatie e antipatie e che ha la conoscenza del Sé, si può dire che ha raggiunto lo stato di assenza dall'azione.

Nessuno può raggiungere la perfezione (Siddhi) o la libertà dalle azioni, o la conoscenza del Sé con la semplice rinuncia, o semplicemente abbandonando le attività. (Cfr. XVIII. 49).

5. In verità nessuno può rimanere nemmeno per un momento senza eseguire azioni; perché, ognuno è costretto ad agire, in verità, senza speranza, dalle qualità che derivano dalla Natura.

Commento: I tre Guna sono Sattwa, Rajas e Tamas (II. 45). Le azioni sattwiche aiutano l'uomo a raggiungere la liberazione. Le azioni rajasiche e tamasiche legano l'uomo alla mondanità.

Queste qualità non possono influenzare un uomo che ha la conoscenza del Sé perché egli è andato al di là di esse. Egli è diventato un Gunatita – uno che ha trasceso le qualità della Natura. L'uomo che non ha la conoscenza del Sé, che è sbalottato dalle forze dell'ignoranza o nescienza è, senza speranza, condotto all'azione dai Guna. (Cfr. IV. 16; XVIII. 11).

6. Colui che, controllando gli organi dell'azione, siede pensando nella mente agli oggetti dei sensi, egli, di illusa comprensione, è detto un ipocrita.

Commento: I cinque organi dell'azione – i Karma Indryas – sono l'organo della parola, le mani, i piedi, i genitali e l'ano. Essi sono nati dalla porzione rajasica dei cinque sottili elementi. L'organo della parola è nato dall'elemento etere; le mani dall'aria; i piedi dal fuoco; i genitali dall'acqua; e l'ano dalla terra. Colui che, controllando questi organi, siede rimuginando nella sua mente pensieri che riguardano gli oggetti dei sensi, è un uomo dalla peccaminosa condotta. Egli è un illuso; è un vero ipocrita.

I Karma Indryas, come anche i pensieri, dovrebbero essere controllati. La mente dovrebbe essere stabile e fermamente fissa sul Signore. Solo allora uno può diventare un esperto Yogi. Solo allora può raggiungere la realizzazione del Sé.

7. Ma d'altra parte, chi controllando i sensi con la mente, Oh Arjuna, impegna se stesso nel Karma Yoga con gli organi dell'azione, senza attaccamento, costui eccelle.

Commento: Se uno esegue azioni con i suoi organi (piedi, mani ecc.), controllando gli organi della conoscenza con la mente, senza l'attesa dei frutti delle azioni e senza egoismo, egli è certamente più degno dell'uomo descritto nel verso precedente, che è un ipocrita e di falso comportamento. (Cfr. IV. 21; II. 64 e 68).

I cinque organi della conoscenza sono l'occhio, l'orecchio, il naso, la pelle e la lingua (il senso del gusto).

8. Esegui tu i (tuoi) obbligatori doveri, perché l'azione è superiore all'inazione, e anche il mantenimento del corpo sarebbe per te impossibile con l'inazione.

Commento: *Niyatam Karma:* qualsiasi compito obbligatorio che uno è costretto ad eseguire. La non esecuzione di compiti obbligatori produce un demerito.

L'esecuzione di compiti obbligatori non è un mezzo per il raggiungimento di risultati specifici. La loro esecuzione non causa alcun merito.

La vita stessa richiede parecchie naturali e inevitabili azioni che devono essere eseguite da tutti. È solo l'ignorante che dice: "Io posso vivere non facendo nulla".

9. Il mondo è legato alle azioni, all'infuori di quelle eseguite per amore del sacrificio; tu quindi, Oh figlio di Kunti, esegui le azioni per quell'amore (del sacrificio) soltanto, libero dall'attaccamento!

Commento: *Yajna*: un rito religioso o una qualsiasi altruistica azione fatta con un puro motivo. Significa anche Ishwara. La Taittiriya Samhita dei *Veda* dice: "Yajna in verità è Vishnu". Se qualcuno compie azioni per amore del Signore egli non è legato. Il suo cuore è purificato eseguendo azioni per amore del Signore. Quando questo spirito di altruismo non governa le azioni, tali azioni legano l'individuo alla mondanità, sia buone o gloriose che possano essere. (Cfr. II. 48).

10. Il Creatore, avendo all'inizio (della creazione) creato il genere umano insieme con il sacrificio, disse: "Per mezzo di questo [il sacrificio] propagatevi; sia questa la vacca da latte dei vostri desideri (la mucca che porta gli oggetti desiderati)".

Commento: *Prajapati*: è un altro nome di Brahma o il Creatore.

Kamadhuk: un altro nome per la mucca divina, Kamadhenu, è la mucca di Indra da cui ognuno può ricevere tutto il latte che desidera. (Cfr. VIII. 4; IX. 24 e 27; X. 25).

11. Con questo [il sacrificio] nutrite gli dei e possano gli dei nutrire voi; così sostenendovi l'uno con l'altro, raggiungerete il bene supremo.

Commento: *Deva*: letteralmente significa "l'essere luminoso". Con questo tipo di sacrificio voi sostenete gli dei come Indra. Gli dei, poi, sostenteranno voi con la pioggia ecc.

Il bene supremo è il raggiungimento della conoscenza del Sé, che libera l'uomo dai cicli di nascita e morte. Il bene più alto può anche significare il raggiungimento del cielo. I frutti dipendono dai motivi dell'aspirante.

12. Gli dei, nutriti dal sacrificio, vi daranno gli oggetti desiderati. Colui che gode degli oggetti dati dagli dei senza offrire (in cambio) ad essi, è in verità un ladro.

Commento: Quando gli dei sono compiaciuti per i vostri sacrifici, essi vi concederanno tutti gli oggetti desiderati, come figli, ricchezze, bestiame ecc. Colui che gode di quello che gli è stato dato dagli dei, cioè chi gratifica le brame dei sensi nel suo corpo senza offrire nulla agli dei in ritorno, è veramente un ladro. Egli è in realtà un predatore delle proprietà degli dei.

13. I giusti, che mangiano i resti del sacrificio, sono liberi da tutti i peccati; ma quei peccatori che cuociono il cibo (solo) per il loro proprio amore, in verità mangiano peccato.

Commento: Coloro che, dopo avere eseguito i “Maha Yajnas” o i “Cinque Grandi Sacrifici”, mangiano i resti del cibo, sono liberi dai peccati commessi nei seguenti cinque luoghi di uccisione di insetti: pestello e mortaio, la macina, il focolaio, il luogo dove il secchio dell’acqua è riposto e la scopa. Questi sono i cinque luoghi dove giornalmente si procura ingiuria alla vita. Questi peccati sono lavati dall’esecuzione dei cinque Maha Yajnas, che tutti gli iniziati, o coloro che appartengono alle prime tre caste della società Hindù, specialmente i Brahmini devono eseguire.

I cinque Maha Yajnas sono:

1. *Deva Yajna*: sacrifici agli dei, che li soddisferanno.
2. *Brahma Yajna* o *Rishi Yajna*: insegnamenti e recitazione delle Sacre Scritture, che soddisferanno Brahman e i Rishi.
3. *Pitri Yajna*: offerte e libagioni di acqua ai propri antenati che soddisferanno i defunti.
4. *Manushya* o *Nri Yajna*: dar da mangiare agli ospiti e a quelli che sono affamati.
5. *Bhuta Yajna*: dar da mangiare agli animali inferiori. (Cfr. IV. 31).

14. Dal cibo sono prodotte le creature; dalla pioggia è prodotto il cibo; dal sacrificio è prodotta la pioggia, il sacrificio è nato dall’azione.

Commento: *Yajna*, qui significa “apurva” o il principio sottile, la forma non visibile che un sacrificio assume tra il tempo della sua esecuzione e il tempo quando si manifestano i suoi frutti.

Karma: azione.

15. Sappi tu che l’azione viene da Brahma, e Brahma deriva dall’Immortale. Quindi, l’onnipervadente (Brahma) sempre risiede nel sacrificio.

Commento: *Brahma* può significare *Veda*. Proprio come il respiro viene fuori dall'essere umano, così anche i Sacri *Veda* sono il respiro dell'Immortale o dell'Onnisciente. I *Veda* sempre riposano nel sacrificio, essi trattano principalmente dei sacrifici e dei metodi per eseguirli. (Cfr. IV. 24-32).

16. Colui che non segue la ruota che è così fatta girare, che è di vita peccaminosa, godendo nei sensi, vive invano, Oh Arjuna.

Commento: Questa è la ruota dell'azione messa in moto dal Creatore sulle basi dei *Veda* e del sacrificio. Colui che non segue la ruota studiando i *Veda* ed eseguendo i sacrifici lì prescritti, ma che indulge solo nei piaceri sensuali, vive invano. Sciupa la sua vita; conduce infatti una vita inutile.

Uno che non vive in accordo con questa legge, commette peccato. Egli viola la legge del Creatore e questo è il peccato peggiore.

17. Ma per quell'uomo che gioisce solo nel Sé, che è soddisfatto nel Sé, che è contento nel Sé soltanto, in verità non c'è nulla da fare.

Commento: Il saggio illuminato non dipende dagli oggetti esterni per la sua felicità. Egli è completamente soddisfatto nel Sé. Egli trova la sua gioia, beatitudine e contentezza dentro il suo proprio Sé. Per un tale saggio che ha la conoscenza del Sé, non c'è nulla di più da fare. Egli ha già fatto tutte le azioni. Ha soddisfatto tutti i suoi desideri. Ha la soddisfazione completa. (Cfr. II. 55).

18. Per lui non c'è interesse alcuno per quello che è fatto o non è fatto; né egli dipende da alcuno per un qualsiasi oggetto.

Commento: Il saggio che gioisce nel suo proprio eterno, onnipervadente, immortale Sé non ottiene nulla facendo una qualsiasi azione. A lui non occorre nessun vero scopo per impegnarsi in una qualche azione. Né il male può toccarlo come risultato dell'inazione. Inoltre, egli non perde nulla essendo inattivo. Non ha bisogno di dipendere da nessuno per ottenere un particolare oggetto. Non si deve sforzare per ottenere il favore di qualcuno.

19. Quindi, senza attaccamento, esegui sempre le azioni che dovrebbero essere fatte; perché, eseguendo le azioni senza attaccamento, l'uomo raggiunge il Supremo.

Commento: Se tu esegui le azioni senza attaccamento, solo per amore del Signore, senza nessun motivo, tu raggiungerai la purezza di cuore e, alla fine, la realizzazione del Sé. (Cfr. II. 64; IV. 19 e 23; XVIII. 49).

20. Janaka e gli altri raggiunsero la perfezione, in verità, soltanto con l'azione; anche per la protezione delle masse tu dovresti eseguire le azioni.

Commento: Re Janaka e gli altri saggi avevano una perfetta conoscenza del Sé e tuttavia eseguivano azioni per dare un esempio alle masse. Essi lavorarono per la guida degli uomini.

21. Qualsiasi cosa un grande uomo faccia, quello anche gli altri uomini fanno; qualunque cosa egli stabilisce come standard, quello il mondo (l'umanità) segue.

Commento: L'uomo è un animale sociale; egli è anche un animale che imita. Egli prende le sue idee di giusto e di errato da quelle di chi egli considera i suoi superiori morali. Qualsiasi cosa un grande uomo faccia, la stessa è considerata come un'autorità dai suoi seguaci. Essi cercano di seguirlo; si sforzano di camminare sulle sue orme.

22. Non c'è nulla nei tre mondi, Oh Arjuna, che dovrebbe essere fatto da Me, né c'è nulla non raggiunto che dovrei conseguire; eppure Io impegno Me stesso nell'azione.

Commento: Io sono il Signore dell'universo e quindi non ho alcun personale motivo per impegnare Me stesso nell'azione. Non ho nulla da guadagnare perché ho tutte le divine ricchezze, poiché la ricchezza dell'intero universo è Mia; e tuttavia Io impegno Me stesso nell'azione dinamica.

Perché tu non segui il Mio esempio? Perché non ti sforzi di evitare che le masse seguano il sentiero sbagliato stabilendo un esempio tu stesso? Se tu stabilisci un esempio la gente ti seguirà, poiché sei un leader con nobili qualità.

23. Perché, se Io non impegnassi sempre Me stesso in azione, senza sosta, gli uomini in ogni modo seguirebbero il mio sentiero, Oh Arjuna.

Commento: Se Io rimanessi inattivo, anche il popolo M'imiterebbe e rimarrebbe quieto. Essi diventerebbero tutti tamasici ed entrerebbero in uno stato di inerzia.

24. Questi mondi perirebbero se Io non eseguiessi azioni; sarei allora l'autore della confusione delle caste e della distruzione di questi esseri.

Commento: Se Io non M'impegno in azioni anche il popolo diventa inattivo. Essi non eseguirebbero i loro doveri in accordo al Varnashrama Dharma (il codice morale che governa l'ordine della società e gli stadi della vita dell'uomo). Da questo, sorgerebbe la confusione delle caste. Allora Io dovrei distruggere questi esseri.

25. Come l'uomo ignorante agisce per attaccamento all'azione, Oh Bharata (Arjuna), così dovrebbe il saggio agire senza attaccamento, desiderando il benessere del mondo.

Commento: L'uomo ignorante lavora nell'attesa dei frutti. Egli dice, "Farò un tale e tale lavoro e otterrò questi frutti". Ma l'uomo saggio, che conosce il Sé, non fa servizio per uno scopo personale. Egli agisce in modo che il mondo, seguendo il suo esempio, possa raggiungere pace, armonia, purezza, luce divina e conoscenza. Un uomo saggio è uno che conosce il Sé. (Cfr. II. 64; III. 19; XVIII. 49).

26. Che il saggio non disturbi la mente della gente ignorante che è attaccata all'azione; ma dovrebbe impegnarla in tutte le azioni, eseguendo egli stesso queste, con devozione.

Commento: Un uomo ignorante dice a se stesso: "Io compirò quest'azione e da questa godrò il suo frutto". Un uomo saggio non dovrebbe disturbare questo credo. Ma al contrario, il saggio dovrebbe egli stesso mostrare l'esempio di eseguire i suoi compiti diligentemente, ma senza alcun attaccamento. Egli dovrebbe anche persuadere gli ignoranti a non trascurare mai i loro compiti. Se necessario, egli dovrebbe mettere di fronte a loro, in vividi colori, la pace e la felicità che potrebbero godere qui e nell'al di là, eseguendo diligentemente i loro compiti. Quando i loro cuori saranno purificati nel corso del tempo, l'uomo saggio dovrebbe allora seminare in loro i semi del servizio altruistico o Karma Yoga.

27. Ogni azione è provocata in tutti i casi solo dalle qualità della Natura. Colui la cui mente è illusa dall'egoismo pensa: "Io sono l'agente".

Commento: Prakriti o Natura è quello stato in cui i tre Guna esistono in una condizione d'equilibrio. Quando questo equilibrio è disturbato, la creazione inizia e vengono formati il corpo, i sensi e la mente. L'uomo che è illuso dall'egoismo identifica il sé con il corpo, la mente, la forza vitale e i sensi; e ascrive al Sé tutti

gli attributi del corpo e dei sensi. Egli quindi pensa, a causa dell'ignoranza, che è l'agente di tutte le azioni. In realtà sono i Guna della Natura che eseguono tutte le azioni. (Cfr. III. 29; V. 9; IX. 9-10; XIII. 21, 24, 30 e 32; XVIII. 13-14).

28. Ma chi conosce la verità, Oh potente guerriero (Arjuna), sulla divisione delle qualità e le (loro) funzioni, sapendo che i Guna come sensi si muovono tra i Guna come oggetti dei sensi, non ha attaccamento.

Commento: Colui che conosce la verità che il Sé è interamente distinto dai tre Guna e dalle azioni, non diventa attaccato alle azioni. Colui che conosce la verità sulla classificazione dei Guna e le loro rispettive funzioni, comprende che le qualità, come organi dei sensi, si muovono tra le qualità come oggetti dei sensi. Quindi, egli non è attaccato alle azioni. Egli pensa: "Io sono Akarta – Io non sono l'agente". (Cfr. XIV. 23-25).

29. Quelli che sono illusi dalle qualità della Natura sono attaccati alle funzioni delle qualità. L'uomo di perfetta conoscenza non dovrebbe disturbare lo stolto dalla conoscenza imperfetta.

Commento: La gente ignorante esegue azioni con l'attesa dei suoi frutti. Il saggio, che ha la conoscenza del Sé, non dovrebbe distrarre la fede o la convinzione, o il credo di tali persone ignoranti. Se egli disturba le loro menti, le persone ignoranti abbandoneranno le azioni e diventeranno vittime dell'inerzia. Condurranno una vita oziosa. All'inizio esse dovrebbero essere incoraggiate dal saggio a compiere azioni per amore dei loro frutti. Successivamente il saggio dovrebbe orientare le menti degli ignoranti dando loro graduali istruzioni sul Karma Yoga e illustrando i suoi benefici, vale a dire, la purificazione del cuore che porta al raggiungimento della realizzazione del Sé.

30. Dedicando tutte le azioni a Me, con la mente centrata nel Sé, libero da speranza ed egoismo, e dalla febbre (mentale), combatti.

Commento: Abbandonate tutte le azioni a Me con il pensiero: "Io eseguo tutte le azioni solo per amore del Signore".

Febbre significa angoscia e dolore. (Cfr. V. 10; XVIII. 66).

31. Coloro che costantemente praticano questo Mio insegnamento con fede e senza cavillare, essi anche sono liberi dalle azioni.

Commento: *Shraddha*: questo è un atteggiamento mentale. Significa fede; è la fede nel proprio Sé, nelle scritture e negli insegnamenti del precettore spirituale. È una combinazione delle più alte emozioni di riverenza e umiltà.

32. *Ma quelli che trovano da ridire sul Mio insegnamento e non lo praticano, illusi in tutta la conoscenza e privi di discriminazione, sappi che sono condannati alla distruzione.*

Commento: Le persone con la testa dura che sono ostinate, che trovano errori negli insegnamenti del Signore e che non li mettono in pratica, sono certamente condannati alla distruzione. Esse sono invero persone senza sensibilità e incorreggibili.

33. *Anche un uomo saggio agisce in accordo al suo temperamento; gli esseri seguono la propria natura; cosa può fare lo sforzo?*

Commento: Chi legge questo verso potrebbe arrivare alla conclusione che non c'è alcuno scopo per il personale sforzo dell'uomo. Non è così. Leggete il verso seguente. Esso indica chiaramente che l'uomo può conquistare la sua natura se si solleva al di sopra della fluttuazione delle coppie di opposti, come amore e odio, simpatia e antipatia ecc.

Solo l'uomo ignorante e passionale cade sotto l'oscillazione delle sue inclinazioni naturali e della sua natura inferiore. Egli non può avere nessun controllo sui sensi e sulle due correnti di simpatia e antipatia. Il ricercatore della Verità, che è dotato dei "Quattro Mezzi" (v. commento al verso III. 3) e che costantemente pratica la meditazione, può facilmente controllare la sua natura. (Cfr. II. 60; V. 14; XVIII. 59).

34. *Attaccamento e avversione agli oggetti dei sensi risiedono nei sensi; che nessuno cada sotto la loro oscillazione, perché essi sono i suoi nemici.*

Commento: Ogni senso ha la sua attrazione per un oggetto piacevole, e ha avversione per uno sgradevole. Se uno può controllare queste correnti di attaccamento e avversione, allora non cadrà sotto l'influenza della loro alternanza. Questo è lo scopo dello sforzo personale o Purushartha. La Natura, che contiene la somma totale dei propri Samskara o le latenti, autoproduttive impressioni delle passate azioni di merito e demerito, attira l'uomo nel suo flusso attraverso le correnti di attaccamento e avversione. Se l'aspirante può controllare queste correnti, se può sollevarsi al di sopra di questi ondeggiamenti tra amore e odio attraverso la discriminazione

e la corretta indagine, egli può conquistare la sua natura e raggiungere immortalità e beatitudine eterna. Non sarà più a lungo soggetto alla sua natura inferiore. Quindi, il ricercatore, dovrebbe sempre sforzarsi di liberare se stesso da attaccamenti e antipatie agli oggetti dei sensi.

35. È meglio il proprio dovere, benché privo di merito, che il dovere di un altro eseguito correttamente. È meglio la morte nel proprio dovere; il dovere di un altro è carico di paure (è produttivo di pericoli).

Commento: È in verità molto meglio per una persona morire mentre sta compiendo il proprio dovere – sebbene possa essere privo di merito – che vivere svolgendo il compito di un altro, anche se eseguito in maniera perfetta, perché il dovere di un altro produce molte cadute.

Il dovere di uno Kshatriya è quello di combattere in una giusta battaglia. Arjuna deve quindi combattere. Questo è il suo dovere. Anche se egli muore nel portare a termine il suo dovere, questa è la cosa migliore per lui. Egli ascenderà al cielo. Egli non dovrebbe fare il dovere di un altro; questo gli porterebbe dei pericoli. Nel nome della rinuncia egli non dovrebbe trattenersi dal combattere. (Cfr. XVIII. 47).

Arjuna disse:

36. Ma costretto da cosa un uomo commette peccato, sebbene contro la sua volontà, Oh Varshneya (Krishna), obbligato come per forza?

Commento: *Varshneya*: uno nato nella famiglia dei Vrishnis, un nome di Krishna.

Il Beato Signore disse:

37. È il desiderio, è l'ira nata dalla qualità Rajas, malefica e che tutto divora; conosco come il nemico che è qui (in questo mondo).

Commento: *Bhagavan*: “Bhaga” significa con i sei attributi. Essi sono conoscenza, distacco, fama, ricchezza, potenza, divine manifestazioni ed eccellenza. Colui che possiede questi attributi e che ha una perfetta conoscenza delle origini e della fine di quest’universo, è Bhagavan o il Signore.

La causa di tutti i peccati e delle azioni sbagliate in questo mondo è il desiderio. L’ira è il desiderio in se stesso. Quando il desiderio di un uomo non è grati-

ficato egli si arrabbia con coloro che rappresentano degli ostacoli sul sentiero del suo esaudimento. Il desiderio nasce dalla qualità di Rajas. Quando un desiderio sorge esso genera Rajas e spinge l'uomo a lavorare per il suo esaudimento. Quindi, sappi che il desiderio è il più gran nemico dell'uomo su questa terra. (Cfr. XVI. 21).

38. Come il fuoco è avvolto dal fumo, come lo specchio dalla polvere e come un embrione dalla membrana, così questo è avvolto da quello.

Commento: *Questo:* l'universo, può anche significare la conoscenza.
Quello: il desiderio.

39. Oh Arjuna, la saggezza è avviluppata da questo costante nemico del saggio nella forma del desiderio che è implacabile come il fuoco.

Commento: Manu dice: "Il desiderio non può mai essere saziato o raffreddato dal godimento degli oggetti. Proprio come il fuoco si sprigiona più forte quando alimentato da burro o legno, così anche il desiderio aumenta quando è alimentato con gli oggetti del godimento. Se ogni tipo di cibo esistente sulla terra, tutti i metalli preziosi, tutti gli animali e tutte le più belle donne venissero in possesso di una persona che ha tali desideri, essi non riuscirebbero a dargli una finale e completa soddisfazione".

Quando brama per gli oggetti, l'uomo ignorante considera il desiderio come un suo amico. Gli dà il benvenuto per la gratificazione dei sensi. Ma l'uomo saggio conosce dalla sua esperienza, anche prima di soffrirne le conseguenze, che il desiderio gli porterà solo miseria e preoccupazioni. Quindi esso è il costante nemico del saggio, ma non dell'ignorante.

40. I sensi, la mente e l'intelletto sono detti essere la sua sede; attraverso questi esso illude colui che ha un corpo velando la sua saggezza.

Commento: Se la dimora di un nemico è conosciuta, esso può essere facilmente ucciso. Così il Signore Krishna, come un saggio generale d'armata, indica ad Arjuna la dimora del desiderio in modo che egli possa essere capace di attaccarlo e ucciderlo facilmente.

41. Quindi, Oh migliore tra i Bharata (Arjuna), controllando dapprima i sensi, uccidi quest'oggetto pericoloso (il desiderio), il distruttore di conoscenza e realizzazione!

Commento: *Jnana*: conoscenza ottenuta attraverso lo studio delle scritture. Questa è una conoscenza indiretta o Paroksha Jnana. Vijnana è la conoscenza diretta o esperienza personale attraverso la realizzazione del Sé o anche Aparoksha Jnana.

Il Signore Krishna suggerisce che i sensi dovrebbero prima essere controllati e poi si dovrebbe uccidere il desiderio.

42. *Essi affermano che i sensi sono superiori (al corpo); superiori ai sensi è la mente; superiore alla mente è l'intelletto; e uno che è superiore anche all'intelletto è il Sé.*

Commento: Quando paragonati al corpo fisico, che è grossolano, esterno e limitato, i sensi sono certamente superiori in quanto essi sono più sottili e più interni e hanno una più ampia gamma d'attività. La mente è superiore ai sensi, in quanto questi ultimi non possono funzionare indipendentemente o senza il suo aiuto. La mente può eseguire le funzioni dei cinque sensi. L'intelletto è superiore alla mente perché è dotato della facoltà della discriminazione. Quando la mente è in uno stato di dubbio, l'intelletto viene in suo soccorso. Il Sé è superiore anche all'intelletto, in quanto l'intelletto ottiene la sua luce dal Sé.

43. *Così, conoscendo Colui che è superiore all'intelletto e controllando il sé con il Sé, sconfiggi tu, Oh potente guerriero Arjuna, il nemico nella forma del desiderio, difficile da vincere!*

Commento: Controlla il sé inferiore con il più alto Sé. Sottometti la mente inferiore con la mente superiore. È difficile conquistare il desiderio perché esso è di una natura molto complessa e incomprensibile. Un uomo di discriminazione e distacco, che fa una costante e intensa Sadhana, può conquistarlo facilmente. Il desiderio è della qualità di Rajas. Se aumenti la qualità di Sattwa in te stesso, puoi conquistare il desiderio. Rajas non può resistere di fronte a Sattwa.

Anche se il desiderio è difficile da sconfiggere, non è impossibile. Il metodo più semplice e diretto è quello di appellarsi alla Presenza che dimora all'interno (Dio) attraverso la preghiera e il Japa.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina il terzo discorso intitolato "Lo Yoga dell'Azione".

Contenuto del Quarto Discorso

Il Signore Krishna dichiara che Egli è nato di era in era, per risollevare l'uomo e portarlo verso il Supremo. Quando c'è una prevalenza d'ingiustizia e il mondo è governato dalle forze dell'oscurità, il Signore manifesta Se stesso per distruggere queste forze avverse e per ristabilire pace, ordine e armonia. Per questo motivo noi vediamo l'apparizione dei Grandi Salvatori del mondo.

Qual è il segreto di un'azione yogica? Ora il Signore prosegue nello spiegare questo segreto ad Arjuna. Anche se uno non è impegnato in azione, ma se la sua mente è attiva con l'idea di esecuzione ed egoismo, allora questa è azione nell'inazione. Dall'altra parte, sebbene impegnato fisicamente in una intensa azione, se l'idea dell'attività è assente, se uno sente che è Prakriti che fa ogni cosa, allora questa è inazione nell'azione. L'uomo realizzato è libero dagli attaccamenti ed è sempre calmo e sereno sebbene impegnato in continue azioni. Egli non è influenzato dalle coppie di opposti come gioia e dolore, successo e insuccesso ecc.

Colui che ha una vera unione con il Signore non è soggetto alla rinascita. Egli raggiunge l'immortalità. Una tale unione può essere raggiunta soltanto quando uno è libero da attaccamento, paura e ira, essendo totalmente purificato dalla giusta conoscenza. Il Signore accetta la devozione di tutti, qualunque sia il sentiero che essi possano utilizzare per avvicinarsi a Lui.

Vari tipi di sacrifici sono eseguiti da coloro che sono impegnati sul sentiero verso Dio. Attraverso la pratica di questi sacrifici la mente è purificata e portata a Dio. Anche qui ci deve essere lo spirito del non attaccamento al frutto delle azioni.

La Divina Sagghezza, in accordo col Signore Krishna, dovrebbe essere ricercata ai piedi di un Guru liberato, uno che ha realizzato la Verità. L'aspirante dovrebbe avvicinare un tale Saggio realizzato, in uno spirito d'umiltà e devozione. Dio stesso si manifesta nel cuore del Guru e istruisce il discepolo. Avendo compreso la Verità dal Guru per diretta esperienza, l'aspirante non è più deluso dall'ignoranza.

Il liberato aspirante osserva direttamente il Sé in tutti gli esseri e tutti gli esseri nel Sé. Egli riconosce, attraverso l'esperienza interiore o l'intuizione, che tutti gli esseri, dal Creatore fino ad un filo d'erba, esistono nel suo Sé e anche in Dio.

Ad Arjuna è data la più consolante assicurazione che la Divina Sagghezza libera anche il più grande peccatore. Quando la conoscenza del Sé sorge, tutte le azioni con i loro risultati sono bruciati dal fuoco di quella conoscenza, proprio come il carburante è bruciato dal fuoco. Quando non c'è alcuna traccia d'egoismo, quando non c'è alcun desiderio per i frutti delle proprie azioni, le azioni sono inazioni. Esse perdono il loro potere.

Per raggiungere la Divina Sagghezza uno deve avere una suprema fede e devozione. La fede è quindi la più importante qualificazione per un aspirante spirituale. La mente che dubita è sempre allontanata dal giusto sentiero. La fede alla fine conferisce la Divina Conoscenza che rimuove definitivamente l'ignoranza.

Maggior conoscenza intellettuale non porta alla liberazione. Essa non può concedere la pace suprema. Quando uno ha raggiunto completa padronanza di sé e auto-

controllo, quando ha intensa fede e devozione, allora la vera conoscenza sorge dall'interno e si raggiunge liberazione e libertà da ogni peccato e debolezza.

Il Signore conclude enfatizzando che l'anima che dubita va verso la distruzione. Senza fede in se stesso, nelle Scritture e nelle parole del Precettore, uno non può fare nessun passo in avanti sul sentiero spirituale. Sono i dubbi che impediscono che uno si impegni nella Sadhana spirituale e che realizzi la più alta conoscenza. Seguendo le istruzioni del Guru e attraverso il sincero servizio, i propri dubbi sono eliminati e la Divina Conoscenza manifesta se stessa all'interno. Il progresso spirituale va allora avanti a rapidi passi.

QUARTO DISCORSO

LO YOGA DELLA SAGGEZZA

Il Beato Signore disse:

1. Ho insegnato questo immortale Yoga a Vivasvan; egli lo disse a Manu; Manu lo proclamò ad Ikshvaku.

Commento: *Vivasvan:* il Sole.

Ikshvaku: il figlio di Manu. Egli fu l'onorevole antenato della solare dinastia degli Kshatriya.

Questo Yoga è detto esser immortale perché il suo risultato o frutto – la liberazione dai ripetuti cicli di nascita e morte – ottenibile attraverso di esso, è eterno.

Se i governatori dei regni fossero in possesso di una conoscenza dello Yoga insegnato da Me nei precedenti due discorsi, essi potrebbero proteggere i Brahmana e guidare i loro reami con perfetta giustizia. Perciò Io insegnai questo Yoga al dio Sole all'inizio dell'evoluzione.

2. Questo, trasmesso così in regolare successione, i saggi reali conobbero. Questo Yoga, con lungo andar del tempo, è stato qui perso, Oh Parantapa (distuttore di nemici).

Commento: *Saggi reali:* questi uomini che erano Re e allo stesso tempo dei saggi. Essi impararono questo Yoga.

Parantapa: Arjuna potrebbe, con il potere del suo valore, bruciare o disseccare i suoi nemici nello stesso modo come potrebbe farlo il sole. Quindi, il nome di Parantapa.

3. *Quello stesso antico Yoga è stato oggi insegnato a te da Me, perché tu sei Mio devoto e amico. Questo è il segreto supremo.*

Commento: Questo Yoga contiene profondi e sottili insegnamenti. Quindi è il supremo segreto rivelato dal Signore ad Arjuna.

Arjuna disse:

4. *Successiva fu la tua nascita, e precedente era stata la nascita di Vivasvan (il sole); come devo comprendere che Tu insegnasti questo Yoga all'inizio?*

Commento: La nascita del Signore ebbe luogo nella casa di Vasudeva. Vivasvan o Vivasvat (il sole) era nato precedentemente, all'inizio dell'evoluzione. Arjuna vuol sapere come egli può credere che il Signore insegnò questo Yoga all'inizio a Vivasvan e ora lo sta insegnando a lui. Egli non è capace di riconciliare questo. Così chiede al Signore di illuminarlo.

Il Beato Signore disse:

5. *Molte mie nascite sono passate, come anche molte delle tue, Oh Arjuna. Io le conosco tutte, ma tu non le conosci, Oh Parantapa.*

Commento: Arjuna non ha la conoscenza intuitiva. A causa delle sue passate azioni l'occhio della saggezza non è ancora aperto in lui. Essendo limitato il potere della sua visione interiore, egli non conosce le sue nascite precedenti. Il Signore le conosce tutte perché Egli è onnisciente.

6. *Sebbene io sono non nato e di natura immortale, e sebbene io sono il Signore di tutti gli esseri, tuttavia governando la Mia propria Natura, Io nasco per opera della Mia propria Maya.*

Commento: L'uomo è legato dal Karma, perciò egli nasce. Egli è sotto la morsa della Natura. Egli è illuso dalle tre qualità della Natura, mentre il Signore ha Maya sotto il Suo perfetto controllo. Il Signore governa su Maya, e così Egli non è sotto la schiavitù delle sue qualità. Attraverso la Sua propria Maya o potere illusorio, Egli appare come se fosse nato o avesse preso un corpo, ma non è così in realtà. Il Suo corpo è, in pratica, apparente; non può influenzare la Sua propria divina Natura. (Cfr. IX. 8).

7. Ogniqualvolta c'è un declino della rettitudine, Oh Arjuna, e un risollevarsi dell'ingiustizia, allora Io manifesto Me stesso.

Commento: *Dharma [rettitudine]:* quello che insieme sostiene e supporta. Non c'è un adatto equivalente per questo termine nella lingua inglese. Quello che aiuta un uomo a raggiungere la liberazione o la salvezza è il Dharma; quello che rende un uomo irreligioso o ingiusto è Adharma. Quello che solleva un uomo e lo aiuta a raggiungere l'obiettivo della vita e raggiungere la conoscenza del Sé o Brahman è il Dharma; quello che lo trascina e lo spinge giù negli abissi della mondanità e dell'ignoranza è Adharma.

8. Per la protezione dei buoni, per la distruzione dei malvagi e per ristabilire la rettitudine, Io nasco in ogni era.

Commento: *Sadhunam:* i buoni; coloro che conducono una vita di verità e di rettitudine, che utilizzano il corpo per il servizio dell'umanità, che sono liberi da egoismo, ira, odio, passione e cupidigia, che dedicano la loro vita alla divina contemplazione.

Dushkritam: i malvagi, coloro che conducono una vita di ingiustizia, che infrangono le leggi della società, che sono vani, disonesti e avidi, che insultano gli altri, che s'impossessano con la forza delle proprietà degli altri, che commettono atroci crimini di ogni genere.

9. Colui che così conosce in vera luce le Mie divine nascite e azioni, dopo aver abbandonato il corpo, non nasce di nuovo; egli viene a Me, Oh Arjuna.

Commento: Il Supremo Signore, sebbene apparentemente nato, è sempre al di là di nascita e morte; sebbene apparentemente attivo per ristabilire fermamente la rettitudine, Egli è sempre al di là di tutte le azioni. Colui che conosce questo non è mai nato di nuovo; egli raggiunge la conoscenza del Sé e diviene liberato mentre vive.

La nascita del Signore è un'illusione. Egli è al di là delle regole della Natura. Egli è divino; questo è particolare solo per il Signore. Sebbene appaia in forma umana, il Suo corpo è Chinmaya (pieno di coscienza e non composto di materia inerte come un corpo umano, che è composto dei cinque elementi).

10. Liberi da attaccamenti, paura e ira, assorbiti in Me, prendendo rifugio in Me, purificati col fuoco della conoscenza, molti hanno raggiunto il Mio essere.

Commento: Quando uno raggiunge la conoscenza del Sé, allora ogni attaccamento agli oggetti dei sensi cessa. Quando realizza che egli è il costante, indistruttibile, eterno Sé, e che quel cambiamento è semplicemente una qualità del corpo, egli diventa privo di paura. Quando diventa privo di desideri, quando è libero dall'egoismo, quando osserva soltanto il Sé dappertutto, come può sorgere l'ira in lui?

Colui che prende rifugio in Brahman o l'Assoluto, diventa fermamente devoto a Lui. Diventa totalmente assorbito in Lui.

Jnanatapas: il fuoco della saggezza. Proprio come il fuoco brucia il cotone, così anche questo fuoco di saggezza brucia tutte le tendenze latenti, i desideri, le impressioni mentali, i difetti, i peccati e gli effetti di tutte le azioni. Esso purifica l'aspirante. (Cfr. II. 56; IV. 19-37).

11. In qualsiasi modo gli uomini si avvicinano a Me, ugualmente Io li ricompenso; in ogni maniera gli uomini seguono la Mia strada, Oh Arjuna.

Commento: Il Signore ricompensa gli uomini concedendo loro gli oggetti che desiderano in accordo alla loro natura e al motivo per cui essi Lo hanno ricercato. Se qualcuno Lo adora con un motivo egoistico, gli concede l'oggetto del suo desiderio. Se alcuno Lo adora altruisticamente per raggiungere la conoscenza del Sé, gli concede la pace e la liberazione. Egli non è assolutamente parziale con nessuno. (Cfr. VII. 21; IX. 23).

12. Coloro che desiderano il successo nell'azione in questo mondo sacrificano agli dei, poiché il successo è rapidamente raggiunto dagli uomini attraverso l'azione.

Commento: È molto difficile raggiungere la conoscenza del Sé. Richiede una rinuncia perfetta. L'aspirante dovrebbe possedere i "Quattro Mezzi" (v. commento al verso III. 3) e molte altre virtù. Egli dovrebbe praticare intensa meditazione. Il successo mondano, d'altra parte, può essere raggiunto con facilità e rapidamente.

Le ingiunzioni vediche basate su caste e ordine, hanno significato soltanto per gli uomini di questo mondo.

13. Le quattro caste sono state create da Me in accordo alla differenziazione dei Guna e del Karma; sebbene Io ne sono l'autore, conosciMi come non agente e immutabile.

Commento: Le quattro caste sono: Brahmana, Kshatriya, Vaisya e Sudra. Questa divisione è in accordo ai Guna e al Karma. Guna è la qualità; Karma è il tipo di lavoro. Guna e Karma determinano la casta di un uomo.

Sattwa predomina nel Brahmana. Egli possiede serenità, purezza, autocontrollo, rettitudine e devozione.

Rajas predomina nello Kshatriya. Egli possiede coraggio, splendore, fermezza, abilità, generosità, e capacità di governare.

Rajas e Tamas predominano in un Vaisya. Egli ha il compito di coltivare la terra, proteggere il bestiame e commerciare.

In un Sudra, Tamas predomina e Rajas è subordinato alla qualità di Tamas. Egli rende servizio alle altre tre caste. I temperamenti e le tendenze umane variano in accordo ai Guna.

Sebbene il Signore è autore del sistema delle caste, tuttavia Egli non ne è l'autore in quanto Egli è non-agente. Egli non è soggetto ad obblighi mondani. Maya, il Suo potere illusorio, è in realtà quello che fa tutto.

La società può esistere in una condizione florida solo se le quattro caste eseguono correttamente i loro compiti, altrimenti ci sarà caos, fratture e ostilità. (Cfr. XVIII. 41).

14. Le azioni non Mi macchiano, né ho desiderio per i frutti delle azioni. Colui che così Mi conosce, non è vincolato dalle azioni.

Commento: Poiché Io non ho né egoismo né desiderio per i frutti delle azioni, Io non sono vincolato dalle azioni. Le persone mondane pensano che loro sono gli agenti e che eseguono azioni. Quindi si aspettano anche i frutti per le loro azioni. Così esse rinascono continuamente. Se uno lavora senza egoismo, attaccamento o attesa di ricompensa, egli non sarà vincolato dalle azioni. Sarà libero da nascita e morte. (Cfr. IX. 9).

15. Sapendo questo, gli antichi ricercatori della libertà ugualmente eseguivano azioni; quindi, tu pure compi azioni come fecero gli antichi in tempi andati.

Commento: Così, sapendo che il Sé non può avere alcun desiderio per i frutti delle azioni e che non può essere macchiato da essi, e sapendo che nessuno può essere macchiato se lavora senza egoismo, attaccamento e attesa per i frutti, tu dovresti eseguire i tuoi compiti.

Se il tuo cuore è impuro, allora esegui azioni per la sua purificazione. Se hai raggiunto la conoscenza del Sé, poi lavora per il benessere del mondo. Gli antichi come

il re Janaka e altri, si impegnarono in azioni. Così ugualmente tu dovresti eseguire azioni.

16. Cos'è azione? Cos'è inazione? Riguardo a questo anche i saggi sono confusi. Quindi ti insegnerò una tale azione (la natura dell'azione e dell'inazione), e conoscendo quella tu sarai liberato dal male (del Samsara, il mondo delle nascite e delle morti). (Cfr. VIII. 1).

17. Perché, in verità, la vera natura dell'azione (imposta dalle scritture) dovrebbe essere conosciuta, e anche (quella) vietata (o proibita) azione e inazione; difficile da comprendere è la natura (il sentiero) dell'azione.

18. Colui che vede l'inazione nell'azione e l'azione nell'inazione, è un saggio tra gli uomini; egli è uno Yogi e un esecutore di tutte le azioni.

Commento: Comunemente parlando azione significa movimento del corpo, movimento delle mani e dei piedi, e inazione significa sedere in riposo.

È l'idea d'azione, l'idea di "io sono l'agente" che vincola l'uomo alla mondanità. Se quest'idea svanisce, l'azione è totalmente non-azione. Essa non vincola l'individuo al mondo materiale. Se rimani come uno spettatore o un silente testimone delle attività della Natura, sapendo che la Natura fa ogni cosa e che tu sei il non-agente, se identifichi te stesso con il Sé senza azioni, allora, non importa quale azione o quanto di essa è fatto, questa è totalmente non-azione. Questo è inazione nell'azione. Attraverso una tale pratica e sentimento, l'azione perde la sua natura vincolante.

D'altra parte, un uomo può sedere quietamente. Egli può non stare facendo nulla. Ma se ha l'idea dell'agente o dell'esecutore, o se pensa che egli è l'agente, allora egli agisce anche se siede in riposo. Questo è descritto come azione nell'inazione. Sono le azioni della mente che sono le vere azioni.

"In verità nessuno può mai rimanere anche per un momento senza eseguire azioni; perché ognuno è costretto ad agire involontariamente dalle qualità create dalla Natura". (Cfr. III. 5).

L'inazione, inoltre, produce il sentimento di egoismo. Un uomo inattivo dice: "Io siedo quietamente, non faccio nulla". L'inazione, come l'azione, è erroneamente attribuita al Sé.

Colui che conosce questa verità è l'esecutore di tutte le azioni. Egli ha raggiunto la fine di tutte le azioni, cioè, ha raggiunto la libertà o la conoscenza o la perfezione.

Mentre una nave si muove nell'oceano, gli alberi sulla spiaggia che sono immobili, sembrano muoversi nella direzione opposta a quella dell'uomo che è sulla

nave. Oggetti che si muovono e che sono molto lontani, come le stelle, sembrano essere stazionari o senza moto. Anche così nel caso del Supremo Sé, l'inazione è scambiata per azione e l'azione per inazione.

Il Sé è senza azione. Il corpo e i sensi eseguono azioni. Queste azioni sono falsamente ed erroneamente attribuite dall'ignorante all'immobile Sé. Quindi, l'uomo ignorante pensa: "Io agisco". Egli pensa che il Sé è colui che agisce o l'agente delle azioni. Questo è un errore. Questa è ignoranza.

Proprio come il moto non appartiene realmente né agli alberi né alla spiaggia, così ugualmente le azioni non appartengono realmente al Sé. Quest'ignoranza, che è la causa delle ripetute nascite e morti, svanisce quando si raggiunge la realizzazione del Sé.

19. Colui le cui imprese sono prive di desideri e di scopi (egoistici), e le cui azioni sono state bruciate dal fuoco della conoscenza, lui i savi chiamano un saggio.

Commento: Un saggio esegue azioni solo con lo scopo di mostrare un esempio alle masse. Sebbene lavori, egli non fa nulla in quanto non ha interessi egoistici; le sue azioni sono bruciate dal fuoco della saggezza che consiste nella realizzazione dell'inazione nell'azione, attraverso il raggiungimento della conoscenza del Sé.

La conoscenza del Sé è un potente fuoco spirituale che consuma i risultati di ogni tipo di azione, che sia buona o cattiva, rendendo il saggio illuminato completamente libero dai legami dell'azione. Il saggio che conduce una vita di perfetta rinuncia fa solo quelle azioni che sono richieste per la semplice esistenza del corpo. (Cfr. III. 19; IV. 10; IV. 37).

20. Avendo abbandonato l'attaccamento ai frutti delle azioni, sempre contento, da nulla dipendendo, egli non fa nulla sebbene impegnato in attività.

Commento: La stessa idea dell'inazione in azione è ripetuta qui per provocare una profonda impressione nelle menti degli aspiranti spirituali. Chi lavora per il benessere del mondo, esegue azioni senza egoismo e attaccamento ai suoi frutti, solo per mostrare un esempio alle masse. Egli realmente non fa nulla sebbene sia sempre impegnato in attività, perché possiede la conoscenza del Sé. Il Sé è al di là di tutte le attività ed egli ha realizzato la sua identità con Esso.

Poiché il Sé è contenuto in se stesso, tutti i desideri sono esauditi quando uno Lo realizza. Una tale persona è sempre soddisfatta e non dipende da nulla; proprio come un uomo che ha il favore del re non dipende dal ministro o da un membro del governo per alcuna necessità. (Cfr. IV. 41).

21. Senza attese e con la mente e il sé controllato, avendo abbandonato ogni cupidigia, compiendo azioni semplicemente per il corpo, egli non incorre in nessun peccato.

Commento: Il saggio illuminato rinuncia a tutte le azioni eccetto quelle necessarie per il mantenimento del corpo. Egli abbandona ogni possedimento. Non incorre in nessun peccato che possa causare effetti dannosi. Per un uomo che brama la liberazione, anche il Dharma o la retta attività è un peccato in quanto produce il legame al Samsara. Il Dharma è una catena dorata per lui. Una catena dorata è sempre una catena. Un saggio è totalmente liberato sia da Dharma che da Adharma, bene e male, virtù e vizio. (Cfr. III. 7).

22. Contento con quello che gli viene senza sforzo, libero da invidia e dalle coppie di opposti, equilibrato in successo e fallimento, sebbene agente, egli non è vincolato.

Commento: Il saggio è completamente soddisfatto con quello che gli sopravviene per caso. Nei versi IV. 18-23, c'è solo una reiterazione dei risultati della conoscenza del Sé, che è al di là di ogni azione. Il saggio che identifica se stesso con il Sé senza azioni non è vincolato, perché le azioni e le loro cause, che legano l'individuo alla ruota delle nascite e delle morti, sono state bruciate nel fuoco della conoscenza del Sé. Proprio come un seme arrostito non può germinare, così anche i Karma o azioni bruciate nel fuoco della conoscenza del Sé, non possono produrre una nascita futura.

La gente ordinaria quando vede il saggio che compie delle azioni, pensa che anche lui è un agente attivo e quindi vincolato. Questo è un errore. Dal suo punto di vista e in verità, egli è totalmente non agente. Egli in realtà non compie alcuna azione. Egli sente e dice: "Io non faccio assolutamente nulla: la Natura fa ogni cosa. Le tre qualità della Natura fanno ogni cosa. Io sono semplicemente il loro testimone".

Un tale saggio non è influenzato da caldo e freddo, piacere e dolore, successo e fallimento, egli ha sempre uno stato di mente equilibrato. Non è attaccato nemmeno a quelle cose che sono necessarie per il semplice mantenimento del corpo. Non sperimenta né piacere né dolore, se riesce ad ottenere o no il cibo e quello che gli è necessario per il mantenimento del corpo. La ragione per questo è che egli riposa sempre nella essenziale natura del Satchidananda. Egli nuota nell'oceano della beatitudine e non si preoccupa del suo corpo e dei suoi bisogni. Non è turbato da nulla che accade al suo corpo.

23. Per uno che è libero da attaccamenti, che è liberato, la cui mente è stabilita nella conoscenza, che lavora per amore del sacrificio (per amore di Dio), l'intera azione è dissolta.

Commento: Uno che è libero da attaccamenti, che è liberato dai legami del Karma, la cui mente è centrata e radicata nella saggezza, che esegue azioni per amore del sacrificio, per compiacere il Signore, tutte le azioni di un tale essere, insieme con i loro risultati, si sciolgono. Le sue azioni sono ridotte a nulla. Esse infatti sono totalmente non azioni.

◊ *24. Brahman è l'oblazione; Brahman è il burro chiarificato (ghee); da Brahman l'oblazione è versata nel fuoco di Brahman; in verità Brahman sarà raggiunto da colui che vede sempre Brahman in azione.*

Commento: Questo è Jnana-Yajna o il sacrificio della saggezza, dove l'idea di Brahman o del Sé è sostituita dalle idee degli strumenti e degli altri accessori dell'azione e dall'idea dell'azione stessa e dei suoi risultati. Considerando una tale idea, l'intera azione si scioglie, come affermato nel verso precedente.

Quando uno raggiunge la conoscenza del Sé, la propria intera vita diventa allora un sacrificio di saggezza, in cui l'oblazione, il burro sciolto o l'offerta, l'esecutore del sacrificio, l'azione e l'obiettivo, sono tutti il Sé. Colui che così medita interamente sul Sé, in verità Lo raggiungerà.

Il saggio che ha realizzato il Sé sa che l'oblazione, il fuoco, lo strumento con cui il burro è versato nel fuoco, ed egli stesso, non hanno esistenza separati dal Sé. Colui che ha realizzato, attraverso la cognizione diretta che tutto è il Sé, non compie azioni anche se egli esegue azioni. (Cfr. III. 15).

[Questo verso, di cui qui si riporta la traslitterazione dal sanscrito:

*Brahmaarpanam brahmahavirbrahmaagnau brahmanaa hutam;
Brahmaiva tena gantavyam brahmakarmasamaadhinaa.*

viene usualmente ripetuto allo Sivananda Ashram prima di prendere i pasti. *N.d.T.*].

25. Alcuni Yogi eseguono il sacrificio soltanto agli dei, mentre altri (che hanno realizzato il Sé) offrono il Sé come sacrificio del Sé nel fuoco di Brahman soltanto.

Commento: Alcuni Yogi che sono devoti al Karma Yoga eseguono riti sacrificali agli esseri luminosi o Deva (dei). Il secondo Yajna è lo Jnana-Yajna o il sacri-

ficio della saggezza eseguito da coloro che sono devoti allo Jnana Yoga. L'oblazione in questo sacrificio è il Sé. Yajna (sacrificio) qui significa il Sé. Gli attributi limitanti, come il corpo fisico, la mente, l'intelletto ecc. che sono sovrimposti al Sé dall'ignoranza, sono superati e l'identità dell'anima individuale con l'Anima Suprema è realizzata. Il sacrificare il sé nel Sé è conoscere, attraverso cognizione diretta, che l'anima individuale è identica con il Sé. Questo è il sacrificio più alto. Coloro che sono stabiliti nel Sé, che hanno realizzato la loro unità con il Sé, eseguono questo tipo di sacrificio. Questo è superiore a tutti gli altri sacrifici.

26. Alcuni di nuovo offrono l'udito e gli altri sensi come sacrificio nel fuoco del controllo; altri offrono il suono e vari oggetti dei sensi come sacrificio nel fuoco dei sensi.

Commento: Alcuni Yogi sono costantemente impegnati nel contenimento dei sensi. Essi riuniscono tutti i loro sensi e li portano sotto la guida del Sé, non permettendo loro di venire in contatto con gli oggetti sensuali. Questo è anche un atto di sacrificio. Poi ci sono altri che dirigono i loro sensi verso oggetti dei sensi puri e non vietati. Questo è un altro tipo di sacrificio.

27. Altri ancora sacrificano tutte le funzioni dei sensi e quelle del respiro (energia vitale o Prana) nel fuoco dello Yoga dell'autocontrollo, acceso dalla conoscenza.

Commento: Proprio come una lampada viene accesa con l'olio, così anche il fuoco dello Yoga dell'autocontrollo è acceso dalla conoscenza. Quando lo Yogi concentra o fissa la sua mente sul Sé, i sensi e il respiro cessano di funzionare. Essi vengono assorbiti nella loro causa.

28. Altri ancora offrono ricchezze, austerità e Yoga come sacrificio, mentre gli asceti dai rigidi voti e dall'autocontrollo offrono lo studio delle scritture e la conoscenza come sacrificio.

Commento: Alcuni praticano il sacrificio distribuendo la loro ricchezza come carità ai meritevoli; altri offrono le loro austerità come sacrificio; alcuni praticano gli otto rami del Raja Yoga (Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana e Samadhi), e offrono questo Yoga come sacrificio; alcuni studiano le sacre scritture e offrono questo come sacrificio.

29. Altri offrono come sacrificio il respiro esalante nell'inalante, e l'inalante nell'espirante, controllando il corso dei respiri esalanti e inalanti, completamente assorbiti nel dominio del respiro.

Commento: Alcuni Yogi praticano l'inalazione, alcuni l'esalazione, e alcuni la ritenzione del respiro.

Con la pratica del Pranayama, i cinque sub-Prana e gli altri Prana vengono immersi nel Prana principale. Quando il Prana è controllato, anche la mente ferma i suoi vagabondaggi e diventa stabile. I sensi vengono attenuati e immersi nel Prana. È attraverso le vibrazioni del Prana che la mente e i sensi sono mantenuti attivi. Se il Prana è controllato, allora la mente, l'intelletto e i sensi cessano di funzionare.

30. Altri che regolano la loro dieta offrono il respiro vitale nel respiro vitale; tutti questi sono conoscitori del sacrificio, i cui peccati sono tutti distrutti dal sacrificio.

Commento: *Niyataharah*: coloro che prendono un regolare, limitato o moderato cibo. Con una rigida dieta essi indeboliscono le funzioni degli organi dell'azione (sensi) e quindi controllano le loro passioni e appetiti.

Gli Yogi versano il respiro vitale come sacrificio nel controllato respiro vitale. Il primo viene immerso nell'ultimo.

L'esecuzione dei sacrifici precedenti porta alla purificazione della mente e alla distruzione dei peccati.

31. Coloro che si cibano dei resti del sacrificio, che è come nettare, vanno all'eterno Brahman. Questo mondo non è per l'uomo che non esegue sacrifici; come può egli ottenere gli altri (mondi), Oh Arjuna?

Commento: Eseguendo i sacrifici precedenti, si raggiunge la purificazione della mente. Attraverso la purificazione uno raggiunge la conoscenza del Sé e, nel corso del tempo, va all'eterno Brahman. Colui che non esegue alcun sacrificio non è degno nemmeno per questo miserabile mondo. Come può allora sperare di ottenere un mondo migliore? (Cfr. III. 13).

32. Così, molteplici sacrifici vengono sparsi davanti a Brahman (letteralmente alla bocca o alla faccia di Brahman). Sappi che tutti questi sono nati dall'azione, e conoscendo questi, tu sarai liberato.

Commento: *Brahmanah*: questa parola è stata anche interpretata con significato di “nei *Veda*”.

Vari sacrifici sono “presentati alla bocca di Brahman”, che vuol dire essi sono conosciuti dai *Veda*. Sappi che essi sono nati dall’azione, perché il Sé è al di là di ogni azione. Se realizzi il fatto che “queste azioni non mi coinvolgono; esse non sono le mie azioni, io sono senza azioni”, con questa giusta conoscenza tu sarai liberato dai legami della mondanità. Poi godrai eterna beatitudine e pace. (Cfr. IX. 27; XVIII. 15).

33. *Superiore è il sacrificio della saggezza al sacrificio con gli oggetti, Oh Parantapa. Tutte le azioni nella loro interezza, Oh Arjuna, culminano nella conoscenza.*

Commento: I sacrifici con oggetti materiali producono effetti materiali e riportano il sacrificante a questo mondo per il godimento dei loro frutti, mentre il sacrificio della saggezza porta alla liberazione. Quindi il sacrificio della saggezza è superiore al precedente.

Proprio come i fiumi si riversano nell’oceano, così tutte le pure e altruistiche azioni confluiscono nella conoscenza, cioè, culminano nella conoscenza. Tutte queste azioni purificano il cuore e portano al sorgere della conoscenza del Sé. Tutte le azioni che sono offerte al Signore, insieme con i loro frutti, sono contenute nella conoscenza del Sé. (Cfr. IX. 15; X. 25; XVIII. 70).

34. *Sappi che con totali prostrazioni, con le domande e con il servizio, il saggio che ha realizzato la Verità, ti istruirà in (quella) conoscenza.*

Commento: Vai da maestri che sono molto esperti nelle scritture che trattano della conoscenza del Sé, o che sono insediati nel Sé. Prostrati di fronte a loro con profonda umiltà e perfetta devozione. Poni loro queste domande: “Oh Venerabile Guru, qual è la causa della schiavitù? Come posso ottenere la liberazione? Qual è la natura dell’ignoranza? Qual è la natura della conoscenza? Qual è l’Antaranga Sadhana (la pratica spirituale interiore) per raggiungere la realizzazione del Sé?”.

Servi il Guru con tutto il tuo cuore. Un maestro che è versato nelle scritture, ma che non ha una diretta realizzazione del Sé, non sarà capace di aiutarti nel raggiungimento della conoscenza del Sé. Colui che ha la conoscenza delle scritture e che è anche stabilito nel Sé, sarà capace di istruirti in quella conoscenza e aiutarti nel raggiungimento della realizzazione del Sé. Semplici prostrazioni non ti aiuteranno; possono essere macchiate di ipocrisia. Tu dovresti avere una perfetta fede e confidenza nel tuo Guru e nei suoi insegnamenti. Tu devi servirlo con tutto il cuore e con grande devozione. Allora l’ipocrisia non sarà possibile.

35. Conoscendo quella, tu non sarai, Oh Arjuna, di nuovo così illuso; e con quella tu vedrai tutti gli esseri nel tuo Sé e anche in Me.

Commento: *quella*: la conoscenza del Sé menzionata nel verso precedente, che si deve imparare dal Brahma-Nishta Guru attraverso prostrazioni, domande e servizio.

Quando acquisisci questa conoscenza tu non sarai di nuovo soggetto a confusione o errori. Tu osserverai la soggiacente basica unità. Apprenderai direttamente, attraverso l'esperienza diretta interiore o intuizione, che tutti gli esseri dal Creatore giù fino ad un filo d'erba, esistono nel tuo Sé e anche in Me. (Cfr. IX. 15; XVIII. 20).

36. Anche se tu sei il più malvagio di tutti i peccatori, anche tu in verità supererai tutti i peccati con la zattera della conoscenza.

Commento: Tu puoi attraversare l'oceano del peccato con la barca della conoscenza del Sé. (Cfr. IX. 30).

37. Come il fuoco fiammeggiante riduce il combustibile in cenere, Oh Arjuna, così il fuoco della conoscenza riduce tutte le azioni in cenere.

Commento: Proprio come i semi che sono stati arrostiti non possono germinare, così ugualmente le azioni che sono state bruciate dal fuoco della conoscenza non possono portare frutti, cioè esse non possono portare l'uomo di nuovo in questo mondo per il godimento dei frutti delle sue azioni. Questo significa ridurre le azioni in cenere. Le azioni perdono la loro potenzialità in quanto sono bruciate dal fuoco della conoscenza. Quando la conoscenza del Sé sorge, tutte le azioni insieme con i loro risultati sono bruciate dal fuoco di quella conoscenza, proprio come il combustibile viene bruciato dalle fiamme. Quando non c'è alcuna idea di agente – l'idea di "io faccio questo" – quando non c'è desiderio per i frutti, allora l'azione è totalmente una non-azione. Essa perde le sue potenzialità.

Il fuoco della conoscenza può bruciare i risultati di tutte le azioni, eccetto quelli del Prarabdha Karma o i risultati delle azioni passate, le quali sono quelle che hanno portato in esistenza il presente corpo, e che hanno così già cominciato a portare frutti o produrre effetti.

In accordo con alcuni filosofi, anche il Prarabdha Karma è distrutto dal fuoco della conoscenza. Sri Shankara afferma nel suo Aparokshanubhuti, nel verso che dice: "Le sue azioni sono distrutte quando il Supremo è realizzato". I *Veda* par-

lano espressamente di azioni (Karma) al plurale, significando anche la distruzione del Prarabdha Karma.

Ci sono tre tipi di Karma o reazioni o frutti delle passate azioni. 1) Prarabdha: la quantità delle passate azioni che hanno dato luogo alla presente nascita; 2) Sanchita: il resto delle passate azioni che darà luogo alle nascite future (il contenitore delle azioni accumulate); e, 3) Agami o Kriyamana: le azioni che sono fatte nella vita presente. Se, attraverso la conoscenza del Sé, soltanto il Sanchita e l'Agami Karma venissero distrutte e non il Prarabdha, nel testo sarebbe stato usato il numero duale e non il plurale. La grammatica Sanscrita ha numeri singolari, duali e plurali. (Cfr. IV. 10-19).

38. In verità non c'è in questo mondo un purificatore quale la conoscenza. Colui che è perfetto nello Yoga, nel tempo la troverà nel Sé.

Commento: Non esiste un purificatore uguale alla conoscenza del Sé. Colui che ha raggiunto la perfezione con la costante pratica del Karma Yoga e della meditazione, troverà dopo qualche tempo, la conoscenza del Sé in se stesso.

39. L'uomo che è pieno di fede, che è devoto ad essa e che ha soggiogato tutti i sensi, ottiene (questa) conoscenza; e avendo ottenuto la conoscenza, raggiunge immediatamente la pace suprema.

Commento: Colui che è pieno di fede, che costantemente serve il suo Guru e ascolta i suoi insegnamenti, che ha sottomesso i sensi, raggiunge la conoscenza e rapidamente ottiene la pace suprema o la salvezza. Tutte le precedenti tre qualificazioni sono indispensabili per un aspirante se egli vuole accelerare il raggiungimento della pace suprema o dell'Eterno. Avere soltanto una di queste qualificazioni, non è sufficiente. (Cfr. X. 10-11).

40. L'ignorante, il senza fede, il dubbioso, procedono verso la distruzione; non c'è né questo mondo, né gli altri, né la felicità per chi dubita.

Commento: *L'ignorante:* uno che è senza la conoscenza del Sé.

Il senza fede: uno che non ha fede nel suo sé, nelle scritture e negli insegnamenti del suo Guru.

Un uomo dalla mente dubbiosa è il più gran peccatore tra tutti. La sua condizione è molto deplorabile. Egli è pieno di dubbi per ciò che riguarda il prossimo mondo; egli non gioisce in questo mondo ed è anche molto sospettoso. Non ha alcuna felicità.

41. Colui che ha rinunciato alle azioni con lo Yoga i cui dubbi sono stati risolti dalla conoscenza, e che è padrone di se stesso, non è legato dalle azioni, Oh Arjuna.

Commento: Colui che ha raggiunto la realizzazione del Sé, rinuncia a tutte le azioni per mezzo dello Yoga o della conoscenza del Sé. Poiché egli si è stabilito nella conoscenza dell'identità dell'anima individuale con l'Anima Suprema, tutti i suoi dubbi sono dissolti. Le azioni non lo vincolano perché sono bruciate nel fuoco della saggezza in quanto egli è sempre vigile su se stesso. (Cfr. II. 48; III. 9; IV. 20).

42. Quindi, con la spada della conoscenza (del Sé) taglia il dubbio del sé nato dall'ignoranza, che risiede nel tuo cuore, e prendi rifugio nello Yoga; sollevati, Oh Arjuna!

Commento: Il dubbio produce una gran quantità di tormento mentale. È un grande ostacolo sul sentiero spirituale. È il peccato più grande; è nato dall'ignoranza. Distruggilo risolutamente attraverso la conoscenza del Sé. Adesso alzati e combatti, Oh Arjuna!

Questo discorso è anche conosciuto con i nomi "Abhyasa Yoga", "Jnana Yoga" e "Jnanakarmasannyasa Yoga".

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
finisce il quarto discorso intitolato
"Lo Yoga della Saggezza".

Contenuto del Quinto Discorso

Nonostante le chiare istruzioni di Sri Krishna, Arjuna sembra ancora confuso. Egli vuole conoscere definitivamente quale dei due è superiore, il sentiero dell'azione o quello della rinuncia all'azione.

Il Signore dice che ambedue i sentieri conducono al più alto obiettivo, la realizzazione di Dio. In ambedue i casi, la realizzazione finale dell'Atman è lo scopo, ma il sentiero del Karma Yoga è superiore. In verità non c'è una reale differenza tra i due.

Krishna inoltre afferma che la perfezione può essere raggiunta e che uno può essere stabilito nell'Atman, solo dopo che la mente è stata purificata con l'esecuzione di azioni altruistiche. Il Karma Yogi che è consapevole dell'Atman e che è costantemente impegnato in azioni sa che, sebbene l'intelletto, la mente e i sensi siano attivi, egli non sta facendo nulla. Egli è uno spettatore d'ogni cosa. Egli dedica tutte le sue azioni a Dio e così abbandona ogni attaccamento, rimanendo sempre puro e non influenzato. Egli si abbandona completamente alla Shakti Divina. Avendo completamente sradicato ogni desiderio, attaccamento ed ego, egli non nascerà di nuovo.

Il saggio che ha realizzato Brahman e che è sempre assorbito in Lui, non ha alcuna rinascita. Un tale saggio vede Brahman all'interno e al di fuori – all'interno, come lo statico e trascendente Brahman, e al di fuori come l'intero universo. Egli vede l'unico Sé in tutti gli esseri e in tutte le creature: in una mucca, un elefante, e anche in un cane e in un fuori casta. Egli è sempre libero da gioia e dolore e gode d'eterna pace e felicità. Egli non dipende dai sensi per la propria soddisfazione. D'altra parte i godimenti dei sensi sono generatori di dolore in quanto essi sono impermanenti.

Sri Krishna ricorda ad Arjuna che il desiderio è la causa principale del dolore e della sofferenza. Esso è la causa dell'ira, quindi l'aspirante dovrebbe cercare di sradicare desiderio e ira se vorrà raggiungere il Supremo.

QUINTO DISCORSO

LO YOGA DELLA RINUNCIA ALL'AZIONE

Arjuna disse:

1. La rinuncia alle azioni, Oh Krishna, Tu lodasti, e di nuovo lo Yoga. Dimmi definitivamente qual è il migliore tra i due.

Commento: Tu insegnasti la rinuncia alle azioni e anche la loro esecuzione. Questo mi confonde. Ora dimmi conclusivamente qual è la cosa migliore. Non è possibile per un uomo praticare ambedue allo stesso tempo.

Yoga: qui significa Karma Yoga, il sentiero delle azioni non motivate. (Cfr. III. 2).

Il Beato Signore disse:

2. La rinuncia e lo Yoga dell'azione, ambedue portano alla più alta beatitudine; ma dei due lo Yoga dell'azione è superiore alla rinuncia all'azione.

Commento: Sannyasa (rinuncia all'azione) e Karma Yoga (esecuzione dell'azione) ambedue portano alla liberazione o alla più alta beatitudine. Inoltre di questi due mezzi per raggiungere la liberazione, il Karma Yoga è molto meglio che il Karma Sannyas, la semplice rinuncia all'azione senza la conoscenza del Sé. Ma la rinuncia all'azione con la conoscenza del Sé, è sicuramente superiore alla semplice esecuzione di azioni senza una tale conoscenza. Il Karma Yoga è facile e quindi adatto per tutti. (Cfr. III. 3; V. 5; VI. 46).

3. *Dovrebbe essere conosciuto come un eterno Sannyasi colui che né odia né desidera; perché, libero dalle coppie degli opposti, Oh potente guerriero Arjuna, egli facilmente si libera dai legami.*

Commento: Un uomo non diventa un Sannyasi semplicemente tralasciando le azioni per pigrizia, ignoranza, problemi familiari, calamità o disoccupazione. Un vero Sannyasi non è un codardo ipocrita.

Il Karma Yogi che né odia il dolore e gli oggetti che lo provocano, né desidera il piacere e gli oggetti che lo causano, che non ha né attaccamento né avversione per nessun oggetto dei sensi, che si è sollevato al di sopra delle coppie degli opposti, come caldo e freddo, gioia e dolore, successo e fallimento, vittoria e sconfitta, guadagno e perdita, lode e censura, onore e disonore, può essere conosciuto come un eterno Sannyasi, sebbene egli sia sempre impegnato in azioni.

Uno può non prendere formalmente Sannyasi, ma se ha l'attitudine mentale illustrata precedentemente, egli è un vero Sannyasi. Il semplice indossare le vesti arancione non possono fare di un individuo un Sannyasi. Quello che è necessario è un cuore puro con una vera rinuncia all'egoismo e ai desideri. La rinuncia fisica agli oggetti non è per niente una rinuncia. (Cfr. VI. 1).

4. *I fanciulli, non il saggio, parlano di conoscenza e di Yoga dell'azione o di esecuzione dell'azione, come se essi fossero distinti e diversi; colui che è stabilito veramente in uno di essi, ottiene i frutti dell'altro.*

Commento: *I fanciulli:* gli ignoranti che non hanno la conoscenza del Sé e che hanno solo una conoscenza teorica delle scritture.

Solo persone ignoranti affermano che la conoscenza e l'esecuzione delle azioni sono differenti e producono risultati distinti e opposti. Ma il saggio che ha la conoscenza del Sé assicura che essi producono lo stesso risultato, cioè, la liberazione. Colui che è veramente stabilito in uno di essi, che veramente vive in esso – nel Sankhya o nello Yoga – ottiene i frutti di ambedue. Quindi, non c'è diversità nei risultati o nei frutti. Questa è la sostanza di questo verso. (Cfr. VI. 2).

5. *Quel luogo che viene raggiunto dal Sankhya o dallo Jnani è raggiunto anche dal (Karma) Yogi. Vede, colui che vede la conoscenza e l'esecuzione dell'azione (Karma Yoga), come una sola cosa.*

Commento: Coloro che hanno rinunciato al mondo e che stanno seguendo il sentiero dello Jnana Yoga o del Vedanta sono i Sankhya. Attraverso Sravana (ascolto dei testi vedantici), Manana (riflessione su quello che è stato udito), e Nididhya-

sana (profonda meditazione), essi raggiungono direttamente la liberazione. I Karma Yogi che s'impegnano nel servizio altruistico, che eseguono i propri compiti senza l'attesa dei loro frutti, e che dedicano tutte le azioni come offerta al Signore, ugualmente raggiungono lo stesso stato che è ottenuto indirettamente dai Sankhya attraverso la purificazione del cuore, la rinuncia e il conseguente sorgere della conoscenza del Sé. Quell'uomo che vede che il Sankhya e lo Yoga sono la stessa cosa e che ambedue portano allo stesso risultato, vede correttamente. (Cfr. XIII. 24-25; V. 2).

6. Ma la rinuncia, Oh potente Arjuna, è difficile da raggiungere senza lo Yoga; il saggio armonizzato nello Yoga rapidamente giunge a Brahman.

Commento: *Muni:* colui che fa meditazione o riflessione.

Yoga: l'esecuzione di azioni senza alcun motivo egoistico, come un'offerta al Signore.

Brahman: qui significa rinuncia o Sannyasa, poiché la rinuncia consiste nella conoscenza del Sé. Il Muni – il saggio di meditazione, colui che è armonizzato nello Yoga – (uno che è purificato dall'esecuzione delle azioni), rapidamente giunge a Brahman. Questa devozione alla conoscenza del Sé è la vera rinuncia. Quindi, il Karma Yoga è il migliore, ed è più facile per un principiante. Lo prepara per uno Yoga più elevato, purificando la sua mente.

7. Colui che è devoto al sentiero dell'azione, la cui mente è completamente pura, che ha conquistato il sé, che ha dominato i suoi sensi, e che realizza il suo Sé come il Sé in tutti gli esseri, sebbene agisca non è macchiato.

Commento: L'individuo che è armonizzato dallo Yoga, cioè, uno che ha purificato la sua mente con la devozione all'esecuzione di azioni altruistiche, che ha conquistato il corpo e soggiogato i sensi, il cui Sé è il Sé di tutti gli esseri, costui è uno che non è vincolato dalle azioni, sebbene le esegua per il benessere di tutte le masse e per mostrare così a loro un esempio. (Cfr. XVIII. 17).

8. "Io non faccio nulla" – così dovrebbe l'armonizzato conoscitore della verità pensare – vedendo, ascoltando, toccando, annusando, mangiando, camminando, dormendo, respirando.

9. Parlando, lasciando andare, afferrando, aprendo e chiudendo gli occhi, convinto che i sensi si muovono tra gli oggetti dei sensi.

Commento: Il saggio liberato o Jnani, rimane sempre come un testimone delle attività dei sensi, in quanto egli identifica se stesso con il Sé. Egli pensa e dice: “Io non vedo; gli occhi percepiscono. Io non sento; le orecchie ascoltano. Io non odorò; il naso odora” ecc. Egli osserva l’inazione nell’azione, poiché ha bruciato le sue azioni nel fuoco della saggezza. (Cfr. XIV. 19-23).

10. Colui che esegue le azioni, offrendole a Brahman e abbandonando l’attaccamento, non è macchiato dal peccato, come la foglia di loto dall’acqua.

Commento: I versi IV. 18, 20-23, 37 e 41 e V. 10-12 tutti portano alla stessa unica idea che lo Yogi che agisce senza egoismo e attaccamento ai frutti dell’azione, considerandole come offerta al Signore, non è macchiato dalle azioni. Non ha attaccamento nemmeno per la liberazione. Egli vede l’inazione nell’azione. Le sue azioni sono bruciate nel fuoco della saggezza. Sfugge alla ruota del Samsara. È libero dai cicli di nascita e morte. Egli ottiene la purezza del cuore, dopodiché acquisisce la conoscenza del Sé. Con questa conoscenza raggiunge la liberazione. Questo è il significato dei precedenti dieci versi. (Cfr. III. 30).

11. Gli Yogi, avendo abbandonato l’attaccamento eseguono azioni con il corpo, la mente e l’intelletto e anche con i sensi, solo per la purificazione del sé.

Commento: *Yogi:* qui si riferisce ai Karma Yogi che sono devoti al sentiero dell’azione, che sono perfettamente liberi da egoismo, che lavorano per la purificazione dei loro cuori, senza il minimo attaccamento ai frutti o ai risultati delle loro azioni e che dedicano tutte le loro azioni al Signore come una loro offerta.

12. Colui che è unito (il ben equilibrato o l’armonizzato), avendo abbandonato il frutto dell’azione, raggiunge l’eterna pace; il non unito soltanto (l’instabile o lo squilibrato) sospinto dal desiderio e attaccato ai frutti, è vincolato.

Commento: L’uomo armonioso che compie le azioni per amore del Signore senza l’attesa dei frutti, e che afferma che esegue azioni soltanto per il Signore e non per il suo guadagno o profitto personale, raggiunge la pace che viene dalla devozione, seguendo questi quattro stadi: purezza di mente, raggiungimento della conoscenza, rinuncia a tutte le azioni e stabilità nella saggezza. Ma uno che è instabile o non armonizzato, che è trascinato dal desiderio, che è attaccato ai frutti delle azioni, e che dice che ha fatto questa o quell’azione e che otterrà questo o quel frutto – un tale uomo è totalmente vincolato.

13. Rinunciando mentalmente a tutte le azioni e autocontrollato, colui che ha preso un corpo dimora felicemente nella città dalle nove porte, né agendo né inducendo gli altri (corpo e sensi) ad agire.

Commento: *Tutte le azioni:* Nitya Karmas: questi sono compiti obbligatori. La loro esecuzione non produce alcun merito, ma la non esecuzione produce demeriti.

Naimittika Karmas: queste azioni sono eseguite quando si presenta qualche evento speciale, come la nascita di un figlio, un matrimonio, un'eclisse ecc.

Kamyā Karmas: sono azioni opzionali. Queste sono intese per il raggiungimento di qualche fine speciale, ad esempio per ottenere la pioggia, un figlio ecc.

Nisiddha Karmas: sono azioni proibite, come rubare, bere liquori ecc.

Prayaschitta Karmas: queste azioni sono eseguite per neutralizzare gli effetti di azioni cattive o di peccati.

L'uomo che ha controllato i suoi sensi, rinuncia a tutte le azioni con la discriminazione e osservando l'inazione nell'azione, riposa felicemente in questo corpo dalle nove aperture (la città dalle nove porte), perché egli è libero da timori, preoccupazioni, ansietà e paure. La sua mente è completamente calma ed egli gode la suprema pace dell'Eterno. In questa città dalle nove porte, il Sé è il re. I sensi, la mente, la mente subconscia e l'intelletto sono gli abitanti o i soggetti.

L'ignorante uomo mondano dice: "Io sto riposando su questa comoda poltrona". L'uomo di saggezza che ha compreso che il Sé è distinto dal corpo che è un prodotto dei cinque elementi, dice: "Io sto riposando in questo corpo". (Cfr. XVIII. 17 e 50).

14. Né l'azione, né la facoltà di agire il Signore crea per il mondo, né l'unione con i frutti delle azioni; ma è la Natura che agisce.

Commento: Il Signore non crea l'attività. Egli non spinge nessuno a fare azioni. Egli non dice a nessuno: "Fai questo o fai quello". Egli non porta all'unione con i frutti dell'azione. È Prakriti o la Natura che fa ogni cosa. (Cfr. III. 33).

15. Il Signore non riceve né il demerito e neanche il merito di alcuno; la conoscenza è avvolta dall'ignoranza, quindi tutti gli esseri sono illusi.

Commento: Poiché la conoscenza è involupata dall'ignoranza, l'uomo è conseguentemente ingannato. Egli pensa: "Io agisco, godo, ho fatto questi e quegli atti meritori; otterrò tutti questi frutti; gioirò nei cieli; rinaserò in una ricca famiglia".

L'uomo è vincolato quando identifica se stesso con la Natura e i suoi effetti: il corpo, la mente, il Prana e i sensi. Egli raggiunge la libertà quando invece identifica se stesso con l'immortale, "inattivo" Sé che dimora dentro il suo cuore. Poiché l'Io (il Sé) non agisce, come può Dio ricevere il risultato di buone o cattive azioni? (Cfr. V. 29).

16. Ma per coloro la cui ignoranza è distrutta dalla conoscenza del Sé, la conoscenza, come il sole, rivela il Supremo (Brahman).

Commento: Quando l'ignoranza, la causa radice di tutte le sofferenze, è distrutta dalla conoscenza del Sé, questa conoscenza rivela il Sé, proprio come il sole illumina e rivela tutti gli oggetti di questo universo fisico.

17. Il loro intelletto assorbito in Quello, il loro sé essendo Quello; stabiliti in Quello, con Quello come loro supremo obiettivo, essi vanno dove non c'è ritorno, i loro peccati distrutti dalla conoscenza.

Commento: Essi fissano il loro intelletto sul Supremo Sé. Sentono e realizzano la loro identità con il Sé. Con costante e intensa meditazione, essi si stabiliscono nel Sé. L'intero mondo di nomi e forme per loro svanisce. Essi vivono soltanto nel Sé. Hanno il Sé soltanto come loro supremo obiettivo o unico rifugio. Gioiscono nel Sé soltanto; sono soddisfatti nel Sé soltanto; sono contenti nel Sé soltanto. Tali uomini mai ritornano a questo mondo in quanto i loro peccati sono stati distrutti dalla conoscenza. (Cfr. IX. 34).

18. I saggi guardano con occhio uguale un Brahmino dotato di cultura ed umiltà, una mucca, un elefante ed anche un cane ed un fuori casta.

Commento: Il saggio liberato ha uguale visione e osserva il Sé soltanto dappertutto. Questa magnificente visione di uno Jnani è al di là di ogni descrizione. Il Sé non è per nulla influenzato dagli attributi limitanti, in quanto è estremamente sottile, puro, senza forma e senza attributi.

I raggi del sole cadono sul fiume Gange, sull'oceano e anche su un rivolo di liquame, ma allo stesso modo, il sole non ne è per niente influenzato. La qualità dell'acqua non fa alcuna differenza per il sole. Così anche è il caso che si ha con il Sé Supremo. Gli attributi limitanti non possono influenzarlo. Proprio come l'etere non è influenzato dagli attributi limitanti, cioè il vaso, le nuvole ecc., così anche il Sé non è influenzato dagli attributi limitanti.

Il Brahmino è sattwico, la mucca è rajasica; l'elefante, il cane e il fuori casta sono tamasici. In tutti loro il saggio illuminato vede l'unico omogeneo immortale Sé che non è influenzato dai tre Guna e dalle loro tendenze. (Cfr. VI. 8 e 32; XIV. 24).

19. Anche qui (in questo mondo) la nascita (ogni cosa) è superata da coloro le cui menti riposano nell'equanimità; Brahman è infatti senza macchia ed eguale; quindi, essi sono stabiliti in Brahman.

Commento: Quando la mente rimane radicata nell'equanimità o nell'equilibrio, quando essa è sempre in uno stato di equilibrio, uno allora conquista nascita e morte. Il vincolo è annullato e l'individuo raggiunge la libertà. Quando la sua mente è in un perfetto stato di equilibrio, egli supera lo stesso Sé, cioè realizza il Sé.

Il Sé è sempre puro e privo di attributi, così non è influenzato anche se dimora in un fuori casta o in un cane. È senza macchia. Poiché dimora egualmente in tutti gli esseri, è omogeneo e unico. Esso è eterno e immutabile.

20. Riposando in Brahman, con un intelletto stabile e senza illusioni, il conoscitore di Brahman né gioisce ottenendo quello che è piacevole, né si affligge ottenendo quello che è spiacevole.

Commento: Questo è lo stato di un saggio liberato che identifica se stesso con il Sé. Egli ha sempre una mente equilibrata; non è mai illuso. Ha abbandonato tutte le azioni poiché riposa nel Sé. Colui che ha una mente non equilibrata, che identifica se stesso con il corpo e la mente, sente piaceri e dolori. Si esalta quando ottiene un oggetto piacevole e si affligge quando ne riceve uno spiacevole. (Cfr. VI. 21 e 27-28; XIII. 12; XIV. 20).

21. Con il sé non legato a contatti esterni egli scopre la felicità nel Sé; con il sé impegnato nella meditazione su Brahman egli raggiunge la felicità senza fine.

Commento: Quando la mente non è attaccata agli oggetti esterni dei sensi, quando uno è profondamente e costantemente impegnato nella contemplazione del Sé, trova all'interno una beatitudine immortale. Se tu vuoi godere interiormente l'indeperibile felicità del Sé, devi ritirare tutti i tuoi sensi dai loro rispettivi oggetti e immergerti interiormente nella profonda meditazione sul Sé. Questo è il significato di questo verso.

22. I godimenti che sono nati dai contatti, sono soltanto generatori di dolore, in quanto essi hanno un inizio e una fine, Oh Arjuna. Il saggio non gioisce in essi.

Commento: L'uomo va alla ricerca della gioia e cerca la felicità negli oggetti esterni e deperibili. Egli fallisce nel raggiungerla e porta invece sulla sua testa un carico di dolore.

Tu dovresti ritirare i sensi dagli oggetti dei sensi, in quanto non c'è traccia di felicità in essi. Dovresti fissare la mente sull'immortale beato Sé interiore. Gli oggetti dei sensi hanno un inizio e una fine. La separazione da essi ti provoca molto dolore. Durante l'intervallo tra l'origine e la scomparsa degli oggetti dei sensi, tu sperimenti un vuoto, momentaneo, illusorio piacere. Questo fuggevole piacere è dovuto all'ignoranza. Anche nell'altro mondo, avrai la stessa esperienza. Colui che è dotato di discriminazione o conoscenza del Sé, mai gioirà di questi oggetti sensuali. Solo le persone ignoranti che sono passionali, gioiscono di essi. (Cfr. II. 14; XVIII. 38).

23. Colui che è capace, mentre è ancora qui (in questo mondo) di resistere, prima della liberazione dal corpo, agli impulsi nati dal desiderio e dall'ira, è uno Yogi, è un uomo felice.

Commento: *Yukta:* Armonizzato, stabile nella pratica dello Yoga.

Desiderio e ira sono potenti nemici della pace. È estremamente difficile annientarli. Tu dovrai fare un grande sforzo per distruggere questi nemici.

Kama: in un senso generale questa parola include ogni tipo di desiderio. In un senso più specifico significa lussuria.

L'impulso di un desiderio piacevole agita la mente. È spesso espresso da una pelle d'oca (capelli dritti sulla testa) e un volto allegro. L'impulso all'ira è l'agitazione della mente rivelata da sudorazione, occhi aggrottati, morsi sulle labbra e tremore del corpo. In questo verso tu comprendi chiaramente che colui che ha controllato il desiderio e l'ira è il più felice tra gli uomini in questo mondo, non colui che ha molta ricchezza, una moglie avvenente e dei bei figli. Quindi, devi fare del tuo meglio per sradicare il desiderio e l'ira, il terribile nemico della beatitudine eterna.

Il desiderio è la brama per un piacevole o gradevole oggetto che dà gioia quando è visto, ascoltato o ricordato. L'ira è l'avversione verso uno sgradevole o spiacevole oggetto, che procura dolore quando è visto, ascoltato o ricordato.

Uno Yogi controlla l'impulso nato dal desiderio e dall'ira, controlla le correnti di attrazione e avversione, e raggiunge l'equanimità della mente riposando nel più interno Sé. Quindi egli è molto felice. (Cfr. VI. 18).

24. Colui che è felice interiormente, che gioisce all'interno, che è illuminato dentro, un tale Yogi raggiunge l'assoluta libertà o Moksha, egli stesso diventando Brahman.

Commento: *Interiormente:* nel Sé.

Egli raggiunge la liberazione mentre vive. Diventa un Jivanmukta.

25. I saggi ottengono assoluta libertà o Moksha – coloro i cui peccati sono stati distrutti, le cui dualità (percezione delle dualità o esperienza delle coppie degli opposti) sono distrutte, che sono autocontrollati, ed intenti al benessere di tutti gli esseri.

Commento: I peccati sono distrutti dalla giornaliera esecuzione di Agnihotra e Yajnas (sacrifici), e da altri altruistici servizi senza l'attesa dei loro frutti. Il senso dell'obbligo svanisce se uno costantemente medita sul Sé non duale. Un tale individuo mai danneggia gli altri in pensieri, parole e azioni. Egli è devoto al benessere di tutti gli esseri, in quanto sente che tutti gli esseri non sono altro che il suo Sé. (Cfr. XII. 4.)

26. L'assoluta libertà (o la beatitudine di Brahman) esiste da ogni parte per quegli asceti autocontrollati che sono liberi dal desiderio e dall'ira, che hanno controllato i loro pensieri e che hanno realizzato il Sé.

Commento: Coloro che rinunciano a tutte le azioni e fanno intensa Sadhana (Sravana, Manana e Nididhyasana), che sono stabiliti nel Sé, che sono stabilmente devoti alla conoscenza del Sé, raggiungono istantaneamente la liberazione. Il Karma Yoga porta alla liberazione passo dopo passo. Prima viene la purificazione della mente, poi la conoscenza, poi la rinuncia a tutte le azioni e, alla fine, la liberazione.

27. Escludendo (tutti) i contatti esterni e fissando lo sguardo tra le sopracciglia, equilibrando il respiro uscente ed entrante che si muove nelle narici,

Commento: I versi 27 e 28 trattano dello Yoga della meditazione. Gli oggetti o i contatti esterni, sono il suono e gli altri oggetti dei sensi. Se la mente non pensa agli oggetti esterni, allora essi ne sono esclusi. I sensi sono le porte o le vie attraverso cui il suono e gli altri oggetti dei sensi entrano nella mente.

Se tu fissi lo sguardo tra le sopracciglia, allora gli occhi rimangono stabili. Qui viene anche descritto il respiro ritmico. Tu devi rendere il respiro ritmico così che

la mente diventa stabile e c'è una perfetta armonia in tutto il sistema. (Cfr. VI. 10 e 14; VIII. 10).

28. Con i sensi, la mente e l'intelletto (sempre) controllati, avendo la liberazione come sua meta suprema, libero da desiderio, paura ed ira – il saggio è veramente liberato per sempre.

Commento: Soltanto se si è liberi da desiderio, paura e ira è possibile godere di perfetta pace di mente. Quando i sensi, la mente e l'intelletto sono soggiogati, il saggio fa una costante contemplazione e raggiunge per sempre l'assoluta libertà o la liberazione.

La mente diventa irrequieta quando le modificazioni di desiderio, paura e ira sorgono in essa. Quando essa è vuota di desideri, si muove spontaneamente verso il Sé. La liberazione allora diventa il proprio più alto scopo.

29. Quegli che Mi conosce come Colui che gioisce dei sacrifici e delle austerità, il grande Signore di tutti i mondi e l'amico di tutti gli esseri, raggiunge la pace.

Commento: Io sono il Signore di tutti i sacrifici e le austerità, Io sono il loro autore, obiettivo e Dio. Io sono l'amico di tutte le creature, l'autore del bene per coloro che non si aspettano nessuna ricompensa. Io sono colui che dispensa i frutti di tutte le azioni, e il silente testimone delle loro menti, pensieri e azioni, poiché dimoro nei loro cuori. Conoscendo Me, essi raggiungono la pace e la liberazione (libertà dai cicli di nascita e morte, da tutte le miserie e dai dolori mondani). (Cfr. V. 15; IX. 24).

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, finisce il quinto discorso intitolato "Lo Yoga della Rinuncia all'Azione".

Contenuto del Sesto Discorso

Il Signore Krishna enfatizza ancora una volta che lo Yogi o il Sannyasi è colui che ha rinunciato ai frutti delle azioni, non alle azioni stesse. L'esecuzione di un'azione senza preoccuparsi dei suoi frutti porta alla purificazione della mente. Solo una mente purificata, libera da desideri, può impegnarsi nella costante meditazione sull'Atman. I desideri danno luogo ad immaginazioni o Sankalpas, che trascinano l'anima nel campo dell'azione. Quindi nessuno può realizzare una permanente tranquillità di mente senza aver rinunciato ai desideri.

Il sé inferiore deve essere controllato dal più elevato Sé. Tutti gli impulsi inferiori di corpo, mente e sensi devono essere controllati dal potere del Sé Superiore. Solo allora il più alto Sé diventa il proprio amico. Colui che ha un perfetto controllo di corpo, mente e sensi ed è unito a Dio, vede Dio in tutti gli esseri e in tutti gli oggetti. Egli vede interiormente che non c'è alcuna differenza tra pietra e oro, tra amici e nemici, tra giusto e ingiusto. Egli è perfettamente armonizzato.

Sri Krishna procede nel dare vari pratici suggerimenti per la pratica della meditazione. L'aspirante dovrebbe scegliere un luogo riservato dove non c'è alcuna probabilità di disturbo. Dovrebbe sistemare adeguatamente la propria asana di meditazione e sedere in una postura confortevole, mantenendo la testa, il collo e la spina dorsale eretti ma non tesi. Egli dovrebbe fissare la sua mente purificata sull'Atman concentrandosi tra le sopracciglia o alla radice del naso.

La pratica della castità (Brahmacharya) è assolutamente necessaria se uno vuole riuscire nella meditazione. La conservazione e la trasformazione del fluido vitale in energia spirituale dà un immenso potere di concentrazione. Anche l'assenza di paura è una qualità essenziale sul sentiero verso Dio. È la fede poi, che permette la discesa della Grazia di Dio.

Si suggerisce all'aspirante di praticare la moderazione nelle sue abitudini giornaliere: nel mangiare, nel dormire, negli svaghi ecc. Gli estremi devono essere evitati poiché essi ostacolano la pratica della meditazione. Vivendo una vita così moderata, riunendo tutte le proprie forze e dirigendole verso la meditazione sull'Atman, l'aspirante gradualmente trascende i sensi e l'intelletto e immerge se stesso nel beato Atman. Egli scopre che la beatitudine dell'Atman è incomparabile e che non c'è guadagno più grande del Sé. Avendo così raggiunta la perfetta unione con il Sé, lo Yogi non ridiscende più nell'ignoranza o nell'illusione. Egli non gode più dei piaceri dei sensi.

Il Signore Krishna enfatizza di nuovo che la concentrazione della mente sull'Atman dovrebbe essere stabile come una fiamma in un luogo senza vento. Questo alla fine porta alla visione del Signore in tutti gli esseri e in tutte le creature. Arjuna ha il dubbio se è assolutamente possibile impegnare la mente stabilmente sul più alto Sé, in quanto l'essenziale natura della mente, sembra essere quella dell'irrequietudine. Krishna lo rassicura che, con la pratica, si può riuscire, attraverso il distacco (Vairagya) e lo sforzo costante.

Arjuna desidera conoscere il fato di un aspirante che non è riuscito a realizzare il Supremo nonostante la sua fede e sincerità. Krishna gli assicura che i poteri accu-

mulati dalle sue pratiche Yoga, gli assicureranno in futuro una nascita migliore, con più favorevoli occasioni per la Sadhana. L'aspirante sarà poi spinto a portare avanti le sue pratiche yogiche con maggior vigore e fede e alla fine raggiungerà la realizzazione di Dio.

Krishna conclude che lo Yogi – uno che ha raggiunto l'unione con il Signore Supremo – è superiore agli asceti, agli uomini di conoscenza letteraria, e agli uomini d'azione, in quanto tutti questi non hanno trasceso l'ignoranza e non si sono immersi nel Sé.

SESTO DISCORSO

LO YOGA DELLA MEDITAZIONE

Il Beato Signore disse:

1. Colui che esegue il suo sacrosanto dovere senza dipendere dal frutto delle sue azioni – è un Sannyasi ed uno Yogi, non quello che trascura il fuoco e le azioni.

Commento: Azioni come Agnihotra ecc. eseguite senza l'attesa dei loro frutti purificano la mente e diventano i mezzi per lo Yoga della meditazione.

Karyam Karma: compiti obbligatori, sacrosanti.

Niragnih: senza fuoco; colui che ha rinunciato ai riti giornalieri come Agnihotra, che sono eseguiti con l'aiuto del fuoco.

Akriya: senza azioni; colui che ha rinunciato alle austerità e ad altri atti meritori, come costruire case di riposo e dispensari caritatevoli, scavare pozzi per l'acqua, nutrire i poveri ecc.

Sannyasi: colui che ha rinunciato ai frutti delle sue azioni.

Yogi: colui che ha una mente stabile.

Gli ultimi due termini sono applicati solo in un senso secondario. Essi non sono usati per indicare che uno è in realtà un Sannyasi o uno Yogi. Il Sannyasi non esegue né Agnihotra, né qualsiasi altra cerimonia. Però, semplicemente omettendo le cerimonie senza una genuina rinuncia, ciò non fa dell'individuo un perfetto Sannyasi. (Cfr. V. 3).

2. Sappi tu, Oh Arjuna, che lo Yoga è quello che viene chiamato rinuncia; nessuno in verità diventa uno Yogi se non ha rinunciato ai pensieri.

Commento: *Sankalpa*: il lavoro della facoltà immaginativa, la facoltà della mente che fa piani per il futuro e formula ipotesi sui risultati dei piani così ideati. Nessuno può diventare un Karma Yogi se fa piani e schemi e si attende frutti dalle sue azioni. Nessun devoto all'azione che non ha rinunciato al pensiero dei frutti delle sue azioni può diventare uno Yogi dalla mente stabile. Il pensiero dei frutti rende la mente irrequieta.

Il Signore Krishna fa qui l'elogio del Karma Yoga, perché è un mezzo o un aiuto esterno per lo Yoga della meditazione. Il Karma Yoga è una pietra di base per lo Yoga della meditazione e conduce a quest'ultimo nel corso del tempo. Per incoraggiare la pratica del Karma Yoga viene affermato qui che esso è Sannyasa. (Cfr. V. 4).

3. Per un saggio che desidera raggiungere lo Yoga, l'azione è detta essere il mezzo; per lo stesso saggio che ha raggiunto lo Yoga, l'inazione (la quiete) è detta essere il mezzo.

Commento: Per un uomo che non può praticare la meditazione per un periodo prolungato, e che non è capace di mantenere la sua mente stabile nella meditazione, l'azione è un mezzo per insediare se stesso nello Yoga. Le azioni purificano la sua mente e lo rendono adatto alla pratica di una meditazione stabile. Esse lo portano ad una stabile concentrazione e meditazione.

Per il saggio che si è stabilito nello Yoga, la rinuncia alle azioni è detta essere il mezzo. Con maggiore perfezione egli si astiene dalle azioni, più stabile diventa la sua mente; egli diventa più pacifico e più facilmente e completamente la sua mente si fissa nel Sé.

Lo Shanti Parva del Mahabharata dice: "Per un Brahmana non c'è ricchezza più grande della conoscenza dell'unità e dell'omogeneità (del Sé in tutti gli esseri), sincerità, buon carattere, stabilità, innocuità, rettitudine, rinuncia a tutte le azioni".

4. Quando un uomo non è attaccato agli oggetti dei sensi o alle azioni, avendo rinunciato a tutti i pensieri, allora si dice che egli ha raggiunto lo Yoga.

Commento: Quando uno Yogi, ritirando la mente dagli oggetti dei sensi e mantenendola completamente stabile, non ha attaccamenti né agli oggetti sensuali, come il suono ecc., né alle azioni (Cfr. V. 13), sapendo che essi non sono di alcuna utilità per lui, e quando egli ha rinunciato a tutti i pensieri che generano vari tipi di desideri per gli oggetti di questo mondo e per il futuro, allora si dice che egli è uno Yogarudha (uno che si è stabilito nello Yoga).

Non pensare agli oggetti dei sensi, poi il desiderio morirà da se stesso. Come puoi liberarti dal pensare agli oggetti? Pensa a Dio o al Sé. Allora potrai evitare di pensare agli oggetti e liberarti dai pensieri relativi ad essi.

La rinuncia ai pensieri implica che tutti i desideri e le azioni dovrebbero essere abbandonati, perché tutti i desideri nascono dai pensieri. Tu inizialmente pensi e poi ti sforzi di possedere gli oggetti del tuo desiderio per il tuo piacere.

La *Brihadaranyaka Upanishad* afferma: “Qualsiasi cosa un uomo desidera, quella egli vuole; e qualsiasi cosa vuole, quella egli fa”.

La rinuncia a tutte le azioni, necessariamente segue alla rinuncia a tutti i desideri.

Nello “Shanti Parva” è detto: “Oh desiderio, io so dove le tue radici giacciono. Tu sei nato dal Sankalpa (pensiero). Io non penserò a te e tu cesserai di esistere con tutte le tue radici”.

“In verità, il desiderio è nato dal pensiero e dal pensiero (i sacrifici) Yajnas sono nati”. Così dice la Manu Smriti.

5. Che l'uomo sollevi se stesso soltanto con il suo proprio Sé; che egli non abbassi se stesso, perché questo sé soltanto è l'amico di se stesso e questo sé soltanto è il nemico di se stesso.

Commento: Pratica lo Yoga. Disciplina la mente e i sensi. Eleva te stesso. Raggiungi la perfezione nello Yoga. Risplendi gloriosamente come un perfetto e dinamico Yogi. Non affondare nell'oceano della mondanità e della trasmigrazione. Non diventare una persona dalla mente mondana. Non diventare uno schiavo di lussuria, cupidigia e ira. Sollevati dalla mondanità, diventa divino e raggiungi la Divinità.

Tu soltanto sei il tuo amico; tu solo sei il tuo nemico. I così detti amici mondani non sono i tuoi veri amici poiché essi si attaccano a te, sciupano il tuo tempo e mettono ostacoli sul tuo sentiero dello Yoga. Essi sono egoisti e fanno amicizia con te solo per ottenere qualche cosa. Se non riescono ad ottenere da te gli oggetti del loro interesse egoistico, ti abbandonano. Quindi, in realtà essi sono i tuoi nemici. Se tu sei attaccato ai tuoi amici a ragione dell'illusione o dell'affetto, ciò diventerà una causa del tuo legame alla mondanità.

Amici e nemici non sono esterni. Essi esistono nella mente soltanto. È la mente che fa di un nemico un amico e di un amico un nemico. Quindi, il sé soltanto è l'amico di noi stessi, e il sé (il sé inferiore) soltanto è il nemico di noi stessi. La mente inferiore o impura è il tuo reale nemico perché ti lega alla mondanità. La mente superiore o la mente pura è il tuo vero amico perché ti aiuta nel raggiungere la liberazione.

6. *Il Sé è l'amico del sé per colui che ha conquistato se stesso con il Sé, ma per l'inconquistato sé, questo Sé sta nella posizione di un nemico come (l'esterno) avversario.*

Commento: Conquista la mente inferiore con l'aiuto della mente superiore. La mente inferiore è il tuo nemico. La mente superiore è il tuo amico. Se fai amicizia con la mente superiore puoi soggiogare la mente inferiore molto facilmente. La mente inferiore è piena di passione e oscurità. È molto debole. La mente superiore, piena di purezza, è molto più forte.

Il Sé è l'amico di colui che è autocontrollato e che ha dominato la mente inferiore e i sensi. Ma il sé è un nemico per uno che non ha autocontrollo né ha domato la mente inferiore e i sensi. Proprio come un nemico esterno gli procura danno (a chi è autocontrollato), così anche il suo sé inferiore (mente), lo danneggia duramente. Il più alto Sé è il Sé primario. La mente è anche il sé; questo è il sé secondario.

7. *Il Supremo Sé di colui che è autocontrollato e pacifico, è equilibrato in caldo e freddo, piacere e dolore, ed anche in onore e disonore.*

Commento: L'autocontrollato Yogi che è radicato nel Sé si tiene in equilibrio tra le coppie di opposti, come piacere e dolore, onore e disonore, successo e fallimento ecc. Quando lo Yogi ha controllato i suoi sensi, quando la sua mente è equilibrata e pacifica sotto tutte le condizioni, quando egli non è influenzato dalle coppie di opposti menzionate prima, quando ha rinunciato a tutte le azioni, allora il più alto Sé veramente diventa il suo proprio Sé. Egli raggiunge la realizzazione del Sé. Poiché ora riposa nel suo proprio Sé, egli è sempre sereno e tranquillo. Rimane adamantino di fronte a tutte le mutevoli condizioni della Natura.

8. *Lo Yogi che è soddisfatto con la conoscenza e la saggezza (del Sé), che ha conquistato i sensi, e a cui una zolla di terra, un pezzo di pietra o d'oro sono lo stesso, è detto essere armonizzato (cioè, si dice che ha raggiunto il Nirvikalpa Samadhi).*

Commento: *Jnana*: si riferisce qui alla conoscenza teorica, che si acquisisce con lo studio delle scritture.

Vijnana: diretta conoscenza del Sé attraverso l'intuizione.

Kutastha: immutabile come un'incudine. Vari tipi di oggetti di ferro sono martellati e formati sull'incudine, ma quest'ultima rimane immutata. Anche così, lo Yogi rimane non influenzato, sebbene venga in contatto con gli oggetti dei sensi.

Così egli è chiamato Kutastha, che è un altro nome per Brahman, il silente testimone della mente. (Cfr. V. 18; VI. 18).

9. Colui che ha lo stesso atteggiamento verso gli amici, i nemici, i generosi, gli indifferenti, i neutrali, gli odiosi, i parenti, i giusti e gli ingiusti, eccelle.

Commento: *Eccelle:* egli è il migliore tra gli Yogarudhas (iniziati allo Yoga).

Samabuddhi: questa è equanimità o serenità di mente. Uno Yogi di Samabuddhi ha eguale visione. Egli è completamente imparziale; è lo stesso verso tutti. Egli non fa alcuna differenza riferendosi alla casta, al credo o al colore. Ama tutti come il suo proprio Sé, poiché egli è radicato nel Sé.

Generoso: un uomo che compie buone azioni verso gli altri senza aspettarsi alcun servizio in ritorno da loro.

Udasina: uno che è completamente indifferente.

Neutrale: coloro che non si uniscono a nessuna delle due parti contendenti. Essi rimangono come silenziosi spettatori o testimoni.

Giusto: colui che compie rette azioni e segue le ingiunzioni delle scritture.

Ingiusto: colui che compie azioni sbagliate e proibite, che ingiuria gli altri e che non segue le scritture.

10. Che lo Yogi si sforzi costantemente di mantenere la mente stabile, rimanendo in solitudine, solo, con la mente e il corpo controllato, e libero da speranza e cupidigia.

Commento: Lo Yogi che segue il sentiero della rinuncia può praticare la meditazione in una grotta solitaria nelle montagne. Egli dovrebbe rinunciare ad ogni possesso.

Un uomo di famiglia con tendenze allo Yoga e inclinazioni spirituali può praticare la meditazione in una solitaria e tranquilla stanza nella sua propria casa, o in qualsiasi altro solitario luogo sulle rive di un sacro fiume. Se egli è un ardente aspirante o se si è ritirato dal servizio, può praticare durante tutto l'anno.

La pratica deve essere costante. Solo allora uno può raggiungere sicuramente e rapidamente la realizzazione del Sé. Colui che pratica la meditazione in modo irregolare e per pochi minuti al giorno non sarà capace di raggiungere nessun tangibile risultato nello Yoga. Lo studente di Yoga dovrebbe essere libero da speranza, desiderio e cupidigia. Solo allora egli avrà una mente stabile. Speranza, desiderio e cupidigia rendono la mente sempre irrequieta e turbolenta. Essi sono i nemici della pace e della conoscenza del Sé.

L'aspirante non dovrebbe possedere molte cose. Egli può tenere solo quegli articoli che sono assolutamente necessari per il mantenimento del corpo. Se si posseggono molte cose, la mente starà sempre pensando ad esse nel tentativo di proteggerle.

Se tu sei ben stabilito nella pratica dell'astrazione dei sensi e nel controllo del corpo e della mente, se hai i sensi sotto il tuo perfetto controllo, puoi trovare la solitudine e la pace anche nella più affollata e rumorosa zona di una grande città. Se i sensi sono turbolenti, se non hai acquisito il potere di ritirarli, tu non avrai pace di mente anche in una solitaria grotta dell'Himalaya. Un disciplinato Yogi, che ha controllato i sensi e la mente, può godere della pace in una caverna solitaria. Un uomo appassionato, che non ha controllato i sensi e la mente, costruirà soltanto castelli in aria se vive in una grotta solitaria di una montagna.

Colui che ha ridotto i suoi bisogni, che non ha una minima attrazione per il mondo, che ha discriminazione, distacco e un bruciante desiderio per la liberazione, che ha osservato il voto del silenzio per lunghi mesi, sarà capace di vivere in una grotta.

Dovresti avere un perfetto controllo del corpo attraverso la pratica regolare di posture Yoga, prima che tu giunga ad una seria e costante meditazione.

L'aspirante spirituale non deve sentirsi ansioso circa i suoi bisogni corporali. Ogni cosa è provvista dal Signore. Ogni cosa è provvista da Madre Natura. Essa si cura attentamente dei nostri bisogni corporei, e in una maniera più efficiente di quello che noi potremmo fare. Essa conosce al meglio quali sono le nostre necessità e provvede ad esse senza ritardi. Comprendi le misteriose vie di Madre Natura e diventa saggio. Sii grato a Lei per la Sua gentilezza unica, grazia e misericordia.

Se sei un uomo di famiglia e hai una intensa fede per la Sadhana spirituale e desideri ritirarti in solitudine per la pratica della meditazione, non puoi improvvisamente recidere i tuoi legami con la tua famiglia. Un improvviso taglio dei legami sociali può produrre un'intensa, estrema sofferenza in te e uno shock in essi. Tu devi sciogliere i legami gradualmente. All'inizio rimanendo in solitudine per una settimana o per un mese. Gradualmente prolungando il periodo. La tua famiglia allora non soffrirà l'angoscia della separazione da te. Poiché la tua volontà è diventata molto debole. Poiché tu non hai avuto nessuna disciplina spirituale o allenamento alla scuola o all'università quando eri giovane, e poiché sei sotto le oscillazioni delle influenze materialistiche, è necessario per te andare in solitudine per alcuni giorni o settimane, specialmente durante il Natale, la Pasqua o altre vacanze, per praticare con rigore Japa e meditazione e per sviluppare la tua forza di volontà e il controllo dei sensi.

Coloro che durante la loro vita hanno sistemato i loro figli e sono poi andati in pensione, che hanno eseguito i loro compiti come padri di famiglia, possono rimanere in solitudine per quattro o cinque anni e praticare intensa e costante meditazione e penitenze per il raggiungimento della purificazione e per la realizzazione del Sé. Questo è come entrare in una università per studi più elevati o seguire un corso post-laurea. Quando la Sadhana è finita ed essi hanno raggiunto la conoscenza del Sé, dovrebbero venir fuori e condividere la loro conoscenza del Sé con gli altri, attraverso conferenze, conversazioni, discorsi, colloqui, in accordo alla loro capacità e disposizione.

Come può il controllo dei sensi essere messo a prova in una solitaria foresta dove non ci sono tentazioni? Lo studente di Yoga che vive in una grotta dovrebbe, dopo essere avanzato sufficientemente, mettere alla prova se stesso venendo nel mezzo della società. Ma egli non dovrebbe farlo troppo spesso, come l'uomo che era solito rimuovere dal terreno una giovane pianta dopo averla annaffiata giornalmente, per vedere se essa aveva messo le radici oppure no!

11. In un luogo pulito, dopo aver messo un proprio stabile seggio, né troppo alto né troppo basso, fatto con una stoffa, una pelle e dell'erba kusha, una sopra l'altra,

Commento: In questo verso il Signore Krishna indica il seggio per praticare la meditazione. I dettagli sulla postura sono dati al verso VI. 13.

Cospargere per prima l'erba kusha sulla terra, su questa distendere una pelle di tigre o di cervo, e sopra stendere una stoffa bianca.

Sedere in un luogo naturalmente pulito come ad esempio le rive di un fiume; o rendere pulito il luogo dove si desidera praticare la meditazione.

12. Qui, avendo reso la mente concentrata, con le azioni della mente e i sensi controllati, fa che egli, seduto sul seggio, pratichi lo Yoga per la purificazione del sé.

Commento: *Il sé:* qui significa la mente. Il reale Supremo Sé è il Sé primario. La mente è anche il sé ma qui è usato in un senso secondario.

Attraverso la pratica dello Yoga rendi la mente concentrata, riunendo tutti i suoi raggi dissipati. Ritrai la mente da tutti gli oggetti dei sensi continuativamente e cerca di fissarla stabilmente sul tuo centro o punto di meditazione. Gradualmente riuscirai ad avere concentrazione di mente. Devi essere molto regolare nella tua pratica, solo allora riuscirai. La regolarità è della più grande importanza. Dovresti conoscere i modi e le abitudini della mente attraverso l'introspezione giornaliera, l'autoanalisi o l'autoesame. Conosci le leggi come la mente opera. Allora sarà per te facile controllare la sua natura ondeggiante.

Durante la meditazione, quando stai tentando deliberatamente di dimenticare gli oggetti esterni, ogni tipo di pensiero mondano sorgerà nella tua mente provocando disturbo. Tu sarai totalmente sorpreso. Pensieri passati che hai coltivato molti anni fa, e vecchi ricordi di antichi godimenti, si presenteranno, forzeranno la mente a vagabondare. La porta della vasta mente subconscia si aprirà. Il coperchio del contenitore dei pensieri interiori sarà sollevato e i pensieri verranno fuori in grande quantità in un flusso continuo. Più cercherai di fermarli, più essi verranno fuori con forza raddoppiata.

Non scoraggiarti. *Nil desperandum* – mai disperarsi! Attraverso la regolare e costante meditazione puoi purificare la mente subconscia e le sue memorie. Il fuoco della meditazione brucerà tutti i pensieri. Sii certo di questo. La meditazione è un potente antidoto per distruggere i velenosi pensieri mondani. Sii sicuro di questo.

La meditazione sull'immortale Sé agirà come la dinamite e distruggerà tutti i pensieri e le memorie nella mente conscia. Se dei pensieri ti tormentano troppo non cercare di sopprimerli con la forza. Diventa un silente testimone come se tu stessi guardando un film. Essi gradualmente si calmeranno. Poi cerca di sradicarli attraverso la regolare, silente intensa meditazione.

Durante l'introspezione puoi chiaramente osservare il rapido cambiamento della mente da una linea di pensieri ad un'altra. Qui hai una possibilità per modellare la mente adeguatamente e dirigere i pensieri e l'energia mentale in un canale divino. Tu puoi risistemare i pensieri e fare nuove associazioni su una nuova base Sattwica. Puoi così gettar via mondani e inutili pensieri. Proprio come tu strappi le erbacce e le butti via, in ugual maniera tu puoi gettar via quei pensieri inutili e coltivarne di sublimi e divini nel divino giardino della tua mente. Questo richiede uno sforzo paziente. È veramente un impegno enorme. Ma per uno Yogi determinato, che ha la Grazia del Signore e una volontà di ferro, questo non è nulla.

Calma le ribollenti emozioni, i sentimenti, gli istinti e gli impulsi gradualmente, attraverso la silenziosa meditazione. Tu puoi dare un nuovo indirizzo ai tuoi sentimenti con una pratica graduale e sistematica. Puoi trasmutare interamente la tua natura mondana in una natura divina. Attraverso la meditazione puoi esercitare un supremo controllo sopra le correnti nervose, i muscoli, le cinque guaine, le emozioni e gli impulsi.

13. Che egli stabilmente mantenga il suo corpo, con la testa ed il collo eretti e fermi, con lo sguardo alla punta del suo naso, senza guardare intorno.

Commento: Il Signore descrive in questo verso la posa di meditazione e dello sguardo. Tu non puoi praticare la meditazione senza una posizione ferma. Se il

corpo è instabile, anche la mente diventerà irrequieta. C'è un'intima connessione tra la mente e il corpo.

Non scuotere il corpo neanche di un millimetro. Con la pratica quotidiana raggiungerai la padronanza sulla postura. Sii fermo come una statua o una roccia. Se tu mantieni il corpo, la testa e il collo eretti, anche la spina dorsale sarà eretta, e la Kundalini si solleverà stabilmente attraverso il sottile canale nervoso chiamato Su-shumna.

Siedi nella posizione Padmasana o Siddhasana. Questo ti aiuterà nel mantenere l'equilibrio nervoso e la tranquillità mentale. Dovresti dirigere lo sguardo stabilmente alla punta del naso. Un altro modo è fissare lo sguardo in un punto tra le sopracciglia, dove è situato il centro psichico (conosciuto come Ajna Chakra). Questo è descritto al verso V. 27. Dirigi lo sguardo verso l'Ajna Chakra con gli occhi chiusi. Se tu pratichi questo metodo con gli occhi aperti, questo ti può produrre mal di testa; particelle di polvere possono cadere nei tuoi occhi e ci può essere anche distrazione della mente. Non sforzare gli occhi, pratica con gentilezza.

Quando pratichi la concentrazione all'estremità del naso, tu puoi sperimentare vari aromi non sensuali. Mentre, quando ti concentri all'Ajna Chakra puoi percepire delle luci soprafenomenali. Queste sono esperienze che vengono per darti incoraggiamento, per spingerti avanti sul sentiero spirituale e convincerti dell'esistenza di fenomeni trascendentali o soprafisici. Non fermare la tua Sadhana.

Yogi e devoti del Signore Shiva si concentrano sull'Ajna Chakra con gli occhi chiusi. Tu puoi scegliere, per concentrarti, qualsiasi centro sia più adatto a te.

Sebbene lo sguardo sia diretto alla punta del naso, quando gli occhi sono per metà chiusi e le pupille sono fisse, la mente dovrebbe essere stabile solo sul Sé. Quindi, tu devi avere lo sguardo fisso, come necessario, all'estremità del naso.

Nel verso VI. 25, il Signore dice: "Avendo la mente dimorante nel Sé, fa che egli non pensi a nulla". Guardando all'estremità del naso la concentrazione della mente si presenterà rapidamente.

Quale che sia il punto scelto, visualizza lì la tua Divinità prescelta e senti la Sua vivente presenza.

14. Con la mente serena, senza paura, fermo nel voto di Brahmacharya, avendo controllato la mente, pensando a Me e con mente equilibrata, fa che egli sieda, avendo Me come sua meta suprema.

Commento: L'aspirante spirituale dovrebbe possedere serenità di mente. La Luce Divina può scendere soltanto in una mente serena. La serenità si raggiunge soltanto con lo sradicamento delle brame e dei desideri. Egli dovrebbe essere anche

privo di paure. Questa è una qualificazione molto importante. Un uomo timido o codardo è molto lontano dalla realizzazione del Sé.

Un Brahmachari dovrebbe servire il suo precettore con tutto il cuore. Egli dovrebbe vivere di elemosine. Questo anche fa parte del voto di Brahmacharya. L'aspirante dovrebbe controllare le modificazioni della mente. Dovrebbe essere equilibrato in piacere e dolore, caldo e freddo, e onore e disonore. Dovrebbe pensare sempre al Signore e considerare Lui come il suo supremo obiettivo.

Brahmacharya significa anche continenza. Il seme o il fluido vitale tonifica i nervi e il cervello e dà energia all'intero sistema. Quel Brahmachari che ha conservato questa forza vitale attraverso il voto della continenza, e l'ha sublimata in Ojas Shakti o radiante potere spirituale, può praticare una profonda meditazione per un lungo periodo. Solo un tale uomo può salire la scala dello Yoga.

Senza l'osservanza di Brahmacharya non è possibile nemmeno un briciolo di progresso spirituale. Essa è la vera fondazione su cui la sovrastruttura della meditazione e del Samadhi può essere eretta. Molte persone sciupano questa energia vitale – veramente un grande tesoro spirituale – esse diventano cieche e perdono il loro potere di ragionare a causa dell'eccitamento sessuale. Non possono fare sostanziali progressi nello Yoga. È veramente commiserevole la loro situazione!

15. Così, sempre tenendo la mente equilibrata, lo Yogi con la mente controllata, raggiunge la pace dimorando in Me, ciò culmina nella liberazione.

Commento: Così: nella maniera descritta nel verso precedente.

Il Sé Supremo è l'incarnazione della pace; è un'oceano di pace. Quando uno raggiunge la pace suprema dell'Eterno, controllando le modificazioni della mente e mantenendola sempre equilibrata, ha raggiunto la liberazione o la perfezione.

16. In verità lo Yoga non è possibile per chi mangia troppo, né per chi non mangia affatto; né per chi dorme troppo, né per chi è (sempre) sveglio, Oh Arjuna.

Commento: In questo verso il Signore prescrive la dieta per lo studente di Yoga. Egli deve osservare moderazione nel mangiare e nel dormire. Se mangia troppo si sentirà assonnato e il sonno lo opprimerà. Inoltre soffrirà di indigestione e di malattie degli intestini e del fegato. Se mangia troppo poco, diventerà debole e non sarà capace di sedere a lungo in meditazione. Egli non dovrebbe mangiare né troppo, né meno di quanto necessario per mantenere il corpo in uno stato salubre e forte.

Questo può anche significare che il successo nello Yoga non è possibile per colui che mangia di più della quantità prescritta nei testi di Yoga. Essi dicono: "Metà

dello stomaco deve essere riempita di cibo, un quarto di acqua, e il rimanente quarto deve essere vuoto per il libero movimento dell'aria". Questa è la dieta moderata per uno studente di Yoga.

Se dormi troppo, diventi apatico, la mente diventa ottusa e il corpo pesante, non potrai meditare. Se dormi troppo poco, sarai colto dalla sonnolenza e ti addormenterai durante la meditazione. Mantieniti sulla dorata via di mezzo, allora farai rapidi progressi nello Yoga.

17. Lo Yoga diventa il distruttore del dolore per chi è sempre moderato nel mangiare e nella ricreazione (come camminare ecc.), che è moderato nello sforzo, nell'esercizio dell'azione, che è moderato nel sonno e nella veglia.

Commento: Allo studente di Yoga viene qui suggerito di adottare la via di mezzo. Il Signore Buddha all'inizio andò agli estremi in materia di cibo e di bevande. Egli fu veramente astemio e divenne estremamente debole, torturò molto il suo corpo. In quello stato non fu capace di raggiungere il successo nello Yoga.

Troppe austerità non sono necessarie per la realizzazione del Sé. Questo viene condannato dal Signore nei versi XVII. 5-6. Austerità non dovrebbe significare auto-tortura, perché allora diventa diabolica. Il Buddhi Yoga del Signore Krishna è un saggio approccio all'austerità.

Alcuni aspiranti prendono l'ascetismo come l'obiettivo; esso è solo un mezzo e non un fine. Il sistema nervoso è estremamente sensibile. Esso risponde anche al più piccolo cambiamento e provoca distrazioni nella mente. È quindi necessario che l'aspirante segua una vita molto regolare e disciplinata e sia moderato nel cibo, nel sonno e nell'attività fisica.

Alimentati con quantità moderata. Dormi e svegliati al tempo prescritto. Vai a dormire alle nove o alle dieci e svegliati alle tre o alle quattro del mattino. Solo allora raggiungerai il successo nello Yoga, che uccide ogni tipo di dolore e di angoscia nella vita.

18. Quando la mente perfettamente controllata dimora nel Sé soltanto, libera dalla brama per gli oggetti del desiderio, allora si dice: "Egli è unito".

Commento: *Mente perfettamente controllata:* la mente che è stata resa concentrata.

Quando tutti i desideri per gli oggetti del piacere (visti o non visti) muoiono, la mente diventa molto tranquilla e riposa stabilmente nel Sé. Quando lo Yogi è perfettamente armonizzato, quando ha raggiunto l'unità con il Sé, e quando è diven-

tato identico ad Esso, i fenomeni dei sensi e le affezioni del corpo non lo disturbano più. Egli è conscio della sua immortale, indeperibile e invincibile natura.

Senza l'unione con il Sé, né l'armonia, né l'equilibrio, né il Samadhi sono possibili. (Cfr. V. 23; VI. 8).

19. Come una lampada posta in un luogo senza vento non oscilla, a questa si può paragonare lo Yogi dalla mente controllata, praticante lo Yoga nel Sé (o assorbito nello Yoga del Sé).

Commento: Questa è una bella similitudine. Gli Yogi la citano molto spesso quando parlano di concentrazione o stabilità di mente. Una mente stabile serve come una luce potente per scoprire i nascosti tesori spirituali del Sé.

20. Quando la mente, controllata dalla pratica dello Yoga, raggiunge la tranquillità, e quando, vedendo il Sé con il Sé, egli è soddisfatto nel suo proprio Sé,

Commento: I versi VI. 20-23 devono essere considerati insieme.

Quando la mente è completamente ritirata dagli oggetti dei sensi, una pace suprema regna nel cuore. Quando essa diventa completamente stabile per la costante e protratta pratica della concentrazione, e quando è purificata, lo Yogi osserva il Supremo Sé e raggiunge all'interno suprema soddisfazione in Esso.

21. Quando egli (lo Yogi) assapora quell'infinita beatitudine che può essere afferrata dal (puro) intelletto e che trascende i sensi, e, stabilitosi all'interno egli non si muove mai dalla Realtà,

Commento: L'infinita beatitudine del Sé, che è al di là del raggiungimento da parte dei sensi, può essere realizzata dal puro intelletto che non dipende dai sensi. Durante la profonda meditazione i sensi cessano di funzionare, in quanto essi riposano nella loro causa, la mente. L'intelletto è reso puro dalla pratica di Yama (autocontrollo), Niyama (obblighi, pratiche disciplinari) e da un'intensa e costante meditazione.

22. Che, avendo così ottenuta, egli pensa che non c'è altro guadagno superiore ad essa; stabilitosi all'interno, egli non viene scosso neanche dai più grandi dolori,

Commento: *Che:* il guadagno o la realizzazione del Sé o l'Anima immortale. *All'interno:* nel Sé che è tutta beatitudine, che è libero da illusioni e dolori.

Il Sé è onnicomprensivo e autocontenuto. Tutti i desideri vengono esauditi quando uno raggiunge la realizzazione del Sé. Questa è la ragione per cui il Signore dice: “Non c’è altra acquisizione superiore alla realizzazione del Sé”. Se un aspirante si stabilisce all’interno nel supremo Sé, egli non può essere scosso nemmeno dal più grande dolore o atroce sofferenza, perché egli non ha più la mente, e identifica se stesso con il Sé che è senza angoscia e senza dolori. Uno può sperimentare dolori e angosce solo quando identifica se stesso con il corpo e la mente; se non c’è mente non ci può essere alcun dolore. Quando uno è sotto cloroformio, non sente alcun dolore anche se gli viene amputata una mano, perché la mente è ritirata dal corpo.

23. Che questo venga conosciuto con il nome di Yoga: la separazione dall’unione con il dolore. Questo Yoga dovrebbe essere praticato con determinazione e con una mente gioiosa.

Commento: Nei versi VI. 20-22 il Signore descrive i benefici dello Yoga cioè, perfetta soddisfazione rimanendo nel Sé; beatitudine infinita e senza limiti, libertà da dolore e angoscia ecc. Egli aggiunge inoltre che questo Yoga dovrebbe essere praticato con una ferma convinzione, con una determinazione di ferro ed entusiasmo nel cuore. Un aspirante spirituale con una mente ondeggiante non potrà raggiungere il successo nello Yoga. Egli smetterà la pratica quando incontrerà alcuni ostacoli sul sentiero. Il praticante deve essere forte, allegro e fiducioso.

24. Abbandonando senza riserve tutti i desideri nati dal Sankalpa (pensiero e immaginazione) e frenando completamente, da ogni parte, con la mente, tutto il gruppo dei sensi,

Commento: *Senza riserve:* la mente è così diplomatica che essa conserva certi desideri per sua segreta gratificazione. Quindi si dovrebbero abbandonare completamente tutti i desideri senza alcuna riserva.

Il desiderio nasce dall’immaginazione. Quindi occorre distruggere l’immaginazione per prima. Se l’immaginazione è annullata, allora il desiderio muore da se stesso. Si nota qui che tutti i sensi devono essere controllati dalla mente da tutte le parti. Anche se un solo senso è turbolento in una direzione, esso distrarrà la mente molto spesso. I sensi sono assorbiti nella mente attraverso la pratica costante dell’astrazione. Allora la mente è incapace di pensare agli oggetti che piacciono ai sensi e diventa perfettamente calma.

Solo quella mente che è dotata di grande discriminazione e forte distacco sarà capace di controllare l'intero gruppo dei sensi in tutte le direzioni. Quindi occorre sviluppare la discriminazione tra il Reale e l'irreale. (Cfr. II. 62).

25. A poco a poco fa che egli raggiunga la tranquillità con l'intelletto controllato fermamente; avendo reso la mente stabilita nel Sé, che egli non pensi a nulla.

Commento: Il praticante di Yoga dovrebbe raggiungere gradualmente la tranquillità, per mezzo dell'intelletto controllato dalla stabilità. La pace dell'Eterno riempirà gradualmente il cuore con fremiti e beatitudine, attraverso la costante e protratta pratica di una stabile concentrazione. Attraverso un'incessante pratica lo studente dovrebbe far sì che la mente dimori sempre nel Sé interiore. Se uno costantemente pensa all'immortale Sé interiore, allora la mente cessa di pensare agli oggetti di piacere. L'energia mentale è così diretta lungo il canale spirituale in una costante contemplazione del Sé.

26. Per qualsiasi causa l'irrequieta instabile mente corre via, da lì la trattenga e la porti sotto il controllo del Sé soltanto.

Commento: Qui il Signore dà il metodo per controllare la mente. Proprio come si riporta indietro un toro sempre e continuamente al suo posto quando corre via, così ugualmente si deve riportare la mente ripetutamente al suo punto o centro di concentrazione, quando essa corre verso gli oggetti esterni.

Se si alimenta il toro con estratto di semi di cotone, zucchero e banane, egli non scapperà via, ma rimarrà al suo posto. Così ugualmente, se si fa gustare alla mente l'eterna beatitudine interiore del Sé, poco a poco, attraverso la pratica della concentrazione, essa gradualmente abiterà soltanto nel Sé e non correrà verso gli oggetti esterni dei sensi.

Soltanto suoni e oggetti rendono la mente irrequieta e instabile. Conoscendo i difetti degli oggetti dei sensi, comprendendo la loro illusoria natura, coltivando la discriminazione tra il reale e l'irreale, sviluppando il distacco e facendo comprendere alla mente la gloria e lo splendore del Sé, la si può distogliere completamente dagli oggetti dei sensi e fissarla fermamente sul Sé.

27. In verità Suprema Beatitudine arriva a quello Yogi la cui mente è completamente pacifica, le cui passioni si sono acquietate, che è diventato Brahman, e che è libero da peccato.

Commento: In questo verso e nel successivo il Signore descrive i benefici dello Yoga.

Una suprema, eterna genuina beatitudine perviene a quello Yogi la cui mente è perfettamente serena, che ha calmato la sua natura passionale, che ha distrutto tutti gli attaccamenti, che è diventato un saggio liberato con il raggiungimento della conoscenza del Sé, che sente che ogni cosa è il Sé soltanto, e che è senza macchia (che non è influenzato da bene e male).

28. Lo Yogi, sempre impegnando così la mente (nella pratica dello Yoga), liberato dai peccati, facilmente gode l'infinita beatitudine del contatto con Brahman (l'Eterno).

Commento: Per mezzo delle pratiche Yoga quali il ritiro dei sensi, la concentrazione e la meditazione, l'aspirante perde il contatto con gli oggetti dei sensi e viene in contatto con il Sé interiore. Egli così gode l'infinita beatitudine del Sé.

I piaceri sensuali sono transitori o fuggevoli ma la beatitudine del Sé è ininterrotta, permanente ed eterna. Questo è il motivo per cui uno dovrebbe cercare di realizzare il Sé. È l'unica ricerca meritevole.

Lo Yogi rimuove gli ostacoli che si frappongono al raggiungimento dell'unione con il Signore, e conserva sempre la mente stabile nel Sé.

29. Con la mente armonizzata dallo Yoga egli vede il Sé che dimora in tutti gli esseri e tutti gli esseri nel Sé; egli vede lo stesso ovunque.

Commento: Lo Yogi osserva, attraverso l'occhio dell'intuizione, dappertutto l'unità o l'unicità del Sé. Questa è davvero una sublime e grandiosa visione. Egli sente: "Tutto in verità è il Sé". Sente che tutti gli esseri sono una sola cosa con il Sé, e che il suo sé e il supremo Sé sono identici.

30. Colui che vede Me dappertutto e vede ogni cosa in Me, mai diventa separato da Me, né Io divento separato da lui.

Commento: In questo verso il Signore descrive gli effetti della visione dell'unità o unicITÀ del Sé.

Colui che vede Me, il Sé di tutti, in tutti gli esseri, e tutti gli esseri (da Brahma il Creatore, fin giù ad un filo d'erba) in Me, Io non lo abbandono né egli abbandona Me. Io e il veggente dell'unità del Sé diventiamo identici, la stessa cosa. Io non lascio mai la sua presenza né egli lascia la Mia. Io mai lascio la sua presa né egli lascia la Mia. Io dimoro in lui ed egli dimora in Me.

31. *Colui che essendo stabilito nell'unità, adora Me che dimoro in tutti gli esseri; quello Yogi dimora in Me, qualunque sia il suo modo di vivere.*

Commento: Colui che ha dissolto tutte le dualità nella soggiacente unità, che è così stabilito nell'unità, che adora Me (che ha realizzato Me come il Sé di tutti), sempre dimora in Me. Qualsiasi possa essere il suo modo di vivere, è sempre liberato.

Sebbene fosse un macellaio, Sadana viveva in Dio perché la sua mente era sempre fissata ai Piedi di Loto del Signore.

32. *Chi, attraverso la sembianza del Sé, Oh Arjuna, vede uguaglianza dappertutto, sia esso piacere o dolore, egli è considerato come il più alto tra gli Yogi.*

Commento: Vede chi, qualsiasi cosa sia piacere o dolore per se stesso è anche piacere e dolore per gli altri esseri. Egli non reca danno a nessuno perché è completamente inoffensivo. Desidera il bene di tutti; è compassionevole verso tutte le creature. Ha un cuore grande e tenero. Egli così vede l'eguaglianza in ogni dove, perché è dotato della giusta conoscenza del Sé, in quanto osserva il Sé soltanto dappertutto, poiché è stabilito nell'unità del Sé. Così egli è considerato come il più elevato tra tutti gli Yogi. (Cfr. VI. 47).

Arjuna disse:

33. *Di questo Yoga dell'equanimità insegnato da Te, Oh Krishna, io non vedo la sua stabile permanenza, a causa dell'irrequietezza (della mente).*

Commento: Poiché la mente è irrequieta, impetuosa e instabile, trovo difficoltà a praticare questo Yoga dell'equanimità. Oh Mio Signore, io non posso avere una stabile concentrazione poiché la mente vagabonda qua e là in un batter d'occhio.

34. *La mente è veramente irrequieta, turbolenta, forte e ostinata, Oh Krishna, la stimo difficile da controllare, come controllare il vento.*

Commento: La mente cambia costantemente il suo punto di concentrazione da un oggetto ad un altro e così essa è sempre irrequieta.

Krishna: la parola è derivata da "Krish" che significa "raschiare". Egli raschia via tutti i peccati, il male e le cause del male dal cuore dei Suoi devoti. Quindi, Egli è chiamato Krishna.

La mente non solo è irrequieta ma anche turbolenta e impetuosa, forte e ostinata. Essa produce violenta agitazione nel corpo e nei sensi. Gli oggetti la lasciano in tutte le direzioni. Essa lavora sempre in congiunzione con i cinque sensi; è attratta da essi verso i cinque tipi di oggetti, per cui è sempre irrequieta. Gioisce dei cinque tipi di oggetti sensuali con l'aiuto dei sensi e del corpo. In questo modo li sottopone alle influenze esterne. La mente è anche più difficile da controllare che controllare il vento. Essa è nata dal suo elemento di base, il vento. Questa è la ragione per cui è irrequieta come il vento.

Il Beato Signore disse:

35. Indubbiamente, Oh potente Arjuna, la mente è irrequieta e difficile da controllare; ma con il distacco e con la pratica può essere dominata.

Commento: Il ripetuto sforzo di mantenere l'ondeggiante mente stabile, per mezzo della costante meditazione sul centro o l'ideale, o l'obiettivo, o l'oggetto della meditazione, è chiamato Abhyasa o pratica. L'idea stessa o il pensiero del Sé deve essere mantenuta costantemente. Questa costante ripetizione distrugge le oscillazioni della mente e i suoi desideri, e la rende stabile e concentrata.

Vairagya: distacco; indifferenza per gli oggetti dei sensi in questo mondo o nell'altro, qui o altrove, visti o non visti, uditi o non uditi, raggiunto attraverso la costante percezione dell'irrealtà in essi.

Si deve allenare la mente per mezzo della costante riflessione sull'immortale, beatifico Sé. Si deve farle comprendere che tutti i godimenti mondani sono transitori. Le si deve suggerire di guardare per i suoi godimenti non ai deperibili e mutevoli oggetti esterni, ma all'immortale, immutabile Sé interiore.

36. Io penso che questo Yoga è difficile da raggiungere da uno dall'incontrollato sé, ma chi ha controllato il sé e si sforza, lo raggiunge con i mezzi (adatti).

Commento: *Incontrollato sé:* colui che non ha controllato i sensi e la mente per mezzo di una costante pratica di distacco e di meditazione.

Il controllato sé: chi ha controllato la mente e i sensi tramite la costante pratica del distacco e della meditazione. Egli può raggiungere la realizzazione del Sé tramite i giusti mezzi e con un sincero persistente sforzo.

Arjuna disse:

37. *Chi non è capace di controllare se stesso sebbene abbia la fede, e la cui mente vagabonda via dallo Yoga, a cosa va incontro, avendo fallito nel raggiungere la perfezione nello Yoga, Oh Krishna?*

Commento: Questo verso si riferisce all'aspirante che ha fede nell'efficacia dello Yoga, ma che non è capace di controllare i sensi e la mente. Egli non ha la concentrazione della mente. Essa fugge via quando l'ultimo respiro esce dal suo corpo, ed egli perde anche la memoria. Avendo così mancato di raggiungere la perfezione nello Yoga, quale sarà la fine di un tale uomo, e quale sentiero egli seguirà nella prossima rinascita?

38. *Decaduto da entrambi, non perisce, egli, senza sostegno come una nuvola lacerata, Oh potente (Krishna), ingannato sul sentiero di Brahman?*

Commento: *Entrambi:* il sentiero del Karma o delle attività dei riti in accordo con i *Veda* da una parte e il sentiero dello Yoga dall'altra.

Il sentiero di Brahman: il sentiero per cui si può raggiungere il Sé, o la via che porta al Sé.

Lo Yoga insegnato dal Signore richiede qui un'intensa e concentrata devozione alla sua pratica. L'aspirante si allontana dal mondo e respinge anche i cieli. Alcune persone credono che se un tale individuo manca di raggiungere l'obiettivo, egli perde ogni cosa per nulla. Per questo è stata posta la domanda.

39. *Questo mio dubbio, Oh Krishna, chiarisci completamente, perché non è possibile a nessun altro se non a Te dissolvere questo dubbio.*

Commento: Non ci può essere nessun miglior maestro che Te, perché Tu sei il Signore onnisciente. Tu soltanto puoi dissipare questo dubbio. Un veggente, un dio o un saggio non sarebbero capaci di farlo.

Il Beato Signore disse:

40. *Oh Arjuna, né in questo né in quell'altro mondo c'è distruzione per lui; in verità nessuno che fa del bene, Oh figlio Mio, va incontro al male.*

Commento: Chi non riesce a raggiungere la perfezione nello Yoga in questa nascita, non sarà distrutto né in questo mondo, né nel successivo. Sicuramente egli non avrà una nascita inferiore di quella presente. Allora cosa raggiungerà? Questo viene descritto dal Signore nei versi VI. 41-44.

Figlio: un discepolo è considerato come un figlio.

41. *Avendo raggiunto i mondi dei giusti, e dopo aver dimorato qui per innumerevoli anni, chi è caduto dallo Yoga rinasce nella casa di persone pure e ricche.*

Commento: *Yogabhrasta*: uno che è caduto dallo Yoga, cioè, uno che non è stato capace di raggiungere la perfezione nello Yoga, oppure uno che è salito fino ad una certa altezza sulla scala dello Yoga ma che è caduto a causa di mancanza di distacco o debolezza nella pratica diventando una vittima di Maya o dei suoi turbolenti sensi.

I giusti: coloro che seguono il sentiero della verità, che eseguono azioni virtuose, come carità, sacrifici, rituali e adorazione del Signore e che agiscono in accordo alle prescritte regole delle scritture.

Innumerevoli anni: qui si riferisce soltanto ad un periodo considerevolmente lungo, ma non assolutamente infinito.

I puri: coloro che conducono una vita pura e morale, che hanno un cuore puro, libero da gelosia, odio, orgoglio, cupidigia, ecc. (Cfr. IX. 20-21).

42. *Oppure rinasce in una famiglia di saggi Yogi; in verità una nascita come questa è molto difficile da ottenere in questo mondo.*

Commento: Una nascita in una famiglia di saggi Yogi è più difficile da ottenere che quella menzionata nel verso precedente.

43. *Qui ritorna in contatto con la conoscenza acquisita nel suo corpo precedente e si sforza più di prima per la perfezione, Oh Arjuna.*

Commento: Quando egli prende di nuovo un corpo umano in questo mondo, il suo sforzo precedente e la pratica dello Yoga non sono per nulla perduti. Questo porterà pieno frutto in questa nascita e accelererà la sua evoluzione morale e spirituale.

I nostri pensieri e azioni sono depositati nella nostra mente subconscia sotto forma di impressioni sottili. Le nostre esperienze formate da queste impressioni, abitudini e tendenze, sono anche conservate nella nostra mente subconscia. Queste impressioni della presente e delle passate nascite saranno rienergizzate e rivitalizzate nella prossima nascita. Le impressioni delle pratiche Yoga e delle tendenze Yoga spingeranno l'aspirante a sforzarsi con più grande vigore che nella sua nascita precedente. Egli si sforzerà più strenuamente per ottenere più elevate esperienze spirituali e per raggiungere più alti piani di realizzazione che quelli che aveva acquisito nella sua nascita precedente.

44. *Proprio a causa delle sue pratiche precedenti egli rinasce malgrado se stesso. Anche chi semplicemente desidera conoscere lo Yoga trascende le parole di Brahman (le Scritture).*

Commento: L'uomo che è caduto dallo Yoga è portato all'obiettivo (che egli intendeva raggiungere nella sua nascita precedente) dalla forza delle impressioni delle sue passate pratiche Yoga, sebbene egli possa non essere conscio di questo e benché egli possa non volere aderire al corso delle discipline Yoga a causa della forza di qualche Karma cattivo.

Se egli non ha fatto grandi azioni malvagie che potrebbero abbattere le sue tendenze yogiche, egli certamente continuerà le sue pratiche Yoga in questa nascita con molto più vigore, per la forza delle tendenze yogiche create dalle sue pratiche nella nascita precedente.

Se la forza delle cattive azioni è molto forte, allora le tendenze spirituali saranno sopraffatte o sopresse per un certo tempo. Quando poi i frutti delle azioni cattive saranno stati esauriti, la forza delle impressioni yogiche comincerà a manifestarsi. Egli allora comincerà le sue pratiche vigorosamente e alla fine raggiungerà la beatitudine finale della vita.

Anche colui in cui si è acceso un desiderio di informarsi sullo Yoga va oltre la parola di Brahma, cioè va oltre i *Veda*. Egli si eleva al di sopra di colui che esegue i riti e le cerimonie vediche. Egli va al di là dell'involuppo causato da tutte le forme e le cerimonie. Egli non è soddisfatto dal puro ritualismo; ha sete di una soddisfazione più alta di quella data dagli oggetti sensuali.

Anche chi semplicemente desidera conoscere i principi dello Yoga libera se stesso dagli effetti dei rituali e delle cerimonie vediche. Se questo è il caso di un semplice ricercatore, quanto più elevata dovrebbe essere la condizione di un vero praticante o conoscitore dello Yoga, o di uno che si è stabilito in Samadhi? Egli sarà assolutamente libero dagli effetti dei rituali vedici. Egli godrà l'eterna beatitudine dell'Eterno.

Solo quell'aspirante che è desideroso di ottenere la liberazione non è affetto dal peccato della non esecuzione delle azioni, anche se egli rinuncia a tutti i compiti obbligatori o opzionali e occasionali. Egli va al di là della "parola di Brahman" (le scritture o i *Veda*).

Quando è tale il caso di un aspirante che è senza impressioni o inclinazioni spirituali provenienti dalle nascite precedenti, quanto più elevato sarà lo stato di quello studente che si rivolge allo Yoga in questa nascita, dopo aver praticato ed essere caduto dal sentiero nella sua nascita precedente!

Spinto dal forte desiderio per la liberazione, egli pratica in questa nascita una rigorosa Sadhana. Costretto, in pratica, dalla forza delle buone impressioni spiri-

tuali della sua nascita precedente, egli è naturalmente condotto a seguire le pratiche yogiche malgrado se stesso.

In questo verso il Signore sottolinea il fatto che nessuno sforzo nella pratica dello Yoga rimane vano. Anche il più piccolo sforzo avrà prima o dopo il suo effetto, in questa nascita o in un'altra. Quindi, non c'è alcun motivo di preoccupazione anche per il più ottuso tra gli aspiranti.

45. Ma lo Yogi che si sforza con assiduità, purificato dai peccati e gradualmente perfezionato dopo molte vite, raggiunge l'obiettivo più alto.

Commento: Egli un po' alla volta acquista esperienza nel corso di molte nascite, e alla fine raggiunge la perfezione. Poi acquisisce la perfezione, la conoscenza del Sé e la beatitudine finale di questa esistenza terrena.

46. Lo Yogi è considerato superiore agli asceti e anche superiore agli uomini di conoscenza (ottenuta dallo studio delle scritture); egli è superiore anche agli uomini di azione, sii tu uno Yogi, Oh Arjuna.

Commento: *Asceti:* chi osserva le austerità del corpo, della parola e della mente prescritte in XVII. 14-16.

Jnani: uno che ha la conoscenza delle scritture (conoscenza teorica o indiretta del Sé).

Uomo di azione: colui che esegue rituali vedici.

A tutti questi lo Yogi è superiore, perché ha la diretta conoscenza del Sé attraverso l'intuizione o la diretta cognizione attraverso il Samadhi. (Cfr. V. 2; XII. 12; XIII. 24).

47. E fra tutti gli Yogi, chi, pieno di fede e con il suo sé interiore immerso in Me, Mi adora, egli è da Me stimato essere il più devoto.

Commento: *Fra tutti gli Yogi:* colui che adora Me, l'Assoluto, è superiore a quelli che adorano gli dei minori, come Vasu, Rudra, Aditya ecc.

Col suo sé interiore immerso in Me: con la mente assorbita in Me. (Cfr. VI. 32).

Questo discorso è anche conosciuto come: "Atmasamyama Yoga" e "Dhyana Yoga".

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
finisce il sesto discorso intitolato
"Lo Yoga della Meditazione".

Contenuto del Settimo Discorso

Il Signore Krishna dice ad Arjuna che la Suprema Divinità deve essere realizzata in ambedue gli aspetti sia immanente che trascendente. Lo Yogi che ha raggiunto questa sommità non ha più nulla da conoscere.

La completa unione con il Signore è un difficile raggiungimento. Tra molte migliaia di esseri umani, molto pochi aspirano a quest'unione e anche tra coloro che aspirano ad essa, pochi riescono a raggiungere il pinnacolo della realizzazione spirituale.

Il Signore ha già dato una chiara descrizione del Suo onnipervadente, statico e infinito stato. Ora Egli procede ad illustrare la Sua manifestazione come l'universo e il potere dietro di esso. Egli parla di queste manifestazioni come le Sue Prakriti inferiore e superiore. La Prakriti inferiore è formata da cinque elementi, più la mente, l'ego e l'intelletto. La Prakriti superiore è l'elemento vitale che sostiene l'universo, lo attiva e produce la sua apparizione e dissoluzione finale.

Krishna afferma che qualsiasi cosa esiste non è null'altro che Se stesso. Egli è la causa della manifestazione dell'universo e di tutte le cose in esso. Ogni cosa è infilata su di Lui come un insieme di gemme su di un filo. Egli è l'essenza, la sostanza e il substrato di ogni cosa, sia visibile che invisibile. Sebbene ogni cosa sia in Lui, tuttavia Egli trascende tutto come l'immobile Sé. Prakriti o la Natura è composta dei tre Guna o qualità – Sattwa, Rajas e Tamas. Queste tre qualità ingannano l'anima e fanno sì che essa dimentichi la sua vera natura, che è una cosa sola con Dio. Questa illusione, chiamata Maya, può essere rimossa soltanto dalla Grazia del Signore stesso.

Così ad Arjuna è stata insegnata la più elevata forma di devozione che porta all'unione con Dio sia nel Suo aspetto statico, come in quello della Sua dinamica Prakriti. Krishna gli dice che ci sono anche altre forme di devozione che sono inferiori in quanto vengono eseguite per vari motivi. L'afflitto, il ricercatore di conoscenza e colui che desidera la ricchezza, Lo adorano, come anche il saggio. Tra costoro il Signore considera il saggio come il più caro a Lui. Un tale devoto ama il Signore soltanto per amore del puro amore. Qualsiasi forma un devoto adori, l'obiettivo finale è il Signore stesso. Il Signore accetta una tale adorazione sapendo che essa è diretta soltanto a Lui.

SETTIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA SAGGEZZA E DELLA REALIZZAZIONE

Il Beato Signore disse:

1. Oh Arjuna, ascolta come tu, senza dubbio, conoscerai totalmente Me, con la mente assorta su di Me, praticando lo Yoga e prendendo rifugio in Me.

Commento: Chi desidera raggiungere qualche risultato o ricompensa, esegue il rituale conosciuto come Agnihotra, o fa carità, o scava pozzi, o costruisce ospedali, case di riposo ecc. Egli agisce in questo modo con Sakamyā Bhavana (per avere un profitto interiore) e raggiunge i risultati o la ricompensa. Ma lo Yogi, al contrario, pratica lo Yoga con una mente stabile e prende rifugio nel Signore soltanto, con la mente totalmente fissata su di Lui e sui Suoi sublimi attributi di infinito amore, bellezza, grazia, onnipotenza, onniscienza, onnipresenza, misericordia, forza, inesauribile ricchezza, ineffabile splendore, purezza e gloria originaria.

Il servitore di un re, sebbene costantemente impegnato in servizio, non ha la sua mente fissata sul re. La sua mente è sempre piena del pensiero di sua moglie e dei suoi figli. Come il servitore, fissa la tua mente sul Signore Supremo, su Vasudeva (l'Onnipervadente Uno) e prendi rifugio in Lui soltanto. Pratica il controllo della mente in accordo alle istruzioni date nel sesto discorso. Allora conoscerai pienamente Lui e i suoi infiniti attributi.

Se canti la gloria e gli attributi del Signore, svilupperai amore per Lui, e poi la tua mente sarà sempre fissa su di Lui. Un intenso amore per il Signore è la vera devozione. Con questo otterrai sicuramente, con certezza, la piena conoscenza del Sé.

Colui che ha preso rifugio nel Signore, e che sta cercando di fissare o ha fissato la mente su di Lui, non può sopportare la separazione da Lui neanche per un secondo.

2. Ti dichiarerò per intero questa conoscenza combinata con la diretta realizzazione, dopo aver conosciuto questa, niente più rimane da conoscere.

Commento: *Jnanam*: conoscenza indiretta del Sé ottenuta attraverso lo studio delle *Upanishad*.

Vijnanam: saggezza interiore raggiunta attraverso la realizzazione del Sé.

In questo verso il Signore loda la conoscenza per far sì che Arjuna segua strettamente le Sue istruzioni con assorta attenzione, fede e interesse. Il Signore dice: “Ti insegnerò tutto. Tu raggiungerai l’onniscienza o la perfetta conoscenza del Sé, e dopo aver conosciuto questo, nulla di più rimane da conoscere su questa terra”. Se uno raggiunge la conoscenza del Sé, allora conosce ogni cosa. Questa è la ragione per cui Saunaka, il grande capo di famiglia, avvicinò rispettosamente il saggio Anjirasa e chiese: “Cos’è quello, Oh Signore, che essendo conosciuto, ogni cosa diventa conosciuta?”. (Cfr. XIII. 11).

3. Tra migliaia di uomini uno forse si sforza per la perfezione; anche tra quelli che si sono sforzati con successo, solo uno forse Mi conosce in essenza.

Commento: Considera quanto è difficile raggiungere la conoscenza del Sé o conoscere il Signore in essenza!

Siddhanam: letteralmente significa “coloro che hanno raggiunto la perfezione”, i saggi perfetti. Ma qui il termine include anche coloro che stanno sforzandosi per raggiungere la perfezione.

Coloro che acquistano diamanti, rubini o perle, sono pochi. Chi segue negli studi corsi per post-laureati, sono pochi. Anche così coloro che si sforzano di realizzare il Sé e chi attualmente conosce la Verità in essenza, sono molto pochi. I liberati sono rari. I veri aspiranti, anche, sono rari.

La conoscenza del Sé concede frutti incalcolabili all’uomo, cioè immortalità, beatitudine eterna, gioia perenne e pace intramontabile. È molto difficile raggiungere questa conoscenza del Sé. Ma un buono e sincero aspirante spirituale, che è fornito di una forte risoluzione e di una determinazione di ferro, dotato dei “Quattro Mezzi” di salvezza (v. commento al verso III. 3), può facilmente raggiungere questa conoscenza.

4. *Terra, acqua, fuoco, aria, etere, mente, intelletto ed egoismo – così la Mia Natura è divisa in otto parti.*

Commento: Questa ottuplice Natura è “La Natura inferiore”. I cinque elementi grossolani sono formati dalle radici dei cinque elementi sottili (Tanmatras) attraverso il processo della quintuplice mescolanza. In questo verso terra, acqua, fuoco ecc. rappresentano gli elementi sottili o di base (Tanmatras) da cui sono formati i cinque elementi grossolani.

La mente qui rappresenta la sua causa, l’ego (Ahamkara); l’intelletto la sua causa, il Mahat; l’ego rappresenta qui l’immanifesto (Avyaktam), unito con l’ignoranza, che è unito con tutti i tipi di Vasana o tendenze latenti. Poiché la coscienza dell’ego (Ahamkara) è la causa di tutte le azioni di ogni individuo, e poiché è il principio più vitale nell’uomo da cui tutti gli altri principi dipendono, l’immanifesto (Avyaktam), combinato con l’ego è esso stesso chiamato qui l’ego, nella stessa maniera in cui un cibo che è mescolato con del veleno viene esso stesso chiamato veleno.

5. *Questa è la Prakriti inferiore, Oh potente (Arjuna). Sappila come differente da questa la mia più elevata Prakriti (Natura), il vero elemento vitale da cui questo mondo è sostenuto.*

Commento: L’ottuplice Natura descritta nel verso precedente è la natura inferiore. Essa costituisce lo Kshetra o il Campo o la materia. Essa è impura. Essa genera il male e causa i vincoli. Ma la Natura superiore è pura. Kshetrajna (il Conoscitore del Campo o lo Spirito) è il Mio vero Sé, da cui tutta la vita è sostenuta; è quello che entra nell’intero mondo e lo sostiene. È il vero elemento vitale, o principio della coscienza del Sé, da cui quest’universo è sostenuto.

6. *Conosci queste due – la Mia superiore ed inferiore Natura – come il grembo di tutti gli esseri. Quindi Io sono la sorgente e la dissoluzione dell’intero universo.*

Commento: Queste due Nature, l’inferiore e la superiore, sono l’utero di tutti gli esseri. Poiché sono la sorgente di queste due nature, Io sono la causa di questo universo. L’intero universo origina da Me e si dissolve in Me.

Nei Brahma Sutra è detto che il Sé è quella onnisciente e onnipotente causa da cui deriva l’origine, l’esistenza e la dissoluzione di quest’intero, multiforme universo.

Proprio come la mente è la causa e anche il veggente degli oggetti visti in un sogno, così anche Ishwara è la causa materiale di questo mondo e anche il suo veggente. Egli è anche la causa efficiente o strumentale. (Cfr. XIV. 3).

7. Non c'è alcuna cosa più alta di Me, Oh Arjuna. Tutte le cose sono legate a Me come gruppi di gemme su un filo.

Commento: Non c'è altra causa dell'universo se non Me. Io soltanto sono la ragione dell'universo.

Questa immagine delle gemme e del filo illustra solo l'idea che tutti gli esseri e l'intero mondo sono legati al Signore. Il filo non è la causa delle gemme. Poiché il Sé (Brahman) è il tutto in tutti, non c'è nulla che sia più alto di Lui.

8. Io sono il sapore nell'acqua, Oh Arjuna. Io sono la luce nella luna e nel sole; Io sono la sillaba OM in tutti i Veda; il suono nell'etere e la virilità negli uomini.

Commento: In Me tutti gli esseri e il mondo intero sono intrecciati come la stoffa in un ordito. In Me, come sapidità, l'acqua è intessuta; in Me come luce, il sole e la luna sono intessuti; in Me come la sacra sillaba OM, tutti i *Veda* sono intessuti; in Me come virilità, tutti gli uomini sono intessuti.

Le manifestazioni del Signore sono descritte nei versi VII. 8-11. (Cfr. XV. 12).

9. Io sono la dolce fragranza nella terra e lo splendore nel fuoco, la vita in tutti gli esseri; Io sono l'austerità negli asceti.

Commento: In Me come odore, la terra è permeata; in Me come splendore, il fuoco è permeato; in Me come vita tutti gli esseri sono permeati; in Me come austerità, tutti gli asceti sono permeati.

Io sono il supporto d'ogni cosa. Io sono il potere o la Shakti che aiuta gli asceti a controllare la mente e i sensi.

Il Signore Krishna dice: "Io sono il profumo gradevole". Se Arjuna Gli avesse chiesto chi era l'odore sgradevole, il Signore avrebbe risposto: "Sono ugualmente Io".

10. Conoscimi, Oh Arjuna, come l'eterno seme di tutti gli esseri; Io sono l'intelligenza dell'intelligente; lo splendore degli oggetti lucenti Io sono.

Commento: *Seme*: causa.

Se Arjuna avesse chiesto quale fosse il seme per Lui, il Signore avrebbe risposto: “Non c’è seme per Me. Non c’è causa per Me. Io sono la sorgente di ogni cosa; Io sono la Causa senza causa; Io sono l’Essere primordiale”.

11. Dei forti, Io sono la forza libera dal desiderio e dall’attaccamento, ed in (tutti) gli esseri, Io sono il desiderio che non si oppone al Dharma, Oh Arjuna.

Commento: *Kama*: desiderio per quegli oggetti che vengono in contatto con i sensi.

Raga: attaccamento a quegli oggetti che vengono in contatto con i sensi.

Io sono quella forza che è necessaria per il semplice sostentamento del corpo. Io non sono la forza che genera desiderio e attaccamento agli oggetti dei sensi, come nel caso di persone dalla mente mondana. Io sono il desiderio che è in accordo con gli insegnamenti delle sacre scritture, o con il codice che prescrive i doveri della vita. Io sono il desiderio per quel mangiare e bere moderatamente ecc., che è necessario per il mantenimento del corpo e che aiuta l’individuo nella pratica dello Yoga.

12. Quegli esseri (e gli oggetti) che sono puri, attivi ed inerti, sappi che essi provengono da Me. Essi sono in Me, ma tuttavia Io non sono in loro.

Commento: Questo è il mondo dei tre Guna. Tutti gli oggetti senzienti e insenzienti sono gli aggregati di queste tre qualità della Natura. In essi predomina una qualità e questa qualità predominante impartisce ad ogni oggetto il suo carattere distintivo o proprietà.

Negli dei e nei saggi, nel latte e nei ceci verdi, la qualità di Sattwa è predominante. Nei Gandarva (una classe di esseri celesti), nei re e nei guerrieri, nelle spezie e nel piccante, Rajas è predominante. Nei demoni e nei Sudra, nell’aglio, nella cipolla e nella carne, Tamas è predominante.

Sebbene tutti questi esseri e oggetti procedono da Me, Io non sono in loro; loro sono in Me. Io sono indipendente. Io sono il loro supporto; essi dipendono da Me proprio come dipende dalla corda il serpente che è sovrapposto ad essa. Il serpente è nella corda, ma la corda non è nel serpente. Le onde appartengono all’oceano, ma l’oceano non appartiene alle onde. (Cfr. IX. 4 e 6).

13. Ingannato da queste nature (stati o cose) composte delle tre qualità della Natura, tutto questo mondo non Mi conosce, come distinto da esse ed immutabile.

Commento: La gente di questo mondo è ingannata dalle tre qualità della Natura. Affetti, attaccamenti e infatuazioni, sono tutte modificazioni di queste qualità. A causa dell'inganno creato da queste qualità essi non sono capaci di rompere i legami mondani e volgere la loro mente verso l'Anima Suprema – il Signore (immutabile, imm modificabile e inesauribile) delle tre qualità.

Il Sé è fatto di un'unica omogenea essenza. Esso non ha le sei modificazioni o cambiamenti che il corpo ha, vale a dire nascita, crescita, esistenza, modificazione, decadimento e morte. (Cfr. VII. 25).

14. In verità questa Mia divina illusione fatta delle tre qualità (della Natura) è difficile da superare; coloro che prendono rifugio in Me soltanto, superano questa illusione.

Commento: Maya, il potere illusorio del Signore, è il corpo causale di Ishwara. Essa è la causa materiale di questo universo. Essa è inerente nel Signore. È costituita dalle tre qualità: Sattwa, Rajas e Tamas. Coloro che si consacrano completamente al Signore soltanto, dopo aver rinunciato ad ogni religione formale (Dharma), superano questa illusione che illude tutti gli esseri. Essi raggiungono la liberazione.

Ishwara è il Signore di Maya e ha il perfetto controllo di essa. L'ignoranza è una limitazione aggiunta all'anima individuale. L'anima è schiava di questa ignoranza. L'ignoranza è il velo che scherma l'anima dal Sé. Quando il velo è rimosso dal sorgere della conoscenza del Sé, l'anima individuale perde il suo carattere separato e diventa identica al Sé. (Cfr. XV. 3-4).

15. I malvagi e gli illusi, che sono i più bassi tra gli uomini, non ricercano Me; coloro la cui conoscenza è distrutta dall'inganno seguono le vie dei demoni.

Commento: Questi tre tipi di persone non posseggono la facoltà di discriminazione tra giusto e sbagliato e tra il Reale e l'irreale. Essi commettono omicidi, rapine, furti e altre atroci azioni. Essi dicono il falso e ingiuriano gli altri in vari modi. Coloro che seguono le vie dei demoni, considerano il corpo come il Sé, come fece Virochana, e lo adorano con fiori, profumi, unguenti, stoffe e piatti deliziosi di ogni tipo. Essi sono delle anime illuse, nutrono il corpo e fanno vari tipi di azioni malvagie per raggiungere i loro fini. Quindi, essi non Mi adorano. L'ignoranza è la causa radicale di tutti questi mali. (Cfr. XVI. 16 e 20).

16. Quattro tipi di uomini virtuosi adorano Me, Oh Arjuna. Essi sono l'afflitto, il ricercatore della conoscenza, il ricercatore della ricchezza ed il saggio, Oh Signore dei Bharatas.

Commento: *L'afflitto*: colui che soffre per una malattia cronica e incurabile; colui la cui vita è a rischio a causa di un terremoto, un'eruzione vulcanica, un'inondazione, un attacco da parte di malviventi, nemici, tigri, ecc. Quando Draupadi e Gagendra erano in grande pericolo, essi chiamarono il Signore per aiuto.

Jijnasu: il ricercatore; chi cerca la conoscenza. Egli non è soddisfatto di questo mondo. C'è un vuoto nella sua vita. Egli sente sempre che i piaceri sensuali non sono la più elevata forma di felicità e che esiste ancora una pura, eterna beatitudine non mescolata con dolore e angoscia, che si può trovare all'interno. Janaka e Uddhava erano devoti di questo tipo.

I cercatori di ricchezza: coloro che desiderano moglie, figli, posizione, denaro, nome e fama. Sugriva, Vibhishana, Upamanyu e Dhruva erano tutti devoti di questo tipo.

Il saggio: uomo di conoscenza che aveva raggiunto l'illuminazione. Sukadeva era un devoto di questo tipo.

Kamsa, Sisupala e Ravana pensavano al Signore costantemente a causa della loro paura e dell'odio (Vaira Bhakti). Quindi, anche loro sono considerati come devoti.

Sii devoto a Dio, qualunque sia il tuo motivo. La tua devozione purificherà il motivo nel tempo dovuto.

17. Tra questi, il saggio, sempre stabile e devoto all'Uno, eccelle (è il migliore); perché Io sono estremamente caro al saggio, ed egli è caro a Me.

Commento: *Eka bhaktih*: significa una salda, concentrata devozione all'Essere Supremo.

Lo Jnana Bhakta è al di là di ogni culto, credo, religione formale e regola della società. Il saggio è costantemente in armonia e, poiché egli è devoto all'Uno, è considerato superiore a tutti gli altri devoti. Poiché Io sono il suo vero Sé, Io sono estremamente caro a lui.

Ognuno ama di più il suo proprio Sé. Il Sé è molto caro a tutti. Il saggio è il Mio vero Sé ed egli è anche caro a Me. (Cfr. II. 49; IX. 29; XII. 14, 17 e 19).

18. Nobili in verità sono tutti questi; ma Io considero il saggio come il Mio vero Sé; perché, stabile di mente, egli si è stabilito in Me soltanto come il suo supremo obiettivo.

Commento: Non sono forse gli altri tre tipi di devoti cari a Me? Essi lo sono. Essi sono anime nobili, ma il saggio mi è estremamente caro perché egli ha una mente stabile. Egli ha fissato la sua mente su di Me. Non desidera alcun oggetto mondano

ma solo l'Essere Supremo. Egli cerca Me soltanto come il supremo obiettivo. Pratica la meditazione su di Me come il Sé di tutti. Cerca di realizzare che egli è identico al Supremo Sé. Perciò considero il saggio come il Mio vero Sé. (Cfr. II. 49).

19. Alla fine di molte nascite il saggio viene a Me, realizzando che tutto questo è Vasudeva (il Sé più interno); una tale grande anima (Mahatma) è molto difficile da trovare.

Commento: *Vasudeva*: è il nome di Krishna, poiché Egli era il figlio di Vasudeva. Egli è l'onnipervadente, onnipresente Supremo Sé.

Attraverso molte nascite l'aspirante evolve gradualmente per mezzo delle pratiche Yoga, del servizio altruistico, della devozione e della costante meditazione, e alla fine raggiunge il Sé interiore. Egli realizza che ogni cosa è soltanto Vasudeva. È molto difficile trovare una così grande anima che ha raggiunto la perfezione. Nessuno è uguale a lui. Questa è la ragione per cui il Signore Krishna dice: "Tra migliaia di uomini, uno per caso si sforza per la perfezione; e tra coloro che si sono sforzati con successo, solo uno per caso conosce Me in essenza". (Cfr. VII. 3).

20. Coloro la cui saggezza è stata strappata via da questo o quel desiderio, vanno agli altri dei, seguendo questo o quel rito, condotti dalla loro natura.

Commento: Coloro che desiderano nome e fama, ricchezza, figli e trascurabili poteri psichici sono privi di discriminazione. Essi si dedicano a dei minori come Indra, Mitra, Varuna ecc., spinti o trascinati dalla loro natura o dalle impressioni acquisite nelle nascite precedenti. Essi eseguono vari riti per propiziarsi queste divinità inferiori. (Cfr. IX. 23).

21. Qualsiasi forma un devoto desidera adorare con fede – quella (stessa) sua fede lo rende ferma e incrollabile.

Commento: *Tanu*: corpo, forma; usato qui nel senso di una divinità.

Il Signore, Colui che dimora in tutti gli esseri, rende la fede del devoto che adora le divinità inferiori, stabile e ferma. (Cfr. IV. 11; IX. 22-23).

22. Dotato con quella fede, egli s'impegna nell'adorazione di quella (forma), e da essa egli ottiene ciò che desidera, questo essendo in verità esaudito da Me (soltanto).

Commento: Il devoto che adora le divinità inferiori ottiene gli oggetti del suo desiderio (ricchezze, figli, poteri psichici inferiori ecc.). Questi desideri sono soddisfatti solo dal Signore, poiché Egli soltanto conosce esattamente la relazione tra le azioni e i loro risultati, in quanto Egli è il Governatore interiore di tutti gli esseri. Soltanto gli sciocchi fanno ricorso ai mezzi per ottenere queste ricompense finite, che non possono mai dare totale soddisfazione. Veramente pietosa è la loro sorte! Essi non hanno potere di discriminazione. Vanno raccogliendo pezzi di vetro invece di cercare l'inestimabile gioiello del Sé.

23. In verità la ricompensa (il frutto) che matura per quegli uomini di piccola intelligenza è finito. Gli adoratori degli dei vanno ad essi, ma i Miei devoti vengono a Me.

Commento: Lo sforzo nei due tipi d'adorazione è lo stesso, ma ugualmente la gente non si sforza di adorare il Supremo Essere per ottenere il massimo dei benefici, vale a dire l'infinita ricompensa della liberazione. La ricompensa ottenuta da uomini di piccola comprensione e modesto intelletto, che adorano le divinità inferiori, è piccola, deperibile e temporanea.

Le austerità di vari tipi e l'esecuzione dei rituali Vedici, e dei riti in cui le oblazioni sono offerte nel fuoco sacro, possono portare all'esecutore solo frutti temporanei. Soltanto la liberazione dalla ruota delle trasmigrazioni conferisce infinita beatitudine e pace eterna.

Coloro che adorano Indra o le altre divinità sono devoti del tipo sattwico; quelli che adorano gli esseri demoniaci sono devoti rajasici; e quelli che adorano gli spiriti disincarnati sono devoti tamasici.

La conoscenza di coloro che adorano le piccole divinità è parziale e incompleta. Essa non può portare alla liberazione. (Cfr. IX. 25).

24. Lo stolto pensa di Me, l'Immanifesto, come avente manifestazione; non conoscendo la Mia più alta, immutabile ed eccellente natura.

Commento: L'ignorante considera il Signore Krishna come un comune mortale. Pensa che Egli ha preso un corpo come un ordinario essere umano dallo stato non manifesto, a causa della forza del Karma delle nascite precedenti. Egli non ha la conoscenza della Sua elevata, immortale e autoluminosa natura come il più alto Sé. Pensa che Egli si manifesta solo ora per un limitato periodo di tempo, non sapendo che Egli è autoesistente, eterno, senza inizio e senza fine, senza nascita e senza morte, immutabile, infinito e non manifesto.

25. *Io non sono manifesto a tutti (come Io sono), essendo velato da Yoga Maya. Questo mondo deluso non conosce Me, l'Immortale e non nato.*

Commento: Io non sono manifesto a tutti, ma sono certamente manifesto a quei pochi scelti che sono i Miei devoti, che hanno preso unico rifugio in Me soltanto. Io non sono visibile a coloro che sono illusi dai tre Guna e dalle coppie di opposti e che sono schermati da quest'universo, che è una manifestazione delle qualità della Natura – la Mia Yoga Maya o potere illusorio. Questa vela la comprensione delle persone dalla mente mondana. Così esse non sono capaci di osservare il Signore che tiene Maya sotto il Suo perfetto controllo.

Yoga Maya è l'unione delle tre qualità della Natura. Il velo o l'illusione così dispiegato è chiamato Yoga Maya. Le persone mondane sono ingannate dall'illusione nata dalle tre qualità. Quindi, esse non sono capaci di conoscere il Signore che è non nato e immutabile.

Questa Yoga Maya è sotto il perfetto controllo del Signore. Ishwara è il controllore di Maya. Dato che il Signore ha il pieno comando su Maya, quest'ultima non può oscurare la Sua conoscenza, proprio come l'illusione che un prestigiatore crea non può oscurare la sua conoscenza o ingannarlo. L'illusione che lega le persone mondane non può assolutamente influenzare il Signore che ha Maya sotto il Suo perfetto dominio. (Cfr. VII. 13; IX. 5; X. 7; XI. 8).

26. *Io conosco, Oh Arjuna, gli esseri del passato, del presente e del futuro, ma nessuno conosce Me.*

Commento: Coloro che sono ingannati dalle tre qualità della Natura non conoscono il Signore. Poiché mancano della conoscenza della Sua reale natura, essi non Lo adorano. Ma il Signore conosce attraverso la Sua onniscienza gli esseri del passato, del presente e del futuro. Colui che adora il Signore con una concentrata devozione Lo conosce in essenza. Egli ha la conoscenza della reale natura del Signore.

27. *Dalla delusione delle coppie di opposti che sorge dal desiderio e dall'avversione, Oh Bharata, tutti gli esseri, alla nascita, sono soggetti all'illusione, Oh Parantapa.*

Commento: Dove c'è il piacere, là si trova l'attaccamento; dove c'è il dolore là si trova l'avversione. È l'istinto dell'uomo che lo induce a preservare il suo corpo. Egli desidera ottenere quegli oggetti che l'aiutano nella conservazione del corpo. E desidera liberarsi di quegli oggetti che danno dolore al corpo e alla mente. A causa

dell'ignoranza provocata dalle coppie degli opposti, il desiderio e l'avversione si sollevano, e l'uomo non può avere la conoscenza delle cose come esse sono, anche di questo esterno universo di esperienze sensoriali. Non c'è bisogno di dire che in un uomo, il cui intelletto è oppresso dal desiderio e dall'avversione, non può sorgere la conoscenza trascendentale del più interno Sé.

Attrazione e repulsione, piacere e dolore, felicità e miseria, caldo e freddo, gioia e angoscia, successo e fallimento, censura e lode, onore e disonore – queste sono le coppie di opposti. Desiderio e avversione producono illusione in tutti gli esseri e sono degli ostacoli alla nascita della conoscenza del Sé.

Colui il cui intelletto è oscurato dall'ignoranza causata dalle coppie degli opposti non può avere la realizzazione di "io sono il Sé". Quindi, egli non Mi adora come il Sé.

Colui che è vittima di attrazione e repulsione perde il potere della discriminazione. Egli desidera che gli oggetti del piacere durino per sempre, e che quelli sgradevoli o non piacevoli, dovrebbero scomparire immediatamente. Come può essere questo? Gli oggetti che sono condizionati da tempo, spazio e causa, dovranno perire. Quelli che sono molto gradevoli e piacevoli ora, diventeranno sgradevoli e non più piacevoli dopo qualche tempo. La mente è sempre fluttuante. Essa chiede sempre varietà e si disgusta con la monotonia.

28. Ma quegli uomini di virtuose azioni i cui peccati sono giunti ad un termine, e che sono liberi dall'illusione delle coppie di opposti, stabili nei loro voti, adorano Me.

Commento: Con l'esecuzione di virtuose azioni il tuo cuore è gradualmente purificato. Sattwa aumenta e Rajas e Tamas si assottigliano. La tua mente diventa calma e serena. La piccola personalità che vuole sempre affermarsi, lentamente muore. Cominci a crescere in spiritualità. La fiamma divina diventa sempre più brillante. Tu alla fine diventi impersonale.

Peccato: dimenticarsi della propria identità con l'Anima Suprema è il più grande dei peccati. Vedere differenze è un peccato. Considerare il corpo come il Sé, e credere che questo mondo fenomenico è reale, è un peccato. L'egoismo è un peccato, l'ignoranza è un peccato.

Stabile nel voto: l'uomo che è perfettamente stabile nei suoi voti, coltiva la ferma risoluzione che egli deve realizzare il Sé ora. Egli decide di non muoversi di un pollice dalla sua postura finché non raggiunge la realizzazione del Sé. Egli ha la ferma convinzione che il puro, onnipervadente, immortale Sé, è la sola finale Realtà, che questo mondo è irreali, che è come un miraggio nel deserto. Egli è pienamente convinto che può raggiungere immortalità, pace infinita ed eterna beatitu-

dine solo se realizza il Sé, poiché non c'è un briciolo di felicità negli oggetti sensuali.

Quindi il Signore afferma: “Quelli dalle pure azioni adorano Me, stabili nei loro voti”.

29. Coloro che si sforzano per la liberazione dalla vecchiaia e dalla morte, prendendo rifugio in Me, realizzano completamente quel Brahman, l'intera conoscenza del Sé e di tutte le azioni.

Commento: Essi raggiungono la totale conoscenza del Sé o la perfetta conoscenza di Brahman. Essi raggiungono Bhuma – quello che è il più elevato e incondizionato. Tutti i loro dubbi sono completamente distrutti. Realizzano ora completamente che: “Tutto è Vasudeva; tutto in verità è il Sé; Non esiste alcuna cosa come la diversità”. Essi non rinascono più qui e hanno conquistato la vecchiaia e la morte. Sono liberati qui e ora.

30. Coloro che conoscono Me come Adhibhuta (che appartiene agli elementi), come Adhidaiva (che appartiene agli dei) e come Adhiyajna (che appartiene al sacrificio), conoscono Me anche al tempo della morte, stabili nelle loro menti.

Commento: Coloro che, stabili nella mente, hanno preso rifugio in Me, che Mi conoscono come la conoscenza degli elementi sul piano fisico, come la conoscenza degli dei sul piano mentale o celeste, come la conoscenza del sacrificio nel regno del sacrificio – essi non sono influenzati dalla morte. Essi non perdono la loro memoria di Me. Continuano a mantenere la coscienza di Me anche al tempo della loro dipartita da questo mondo. Coloro che Mi adorano insieme a questi tre, Mi conoscono anche al tempo della morte. (Cfr. VIII. 25).

Questo discorso è anche conosciuto con i nomi di “Vijana Yoga” e “Jnana Yoga”.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina il settimo discorso intitolato “Lo Yoga della Saggezza e della Realizzazione”.

Contenuto dell'Ottavo Discorso

Arjuna chiede al Signore Krishna di spiegargli il significato dei differenti termini indicati da Lui negli ultimi due versi del precedente capitolo. Egli desidera conoscere chi è l'Essere Supremo, cos'è il Karma o azione a cui Egli si riferisce e qual è il significato che appartiene a questo spirito, inoltre gli elementi e il centro di tutte le cose all'interno del corpo umano.

Il Signore afferma che al di là di tutte queste cose manifeste e non manifeste, al di là di questi nomi e forme, c'è l'Essere Supremo – Brahman. Egli dimora in questo corpo come il centro di tutte le cose, includendo anche il nostro proprio sé (anima individuale). Noi siamo un essere spirituale che risiede in questo corpo, supportato dal Silente Testimone interiore – il Supremo Antaryamin. Prakriti o Natura è l'essere che appartiene agli elementi. Adorazioni, preghiere e offerte alle divinità con fede e devozione costituiscono azioni che portano alla beatitudine.

Il segreto per raggiungere l'Essere Divino e così liberare noi stessi per sempre da nascita e morte e da dolori e sofferenze di questa vita terrena è la costante pratica di un ininterrotto ricordo del Signore in ogni momento, in ogni luogo e anche in mezzo alle proprie attività e occupazioni giornaliere. Se uno pratica questo stabile ricordo attraverso una regolare Sadhana giornaliera, allora egli sarà radicato nel Suo ricordo anche al tempo della morte del corpo. Dipartendo, egli andrà così al di là dell'oscurità e della schiavitù e raggiungerà il reame della Beatitudine Eterna.

Uno deve praticare il controllo dei sensi. I sensi devono essere disciplinati e gradualmente ritirati dagli oggetti esterni. La mente dovrebbe essere centrata all'interno su Dio, ripetendo OM o un qualsiasi Nome Divino. Con una tale stabile pratica giornaliera il Signore è facilmente raggiungibile.

Il Signore Krishna spiega ora come coloro che Lo raggiungono non devono ritornare di nuovo in questo mondo impermanente di angoscia e dolore. Tutti gli esseri, incluse anche le divinità, ritornano continuamente in questo universo creato dallo stato immanifesto dell'Essere, dove essi restano fino al termine di ogni ciclo. Ma il Signore esiste anche al di là di questo Essere immanifesto. La radiante, immortale Divina Realtà è l'obiettivo più alto che si deve raggiungere. Una devozione unica ed esclusiva del nostro cuore è il mezzo per raggiungere questo supremo stato di beatitudine.

Anche se ci sono circostanze propizie e non propizie, favorevoli o contrarie quando il corpo fisico diparte e va verso altri reami, se uno risiede stabilmente nel Signore con ferma devozione e fede, allora queste condizioni non hanno influenza. Rimanendo costantemente in sintonia con il Divino attraverso un puro amore, ogni cosa è resa propizia. Se uno può rimanere sempre unito con il Signore attraverso una profonda devozione, un costante ricordo, regolare meditazione e continua comunione, allora tempi, luoghi, condizioni e situazioni, diventano fauste e benedette. Questo è il segreto di invocare la Sua Grazia, raggiungereLo e diventare così eternamente liberi e beati.

OTTAVO DISCORSO

LO YOGA DELL'IMMORTALE BRAHMAN

Arjuna disse:

1. Cos'è quel Brahman? Cos'è Adhyatma? Cos'è l'azione, Oh migliore tra gli uomini? Cos'è dichiarata essere Adhibhuta? E cos'è detto essere Adhidaiva?

Commento: Negli ultimi due versi del settimo discorso il Signore Krishna ha usato alcuni termini tecnici e filosofici, come Adhyatma, Adhibhuta, Adhidaiva e Adhiyajna. Arjuna non comprende il significato di questi termini così egli fa al Signore le domande precedenti per avere una chiarificazione. In questo discorso il Signore Krishna dà succintamente, una per una, le risposte alle domande precedenti.

Alcuni considerano questo discorso come “Abhyasa Yoga” poiché i versi sette, otto, dieci, tredici e quattordici trattano delle pratiche spirituali. Il verso sette tratta del Karma Yoga e del Bhakti Yoga combinati, cioè offrire le mani per il servizio all'umanità o alla società e fissare la mente sul Signore. Il verso otto tratta dell'Abhyasa Yoga. I versi dieci, dodici e tredici trattano dell'Hata Yoga – come far salire la forza vitale verso l'Ajna Chakra, e da lì verso il Sahasrara e il Brahmaraandhra. Il verso quattordici si occupa del molto semplice Namasmara Yoga o del ricordare costantemente il Nome del Signore. Questo Yoga di per se stesso può aiutare l'aspirante ad avvicinare facilmente il Signore.

Sono descritte poi la natura del Sé, del sé individuale (Adhyatma), dell'azione, dell'universo oggettivo o dei fenomeni (Adhibhuta), la conoscenza degli esseri luminosi (Adhidaiva), e il segreto del sacrificio (Adhiyajna). Il perfetto saggio avrà

un'esatta conoscenza non solo del manifesto Sé, ma anche del Sé trascendentale, e del "perché" dell'universo, ecc. (Cfr. IV. 16).

2. Chi e come è Adhiyajna, qui in questo corpo, Oh distruttore di Madhu (Krishna)? E come, al tempo della morte sarai Tu conosciuto da colui che è auto-controllato?

Commento: Arjuna ha posto sette domande al Signore:

Qual è il Supremo Sé? Il Sé ha attributi limitanti o è senza di essi?

Cos'è Adhyatma? È l'aggregato dei sensi (la coscienza individuale) o è completamente distinto da essa (coscienza pura)?

Cos'è il Karma? È Yajna o è distinto da Yajna (sacrificio)?

Adhibhuta è la conoscenza dei Bhutas. È la conoscenza degli elementi o è qualcosa di diverso?

Adhidaiva è quello che è associato con gli dei. È questa una meditazione sugli dei o è la coscienza associata con il Suryamandala ecc.?

Adhiyajna è quello che è associato con i rituali Vedici o Yajnas. È questo il Para Brahman (Essere Supremo) o qualche speciale divinità? È della stessa forma o è totalmente non-differente? Esiste nel corpo o è al di fuori di esso? Se esiste nel corpo è l'intelletto o è distinto da esso?

Al tempo della morte, quando si perde la memoria e i sensi diventano freddi (quando perdono la loro vitalità), come può l'uomo dalla mente stabile e concentrata conoscere il Signore?

Oh Signore Madhusudana, Tu sei gentile e pieno di misericordia. Tu hai ucciso Madhu e rimosso le miserie del popolo. Ugualmente così, Tu puoi rimuovere le mie difficoltà e i miei dubbi molto facilmente. È molto facile per Te, Oh Signore Onnisciente (questo è il motivo per cui Arjuna si rivolge al Signore con il nome Madhusudana, distruttore di Madhu).

Il Beato Signore disse:

3. Brahman è l'Indistruttibile, il Supremo; la Sua natura essenziale è chiamata conoscenza del Sé; l'offerta (agli dei) che causano l'esistenza e la manifestazione degli esseri, e che anche li sostiene, è chiamata azione.

Commento: Il Brahman è indistruttibile, immutabile, autoesistente, autoluminoso, eterno, inalterabile e onnipervadente. È la radice, la sorgente, il grembo di ogni cosa. In esso tutti gli esseri manifestati vivono, si muovono e hanno il loro vero essere. Quindi, è Paramam, il Supremo.

La Sua essenziale natura è Adhyatma. Brahman dimora in ogni corpo individuale, come il più interno Sé, quindi è chiamato Adhyatma. Il grande saggio del periodo delle *Upanishad*, Yajnavalkya, disse: “Oh Gargi, cielo e terra sono fermi mantenuti nei loro posti. I Brahmana chiamano Quello (Brahman) l’Indeperibile. Non è né rosso, né bianco; non è né ombra, né oscurità, né aria, né etere; è senza adesione, senza odore, senza occhi, orecchie, parola, mente, luce, respiro, senza una bocca o una porta, senza misure, non ha nulla all’interno né all’esterno di Lui. Non consuma nulla né alcuno Lo consuma”.

Akshara: qui la parola si riferisce solo al Supremo Sé. Non significa la santa parola OM o la sorgente non manifesta di tutto quello che è in natura. Dal punto di vista più alto, c’è anche l’assorbimento dell’OM. C’è anche la distruzione della Natura non manifesta. Quindi, il Sé soltanto è l’Akshara, l’Immortale, Indeperibile, il Supremo Essere, Brahman.

Offerta: tutte le azioni virtuose.

Karma: gli atti sacrificali che consistono nell’offerta di riso cotto, dolci ecc. agli dei, che producono la genesi e il sostegno di tutti gli esseri. Le oblazioni durante il sacrificio assumono una forma sottile e raggiungono la sfera del sole. Attraverso il sole si produce la pioggia, e vari tipi di grano, vegetali e frutti crescono. Gli esseri viventi (Bhutas) vivono e si sviluppano a ragione del riso e degli altri alimenti. Quindi gli Yajna (sacrifici) sono la causa della generazione e il sostegno di tutti gli esseri.

4. Adhibhuta (conoscenza degli elementi) appartiene alla Mia Natura deperibile, e il Purusha o l’anima è l’Adhidaiva; Io soltanto sono l’Adhiyajna qui in questo corpo, Oh migliore tra gli uomini.

Commento: *Adhibhutam*: significa la Natura deperibile; il mutevole universo dei cinque elementi con tutti i suoi oggetti; tutti gli oggetti materiali; ogni cosa che ha nascita; l’incostante mondo di nomi e forme.

Adhidaivam: letteralmente significa “quello da cui ogni cosa è riempita”. Può anche significare quello che è all’interno di questo corpo. Egli è Hiranyagarbha o l’Anima universale o il sostegno da cui tutti gli esseri viventi derivano il loro senso di potere. Egli è la coscienza che testimonia.

Adhiyajna: la coscienza; la Divinità che presiede al sacrificio. Il Signore di ogni lavoro e sacrificio è Vishnu. Il Signore Vishnu identifica se stesso con tutti gli atti sacrificali. La Taittiriya Samhita dei *Veda* dice: “Yajna è in verità Vishnu”.

Il Signore Krishna dice: “Io sono la Divinità che presiede a tutti gli atti dei sacrifici nel corpo. Tutti i sacrifici sono fatti dal corpo e così si può affermare che essi riposano nel corpo”.

5. *E chiunque, lasciando il corpo, procede ricordando Me soltanto al tempo della morte, raggiunge il Mio Essere; non c'è alcun dubbio su questo.*

6. *Chiunque alla fine lascia il corpo, pensando ad un essere qualsiasi, a quell'essere soltanto egli va, Oh figlio di Kunti (Arjuna), a causa del suo costante pensiero per quell'essere.*

Commento: Gli ultimi pensieri di una persona che muore determinano la sua nascita successiva. Il più rilevante pensiero della propria vita occupa la mente al tempo della morte. L'idea predominante al tempo della morte è quella che nella vita normale occupa di più la propria attenzione. L'ultimo pensiero determina la natura o il carattere del corpo che si otterrà successivamente. Come un uomo pensa così egli diventerà.

La forza delle impressioni create in una persona dai suoi pensieri o azioni passate è la causa del loro ricordo al tempo della morte. Coloro che hanno praticato l'adorazione di Dio durante la loro vita possono avere il ricordo della loro Divinità tutelare al tempo della morte.

L'analogia della vespa e del bruco può essere applicata qui. Il bruco si ricorda costantemente della vespa, e alla fine, viene trasformato in una vespa. Anche così, chi costantemente ricorda la sua Divinità tutelare diventa identico a quella Divinità. La storia di Nandikeswara è un esempio; egli costantemente pensava al Suo Signore e poi assunse una forma uguale a quella del Signore.

Se costantemente pensi all'Immortale Sé durante la tua vita, tu avrai in mente il pensiero del Sé soltanto, anche al tempo della morte, e raggiungerai l'immortalità. Se pensi sempre al tuo corpo deperibile e ti identifichi con esso, tu nascerai sempre e continuamente. Se pensi al tuo cagnolino al tempo della morte, rinascrai come cane. Raja Jadabharata pensava al suo cucciolo di cervo al tempo della sua morte, e così egli dovette rinascere come cervo nella vita successiva.

Ogni uomo ha una definita prospettiva della vita, un definito modo di pensare, chiari desideri e speranze, un definito carattere, un temperamento, un gusto, una disposizione e un atteggiamento. Tutto questo è dovuto alle impressioni che sono diventate parte integrante del suo subconscio. Questo è tutto dovuto alle esperienze che hanno lasciato le loro indelebili impressioni nella sua mente.

L'uomo ordinario pensa sempre al suo corpo e alle sue necessità fisiche. Egli ricerca la sua felicità nei deperibili oggetti esterni, identifica se stesso con il corpo deperibile. Ignora il suo più interno, beato, immortale Sé, la sorgente di ogni cosa. Egli allena il suo corpo, sensi, mente e intelletto nella ricerca delle cose mondane. Ignora la disciplina yogica della mente e dei sensi. Quindi, pensa sempre al suo corpo, al cibo, al bere e al vestire. Dimentica tutto ciò che riguarda Dio e il Sé, il

Governatore interiore, che è la personificazione della beatitudine e della conoscenza, una fontana di gioia e di felicità.

I desideri sono senza fine. L'uomo non può gratificarli in una vita. Al tempo della morte l'intero contenitore delle impressioni e dei desideri viene agitato e il più prominente, il più forte, il più caro desiderio, viene alla superficie della mente o nel campo della coscienza mentale. Questo desiderio accarezzato, come il burro e la crema sbattuti, afferma la sua attenzione per un'immediata gratificazione, così egli al tempo della morte pensa solo a quello. Proprio come la più vigorosa pianta di mango si afferma preminentemente nella piantagione, così anche il desiderio più forte viene alla superficie della mente. Se il desiderio non è esaudito, la mente ne viene saturata ed esso aspetta la sua gratificazione nella nascita successiva. Questo desiderio diventerà molto importante nella sua futura nascita.

Tu stesso sei l'autore del tuo proprio destino. Tu stesso sei responsabile di tutti i tuoi pensieri, sentimenti, carattere, azioni ed esperienze. Tu pianti desideri e impressioni mondane nella tua mente subconscia e permetti a loro di germinare e di crescere. Se pianti aspirazioni spirituali e il desiderio per la liberazione e per il progresso spirituale, raccoglierai i frutti dell'immortalità e della beatitudine eterna. Come semini così raccoglierai.

Chi pratica costante e profonda meditazione sul Sé o sulla sua Divinità durante tutta la sua vita, sarà capace di andare incontro alla morte con una mente calma. Egli soltanto andrà al Supremo, pensando a Lui al tempo della sua dipartita da questo mondo.

Tu dovresti avere una devozione esclusiva per Dio. La tua intera mente dovrebbe essere assorbita in Lui. Non dovresti permettere a nessuna esterna, mondana impressione, dove c'è appena un briciolo di desiderio egoistico, di immergersi nella tua mente subconscia. Allora al tempo della morte sarai capace di pensare esclusivamente al Signore ed entrare nel Suo vero Essere.

7. Quindi, in ogni momento ricorda Me soltanto e combatti. Con la mente e l'intelletto fissi (o assorbiti) in Me, tu senza dubbio verrai solo a Me.

Commento: L'intera macchina mentale dovrebbe essere dedicata al Signore. Tu dovresti lavorare con la mente e l'intelletto rivolti a Lui.

Combatti: esegui il tuo proprio Dharma, il compito di un guerriero. Esso purificherà il tuo cuore, tu raggiungerai la conoscenza e verrai a Me. Il termine "combatti" è suggestivo; significa: "Svolgi i tuoi compiti in accordo alla tua casta e all'ordine della vita". Sono impliciti i compiti che appartengono alle varie caste e ordini della vita e anche i Nitya Naimittika Karma (v. commento al verso V. 13).

Chitta Vritti, che è la forma dell'oggetto su cui si medita, è la Bhavana. Chitta Vritti è la modificazione mentale. La Bhavana (sentimento o attitudine) è per coloro che praticano la meditazione su Brahman con forma. La Bhavana, al tempo della separazione dal corpo, non è necessaria per un saggio che ha raggiunto la conoscenza del Sé o la realizzazione del Sé. (Cfr. IX. 34; XII. 8 e 11).

8. *Con la mente che non si muove verso nessun altro oggetto, resa stabile dalla pratica dell'abituale meditazione, e costantemente meditando, uno va alla Suprema Persona, al Risplendente, Oh Arjuna.*

Commento: *Abhyasa*: pratica. Pratica significa la costante ripetizione dell'unica idea di Dio. Nella pratica della meditazione, pensieri mondani, o pensieri di tipo contrario all'oggetto della meditazione devono essere allontanati, ci deve essere un continuo flusso di pensieri sul Sé. Questo è l'Abhyasa Yoga, che termina nel Nirvikalpa Samadhi. Lo Yogi che possiede equanimità di mente raggiunge il Supremo Sé. Proprio come i fiumi che abbandonando i loro nomi e forme, diventano una cosa sola con l'oceano, così anche il saggio, essendo liberato da nomi e forme e da virtù e vizio, diventa identico con il Supremo Sé.

Il fattore più vitale in questa pratica è la regolarità. Sii regolare nella tua meditazione. Raggiungerai presto l'obiettivo.

Il Risplendente: l'Essere Trascendentale o il Governatore Interiore del sistema solare.

Uno che medita costantemente senza permettere alla mente di vagabondare verso gli oggetti sensuali e in accordo con le istruzioni del Precettore e delle Scritture raggiunge il Supremo Purusha.

9. *Chiunque medita sull'Onnisciente, sull'Antico, sul Sovrano (di tutto il mondo), più piccolo di un atomo, il sostegno di tutto, dalla forma inconcepibile, rifulgente come il sole e al di là dell'oscurità dell'ignoranza,*

Commento: Il Signore concede i frutti delle azioni alle anime individuali. Egli è il sovrano del mondo. È molto difficile concepire la forma del Signore. Egli è autoluminoso e illumina l'intero universo come il sole.

10. *Al tempo della morte, con mente tranquilla, dotato di devozione e con il potere dello Yoga, fissando l'intero respiro vitale nel mezzo delle due sopracciglia, raggiunge quella risplendente Suprema Persona.*

Commento: Lo Yogi ottiene un'immensa forza interiore e un grande potere di concentrazione. La sua mente diventa completamente stabile attraverso la pratica della concentrazione e della meditazione. Egli si concentra inizialmente sui chakra inferiori: il Muladhara, lo Swadhisthana e il Manipura. Poi si concentra sul loto del cuore: Anahata Chakra. Infine invia il respiro vitale – il Prana – attraverso il Sushumna e lo fissa tra le sopracciglia. Con questa pratica lo Yogi, alla fine, raggiunge il Risplendente Supremo Purusha (Persona).

Questo è possibile solo ad uno che ha dedicato la sua intera vita alla pratica dello Yoga.

11. Quello che viene dichiarato indeperibile da coloro che conoscono i Veda, quello in cui entrano gli autocontrollati e liberi da passioni (asceti o Sannyasi), quello desiderando il quale, la castità è praticata – quell'obiettivo, Io t'illustrerò in breve.

Commento: L'Essere Supremo, che è simbolizzato con il Sacro monosillabo OM, o il Pranava, è il gradino più alto o il supremo obiettivo dell'uomo.

Le stesse idee sono espresse nella *Kata Upanishad*. Yama, il Dio della Morte, dice a Nachiketas: "L'obiettivo di cui tutti i *Veda* parlano, che tutte le austerità proclamano e, desiderando questo, essi conducono una vita di perfetta Brahmacharya (castità), quell'obiettivo Io brevemente ti dirò: esso è OM".

Nella *Prasna Upanishad* troviamo ugualmente che Satyakama, il figlio di Sibi, chiede a Pippalada: "Oh Bhagavan, se qualcuno tra gli uomini medita qui fino alla morte sulla sillaba OM, quale mondo egli otterrà per questo?". Pippalada risponde: "Oh Satyakama, la sillaba OM in verità è il più alto e il più basso Brahman. Chi medita sul più alto Purusha con questa sillaba OM formata di tre Matra (unità), è portato dai versi Sama al Brahmaloaka ovvero al mondo di Brahma".

Il Pranava od OM è considerato sia un'espressione del Supremo Sé, sia un Suo simbolo, come un idolo. Questo è utile per persone di modesto intelletto come mezzo per realizzare il Supremo Sé.

Canta OM tre volte all'inizio della tua meditazione. Avrai facilmente concentrazione di mente.

12. Avendo chiuso tutte le porte, confinata la mente nel cuore e fissato il respiro vitale nella testa, impegnato nella pratica della concentrazione,

Commento: *Chiuso tutte le porte:* questo significa controllare i sensi della conoscenza con la pratica del Pratiyahara o ritiro della coscienza da essi. Anche se i sensi sono controllati, la mente dimora sugli oggetti dei sensi. Quindi, la mente è

confinata o fissata nel loto del cuore, da qui tutti i pensieri e le modificazioni mentali sono controllate. L'intero respiro vitale è controllato e fissato nella corona della testa (Brahmarandhra o il foro di Brahman).

13. Ripetendo il monosillabo OM – il Brahman – e ricordando Mi, chi si diparte così, lasciando il corpo, raggiunge l'obiettivo Supremo.

Commento: Avendo controllato i pensieri, lo Yogi ascende ai cieli attraverso il Sushumna, il sottile canale psichico nervoso che sale in alto dal cuore. Egli fissa il suo intero Prana nella corona della testa, nel chakra Brahmarandhra, ripete la sacra sillaba OM e medita su di Me al tempo in cui lascia il corpo.

14. Io sono facilmente raggiungibile da quel sempre calmo Yogi che costantemente e giornalmente si ricorda di Me (per lungo tempo), non pensando a null'altro (con una mente concentrata), Oh Partha (Arjuna).

Commento: Ricordare il Signore attraverso tutta la propria vita, è il mezzo più facile per raggiungerLo. Questo può essere fatto ripetendo il Nome Divino senza interruzione.

Ananyachetah: colui che non ha alcun attaccamento per altri oggetti; egli non pensa a nessun oggetto salvo la sua Divinità tutelare.

Nityashah: per lungo tempo, cioè, fino alla fine della propria vita.

La persona che ricorda il Signore ad intervalli o che Lo ricorda per sei mesi, poi abbandona le pratiche e poi di nuovo lo ricorda per sei mesi e così via, non ha la possibilità di raggiungerLo. (Cfr. IX. 22 e 34).

15. Avendo raggiunto Me, queste Grandi Anime, non hanno una nuova nascita (qui), che è un luogo di sofferenze e non è eterno; essi hanno raggiunto la più alta perfezione (la liberazione).

Commento: La nascita è la causa del dolore che proviene dal corpo. Studia la *Garbha Upanishad*. La natura del dolore viene qui descritta in dettaglio: come il bambino è confinato nel grembo, e come è pressato durante il suo passaggio attraverso il collo dell'utero e il canale vaginale; inoltre, è grandemente influenzato dal soffio vitale che è responsabile della sua nascita.

Mahatma: grande anima, che è completamente libera da Rajas e Tamas.

Avendo raggiunto Me: questo denota Krama-Mukti o liberazione graduale. I devoti che passano lungo il Devayana per la forza della loro adorazione raggiungono il Brahmaloka (il mondo di Brahma, il Creatore) o il Satyaloka (il mondo della

verità, il più alto dei sette mondi), e godono lì tutte le divine ricchezze e glorie del Signore. Essi poi raggiungono la liberazione finale attraverso la conoscenza del Sé, insieme a Brahma, durante la dissoluzione cosmica.

I Mahatma che hanno raggiunto la liberazione non ritornano più in questo mondo. Coloro che non hanno raggiunto la liberazione finale avranno una nuova nascita.

16. (Tutti) i mondi, incluso il mondo di Brahma, sono soggetti a ritornare di nuovo, Oh Arjuna. Ma chi raggiunge Me, Oh figlio di Kunti, non ha rinascita.

Commento: Quei devoti che praticano Daharopasana (un tipo di meditazione sul mistico “spazio” nel cuore) e gli altri che raggiungono il Brahmaloaka attraverso il sentiero degli dei, e gradualmente raggiungono la liberazione, non ritorneranno in questo mondo. Ma quelli che raggiungono il Brahmaloaka attraverso la pratica del Panchagni Vidya (un rituale) avranno una vita nel Brahmaloaka e ritorneranno indietro a questo mondo.

Tutti i mondi sono soggetti al ritorno perché sono limitati o condizionati dal tempo.

17. Coloro che conoscono il giorno di Brahma, che è della durata di mille Yuga (ere), e la notte, che è anche della durata di mille Yuga, conoscono il giorno e la notte.

Commento: *Giorno:* si riferisce all’evoluzione o proiezione dell’universo.

Notte: si riferisce alla dissoluzione cosmica o involuzione dell’universo.

I mondi sono limitati o condizionati dal tempo. Quindi, essi si manifestano nuovamente. Il mondo di Brahma è anch’esso transitorio, sebbene duri per mille ere. Quando i quattro grandi Yuga si sono completati per mille volte, questo significa un giorno di Brahma; e quando un ugual numero di Yuga sono passati di nuovo, questo costituisce una notte di Brahma. Coloro che possono vedere e vivere attraverso il giorno e la notte di Brahma possono realmente conoscere qual è il giorno e qual è la notte. La Suryasiddhanta parla della stessa divisione del tempo. In accordo ad essa i seguenti periodi di tempo sono assegnati ai differenti Yuga, ognuno con il suo Sandhya e Sandhyamsa:

Kali Yuga: 432.000 anni

Dwapara Yuga: 864.000 anni

Tetra Yuga: 1.296.000 anni

Kreta Yuga: 1.728.000 anni

Così un Mahayuga, che consiste di questi quattro Yuga, comprende 4.320.000 anni.

Settantuno di tali Mahayuga, con un Sandhya addizionale alla chiusura di 1.728.000 anni, fanno un Manvantara di 308.448.000 anni.

Quattordici di tali Manvantara, con un altro Sandhya alla chiusura di 1.728.000 anni costituiscono un Kalpa di 4.320 milioni di anni.

Due Kalpa costituiscono un giorno e una notte di Brahma eguali a 8.640 milioni di anni.

Trecentosessanta di tali giorni fanno un anno di Brahma, che consiste di 3.110.400 milioni di anni.

Cento di tali anni costituiscono la Sua vita di 311.040 miliardi di anni.

Il mondo viene assorbito nell'Immanifesto o Mulaprakriti durante la dissoluzione cosmica. Proprio come un albero rimane nel suo stato latente nel seme, così anche questo intero universo rimane in uno stato latente in forma di seme nel Mulaprakriti. Questa è la notte di Brahma. Questa è la notte cosmica. All'inizio di un Mahakalpa (evoluzione) il mondo è di nuovo proiettato. Poi comincia l'alba cosmica o il giorno cosmico. Questo eterno ritmo di giorni e notti cosmiche (evoluzione e involuzione) è mantenuto nel macrocosmo.

Nulla che cade sotto questa ruota sempre in moto, di giorni e notti cosmiche, dura per sempre. Questa è la ragione per cui i veggenti delle *Upanishad* vissero nel Supremo Trascendentale Essere, l'Immortale Sé, l'Indistruttibile Purusha – il supremo obiettivo della vita e il più alto fine dell'uomo – che è al di là del giorno e della notte cosmica. Così, come dei semi arrostiti non possono più germinare, anche coloro che hanno raggiunto l'immortale Sé, l'Assoluto, l'Eterno, non possono ritornare a questo mondo di angoscia, dolore e miseria. Essi non conoscono né il giorno né la notte. Sono una cosa sola con l'Esistenza-Assoluta.

Il manifesto e l'immanifesto dimorano in Brahman, ma Brahman è al di là di ambedue. Anche quando il corpo e il mondo sono distrutti, Brahman non è distrutto. Le onde si sollevano e scompaiono, ma l'oceano non ne è influenzato. Così ugualmente i mondi appaiono e scompaiono, ma Brahman, la sorgente di ogni cosa, rimane sempre non influenzato.

Proprio come gli ornamenti fatti di oro vengono nuovamente convertiti in oro quando essi sono fusi, così ugualmente tutti i mondi che provengono da Brahman ritornano in Lui. L'oro non è in alcun modo influenzato dalle varie forme che prende, come ad esempio orecchini, braccialetti, collane ecc. che sono fatte di oro. Anche così, Brahman non è minimamente influenzato dalla proiezione e dalla distruzione (dissoluzione) dei mondi e da quella dei corpi degli esseri. Egli è eterno e rimane sempre quale Egli è.

(Nota: da qui in avanti la parola "immanifesto" si riferisce alla Natura primordiale o Mulaprakriti, e "Immanifesto" si riferisce al Para Brahman).

18. *Dall'Immanifesto tutti i (mondi) manifesti derivano al venire del "giorno"; al venire della "notte" essi in verità si dissolvono in quello soltanto che è chiamato l'Immanifesto.*

Commento: Quando Brahma si sveglia, tutte le manifestazioni, sia quelle che si muovono sia quelle che non si muovono (animate e inanimate), vengono fuori dall'Immanifesto al venire del "giorno". Quando Brahma va a dormire, tutte le manifestazioni s'immergono nell'Immanifesto, perché la notte cosmica ha inizio.

Venire del "giorno": inizio della creazione.

Venire della "notte": inizio della dissoluzione. (Cfr. IX. 7-8).

19. *Questa stessa moltitudine di esseri continuamente nata, sempre è dissolta senza speranza, Oh Arjuna, (nell'Immanifesto) al venire della notte, e ne viene fuori al sorgere del giorno.*

Commento: Ignoranza, desiderio e azione sono i tre nodi che legano l'individuo a quest'esistenza mondana. Il desiderio nasce dall'ignoranza. L'uomo si sforza di ottenere e godere gli oggetti del suo desiderio. Durante quest'attività egli favorisce alcuni e ingiuria altri con la forza dell'amore e dell'odio o dell'attrazione e della repulsione. Quindi, è preso nella ruota della mondanità o della trasmigrazione e deve rinascere continuamente per raccogliere i frutti delle sue azioni. Egli prende corpo e si dissolve ripetutamente a causa della forza del suo Karma.

Le anime individuali hanno perso la loro indipendenza in quanto sono legate dall'ignoranza, dal desiderio e dall'attività. Quindi, esse sono soggette all'angoscia, al dolore e alle miserie di quest'esistenza mondana. Per creare il distacco nelle loro menti e un desiderio per la liberazione nei loro cuori, e per rimuovere l'erroneo credo che un uomo raccoglie i frutti di quello che non ha fatto, o che egli non raccoglie i frutti di quello che ha fatto, il Signore afferma che tutte le creature, senza la loro volontà, vengono in essere sempre e nuovamente all'inizio del giorno, e si dissolvono all'inizio della notte (a causa delle azioni causate dal desiderio nato dall'ignoranza).

20. *Ma in verità esiste più alto dell'Immanifesto, un altro Eterno Immanifesto, che non è distrutto quando tutti gli esseri sono distrutti.*

Commento: *Un altro Eterno Immanifesto:* questo si riferisce all'eterno Para Brahman, che è distinto dall'Immanifesto (Natura primordiale) e che è di una natura completamente diversa. È superiore a Hiranyagarbha (l'Intelligenza Cosmica Creativa) e alla Natura immanifesta perché Egli è la loro causa. Egli non è distrutto

quando tutti gli esseri, da Brahma giù fino ad una formica o un filo d'erba, sono distrutti. (Cfr. XV. 17).

21. Quello è chiamato l'Immanifesto e l'Immortale, Quello essi dicono è l'obiettivo (il sentiero) più alto. Coloro che Lo raggiungono non ritornano (a questo ciclo di nascite e morti). Quello è la Mia più alta dimora (luogo o stato).

Commento: Para Brahman è chiamato l'Immanifesto perché non può essere percepito dai sensi; è chiamato anche l'Immortale. Egli è onnipervadente, penetra tutto. Para Brahman è il più alto obiettivo; non c'è nulla più alto di Lui. Questo è il vero stato non duale, libero da ogni tipo di aggiunte limitanti. Il raggiungimento del Brahmaloaka (la regione del creatore) ecc., è inferiore a questo. Solo realizzando Brahman uno è liberato da questa mondana esistenza. (Cfr. XII. 3; XV. 6).

22. Quel più elevato Purusha, Oh Arjuna, è raggiungibile con un'esclusiva devozione soltanto a Lui, entro cui tutti gli esseri dimorano e da cui tutto questo è pervaso.

Commento: Tutti gli esseri (gli effetti) dimorano nel Purusha (la Suprema Persona, la causa) perché ogni effetto risiede nella sua propria causa. Proprio come l'effetto – il vaso – risiede dentro la sua causa – la creta – così anche tutti gli esseri e i mondi sono nella propria causa, il Purusha. Quindi, l'intero universo è pervaso dal Purusha.

Sri Sankara spiega "devozione esclusiva" come conoscenza del Sé o Jnana.

Purusha: l'Immanifesto o Essere Supremo è chiamato Purusha, perché ogni cosa è riempita da Lui o perché Egli dimora nei corpi di tutti. Nulla è più alto di Lui, così Egli è la Suprema Persona. (Cfr. IX. 4; XI. 38; XV. 6-7).

23. Ora Io ti dirò, Oh capo dei Bharata, i tempi in cui partendo, gli Yogi ritorneranno o non ritorneranno.

Commento: Io ti dichiarerò, Oh principe dei Bharata, il tempo in cui, se gli Yogi lasciano i loro corpi, essi non rinasceranno di nuovo; e anche quando, se essi muoiono, saranno costretti a rinascere.

24. Il fuoco, la luce, il giorno, la quindicina luminosa, i sei mesi del sentiero verso nord del sole (il solstizio settentrionale) – trapassando allora (durante questi), gli uomini che conoscono Brahman vanno a Brahman.

Commento: Questo è il sentiero verso nord, o il sentiero della luce per cui gli Yogi vanno al Sé. Questo sentiero conduce alla salvezza; porta il devoto al Brahmalo. I sei mesi del solstizio settentrionale sono da metà gennaio alla metà di luglio. Questo è considerato come il periodo migliore per morire.

C'è una bella descrizione nella *Chhandogya upanishad*, nella *Kaushitaki Upanishad* e nel *Brama Sutra*:

“Sulla strada che inizia con la luce l'anima dipartita procede, in considerazione di quello che è ampiamente conosciuto”.

“Avendo raggiunto il sentiero degli dei, egli viene al mondo di Agni (fuoco), al mondo di Vayu (aria), al mondo di Varuna (pioggia), al mondo di Indra (il re degli dei), al mondo di Prajapati (il creatore) e al mondo di Brahman”.

“Essi vanno verso la luce, dalla luce verso il giorno, dal giorno alla metà crescente della luna, dalla metà crescente della luna ai sei mesi quando il sole va verso nord, da questi mesi all'anno, dall'anno al sole”.

“Quando la persona abbandona questo mondo essa arriva a Vayu. Poi Vayu fa spazio per lei come il foro di una ruota, e attraverso di esso si solleva più in alto; arriva al sole”.

“Dalla luna al fulmine; qui una persona che non è umana, la conduce a Brahman”.

Il tempo qui viene usato nel senso di un sentiero o del periodo sul sentiero. “Fuoco” e “luce” sono divinità che presiedono al tempo. “Giorno” è la divinità che presiede al giorno. La “quindicina luminosa” è la divinità che presiede ad essa. I “sei mesi del solstizio verso nord” è la divinità che presiede al sentiero settentrionale.

Questo è il sentiero dell'illuminazione che porta alla liberazione.

Il respiro vitale di quei saggi liberati che hanno raggiunto la conoscenza del Sé non si esaurisce. Essi sono assorbiti nel Sé. I saggi liberati, che hanno raggiunto la salvezza o liberazione immediata, non hanno un luogo dove andare o da cui ritornare. Essi diventano una cosa sola con l'onnipervadente Sé.

Ogni passo può significare un “piano”, o uno “stato di coscienza”, o un “grado di purezza o di illuminazione”. Maggiore è la purezza, maggiore è la Luce Divina. Ci sono oggetti brillanti lungo tutto il corso del sentiero. C'è illuminazione o conoscenza quando uno passa lungo questo sentiero. Per cui esso è chiamato il sentiero della luce.

Nella guerra del Mahabharata, quando Bhishma era mortalmente ferito, egli giacque su un letto di frecce fino all'inizio del solstizio settentrionale e poi abbandonò il corpo per raggiungere la dimora del Signore.

25. *Raggiungendo la luce lunare con il fumo, la notte, la quindicina oscura o i sei mesi del sentiero verso sud del sole (il solstizio meridionale), lo Yogi ritorna.*

Commento: Questo è il sentiero dell'oscurità o il sentiero degli antenati che conduce alla rinascita. Coloro che eseguono sacrifici agli dei e fanno altre opere di carità con l'attesa di una ricompensa vanno al Chandraloka attraverso questo sentiero e ritornano nel mondo quando i frutti delle loro azioni sono esauriti.

“Fumo, notte, la quindicina oscura, i sei mesi del solstizio meridionale”: ci sono divinità che presiedono su ognuno di essi. Queste divinità possono anche dare l'indicazione del grado di ignoranza, attaccamento o passione. Sono presenti oggetti di colore scuro e fumo lungo questo corso. Non c'è illuminazione quando uno passa attraverso questo sentiero; esso viene raggiunto a causa dell'ignoranza. Quindi viene chiamato il sentiero dell'oscurità o del fumo.

26. Il luminoso e l'oscuro sentiero del mondo, sono in verità considerati eterni; attraverso l'uno (il sentiero luminoso) un uomo va e non ritorna, e per l'altro (il sentiero oscuro) egli ritorna.

Commento: Il sentiero luminoso è il sentiero verso gli dei preso dai devoti. Il sentiero oscuro è quello verso i Mani preso da coloro che eseguono sacrifici o atti caritatevoli con l'attesa di una ricompensa. Questi due sentieri non sono aperti a tutti. Il sentiero luminoso è aperto ai devoti, mentre quello oscuro a coloro che si dedicano all'adorazione con dei riti. Questi sentieri sono “eterni” come lo è l'esistenza mondana stessa (Samsara).

Mondo: qui significa devoti o persone che si dedicano ai rituali.

27. Conoscendo questi sentieri, Oh Arjuna, nessuno Yogi è deluso. Quindi, in ogni momento sii stabile nello Yoga.

Commento: Conoscendo la natura dei due sentieri e le conseguenze a cui portano, uno Yogi non perde mai il suo senso di discriminazione. Lo Yogi che sa che il sentiero degli dei o il sentiero della luce porta alla graduale liberazione, e che il sentiero dell'oscurità porta all'esistenza mondana, al mondo, al luogo di nascita e morte, non è più a lungo deluso. La conoscenza di questi due sentieri serve come strumento per guidare i passi dello Yogi in ogni momento. Egli si sforza per mantenersi sul sentiero della luce e così raggiungere la dimora eterna.

28. Qualunque sia il frutto dei meriti dichiarato (nelle scritture), da accrescersi con (lo studio dei) Veda, (l'esecuzione di) sacrifici, (la pratica di) austerità, (l'offerta di) doni – al di là di tutti questi va lo Yogi, avendo conosciuto ciò; ed egli raggiunge la Suprema, Primordiale (prima o antica) Dimora.

Commento: Qualsiasi effetto meritorio viene dichiarato nelle scritture da accumularsi con l'adatto studio dei *Veda*, con l'esecuzione di sacrifici e con la pratica di austerità – sopra tutti questi si solleva lo Yogi che correttamente comprende e segue gli insegnamenti impartiti dal Signore Krishna nelle Sue risposte alle sette domande poste da Arjuna. Egli raggiunge la Suprema Dimora di Brahman, che esisteva anche all'inizio ed è estremamente antica.

Avendo conosciuto queste: avendo conosciuto propriamente le risposte date dal Signore alle sette domande di Arjuna.

Questo discorso è anche conosciuto col nome di "Abhyasa Yoga".

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
termina l'ottavo discorso intitolato
"Lo Yoga dell'Indistruttibile Brahman".

Contenuto del Nono Discorso

Osservando che Arjuna era un aspirante qualificato e dotato di fede, Krishna gli svela la conoscenza Suprema e il Supremo Segreto che devono essere conosciuti con l'esperienza diretta. Egli aggiunge che senza fede in questa conoscenza, l'uomo manca di giungere a Dio ed è costretto e rinascere per soffrire.

Ora il Signore procede nel descrivere la Sua Natura e l'onnicomprendiva Verità. Egli è tutto, sia visibile che invisibile, pervade ogni cosa che esiste. Egli crea ogni cosa, sostiene ogni cosa e quando avviene la dissoluzione finale, assorbe ogni cosa in Se stesso. Poi manifesta di nuovo ogni cosa quando la nuova creazione inizia. Tutti gli esseri che ignorano questa conoscenza sono catturati senza speranza in questo ciclo di nascita e morte. Nel mezzo di questa creazione, conservazione e dissoluzione dell'universo, il Signore sta come un testimone, non influenzato e inattaccato. Egli è l'unico direttore, sostenitore e supervisore della Sua Prakriti Cosmica.

Gli esseri ignoranti non sono capaci di riconoscere il Signore in colui che lo ha realizzato. Sebbene questi esseri crudeli assumano una forma umana, la loro natura è quella dei demoni. Il Mahatma che ha realizzato Dio, d'altra parte, è un uomo di conoscenza e percepisce il Signore che dimora in tutti gli esseri e in tutte le creature. Egli osserva la sottostante unità d'esistenza in tutti questi nomi e forme.

La Divina protezione del Signore è assicurata per tutti quelli che prendono rifugio in Lui. Qualsiasi sentiero un devoto segue, alla fine, Lo raggiunge. L'obiettivo dei vari metodi di pratiche spirituali è sempre Lui. La devozione, enfatizza Sri Krishna, è l'essenza di tutte le discipline spirituali. Se questo supremo elemento è presente, allora il devoto è libero dalla schiavitù. Il Signore considera poi i motivi e i gradi di devozione. Anche l'uomo più peccaminoso e diabolico, se fa una svolta radicale verso il sentiero della Verità e della Rettitudine, raggiunge il Signore. Qualsiasi vocazione segua, uno può raggiungere il Signore se Lo cerca sinceramente e con amorevole devozione. La cosa essenziale è fissare l'intera mente sul Signore e dedicare ogni cosa a Lui – il proprio corpo, mente, azioni, volontà ed emozioni.

NONO DISCORSO

LO YOGA DELLA SUPREMA SAPIENZA E DEL SUPREMO SEGRETO

Il Beato Signore disse:

1. Dirò ora a te che non cavilli, il più grande segreto, la conoscenza combinata con l'esperienza (realizzazione del Sé). Conoscendo questa, sarai libero dal male.

Commento: *Questa:* allude alla conoscenza del Sé.

Jnana: conoscenza teorica del Sé attraverso gli studi delle *Upanishad*, conosciuta anche come Paroksha Brahma Jnana.

Vijnana: diretta intuitiva percezione del Sé, conosciuta anche come Aparoksha Brahma Jnana. Questa soltanto costituisce il mezzo diretto per raggiungere la liberazione dal male o schiavitù dell'esistenza mondana, e conseguente libertà da nascita e morte.

La conoscenza del Sé è il segreto più profondo. Può difficilmente essere descritto a parole; può essere realizzato solo attraverso la diretta esperienza o la realizzazione spirituale. L'autoluminoso, eterno, supremo Sé, è sempre scintillante nella camera del cuore dell'uomo. Attraverso le ere ci sono sempre stati alcuni che hanno percorso il sentiero spirituale e scoperto il segreto tesoro spirituale, la preziosa perla del Sé. La conoscenza del Sé è l'unico mezzo diretto per raggiungere la liberazione. Il Karma Yoga purifica il cuore e porta al sorgere della conoscenza del Sé.

Il Signore Krishna dice: "Oh Arjuna, Io t'insegnerò questa profonda segreta conoscenza, combinata con la realizzazione, poiché tu sei libero dalla gelosia". Da questo possiamo chiaramente comprendere che la libertà dalla gelosia è un'im-

portante qualificazione per un aspirante. La conoscenza può sorgere soltanto in una mente libera da ogni forma di gelosia, la quale provoca grande distrazione della mente e intenso rancore.

Malevola invidia, gelosia per la prosperità o felicità degli altri, invidia o indignazione per i meriti di un altro sono tutte varietà di gelosia. Se tu sovrapponi cattive qualità su una persona virtuosa che realmente non le possiede, e se tu parli male di lei, questa è gelosia. Guardare malevolmente od osservare una persona con occhio malvagio, vedere il male in uno che è virtuoso e libero da ogni errore, è gelosia. La gelosia è soltanto meschinità di mente; è una modificazione dell'ignoranza. Può essere sradicata dall'indagine nella natura del Sé, o coltivando le sue opposte qualità, come nobiltà, ampia e universale tolleranza, magnanimità e grandezza di cuore.

A te che non cavilli: questo implica che Arjuna era dotato di tutte le virtù di un discepolo, come autocontrollo, schiettezza, controllo di tutti i sensi, serenità di mente, discriminazione, distacco ecc. Questo è un esempio di una verità cui si allude, dove soltanto una parte è affermata. La gelosia è un accenno che allude alla verità.

2. Questa è la scienza sovrana, il sovrano segreto, il supremo purificatore, realizzabile con la diretta conoscenza intuitiva, conforme a ciò che è giusto, molto facile da eseguire e imperitura.

Commento: In questo verso il Signore Krishna elogia grandemente la conoscenza del Sé per creare un grande interesse in Arjuna, e quindi in tutti gli aspiranti spirituali, per raggiungerla rapidamente.

Non c'è né fede cieca, né commercio di fede in questa "scienza reale". La verità, il segreto sovrano (del Sé o dell'Assoluto) può essere direttamente realizzato per mezzo dell'intuizione o della percezione immediata. La scienza dell'Assoluto è la più splendida di tutte le scienze. È la scienza delle scienze. Delle scienze la più alta, dei segreti il più profondo, dei purificatori il supremo, questo è. La conoscenza del Sé è il più grande purificatore; immediatamente riduce in cenere le radici di tutti i Karma e i Karma stessi, che sono stati conservati nel corso di molte migliaia di nascite. Distrugge l'ignoranza con tutti i suoi effetti.

Un atto espiatorio non può distruggere tutti i peccati. Esso può rimuovere fino ad un certo punto gli effetti di un singolo peccato. Anche se questo è rimosso, l'effetto di tale peccato rimane in uno stato sottile nella mente e induce uno ad un atto peccaminoso nella nascita successiva. Ma la conoscenza del Sé rapidamente distrugge i peccati sia grossolani che sottili, accumulati nel corso di parecchie mi-

gliaia di nascite, insieme con l'ignoranza, la loro causa. Quindi è il purificatore supremo.

Il corpo causale dell'anima individuale è chiamato Mula Avidya (radice dell'ignoranza). Il velo d'ignoranza che involupa gli oggetti visibili di questo mondo è chiamato Sthula Avidya (ignoranza grossolana).

La conoscenza del Sé non si oppone al Dharma. È il frutto di tutte le azioni altruistiche fatte in molte nascite, cioè le azioni fatte senza l'attesa dei frutti. Inoltre, la conoscenza del Sé può essere molto facilmente raggiunta. Poiché essa è facilmente raggiungibile, uno può pensare che questa conoscenza scomparirà rapidamente quando i suoi effetti saranno esauriti. Ma non è così. Essa è indeperibile; dura in eterno. Brilla per sempre per mezzo del suo autosplendore. Chi gusta questo nettare anche una sola volta diventa libero e immortale. Quindi, la conoscenza del Sé è certamente una cosa degna da acquisire. Tu dovrai sforzarti molto duramente in un modo o nell'altro per raggiungerla in questa nascita, in quanto è molto difficile ottenere una nascita umana. Sforzati molto duramente in ogni momento, perché la vita è incerta e la soddisfazione della liberazione finale è molto più grande.

3. Coloro che non hanno fede in questo Dharma (conoscenza del Sé), Oh Parantapa (Arjuna), ritornano al sentiero di questo mondo mortale senza aver raggiunto Me.

Commento: Arjuna chiede: "Oh Signore, perché la gente non si sforza di raggiungere questa conoscenza del Sé, quando questa è così facilmente ottenibile, quando essa è il più alto di tutti gli obiettivi, quando conferisce i benefici più alti? Tutti dovrebbero certamente raggiungere questa conoscenza".

Il Signore replica: "Mio amato Arjuna, la gente non ha fede in questa conoscenza, e così ritorna sul sentiero di questo mondo mortale. Anche se si sforza con l'aiuto dell'immaginazione, non può raggiungere Me in quanto non è dotata dei corretti mezzi prescritti dalle scritture".

Dharma: legge; religione; conoscenza del Sé.

Questa fede non è semplicemente un credo intellettuale in certi dogmi o principi. Non è semplicemente credere nell'affermazione di un altro. È una ferma, inalterabile convinzione interiore che solo la conoscenza del Sé può dare all'individuo suprema pace, immortalità e beatitudine eterna.

Fu questa suprema e irremovibile fede di Sri Sankara che lo portò a lasciare sua madre e a prendere rifugio nell'affettuosa protezione del suo Guru, Sri Govindapada, per raggiungere questa conoscenza, che è il "supremo purificatore, realiz-

zabile per diretta conoscenza intuitiva, in accordo alla rettitudine, molto facile da raggiungere e immortale”.

Fu la forte fede del Signore Buddha che lo indusse ad avere quella determinazione di ferro che Egli espresse in queste parole: “Non mi muoverò nemmeno di un pollice dal mio seggio finché non raggiungerò la totale illuminazione”. Una vera fede va mano nella mano con una tale fiera determinazione.

Il Signore ha elogiato la conoscenza del Sé in questi due primi versi con il metodo positivo. Egli la sottolinea nel terzo verso con il metodo negativo. I benefici dell’ottenimento della conoscenza del Sé sono descritti nel primo e nel secondo verso. I disastrosi effetti che risultano dal non ottenerla, sono descritti nel terzo verso.

Le persone avide, passionali e peccaminose, che seguono la filosofia della carne, che conducono vite da demoni, che adorano il corpo, considerandolo come il Sé, che non hanno fede nella conoscenza del Sé, non giungono a Me. Esse non posseggono neanche un briciolo di devozione, che è anche uno dei sentieri che conduce gli uomini a Me. Essi rimangono sul sentiero del mondo e della morte, che porta all’inferno e alle forme di vita più basse, come animali e vermi.

4. Tutto questo mondo è pervaso da Me, nel Mio aspetto non manifesto; tutti gli esseri esistono in Me, ma Io non dimoro in essi.

Commento: *Avyaktamurti*: questo è il Supremo Essere non manifesto o Para Brahman, invisibile ai sensi ma conoscibile attraverso l’intuizione. Tutti gli esseri da Brahma, il Creatore, giù fino ad un filo d’erba o ad una formica, dimorano nel trascendente Para Brahman. Essi non hanno indipendente esistenza; esistono attraverso il Sé, che è il supporto d’ogni cosa, e che li sostiene tutti.

Nulla qui contiene il Sé. Poiché il Sé è comune a tutti gli esseri, uno può immaginare che egli dimora in essi. Ma non è così; come potrebbe essere? Come può l’Infinito essere contenuto in un oggetto finito? Egli non ha connessione o contatto con alcun oggetto materiale nel modo in cui una sedia ha contatto con la terra o con un uomo seduto su di essa. Così Egli non dimora in quegli esseri. Quello che non ha connessione o contatto con gli oggetti o con gli esseri non può essere contenuto in nessun luogo, come in un vaso, in un tronco o in una stanza. Il Sé non è radicato nelle forme, né Egli è contenuto in alcuna forma, proprio come l’etere non è contenuto in alcuna forma sebbene tutte le forme sono derivate da esso.

Tutti gli esseri appaiono vivere nel Sé, ma questa è un’illusione. Se questa illusione svanisce, nulla rimane da qualche parte eccetto il Sé. Quando l’ignoranza, la causa di questa illusione scompare, anche l’idea dell’esistenza di questi esseri svanisce.

Nei versi quattro e cinque il Signore usa un paradosso o un'apparente contraddizione: "Tutti gli esseri dimorano in Me e tuttavia non dimorano in Me; Io non dimoro in essi". Per un pensatore qui non c'è affatto una vera contraddizione. Proprio come lo spazio contiene tutti gli esseri e tuttavia non è toccato da essi, così anche Para Brahman contiene ogni cosa e tuttavia non è toccato da esse. Anche la sorgente o il grembo di questo mondo è supportato dal Sé, che non ha né supporto né radici. Egli riposa nella Sua gloria primordiale. (Cfr. VII. 12 e 24; VIII. 22).

5. Né gli esseri esistono in Me (in realtà): osserva il Mio Yoga divino, sostenendo tutti gli esseri, ma non dimorando in essi, è il Mio Sé, la causa efficiente degli esseri.

Commento: Il Sé non ha connessioni con alcun oggetto, in quanto è molto sottile, senza attributi e senza forma. Così Egli è separato. Non ci può essere alcuna reale connessione tra materia e spirito. Un oggetto con forma non può avere alcuna connessione con quello che è senza forma. Come questo potrebbe essere?

La *Brihadaranyaka Upanishad* dice: "Liberato dall'attaccamento, Egli non è mai legato".

Sebbene separato, Egli supporta tutti gli esseri; è la causa strumentale o efficiente; Egli fa nascere tutti gli esseri ma non dimora in essi, perché Egli è scollegato da qualsiasi oggetto. Questo è un grande mistero.

Un sognatore non ha connessioni con l'oggetto sognato. L'etere non ha connessione con il vaso. In maniera uguale il Sé non ha alcuna connessione con gli oggetti o con il corpo, la connessione tra il Sé e il corpo fisico è solo illusoria.

Brahman, il supporto per gli oggetti illusori sovrapposti ad Esso, non ha alcuna connessione con le qualità o i difetti degli oggetti. Il serpente è sovrapposto alla corda, che è il supporto del serpente illusorio. Questo è un esempio di sovrapposizione. (Cfr. VII. 25; X. 7; XI. 8).

6. Come il potente vento muovendosi dappertutto, dimora sempre nell'etere, anche così, sappi che tutti gli esseri dimorano in Me.

Commento: Il Signore dà una bella illustrazione in questo verso per spiegare quello che aveva detto nei due versi precedenti. Proprio come il vento sempre dimora nell'etere, senza alcun contatto o legame, così anche tutti gli esseri e gli oggetti dimorano nel Sé, senza alcun contatto o attaccamento. Questi oggetti non possono produrre alcun effetto sul Sé.

Quale tipo di relazione c'è tra il Sé e gli oggetti di questo universo? È un rapporto del tipo Samyoga, Samavaya o Tadatmya?

La relazione tra il bastoncino e un tamburo è Samyoga. Questo tipo di relazione non può esistere tra il Sé e gli elementi perché il Sé è infinito e gli elementi sono finiti. Tu puoi affermare che la connessione è parziale. Anche questo non è possibile perché una tale relazione può esistere solo tra oggetti che posseggono parti o membri, come la connessione tra un albero e una scimmia, e il Sé non ha parti.

Se tu affermi che c'è una relazione Samavaya tra il Sé e gli oggetti, questo non è possibile. La relazione tra un attributo e il possessore di quell'attributo, per esempio, la relazione tra un brahmino individuale e l'intera casta dei brahmini, o quella tra la mano e l'uomo che possiede la mano, è una relazione di tipo Samavaya. Una tale relazione non esiste tra il Sé e gli oggetti o elementi.

Il terzo tipo di relazione, precisamente Tadatmya, si vede che esiste tra il latte e l'acqua, tra il fuoco e la sfera di ferro. Il latte condivide le sue qualità di dolcezza e bianchezza con l'acqua. Il fuoco condivide le sue qualità di brillantezza, calore e colore con la sfera di ferro infuocata. Questo anche non è possibile tra il Sé e gli oggetti, perché il Sé è Satchidananda, totalmente intero e perfetto, mentre gli elementi sono insenzienti, finiti e procurano dolore. Come possono questi due con qualità completamente contrarie avere una connessione Tadatmya?

Quindi, si può concludere che gli elementi hanno soltanto un legame sovrapposto con il Sé. Quell'oggetto che è sovrapposto al substrato o supporto esiste soltanto in nome, non in realtà. Il Sé è il supporto o il substrato di questo mondo di nomi e forme. La parola "mondo" qui include tutti gli esseri e i loro tre tipi di corpi – fisico, mentale e causale – quindi, gli elementi di questo mondo non sono veramente radicati nel Sé. Essi non dimorano realmente nel Sé. È tutto soltanto nel nome.

Vayu: significa anche Hiranyagarbha o il più alto essere creato, attraverso il quale l'Essere Supremo proietta l'universo fisico.

Butha: significa anche la coscienza individuale. Proprio come l'etere in un vaso non è distinto dall'etere universale prima dell'origine e dopo la distruzione del vaso e anche quando il vaso esiste; e com'è della natura dell'etere universale durante tutti e tre i periodi, così anche l'anima individuale è della natura del Supremo Sé, durante i tre periodi di tempo – passato, presente e futuro.

Proprio come tutti gli effetti esistono in uno stato di non-differenza nella loro causa materiale prima che essi appaiano, durante il loro periodo d'esistenza, e anche dopo la loro distruzione, così anche le anime individuali sono non-differenti dal Sé prima delle origini delle varie aggiunte limitanti, come la mente, l'intelletto ecc. durante il periodo della loro esistenza, e dopo la loro distruzione.

7. Tutti gli esseri, Oh Arjuna, entrano nella Mia Natura alla fine di un Kalpa; Io li produco di nuovo all'inizio del (successivo) Kalpa.

Commento: *Prakriti*: questa è la Natura inferiore o più bassa. Essa è composta delle tre qualità di Sattwa, Rajas e Tamas.

Proprio come l'erba cresce dalla terra e si secca sulla terra, proprio come le onde si sollevano dall'oceano e scompaiono nell'oceano, proprio come i sogni procedono dalla mente e si sciolgono nella mente stessa quando il sognatore ritorna allo stato di veglia, così anche gli esseri che emergono dalla Natura si immergono nuovamente in essa durante la dissoluzione.

Pralaya è il periodo della dissoluzione cosmica. Maha-Utpatti è il tempo della creazione. (Cfr. VIII. 18-19).

8. Animando la Mia Natura, Io sempre e nuovamente produco tutta questa moltitudine di esseri, impotenti a causa della forza della Natura.

Commento: Il Signore si appoggia, stringe o abbraccia la Natura. Egli dà vigore e fertilizza la Natura che va a dormire alla fine del Maha Kalpa o dissoluzione universale. Egli proietta ancora nuovamente questa intera moltitudine di esseri. Egli guarda ad ogni livello e, piano dopo piano viene in essere.

Prakriti: denota le cinque sofferenze cioè, ignoranza, egoismo, simpatie, antipatie e attaccamento alla vita terrena. (Cfr. IV. 6).

9. Queste azioni non vincolano Me, Oh Arjuna, che siedo indifferente e non attaccato a questi atti.

Commento: *Queste azioni*: creazione e dissoluzione dell'universo. Io soltanto sono la causa della dissoluzione dell'universo. Io soltanto sono la causa della Natura e di tutte le sue attività e ancora, essendo indifferente ad ogni cosa, Io non faccio nulla, né causo che ogni cosa avvenga.

Io rimango sempre neutrale, indifferente, non coinvolto. Io non ho attaccamento ai frutti di quelle azioni, non ho il sentimento egoistico di colui che agisce e che dice "io faccio questo". Io so che il Sé è senza azioni. Quindi, gli atti coinvolti nella creazione e nella dissoluzione non vincolano Me.

Come nel caso di Ishwara, così anche nel caso di altri, l'assenza dell'egoistico sentimento di essere l'agente e l'assenza di ogni attaccamento ai frutti delle azioni sono le cause della libertà da Dharma e Adharma, o virtù e vizio. L'uomo ignorante che lavora con egoismo e che aspetta la ricompensa per le sue azioni è vincolato dalle sue proprie azioni, come il baco da seta nel suo bozzolo.

Proprio come un giudice neutrale o un arbitro in un incontro di calcio non è influenzato dalla vittoria o dalla sconfitta di una delle parti, così anche il Signore non è influenzato dalla creazione o dalla distruzione di questo mondo in quanto Egli

rimane indifferente o non coinvolto, poiché Egli è il silenzioso e immutabile testimone. (Cfr. IV. 14).

10. Sotto di Me come supervisore, la Natura produce ciò che si muove e ciò che non si muove; a causa di questo, Oh Arjuna, tutto l'universo si muove.

Commento: Il Signore presiede solo come testimone; la Natura fa ogni cosa. A causa della Sua vicinanza o presenza, la Natura produce ciò che si muove e ciò che non si muove. La causa prima di questa creazione è la Natura. Per l'immobile e il mobile e per tutto l'universo, la causa di base è la Natura stessa.

Sebbene tutte le azioni siano fatte con l'aiuto della luce del sole, tuttavia il sole non può diventare l'esecutore delle azioni. Ugualmente così, il Signore non può diventare l'esecutore delle azioni anche se la Natura compie tutte le azioni con l'aiuto della luce del Signore.

Poiché il Sé (Brahman) illumina l'ignoranza (Avidya), che è la causa materiale di questo mondo, Egli è considerato come la causa di questo mondo. Il magnete è completamente indifferente sebbene provochi il movimento dei pezzi di ferro a ragione della sua vicinanza. Ugualmente così, il Signore rimane indifferente sebbene Egli faccia sì che la Natura crei il mondo.

Come Signore e Testimone, Egli presiede a questo mondo che consiste di oggetti mobili e immobili; con la Sua presenza la ruota degli esseri manifesti e immanifesti gira continuamente.

Qual è lo scopo della creazione? Perché Dio ha creato questo mondo quando Egli in verità non ha alcun coinvolgimento e nessun godimento? Questa è una domanda trascendentale e quindi irrilevante, sia porla che rispondere ad essa. Tu non puoi affermare che Dio ha creato questo mondo per il Suo proprio divertimento, perché Egli in realtà non gode di alcuna cosa; Egli è solo un semplice testimone di tutto il dramma. (Cfr. X. 8).

11. Gli stolti disprezzano Me, rivestito di forma umana, non conoscendo la Mia più alta Esistenza come il grande Signore di (tutti) gli esseri.

Commento: Solo gli stolti trovano errori nella Mia pura Natura, proprio come un uomo con gli occhi itterici vede tutti gli oggetti gialli. L'uomo che soffre di febbre trova anche il latte amaro, come l'essenza delle foglie di Neem. Coloro che desiderano osservarMi per mezzo degli occhi fisici non possono conoscerMi. Se qualcuno scambia il miraggio per un lago, può forse trovare l'acqua lì?

Gli stolti che non hanno discriminazione e giusta comprensione disprezzano Me che dimoro nella forma umana. Io ho preso questo corpo per benedire i Miei de-

voti. Questi folli non hanno conoscenza del Mio più alto Essere. Essi non sanno che Io sono il Grande Signore, il Supremo. Io sono autoluminoso, onnisciente, puro, sempre libero, immortale, saggio e il Sé di tutti. Questi folli Mi considerano come un ordinario mortale e sempre disprezzano Me. Il saggio conosce sia la Mia natura trascendentale che la gloria delle Mie manifestazioni.

Io pervado, permeo, penetro questo universo. Io sono il supporto di questo mondo, del corpo, della mente, della forza vitale e dei sensi; ci sono ancora alcuni miserabili stolti che affermano che Io non esisto. Non c'è luogo alcuno dove Io non sono, e ancora questa gente non è capace di vederMi. Osserva la loro sfortuna! Veramente deplorabile è la loro sorte! (Cfr. IV. 6; VII. 24).

12. Di vane speranze, di vane azioni, di vana sapienza ed insensati, essi in verità posseggono l'ingannevole natura dei demoni e degli esseri malvagi.

Commento: Essi coltivano vane speranze poiché tutte le forme sono deperibili.

Essi corrono dietro agli oggetti transitori del mondo e perdono di vista l'Eterno. Le loro sono vane azioni poiché non sono eseguite come sacrifici al Signore. L'Agnihotra e le altre azioni (sacrifici) che eseguono, sono rese infruttifere poiché essi insultano il Signore. Non hanno alcuna sensibilità; non hanno senso di discriminazione; non hanno idea dell'eterno Sé. Essi adorano soltanto il corpo e non osservano nulla al di là di esso. Essi trascurano il loro Sé. Commettono atroci azioni e crimini; derubano e uccidono la gente. Sono costituiti della natura dei demoni e degli esseri malvagi.

Rakshasa: costoro sono rajasici.

Asuras: costoro sono tamasici.

Essi osservano solo l'esterno del corpo umano. Non conoscono il Sé che dimora dentro il corpo. Non osservano Dio nell'universo. Essi vivono solo per mangiare e bere.

Colui che nutre la speranza di ottenere la ricompensa delle azioni soltanto attraverso le semplici azioni, senza la Grazia del Signore, è uno di vuote speranze e di vuote azioni. Le azioni sono insensibili; esse non possono procurare indipendentemente una ricompensa. L'onnisciente saggio Signore soltanto, che conosce la relazione tra le azioni e i loro frutti, può concedere questi ultimi. Colui che ha ottenuto la conoscenza dai libri, che non ammette l'esistenza del Sé, che non parla del Sé, è uno dalla conoscenza vuota. Quest'ultima non darà alcuna ricompensa; non gli porterà alcun beneficio spirituale. Solo quella conoscenza ottenuta attraverso lo studio di libri spirituali che trattano del Sé può dare una ricompensa. (Cfr. VII. 15; XVI. 6 e 20).

13. Ma le Grandi Anime, Oh Arjuna, partecipando della Mia natura divina, Mi adorano con una mente concentrata (con una mente devota a null'altro), conoscendo Me come la causa indistruttibile degli esseri.

Commento: C'è un'altra interpretazione: "Conoscendo Me che sono immortale, e la causa o l'origine di tutti gli esseri".

Natura sattwica o divina; quegli individui che sono dotati di una natura divina e che posseggono autocontrollo, misericordia, fede, purezza ecc.

Le Grandi Anime: coloro le cui pure menti sono state prese da Me come la Mia speciale dimora. Io dimoro nelle pure menti delle Grandi Anime. Esse hanno la sincera devozione per Me. Coloro che posseggono una divina, sattwica natura, che sono dotati di una mente pura e che hanno conoscenza del Sé, sono i Mahatma (Grandi Anime).

Esseri: tutti gli esseri viventi come anche i cinque elementi.

14. Sempre glorificando Me, determinati, fermi nei loro voti, a Me riverenti, essi Mi adorano con devozione, sempre stabile.

Commento: Queste grandi anime cantano le Mie glorie; fanno Japa del Pranava (OM). Studiano e recitano le *Upanishad*. Ascoltano le *Sruti* (Scritture) dei loro precettori spirituali, riflettono e meditano sul Sé privo di attributi. Esse coltivano virtù sattwiche come pazienza, misericordia, amore cosmico, tolleranza, perdono, sincerità e purezza. Controllano i sensi e fermano la mente. Sono ferme nei loro voti di non-violenza, sincerità e purezza in pensieri, parole e azioni. Esse Mi adorano con grande fede e devozione come l'interno Sé nascosto nei loro cuori.

Poiché un neofita non può vedere Dio faccia a faccia, egli deve adorare per primo il suo Guru e considerarlo come Dio stesso.

15. Altri anche, adorando Me con il sacrificio della saggezza, l'Uno dalle molte facce, come distinto e come molteplice.

Commento: Anche altri sacrificano con il sacrificio della saggezza, cioè vedendo il Sé in tutti gli esseri. Essi adorano Me l'Uno e il Molteplice presente ovunque. Essi considerano tutte le forme che vedono come le forme del Signore, tutti i suoni che odono come i Nomi di Dio. Tutte le cose che mangiano, le offrono in vari modi come doni al Signore.

Alcuni adorano Dio con la conoscenza che c'è solo un'unica singola realtà, l'Essere Supremo, che è Satchidananda (Esistenza-Conoscenza-Beatitudine Assoluta).

Identificano se stessi con la Verità. Questa è la visione monistica della scuola vedantica.

Alcuni adorano facendo una distinzione tra il Signore e se stessi, assumendo l'atteggiamento di servo-maestro. Questa è la visione della scuola di filosofia dualistica. Alcuni adorano Dio con la conoscenza che Egli esiste come le varie Divinità, come Brahma, Vishnù, Rudra Siva ecc.

Alcuni Lo adorano come Colui dalle molte facce, perché Egli assume tutte le molteplici forme in questo mondo. L'unico Signore esiste in tutte le differenti forme con le Sue facce da tutte le parti, come in realtà è. (Cfr. IV. 33).

16. Io sono il Kratu; Io sono Yajna; Io sono il (cibo) offerto agli antenati; Io sono l'erba medicinale e tutte le piante; Io sono il Mantra; Io sono il ghee o il burro chiarificato; Io sono il fuoco; Io sono l'oblazione.

Commento: *Kratu*: un tipo di sacrificio vedico.

Yajna: l'adorazione indicata nelle *Smriti*, i santi libri che contengono le leggi e i codici di condotta.

Mantra: il canto con cui l'oblazione è offerta agli antenati e agli dei (degli inferi), agli esseri di luce, ai Deva o divinità.

Tutte le piante. Si riferisce a tutte le piante incluso il riso e l'orzo, o alle medicine che possono curare le malattie. (Cfr. IV. 24).

17. Io sono il padre di questo mondo, la madre, il dispensatore dei frutti delle azioni, e l'antenato; l'(unica) cosa da conoscere, il purificatore, la sacra sillaba (OM) e anche il Rig, il Sama e lo Yajur Veda.

Commento: *Dhata*: sostenitore o fautore che dispensa i frutti delle azioni.

Ishwara o Saguna Brahman è il padre. La Natura primordiale è la madre. Sat-chidananda Para Brahman è l'avo.

Vedyam: l'unica cosa che deve essere conosciuta: l'Eterna Suprema Essenza.

Pavitrām: il purificatore; un bagno nel sacro fiume Gange; il Japa del Gayatri Mantra, che purifica gli aspiranti spirituali sia esternamente che internamente. (Cfr. XIV. 3).

18. Io sono l'obiettivo, il sostenitore, il Signore, il testimone, la dimora, il rifugio, l'amico, l'origine, la dissoluzione, il sostegno, la stanza del tesoro, e il seme che è immortale.

Commento: Io sono la meta e i frutti di tutte le azioni. Colui che nutre e sostiene è il marito. Io sono il testimone delle azioni buone e cattive fatte dagli individui. Io sono la dimora dove tutti gli esseri viventi risiedono. Io sono il rifugio degli afflitti. Io rimuovo le sofferenze di quelli che prendono rifugio in Me. Sono l'amico perché faccio del bene senza aspettare nulla in ritorno. Io sono la sorgente di questo universo. In Me l'intero universo alla fine si dissolverà. Io sono la base o la fondazione di questo mondo. Sono la stanza del tesoro in cui gli esseri viventi potranno godere il futuro. Io sono il seme immortale che è la causa dell'origine di tutti gli esseri. Quindi, prendi rifugio ai Miei Piedi.

19. (Come il sole) Io do calore; Io mando e arresto la pioggia; Io sono l'immortalità ed anche la morte, l'esistenza e la non-esistenza, Oh Arjuna.

Commento: Io irradio il calore sotto forma del sole. Nella stagione delle piogge mando la pioggia nella forma di Indra e la ritraggo durante il resto dell'anno.

Sat: esistenza; il mondo manifesto, l'effetto.

Asat: non-esistenza; l'immanifesto; la causa.

Non-esistenza non significa il nulla. Il sottile, la causa immanifesta viene chiamata anche non-esistenza. Il Sé o l'Eterno non può mai essere completamente non-esistente. Egli esiste sempre; è l'Esistenza Assoluta. Se tu affermi che la causa sottile, non manifesta, è il nulla, da ciò deriva che è impossibile concepire un'esistenza che proviene dal nulla.

La *Chhandogya upanishad* si chiede: "Come può l'esistenza provenire dalla non-esistenza?". È semplicemente assurdo concepire che l'esistenza è sorta dal nulla.

Per un Vedantino il Sé è Sat, perché egli esiste sempre ed è immutabile; questo mondo manifesto è Asat, cioè irreali. Per una persona dalla mente mondana, che non ha né una comprensione né una conoscenza del Sé, che è dotata di una mente impura e grossolana, che non ha un intelletto acuto e sottile, e che percepisce solo le forme grossolane, questo mondo manifesto è Sat. Considera la sottile primordiale Natura non manifesta, la causa di questo mondo, come irreali. Per essa il Sé è anche irreali. L'immanifesto si riferisce sia alla Natura primordiale come anche al Para Brahman, perché ambedue sono nascosti.

Ogni oggetto ha tre stati: il grossolano, il sottile e il causale. La grande causa senza causa è Para Brahman. Gli stati grossolani e sottili sono gli effetti dello stato causale. Quello che tu vedi all'esterno è il corpo fisico. Questo corpo fisico è mosso dal corpo sottile (anche conosciuto come astrale) costituito da mente, forza vitale e sensi. Il corpo causale è il seme corporeo. Da questo seme corporeo sono originati i corpi grossolani e sottili.

Questo è un esempio grossolano: prendiamo il caso di un'arancia. La pelle esterna è come il corpo fisico; la polpa interna o l'essenza può essere paragonata al corpo sottile; il seme, che dà luogo alla polpa e alla pelle esterna, può essere pensato come il corpo causale più interno, che dà luogo agli altri due corpi.

L'uomo dalla mente mondana osserva soltanto il corpo fisico e lo considera come se fosse la Verità. Per lui il corpo sottile e causale non sono reali.

20. I conoscitori dei tre Veda, i bevitori del Soma, purificati da tutti i peccati, adorano Me con i sacrifici, pregano per raggiungere la via del cielo; essi raggiungono il sacro mondo del Signore degli dei e godono in cielo i divini piaceri degli dei.

Commento: Molti aspiranti spirituali si sollevano fino ad una certa altezza della scala dello Yoga e poi sono irresistibilmente trascinati via dalle tentazioni dei piani più alti: il cielo e i piani degli esseri celesti. Essi perdono il loro potere di discriminazione e corretta comprensione, e sono sopraffatti dai godimenti dei piaceri celesti.

Coloro che dimorano nei piani più alti, gli esseri di luce, tentano l'aspirante in vari modi. Essi gli dicono: "Oh grande Yogi, noi siamo veramente molto compiaciuti delle tue austerità e del tuo distacco, delle tue divine qualità e pratiche spirituali. Questo piano è la tua finale dimora, che tu hai guadagnato con i tuoi meriti e austerità. Noi siamo tutti tuoi servi, pronti ad obbedire ai tuoi ordini ed eseguire i tuoi comandi. Qui c'è un carro celeste per te; tu puoi muoverti dovunque come ti piace. Qui ci sono damigelle celesti per servirti; esse ti compiaceranno con le loro musiche celesti. Qui c'è l'albero che esaudisce tutti i desideri, che ti darà qualsiasi cosa tu voglia. Qui c'è il nettare divino in una coppa d'oro; esso ti renderà immortale. Qui c'è il lago celeste della gioia suprema; tu puoi nuotare liberamente in esso".

Lo Yogi che non è vigile e cauto è facilmente trascinato via da questi inviti degli dei e dalle loro dolci e fiorite parole. Egli ottiene una falsa soddisfazione o appagamento. Pensa che ha raggiunto la più alta meta dello Yoga; cede alle tentazioni e la sua energia è dissipata in varie direzioni. Non appena i frutti delle sue meritorie azioni sono esauriti egli torna giù su questo piano terreno. Egli ora, ancora una volta, deve iniziare la sua salita sulla scala spirituale.

Lo Yogi distaccato invece, che è dotato di forte discriminazione, rigetta risolutamente queste invitanti tentazioni degli dei. Egli procede fermamente sul sentiero spirituale e non si ferma finché non raggiunge il più alto gradino sulla scala dello Yoga, la sommità della collina della conoscenza, il Nirvikalpa Samadhi. Egli è completamente conscio che i godimenti nei cieli sono totalmente inutili come

quelli di questo mondo illusorio. I piaceri celesti sono molto sottili, veramente intensi e intossicanti. Questa è la ragione per cui l'aspirante che non è cauto, vigile e distaccato cede così facilmente alle tentazioni dei piani più alti.

Anche in questo piano fisico, nei paesi occidentali, dove c'è una grande abbondanza di ricchezze e piaceri, la gente gode sottili e intensi piaceri sensuali. Ogni giorno scienziati producono nuove invenzioni e nuove forme di piaceri sensuali per la gratificazione dei sensi ribelli e maliziosi. Nonostante le sue abitudini semplici, anche un semplice contadino dell'India diventa un uomo diverso se gli accade di andare a vivere in America o in Europa per qualche tempo. Egli cede alle tentazioni di ricchezza e lussuria. Tale è il potere di Maya! Tale è l'influenza delle tentazioni! Tale è la forza dei sensi!

Solo quell'uomo che è dotato di forte discriminazione, grande distacco, acuto potere d'autoanalisi e ardente desiderio per la liberazione, può resistere a queste tentazioni. Egli soltanto può essere veramente felice. Solo lui può raggiungere l'obiettivo più alto della vita – la beatitudine finale o la sublime visione dell'Infinito.

Somapah: coloro che bevono il succo del Soma (nettare celeste). Essi sono purificati dai peccati.

Sacrifici: sacrifici come l'Agnistoma e il Jyotistoma. Il Signore è adorato da alcuni sotto la forma di Vasus e di altre divinità (Rudra e Aditya) con i sacrifici d'Agnistoma e Jyotistoma.

Il Signore degli dei: Indra. Egli è chiamato Satakratu perché ha eseguito cento sacrifici.

Divya-bhoga: i piaceri divini; i soprannaturali piaceri del cielo. Questo è un godimento che è al di là della conquista dell'uomo. Si può ottenere solo con un corpo celeste posseduto dagli dei, o se concesso, dagli dei stessi. Il termine "bhoga" indica piaceri sensuali. Sebbene i piaceri celesti sono di natura molto sottile, ciò nonostante essi sono soltanto piaceri sensuali. (Cfr. II. 45).

21. Essi, avendo goduto del vasto cielo, ritornano nel mondo dei mortali quando i loro meriti sono esauriti; così, rispettosi delle ingiunzioni dei tre (Veda) e desiderando (gli oggetti dei) desideri, essi ottengono lo stato di andare e tornare.

Commento: Quando tutti i loro meriti accumulati (la causa dei piaceri celesti) sono esauriti, essi discendono di nuovo su questo mondo. Essi vanno e vengono; non hanno indipendenza.

Le ingiunzioni dei tre: semplici rituali vedici prescritti dai tre *Veda*.

22. *A quegli uomini che adorano Me soltanto, pensando a null'altro, a coloro che sono sempre uniti, Io assicuro quello che non è già posseduto e preservo quello che già posseggono.*

Commento: *Ananyah*: non separati, sempre uniti.

C'è un'altra interpretazione di questo verso: persone che, meditando su di Me come non separate, Mi adorano in tutti gli esseri, ad esse che sono sempre devote, Io assicuro guadagno e salvezza. Esse si considerano come non separate, come in effetti è; guardano all'Essere Supremo come non differente dal loro proprio Sé.

Questi devoti che considerano che nulla è separato da loro stessi non hanno alcun proprio interesse egoistico. Certamente essi non si preoccupano per il loro guadagno e per la loro salvezza. Non hanno alcun desiderio per la vita o paura della morte. Hanno preso un esclusivo rifugio nel Signore. Non hanno nulla da perdere perché non c'è nulla che essi considerano di loro proprietà. Il loro proprio corpo diventa il corpo di Dio. Essi non hanno alcun desiderio di acquisire qualcosa perché tutti i loro desideri sono gratificati dalla loro comunione con il Signore. Essi hanno eterna soddisfazione, in quanto posseggono la suprema divina ricchezza del Signore.

Essi non intrattengono nessun altro pensiero che quello del Supremo Signore. Conseguentemente il Signore stesso si cura delle loro necessità corporali, come cibo, vesti e comfort, e preserva quello che essi già posseggono. Egli esegue questi atti per i Suoi devoti proprio come i genitori si preoccupano dei bisogni corporali dei loro figli.

Costoro pieni di devozione dirigono tutta la loro mente con fede totale verso il Signore. Fanno del Signore l'unico oggetto dei loro pensieri. Per essi nulla in questo mondo è più caro del Signore; vivono per Lui soltanto. Pensano solo al Signore come l'unico obiettivo e con totale devozione. Essi non guardano altro che il Signore; Lo amano in tutte le creature. Quando conducono una tale vita, il Signore prende su Se stesso l'intero carico di assicurare loro guadagno e salvezza.

Nitya-Yukta: coloro che costantemente meditano sul Signore con intensa devozione e mente concentrata. (Cfr. VIII. 14; XVIII. 66).

23. *Anche quei devoti che, dotati di fede, adorano altri dei, adorano Me soltanto, Oh Arjuna, ma con un metodo sbagliato.*

Commento: Essi mi adorano nell'ignoranza. Il loro modo di adorazione è contrario alle regole antiche. Quindi, essi ritornano a questo mondo.

Ci sono persone che adorano Agni, Indra, Surya, Varuna, i Vasus ecc. Anche essi giungono a Me, perché Io sono dappertutto. Ma la loro devozione non è pura; è indiretta.

L'acqua dovrebbe essere data alle radici e non ai rami. Se le radici sono soddisfatte, allora l'intero albero è soddisfatto. Nello stesso modo, se Io – la radice di questo mondo e di tutti gli dei – sono soddisfatto, allora anche gli dei sono perfettamente soddisfatti. Sebbene i messaggi dai cinque organi della conoscenza raggiungono l'unica coscienza, sarebbe giusto e utile mettere un pezzo di dolce nell'orecchio e un fiore in un occhio? La funzione di mangiare deve essere fatta solo dalla bocca e quella di odorare solo dal naso. Quindi, Io dovrei essere adorato nel Mio proprio Nome. Essi dovrebbero conoscerMi come il Sé in tutti gli esseri e in tutte le cose. Dovrebbero riconoscerMi anche negli altri tipi di adorazione. Io sono la radice; Io sono la sorgente di tutti gli dei e di quest'intero mondo. (Cfr. IV. 11; VII. 20).

24. (Perché) Io soltanto sono il fruitore e il Signore di tutti i sacrifici; ma essi non Mi riconoscono in essenza (in realtà), e quindi essi cadono (ritornano a questo mondo mortale).

Commento: Essi non sanno che Io, il Supremo Sé, sono il fruitore di tutti i sacrifici comandati nei *Veda* e nelle *Smriti* (il codice della giusta condotta), perché Io sono il Signore di tutti i sacrifici, poiché Io sono il Governatore interiore di questo mondo. (Cfr. VIII. 4: Io sono la Divinità che presiede al sacrificio).

Io sono l'inizio e la fine d'ogni sacrificio e tuttavia questa gente adora altri dei. Quindi, essi eseguono la loro adorazione nell'ignoranza. Come risultato dei loro sacrifici, raggiungono un piano più elevato per godere dei loro meriti. Però, poiché adorano altri dei senza riconoscere Me e non avendo essi consacrato le loro azioni a Me, allora ritornano a questo mondo mortale dopo che i loro meriti sono esauriti.

Coloro che sono devoti ad altri dei e che adorano il Signore nell'ignoranza (con metodi sbagliati) ugualmente ottengono i frutti del sacrificio. Come? (Cfr. V. 29; XV. 9).

25. Gli adoratori degli dei vanno ad essi; ai Mani vanno gli adoratori degli antenati; alle Divinità che presiedono agli elementi vanno i loro adoratori; ma i Miei devoti vengono a Me.

Commento: Gli adoratori dei Mani, come gli Agnivatta, che eseguono Shraddha e altri riti in devozione ai loro avi, vanno ai Mani. Quelli che adorano gli dei con voti e con devozione vanno agli dei.

Bhuta: questi sono esseri elementali, inferiori agli dei, ma più elevati degli esseri umani; essi sono i Vinayaka, le schiere delle Matris, le quattro Bhaginis, e gli esseri simili.

Coloro che dedicano loro stessi agli dei, ai Mani o ai Bhuta, ottengono alla morte la forma di questi esseri. I frutti dell'adorazione sono in accordo con la conoscenza, la fede, l'offerta e la natura dell'adorazione del devoto.

Sebbene lo sforzo sia lo stesso, la gente non adora Me a causa della propria ignoranza. Questa è la ragione per cui riceve una ricompensa molto piccola.

I Miei devoti invece ottengono frutti senza limiti. Essi non devono ritornare indietro a questo mondo mortale. È anche molto facile per essi adorarMi. Come questo è possibile? (Cfr. VII. 23).

26. Chiunque Mi offre con devozione ed una mente pura (cuore), una foglia, un fiore, un frutto o un poco d'acqua – Io accetto (quest'offerta).

Commento: Un dono, per piccolo che sia, è accettato dal Signore quando è offerto con fede profonda. Il Signore è completamente soddisfatto anche con una foglia, un fiore, un frutto o dell'acqua, quando Gli vengono offerti con la devozione di una mente concentrata e un cuore puro. Non fu Egli soddisfatto dal po' di riso preso dall'involto di Sudama e dalle poche bacche offerte da Sabari? Non c'è bisogno che tu costruisca un tempio d'oro per Lui. Costruisci un tempio d'oro nel tuo cuore. Metti Lui sul trono. Egli vuole solo il tuo cuore devoto. Ma quanto è difficile compiacere Indra! Tu devi offrire molti oggetti costosi per ottenere qualcosa da lui.

Una foglia, un fiore o un frutto sono semplici simboli. Il vero mezzo per raggiungere il Signore è una pura, irremovibile devozione.

Tutti gli oggetti di uno stato appartengono al suo re. Pur tuttavia se i servi di quello stato gli offrono alcuni di quegli oggetti con devozione, egli è altamente soddisfatto. Egualmente, tutti gli oggetti di questo mondo appartengono a Dio; tuttavia Egli è altamente compiaciuto se Gli offri anche una piccola cosa con devozione.

27. Qualunque cosa tu faccia, qualunque cosa tu mangi, qualunque cosa tu offri in sacrificio, qualunque cosa tu dai, qualunque cosa tu pratichi come austerità, Oh Arjuna, fallo come un'offerta a Me.

Commento: Consacra tutte le azioni al Signore. Allora tu sei libero da tutti i vincoli del Karma. Tu hai la libertà nell'azione. Colui che si sforza di vivere nello spirito di questo verso sarà capace di praticare l'autoabbandono nel Signore. Gradualmente egli sale sul sentiero spirituale passo dopo passo. La sua natura avida viene ora lentamente dissolta. Egli sempre dà; non è desideroso di prendere. La sua intera vita con tutte le sue azioni, pensieri e sentimenti, è alla fine, dedicata al servizio del Signore. Egli vive e lavora soltanto per il Signore. Non c'è ora nemmeno un briciolo d'egoismo. La sua intera natura è trasformata in divinità. Quando le azioni sono dedicate al Signore non c'è rinascita per te. Questo è il più semplice metodo di Yoga. Non sciupare il tuo tempo più a lungo. Prendi da oggi il sentiero dell'autoabbandono.

Tutte le azioni, i risultati e tutte le ricompense vanno al Signore. Non c'è per l'individuo una vita separata. Proprio come il fiume si unisce al mare e abbandona il suo nome e forma, così anche l'anima individuale si unisce all'Anima Suprema abbandonando il suo nome e forma, i propri egoistici desideri e l'egoismo. La volontà individuale diventa una cosa sola con la Volontà Cosmica.

Qualsiasi cosa tu faccia di tua libera volontà, qualsiasi cosa offra in sacrificio come prescritto nelle scritture, qualunque cosa dai (come oro, riso, ghee, e vesti a Brahmini e ad altri), qualsiasi austerità o controllo dei sensi tu pratici, fai tutto questo come un'offerta a Me. (Cfr. V. 32; XII. 6, 8).

Ora ascolta quello che guadagnerai facendo così.

28. Così, tu sarai libero dai vincoli delle azioni che portano buoni o cattivi frutti; con la mente stabile nello Yoga della rinuncia, e liberato, tu verrai a Me.

Commento: Così: quando offri ogni cosa a Me.

Sannyasa è la rinuncia ai frutti di tutte le azioni. L'atto di offrire ogni cosa al Signore costituisce lo Yoga della rinuncia o Sannyasa. È anche Yoga, in quanto è un'azione. Con la mente dotata della rinuncia e dello Yoga, tu sarai libero dai risultati buoni e cattivi mentre sei in vita, e verrai a Me quando il corpo decadrà.

Un obiettore potrebbe dire: "Allora il Signore prova amore e odio, in quanto Egli conferisce la Sua grazia solo ai Suoi devoti e non agli altri?".

La risposta è: "Non è così. Il Signore è imparziale ed è al di là di amore e odio. La Sua grazia fluisce verso tutti, ma il devoto la riceve liberamente, in quanto ha aperto il suo cuore al ricevimento della Sua grazia".

Questo spiega il verso successivo.

29. Lo stesso Io sono verso tutti gli esseri; a Me nessuno è odioso o caro; ma quelli che Mi adorano con devozione sono in Me e Io sono in loro.

Commento: Il Signore ha uno sguardo imparziale verso tutti; guarda tutti gli esseri viventi allo stesso modo. Egli non condanna nessuno, non favorisce nessuno. Non è il nemico di nessuno, né è il parziale amico di alcuno. Egli né favorisce alcuno né disapprova altri. È solo l'uomo egoista che ha creato un ampio spazio tra lui e il Signore Supremo a causa del suo atteggiamento sbagliato; invece il Signore è più vicino a lui che il suo proprio respiro, più vicino delle sue mani e dei suoi piedi.

Io sono come il fuoco; proprio come il fuoco rimuove il freddo di quelli che si accostano ad esso, ma non a quelli che si tengono lontani, ugualmente così concedo la Mia grazia ai Miei devoti, ma non come la gente ignorante può credere a causa di un qualsiasi attaccamento da parte Mia. Proprio come la luce del sole, sebbene risplenda ovunque, è riflessa soltanto in uno specchio limpido e non in un vaso, così anche Io, il Supremo Signore dell'universo, essendo presente in ogni dove, manifesto Me stesso solo in quelli dalle cui menti, ogni tipo di impurità, accumulata a causa dell'ignoranza, è stata rimossa attraverso il loro sincero amore e devozione.

Il sole non ha né attaccamento per lo specchio, né odio per il vaso. Il Supremo Donatore non ha né odio né amore per gli esseri. Egli concede gli oggetti desiderati solo a quelli che si avvicinano a Lui. (Cfr. VII. 17; XII. 14 e 20). Ora ascolta la gloria della devozione a Me.

30. Persino il più grande peccatore, se adora Me con devozione esclusiva, egli anche, dovrebbe essere considerato un giusto, poiché è animato da un retto proposito.

Commento: Persino se il più grande peccatore adora il Signore con un cuore sincero, egli anche deve in verità essere considerato un giusto, perché ha fatto la santa risoluzione di abbandonare il sentiero malvagio della vita. Il bandito Ratmakar divenne il saggio Valmiki attraverso una giusta risoluzione. Jagai e Madhai, che erano degli assassini, divennero anche loro dei santi devoti. Maria Maddalena, una donna di cattiva fama, divenne una pia donna. Il peccato svanisce quando il pensiero di Dio sorge nella mente.

Chandrayana e Kricchra Vratas (due importanti digiuni espiatori) rimuovono soltanto certi peccati, ma il ricordo del Signore, i pensieri sull'essere Supremo, il Japa del Suo Nome, la meditazione e la contemplazione su di Lui con una totale concentrazione, con la conoscenza che Egli è il tutto in tutti, distruggono i peccati commessi da una persona anche in centinaia e migliaia di ere.

Abbandonando la via del male nella vita secolare e con la forza della sua retta risoluzione interiore, una persona diventa giusta e raggiunge la pace eterna. (Cfr. IV. 36).

31. *Presto egli diventa virtuoso e raggiunge la pace eterna; Oh Arjuna, sappi per certo che un Mio devoto non è mai perduto.*

Commento: Ascolta, questa è la verità, Oh Arjuna! Proclama al mondo che il Mio devoto, che ha sincera devozione per Me, che ha offerto la sua anima interiore a Me, mai perisce.

32. *Perché, prendendo rifugio in Me, anche quelli, che, Oh Arjuna, possono essere nati nel peccato, donne, Vaisya (mercanti) come anche i Sudra (servi), raggiungono il Supremo Obiettivo.*

Commento: I fuori casta sono quelli nati nel peccato. Le donne e i Sudra sono esclusi per leggi sociali dallo studio dei *Veda*. Però, quello che è richiesto da Me è la devozione; non c'è alcun bisogno di tradizioni familiari. L'elefante Gajendra Mi ricordò con devozione e Mi raggiunse malgrado fosse un animale. Il più basso degli inferiori e il più vile dei vili Mi può raggiungere se ha fede e devozione, se canta e ripete il Mio Nome, e se pensa sempre a Me e non agli oggetti di questo mondo.

Prahlada era un demone; tuttavia la sua devozione forzò Me ad incarnarMi come Narasimha per uccidere il suo crudele padre, Hiranyakashipu, che lo stava torturando. La nascita è immateriale. La devozione è ogni cosa. Le Gopi giunsero a Me attraverso la loro devozione. Kamsa e Ravana arrivarono a Me attraverso la paura. Sishupala arrivò a Me attraverso l'odio. Narada, Dhruva, Akrura, Sukadeva, Sanatkumara e altri devoti giunsero a Me attraverso la loro grande devozione.

Nandan, un uomo di bassa casta, ma un grande devoto del Signore Siva, ebbe la diretta visione del Signore a Chidambaram nel Sud dell'India. Nella vita spirituale tutte le distinzioni esteriori di casta, colore e credo scompaiono completamente. Sabari, sebbene di casta inferiore era un grande devoto del Signore Rama.

Le scritture Hindù sono piene di tali gloriose illustrazioni di devozione verso il Signore. L'induismo non riserva la salvezza ad un gruppo o ad un settore dell'umanità. Tutti possono giungere a Dio se hanno devozione.

33. *Quanto più facilmente poi i santi Brahmana ed i devoti re santi (raggiungono la meta)! Avendo ottenuto questo mondo impermanente e doloroso, tu adora Me!*

Commento: *Rajarishis*: re che erano diventati dei saggi mentre eseguivano i loro compiti di regnanti.

È molto difficile ottenere una nascita umana che è il mezzo per raggiungere la meta della vita. Essendo nato in questo corpo umano tu dovresti condurre una vita

di devozione al Signore. Solo nel corpo umano tu avrai il potere di riflettere, di discriminare e di praticare il distacco. Anche gli dei invidiano la nascita umana.

Questo corpo è impermanente, perisce subito. Porta dolori d'ogni genere. Perciò abbandona gli sforzi per assicurare felicità e conforto a questo corpo. Se non cerchi di realizzare il Sé, dopo aver raggiunto questa preziosa nascita umana, hai vissuto invano; sciupi la tua vita e sei un "assassino del Sé". Tu sarai ripetutamente catturato nel ciclo di nascite e morti.

34. Fissa la tua mente su di Me; sii devoto a Me; sacrifica a Me; inchinati a Me; avendo così unito tutto il tuo sé a Me, prendendo Me come il Supremo Obiettivo, tu in verità verrai a Me.

Commento: Riempi di Me la tua mente. Dai il tuo cuore, la tua testa e le tue mani a Me. Sintonizza perfettamente il tuo cuore con Me. Diventa un sincero adoratore. Ti assicurerai la beatitudine eterna. Avendo conosciuto Me, tu passerai al di là della morte.

L'intero essere di una persona dovrebbe abbandonarsi al Signore senza alcuna riserva. Allora l'intera vita avrà una meravigliosa trasformazione. Egli avrà la visione del Signore dappertutto. Tutte le angosce e i dolori svaniranno. La sua mente sarà una cosa sola con la Divina Coscienza. Egli avrà sempre la sua vita e il suo essere soltanto in Dio.

Proprio come l'etere del vaso diventa una cosa sola con l'etere universale quando l'aggiunta limitante, il vaso, è rotto; proprio il Gange e lo Jamuna, abbandonando i loro nomi e forme, diventano una cosa sola con l'oceano, così anche il saggio supera l'ignoranza e ogni tipo di aggiunte limitanti, attraverso la diretta realizzazione del Sé e diventa una cosa sola con Para Brahman.

Yuktva: significa stabile nel pensiero; avendo così fissato la mente sul Signore, conoscendo che Egli è il Sé di tutti gli esseri e il più alto obiettivo raggiungibile. (Cfr. V. 17; VII. 7 e 14; XVIII. 65).

Nota: questo discorso è conosciuto anche come "Adhyatma Yoga".

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
finisce il nono discorso, intitolato
"Lo Yoga della Suprema Sapienza e del Supremo Segreto".

Contenuto del Decimo Discorso

Krishna dice ad Arjuna che anche i Deva e le anime altamente elevate non riescono a comprendere come Egli proietti Se stesso come l'universo con tutte le sue manifestazioni. Egli prosegue nel descrivere le varie qualità che gli esseri esprimono in accordo ai loro rispettivi Karma. Tutte queste qualità – saggezza, verità, contentamento ecc. – originano da Lui.

I veri devoti del Signore sono totalmente assorbiti in Lui. Essi si sono abbandonati a Lui e attraverso una devozione unica, hanno ottenuto il potere della discriminazione, quella discriminazione che li porta dall'irreale al Reale. Krishna enfaticamente dichiara che l'ignoranza è distrutta e la conoscenza è guadagnata soltanto attraverso la Grazia Divina.

Arjuna accetta la discesa del Supremo in una forma umana, ma desidera conoscere dal Signore stesso i Suoi cosmici poteri per mezzo dei quali Egli controlla le diverse forze dell'universo. Il Signore descrive le Sue Glorie Divine, portando alla capacità di comprensione di Arjuna, le Sue illimitate manifestazioni e come Egli sostenga ogni cosa. In breve, il Signore è il Supremo Potere che crea, sostiene e distrugge tutto.

DECIMO DISCORSO

LO YOGA DELLE GLORIE DIVINE

Il Beato Signore disse:

1. Di nuovo, Oh potente Arjuna, ascolta la Mia suprema parola che riferirò a te che ne prendi diletto, per il tuo bene.

Commento: Io ripeterò quello che avevo detto in precedenza nel settimo e nel nono discorso. La Mia Natura essenziale e le Mie manifestazioni sono già state illustrate. Poiché è molto difficile comprendere la Natura Divina, te la descriverò una volta ancora, benché essa sia già stata descritta. Io ti dirò delle glorie divine e t'indicherò in quali forme Io dovrei essere pensato.

Ti parlerò, poiché a te piace ascoltare di Me; ora il tuo cuore si sta dilettaando di Me.

Il Signore vuole incoraggiare Arjuna e rallegrarlo, e così Egli stesso inizia a dargli istruzioni anche senza la richiesta di quest'ultimo.

Suprema parola: parola suprema che rivela l'insuperabile verità che è Brahman.

Oh Arjuna, tu sei così immensamente deliziato dal Mio discorso, come se tu stessi bevendo il nettare dell'immortalità!

2. Né la moltitudine degli dei, né i grandi saggi conoscono la Mia origine; poiché, in ogni modo Io sono la sorgente di tutti gli dei e dei grandi saggi.

Commento: *Origine:* può anche significare “grande e magnifico potere”.

Maharishi: grandi saggi come il Rishi Bhṛigu.

Poiché Io sono la sorgente di tutti questi dei, saggi ed esseri viventi è molto difficile per loro conoscere Me.

In ogni modo: Io non sono solo la sorgente di tutti gli dei e dei saggi, ma sono anche la loro causa efficiente, il loro Governatore interiore e il dispensatore, l'ordinatore e la guida dei loro intelletti ecc.

3. Colui che conosce Me come non nato e senza principio, come il Supremo Signore dei mondi, egli, tra i mortali, non è deluso ed è liberato da tutti i peccati.

Commento: Poiché l'Essere Supremo è la causa di tutti i mondi, Egli è senza principio. Poiché Egli è la sorgente di tutti gli dei e dei grandi saggi, non c'è sorgente per la Sua esistenza. Poiché è senza principio, Egli è non nato. È il grande Signore di tutti i mondi.

Non deluso: colui che ha realizzato che il suo Sé più interno non è differente dal Supremo Sé, è una persona che non è illusa. Attraverso la rimozione dell'ignoranza, l'illusione, che è la forma della mutua sovrapposizione tra il Sé e il non Sé, viene anch'essa rimossa. Così è libero da tutti i peccati fatti consciamente o inconsciamente nei tre periodi di tempo.

L'uomo ignorante si sforza di rimuovere i suoi peccati attraverso l'esecuzione di atti espiatori e godimento dei risultati. Ma egli non è completamente libero da essi, perché continua a compiere azioni peccaminose a causa della forza delle impressioni cattive. Questo dipende dal fatto che non ha eliminato l'ignoranza, la causa di base di tutti i peccati, e l'egoismo, il suo effetto. Quando egli muore e conseguentemente rinasce, è costretto dalla forza delle impressioni malvagie a indulgere di nuovo in azioni peccaminose.

Ma il saggio che ha la realizzazione del Sé è completamente libero da tutti i peccati, perché ha sradicato ignoranza ed egoismo *in toto* insieme alle impressioni di tutti i peccati. Tutte le impressioni sono state bruciate completamente. Proprio come i semi arrostiti non possono germinare, così anche le impressioni bruciate non possono generare ulteriori azioni o future rinascite.

4. Intelletto, saggezza, non illusione, pazienza, sincerità, calma, autocontrollo, felicità, dolore, esistenza o nascita, non esistenza o morte, paura ed anche intrepidità,

Commento: *L'intelletto* è il potere che il quadruplicato strumento interiore – la mente, la mente subconscia, l'intelletto e l'egoismo – ha per comprendere gli oggetti sottili. La saggezza consiste nella conoscenza del Sé. La non illusione è la libertà dall'illusione; essa consiste nell'agire con discriminazione quando qualcosa

deve essere fatto o conosciuto in qualche momento. La pazienza è la non agitazione della mente quando essa viene assalita o maltrattata. Non pensare ad una ritorsione quando aggrediti o maltrattati, significa anche pazienza. Ciò implica sopportazione senza lamentarsi dei tre tipi di dolore che sono: la febbre, il dolore o il disagio da gran freddo o caldo, o da grande quantità di pioggia o tuoni e fulmini. Il dolore da punture di scorpioni o di serpenti o di animali selvaggi.

Satyam è la verità o la veracità; non ci può essere la minima esagerazione o variazione o modificazione dei fatti.

Autocontrollo è il controllo dei sensi esterni. È il ritrarsi dei sensi (udito, vista, pelle ecc.) dai loro rispettivi oggetti.

La calma della mente si produce trattenendola dal pensare agli oggetti esterni e staccandola dai sensi.

Felicità è quello che ha il Dharma come sua causa principale, e che è favorevole a tutti gli esseri. Dolore è quello che ha l'Adharma come sua causa e che è sfavorevole a tutti gli esseri.

5. Inoffensività, equanimità, soddisfazione, austerità, beneficenza, fama ed infamia – (questi) differenti tipi di qualità degli esseri provengono da Me soltanto.

Commento: *Ahimsa*: inoffensività verso tutti gli esseri in pensieri parole e azioni.

Equanimità: quello stato in cui non c'è né piacere né dispiacere, quando uno ottiene oggetti piacevoli o spiacevoli. Non c'è né esaltazione quando uno ottiene oggetti piacevoli o favorevoli, né depressione quando si ottengono spiacevoli o non favorevoli oggetti.

Soddisfazione: un uomo contento è soddisfatto con qualsiasi cosa ottiene o è destinato ad ottenere. Egli è pacifico in quanto è libero dall'avidità. La soddisfazione fa l'individuo ricco; annulla la cupidigia che rende anche il ricco un mendicante. Un uomo cupido è sempre irrequieto.

Austerità: mortificazione o controllo dei sensi per mezzo dei digiuni o di una modesta riduzione di cibo. La forza del corpo e dei sensi è ridotta attraverso il digiuno.

Beneficenza: la condivisione dei propri averi con gli altri. L'offerta di riso, oro, abiti ecc. ad una degna persona in un giusto luogo e al tempo adatto, specialmente ad uno che non può dare nulla per contraccambiare.

Fama: qui si riferisce alla fama dovuta al Dharma o alle azioni virtuose.

Infamia: disgrazia che è dovuta all'Adharma o ad azioni peccaminose.

6. I sette grandi saggi, gli antichi quattro ed anche i Manu, avendo poteri come Me (in quanto la loro mente era fissata su Me), erano nati dalla Mia mente; da essi hanno origine le creature di questo mondo.

Commento: All'inizio Io soltanto ero, e da Me venne la mente, e dalla mente furono prodotti i sette saggi (come Bhrigu, Vasishtha e gli altri), i quattro antichi Kumara, come anche i quattro Manu delle ere passate, conosciuti come Savarni. Tutti questi diressero i loro pensieri esclusivamente su di Me e furono dotati di divini poteri.

I Kumara (casti e ascetici giovani) rifiutarono di sposarsi. Essi desiderarono di rimanere celibi e di praticare la meditazione.

Tutti costoro furono creati dalla Mia mente soltanto. Essi non nacquero da grembi. Gli uomini, i presenti abitanti di questo mondo, sono i figli di Manu. I Manu erano i figli nati dalla mente di Dio. Tutti gli esseri nacquero dai sette saggi e dai quattro Manu. I saggi erano gli originari insegnanti del Brahma Vidya. I Manu erano i governatori degli uomini. Essi composero i codici di condotta per la guida dell'umanità.

I saggi rappresentano anche i sette piani. Nel macrocosmo, l'intelligenza cosmica, l'egoismo cosmico e i cinque grandi elementi (acqua, aria ecc.) rappresentano i sette grandi saggi. Gli elementi sono la forma grossolana dei cinque elementi di base. L'universo e il mondo sottile interiore sono derivati dai sette principi precedenti. Nella mitologia questi principi sono stati simbolizzati e a loro sono stati assegnati nomi umani: Bhrigu, Marichi, Atri, Pulastya, Pulah, Kratu e Vasishtha. Questi sono anche i nomi dei sette grandi saggi.

Nel microcosmo, la mente, l'intelletto, il subconscio e l'egoismo sono stati simbolizzati come i quattro Manu e sono stati dati loro nomi umani. Il primo gruppo forma la base del macrocosmo. Il secondo gruppo forma la base del microcosmo. Questi due gruppi costituiscono il vasto universo della vita sensibile.

7. Colui che in verità conosce queste molteplici manifestazioni del Mio Essere e (questo) Mio potere consegue stabilmente lo Yoga; su ciò non vi è dubbio.

Commento: La conoscenza della gloria del Signore conduce allo Yoga. Uno che conosce in essenza l'immanente, pervadente potere del Signore e le diverse manifestazioni causate in tal modo, si unisce a Lui in uno stabile, inalterabile Yoga e raggiunge eterna beatitudine e armonia. Da una formica fino al Creatore (Brahma) non c'è nulla se non il Signore. Colui che comprende le innumerevoli manifestazioni del Signore e il Suo Yoga è dotato di una stabile aderenza allo Yoga. Qui,

Yoga significa quello che è nato dallo Yoga, come infiniti poteri yogici, nonché l'onniscienza. Costui vive in Lui ed è dotato della più alta conoscenza del Sé.

Chi ha realizzato questa Verità è libero da complessi di superiorità o inferiorità. C'è un reale risveglio di saggezza in lui; egli osserva il Signore in tutti gli esseri e tutti gli esseri in Lui. Non odia mai alcuna creatura. Questa è una rara, vivente esperienza cosmica. Lo Yogi realizza che il Signore e le Sue manifestazioni sono una cosa sola. Egli raggiunge la meta Suprema ed è assorbito in Lui attraverso la propria totale e completa devozione, ed è perfettamente conscio della sua unità con il Supremo.

Un tale Yogi può ora mantenere il suo equilibrio mentale in qualsiasi ambiente o circostanza egli è messo, e può fare qualsiasi azione senza perdere la sua coscienza di unità o identità con il Supremo Sé. (Cfr. VII. 25; IX. 5; XI. 8).

Cos'è questo irremovibile Yoga di cui egli è dotato? La risposta segue.

8. Io sono la sorgente di tutto; da Me ogni cosa deriva; comprendendo questo, il saggio, capace di meditare, adora Me.

Commento: Le onde si originano nell'acqua, dipendono dall'acqua e scompaiono nell'acqua. L'unico supporto per le onde è l'acqua. Anche così, l'unico sostegno per l'intero universo è il Signore. Realizzando questo, sentendo l'onnipresenza del Signore, il saggio Lo adora in tutti i luoghi con devozione e amore. Il Supremo è lo stesso in tutte le nazioni e in tutti i tempi. Egli è la materia e la causa efficiente.

Sotto forma di Natura primordiale, il Signore è la sorgente di tutte le forme. Egli è il "*primum mobile*". Come Egli guarda alla Sua Shakti (potere creativo), l'intero mondo evolve e le forme si muovono. Un uomo mondano che non ha un intelletto né acuto né sottile vede solo cambiamento di forme attraverso il suo occhio fisico. Egli non ha alcuna idea della Presenza che dimora all'interno, il substrato, l'onnipervadente Intelligenza o la beata Coscienza. Egli è affascinato dalle mutevoli forme; fissa le sue speranze e gioie su queste forme transitorie. Vive e si strugge per il loro possesso. Egli gioisce quando ottiene una moglie e dei figli. Se queste forme scompaiono egli è immerso nel dolore.

D'altra parte i saggi costantemente dimorano nel Supremo, la sorgente e la vita di tutto. Essi godono l'eterna beatitudine del loro non duale, immortale, Sé interiore, qualunque siano le forme attorno a loro che cambiano e scompaiono. Essi sono stabili nel loro Yoga; sono dotati di un'inalterabile Yoga; sono immersi nello Yoga. Essi adorano il Supremo in contemplazione e godono dell'indescrivibile beatitudine del Nirvikalpa Samadhi.

Para Brahman, conosciuto come Vasudeva, è la sorgente dell'intero universo. Da Lui soltanto l'intero mondo evolve con tutti i suoi cambiamenti, cioè nascita, esistenza, distruzione, azioni, frutti e godimenti. Comprendendo questo, i saggi adorano l'Essere Supremo e si impegnano in profonde meditazioni sull'onnipervadente eterno Sé. (Cfr. IX. 10).

9. Con le loro menti e vite totalmente assorbite in Me, illuminandosi l'un l'altro e sempre parlando di Me, essi sono soddisfatti e deliziati.

Commento: Le caratteristiche di un devoto che ha raggiunto la realizzazione dell'unità sono descritte in questo verso. Il devoto pensa costantemente al Signore; tutta la sua vita è assorbita in Lui; egli ha consacrato la sua intera vita al Signore.

In accordo ad un'altra interpretazione, tutti i suoi sensi, come l'occhio, l'orecchio ecc., che funzionano a causa del Prana, sono assorbiti in Lui. Un tale devoto ha un immenso diletto nel parlare del Signore, della Sua suprema saggezza, potere, forza e altri divini attributi. Egli dedica se stesso totalmente al Signore, prova un'intensa soddisfazione, ed è deliziato, come se fosse in compagnia del Suo amato.

I *Purana* dicono: "La somma totale dei piaceri sensuali di questo mondo e anche tutti i grandi piaceri delle regioni divine, sono inferiori alla sedicesima parte di quella beatitudine che deriva dall'aver sradicato tutte le brame e i desideri". (Cfr. XII. 8).

10. A quelli che sono sempre stabili, che Mi adorano con amore, Io do lo Yoga della discriminazione per cui essi vengono a Me.

Commento: I devoti che hanno dedicato se stessi al Signore, che sono sempre armoniosi e dimoranti nel Sé, che sono sempre devoti e che Lo adorano con intenso amore, non per raggiungere un qualche scopo egoistico, ottengono la grazia divina. Il Signore dà loro la saggezza o lo Yoga della discriminazione o della comprensione, con cui essi raggiungono la conoscenza del Sé. A questi devoti che hanno fissato i loro pensieri su Lui soltanto, il Signore concede il Buddhi Yoga o la "devozione della giusta conoscenza", con cui essi vengono a conoscerLo in essenza. Nella profonda meditazione essi conoscono, attraverso l'occhio dell'intuizione, il Signore Supremo, l'Uno in tutti e il Sé di tutti. Essi Lo conoscono come il loro proprio Sé, libero da tutte le limitazioni. Buddhi qui significa l'occhio interno dell'intuizione per cui si ha la meravigliosa esperienza dell'unità. Buddhi Yoga è Jnana Yoga. (Cfr. IV. 39; XII. 6-7).

Perché il Signore impartisce questo Yoga della conoscenza ai suoi sinceri devoti? Quali ostacoli il Buddhi Yoga rimuove dal sentiero degli aspiranti? Il Signore dà le risposte nel verso seguente.

11. Mosso da pura compassione per essi, Io, che dimoro nel loro Sé, distruggo l'oscurità nata dall'ignoranza con la luminosa lampada della conoscenza.

Commento: *La luminosa lampada della conoscenza:* il Signore dimora nel cuore di un devoto che costantemente pensa a Lui e distrugge il velo o l'oscurità nata dall'ignoranza, prodotta dall'assenza della retta discriminazione.

La luminosa lampada della conoscenza è costantemente alimentata con l'olio della pura devozione e nutrita dal vento della profonda meditazione su di Lui. Possiede lo stoppino della retta intuizione prodotto dalla costante coltivazione di castità, pietà e altre divine virtù. Si trova nella camera di un cuore libero da ogni mondanità. È posta nel recesso più nascosto di una mente libera dal vento dell'attrazione dei sensi, distante dagli oggetti dei sensi, non macchiata da simpatie e antipatie, e brillante della luce della conoscenza del Sé prodotta dalla costante pratica della meditazione.

Una lampada non ha bisogno di uno strumento, di un mezzo per rimuovere l'oscurità. La stessa generazione della luce è completamente sufficiente a rimuovere le tenebre. Come l'oscurità è rimossa dalla luce, allora il vaso, la sedia e gli altri oggetti possono essere osservati. Ugualmente così, il sorgere della conoscenza del Sé è autosufficiente per rimuovere l'ignoranza. Non è necessario nessun altro Karma o pratica. Dopo che l'ignoranza è rimossa dalla conoscenza del Sé, il Supremo Sé soltanto splende nella sua gloria primordiale.

Arjuna disse:

12. Tu sei il Supremo Brahman, la suprema dimora (o la suprema luce), il supremo purificatore, l'eterna, Divina Persona, il Dio primordiale, non nato e onnipresente.

Commento: *Param Brahman:* il più alto Sé. La parola "Param" indica il puro assoluto senza attributi, completamente libero da aggiunte limitanti. È il Satchidananda Brahman. Il "Brahman inferiore" è Brahman con qualità o Ishwara. Egli è il Brahman con le aggiunte limitanti; è l'oggetto scelto dai devoti per la meditazione.

La luce suprema: dal Creatore (Brahma) giù fino ad un filo d'erba, l'Essere Supremo è il supporto o il substrato di tutto. Quindi, Egli è conosciuto come la suprema dimora o luce.

Il Dio primordiale: il Dio che esisteva prima di tutti gli altri dei. Questo Dio è Para Brahman stesso. Egli è autoluminoso.

Supremo purificatore: i sacri fiumi e i santi luoghi di pellegrinaggio possono rimuovere solo i propri peccati, ma Para Brahman può distruggere non solo tutti i peccati, ma anche l'ignoranza, la loro vera causa. Quindi, Para Brahman o il Sé Supremo è considerato come il Supremo Purificatore.

13. Così hanno parlato tutti i saggi di Te, e anche il divino saggio Narada, così anche Asita, Devala e Vyasa; ed ora così Tu stesso parlasti a me.

Commento: *Rishi:* un saggio perfetto e santo dalla mente e i sensi disciplinati.
Devarishi: un divino saggio più evoluto di un Rishi.

14. Io credo tutto questo che Tu mi hai descritto come vero, Oh Krishna. In verità, Oh Beato Signore (Bhagavan), né gli dei, né i demoni, conoscono la Tua manifestazione (origine).

Commento: *Bhagavan:* Colui in cui i seguenti sei attributi esistono sempre nella loro totalità: saggezza, distacco, virtù, signorilità, ricchezza e onnipotenza. Anche colui che conosce l'origine, la dissoluzione e il futuro di tutti gli esseri e che è onnisciente, è chiamato Bhagavan.

Arjuna si rivolge al Signore come Keshava, perché il Signore conosce quello che c'è nella mente di Arjuna, in quanto Egli è onnisciente. Poiché il Signore è la sorgente di dei, demoni e altri, essi non possono comprendere la Sua origine o manifestazione. (Cfr. IV. 6).

15. In verità, Tu conosci da Te stesso, Te stesso, Oh Suprema Persona, Oh Sorgente e Signore degli esseri, Oh Dio degli dei, Oh Sovrano del mondo!

Commento: *Purushottama:* il migliore tra tutti i Purusha. Egli assume queste quattro forme: la Sorgente degli esseri, il Signore degli esseri, il Dio degli dei e il Sovrano del mondo. Così Egli è chiamato Purushottama.

Devadeva: Colui che è adorato anche da Indra e dagli altri dei.

Jagatpati: il Signore protegge il mondo e guida il popolo attraverso le istruzioni date nei *Veda*. Da cui il nome "Sovrano del mondo".

16. *Tu dovresti in verità dichiarare, senza riserve, le Tue divine glorie per cui Tu esisti, pervadendo tutti questi mondi. (Nessun altro può farlo).*

17. *Come posso io, sempre meditando, conoscere Te, Oh Yogi? In quale aspetto o forme, Oh Beato Signore, Ti devo concepire?*

Commento: Arjuna chiede: “Oh Signore, come posso io conoscerTi con costante meditazione? Sotto quale aspetto Ti posso concepire? Dimmelo, cosicché anche quando penso agli oggetti esterni posso meditare su di Te, nella Tua particolare manifestazione in essi, se ho una dettagliata conoscenza delle Tue glorie. Quindi, degnaTi di parlarmi senza riserve delle Tue glorie. Solo allora posso osservare l’unità ovunque”.

18. *Parlami ancora in dettaglio, Oh Krishna, della Tua gloria e dei Tuoi poteri Yogici, perché io non sono soddisfatto di quello che ho udito, delle Tue parole che danno vita e sono come il nettare.*

Commento: *Janardana:* il Signore è chiamato con questo nome perché Egli manda o provoca l’invio dei demoni all’inferno; o perché tutti pregano Lui per avere successo mondano, prosperità e anche salvezza. Arjuna prega il Signore di illustrargli la Sua gloria e i Suoi poteri Yogici per la sua salvezza.

Arjuna fa una richiesta al Signore Krishna: “Dimmi in dettaglio del Tuo misterioso potere (Yoga) della sovranità e delle varie forme su cui meditare. Istruiscimi ancora, sebbene Tu lo abbia fatto già succintamente nei discorsi precedenti (settimo e nono), perché non c’è sazietà nell’ascoltare le Tue dolci parole piene di ambrosia e la Tua conversazione che è come nettare. Per quanto a lungo io ascolto, io non sono ancora completamente soddisfatto; sicuramente questo è il nettare dell’immortalità per me”.

Il Beato Signore disse:

19. *Molto bene, ora Ti illustrerò, nella loro rilevanza, le Mie divine glorie, Oh Arjuna. Non c’è fine alla loro dettagliata descrizione.*

Commento: Ora Ti dirò delle Mie più importanti divine glorie. Le Mie glorie sono illimitate; non è possibile descriverle tutte.

20. *Io sono il Sé, Oh Gudakesha, presente nel cuore di tutti gli esseri. Io sono l’inizio, la metà e anche la fine di tutti gli esseri.*

Commento: Oh Gudakesha, Io sono l'Anima che esiste nel cuore di tutti gli esseri, Io sono anche la sorgente o l'origine, la parte di mezzo o la permanenza, e la fine di tutti gli esseri creati. Io sono la nascita, la vita e la morte di tutti gli esseri. Medita su di Me come il più interno Sé.

Gudakesha: questo significa sia il "conquistatore del sonno" o "uomo dalla folta capigliatura".

Colui che è capace di meditare sull'onnipervadente, immortale ed eterno Sé, con un atteggiamento di non dualità è un qualificato aspirante spirituale di prima classe. Colui che non è capace di meditare sul Sé dovrebbe pensare al Signore sotto le forme che sono menzionate nei versi seguenti. Questo tipo di meditazione è per aspiranti della classe media.

21. Tra i (dodici) Aditya Io sono Vishnu; tra i luminari il sole raggiante; Io sono Marichi tra i (sette o quarantanove) Marut; tra le stelle sono la luna.

Commento: Dei dodici Aditya, Io sono l'Aditya conosciuto come Vishnu. I dodici mesi dell'anno sono anche conosciuti come gli Aditya.

Marut sono gli dei che controllano i venti. Alcuni dicono che essi sono sette, mentre altri dicono che sono quarantanove.

I dodici Aditya, i luminari come Agni, i fulmini ecc., i Marut, le stelle ecc., sono le ordinarie manifestazioni del Signore. Vishnu, Marichi, il sole e la luna sono le Sue speciali manifestazioni; quindi, esse producono uno splendore maggiore.

Tu puoi sovrimporre il Signore sul sole o sulla luna e meditare su di essi come Sue forme. Tu puoi praticare lo stesso tipo di meditazione su tutte le forme menzionate nei versi seguenti di questo discorso.

22. Tra i Veda Io sono il Sama Veda; Io sono Vasava (Indra) tra gli dei; tra i sensi Io sono la mente; e sono l'intelligenza tra gli esseri viventi:

Commento: *Indriyas:* i cinque Jnana Indriyas o organi della conoscenza (orecchio, occhio, pelle, lingua e naso); e i cinque Karma Indriyas o organi dell'azione (bocca, mani, piedi, genitali e ano). La mente è considerata come l'undicesimo senso. Poiché i sensi non possono funzionare senza il suo aiuto, essa è considerata il principale tra i sensi.

Chetana: l'intelligenza è quello stato dell'intelletto che si manifesta nell'aggregazione di corpo e sensi. Quello che illumina tutti, dall'intelletto in giù fino al più grossolano oggetto fisico, è chiamato Chetana.

23. *E, tra i Rudra Io sono Shankara; tra gli Yaksha e i Rakshasa, il Signore della ricchezza (Kubera); tra i Vasu Io sono Pavaka (il fuoco) e tra le (sette) montagne sono Meru.*

Commento: *Rudra*: le dieci aree vitali e la mente sono gli undici Rudra. Esse sono chiamate così perché producono angoscia quando si allontanano dal corpo. Esse sono citate nei Purana e tra i Rudra, Shankara è considerato il loro capo.

I *Vasu*: sono terra, acqua, fuoco, aria, etere, sole, luna e stelle. Essi sono chiamati così perché comprendono dentro di loro l'intero universo. Essi sono simbolizzati nei Purana e Anala o Pavaka (il fuoco) è il loro capo.

24. *E fra i sacerdoti domestici (dei re), Oh Arjuna, sappi che sono il loro capo Brihaspati; tra i condottieri Io sono Skanda; e tra i laghi sono l'oceano.*

Commento: *Brihaspati*: il capo tra i preti degli dei. Egli è il sacerdote domestico di Indra.

Skanda: Kartikeya o il Signore Subrahmanya. Egli è il condottiero delle schiere degli dei.

Dei laghi o bacini o recipienti d'acqua naturali, Io sono l'oceano.

25. *Tra i grandi saggi sono Bhrigu; tra le parole sono la singola sillaba (OM); tra i sacrifici Io sono il sacrificio della ripetizione silenziosa; tra le cose immobili sono l'Himalaya.*

Commento: Manu dice: "Qualsiasi cosa il Brahmana possa o non possa fare, egli raggiunge la salvezza col Japa soltanto".

Bhrigu: uno dei figli nati dalla mente del creatore.

Himalaya: la più alta montagna del mondo.

Japa Yajna: ripetizione (silenziosa) di un Mantra o del Nome Divino. Non c'è né offesa né danno in questo Yajna (sacrificio). Quindi, è considerato come il migliore tra tutti gli Yajna.

26. *Tra gli alberi (Io sono) il Peepul; tra i saggi divini sono Narada; tra i Gandharva sono Chitrarata; tra i perfetti il saggio Kapila.*

Commento: *Deva Rishi*: sono dei e allo stesso tempo Rishi o veggenti di Mantra.

Siddha: i perfetti, coloro che proprio alla nascita hanno raggiunto virtù, saggezza, distacco e signorilità senza alcuno sforzo.

Muni: uno che riflette o medita.

[*Peepul*: l'albero sacro dell'India (*ficus religiosa*) mistico simbolo della vita. N.d.T.].

27. *ConosciMi come Ucchaisravas, nato dal nettare tra i cavalli; tra i magnifici elefanti (Io sono) Airavata; e tra gli uomini il re.*

Commento: Il nettare fu ottenuto dagli dei agitando l'oceano di latte. Ucchaisrava è il nome del cavallo reale che era nato dall'oceano di latte quando esso era stato agitato per ricavarne il nettare.

Airavatam: la progenie di Iravata, l'elefante di Indra, nato al tempo in cui l'oceano di latte fu agitato.

28. *Tra le armi sono la folgore; tra le vacche Io sono la mucca che esaudisce i desideri, chiamata Kamadhenu; Io sono il progenitore, il dio dell'amore; e tra i serpenti sono Vasuki.*

Commento: Il fulmine Vajra, fatto con le ossa di Dadhichi, uno strumento di guerra. Poteva essere maneggiato solo da Indra in quanto egli aveva compiuto cento sacrifici.

Kamadhuk: la mucca "Kamadhenu" del grande saggio Vasishtha, che procurava tutti gli oggetti desiderati, anch'essa nata dall'oceano di latte.

Vasuki: il Signore degli ordinari serpenti.

Sarpa: un serpente che ha solo una testa; Vasuki è di colore giallo. Nagas serpenti che hanno molte teste; Ananta è del colore del fuoco.

Sridhara Swami dice che Sarpa è velenoso, mentre i Naga non sono velenosi. Sri Ramanuja dice che Sarpa ha solo una testa e Naga ne ha molte.

29. *Io sono Ananta tra i Naga; sono Varuna tra le divinità dell'acqua; Aryaman tra i Mani; Io sono Yama tra i sovrani.*

Commento: *Ananta*: il re dei serpenti con la testa o cobra. Esso è del colore del fuoco.

Varuna: il re degli dei delle acque.

Yadasam: esseri delle acque, gli dei connessi con l'acqua.

Aryamam: il re dei Mani.

Io sono Yama, il testimone delle azioni di tutti gli esseri viventi, che tiene conto di tutte le azioni buone e cattive della gente.

30. Io sono Prahlada tra i demoni; tra quelli che calcolano Io sono il tempo; tra gli animali sono il loro re, il leone; e tra gli uccelli sono Garuda.

Commento: Prahlada, sebbene fosse il figlio del re dei demoni, Hiranyakashipu, era un grande devoto del Signore.

31. Tra i purificatori sono il vento; sono Rama tra i guerrieri; tra i pesci sono lo squalo e tra i fiumi Io sono il Gange.

Commento: *Jahnvi*: il santo fiume Gange fu ingoiato da Jahnu, quando lei veniva portata giù dai cieli da Bhagiratha. Da cui il nome Jahnvi per il fiume Gange.

32. Tra le cose create Io sono l'inizio, la metà e anche la fine, Oh Arjuna. Tra le scienze sono la scienza del Sé; e tra i disputanti sono la logica.

Commento: Io sono la metafisica tra tutte le scienze. Sono la conoscenza del Supremo Sé tra tutte le branche della conoscenza. Io sono l'argomento di chi discute; sono la logica dei disputanti. Sono la parola degli oratori.

Nel precedente verso venti, il Signore ha detto: "Io sono l'inizio, la metà e anche la fine di tutti gli esseri (mobili e immobili)". Qui si riferisce in generale all'intera creazione.

Poiché la conoscenza del Sé conduce al raggiungimento della beatitudine finale della vita o alla salvezza, essa è la principale tra tutte le branche della conoscenza.

I disputanti: con questa parola qui dovremmo comprendere i vari tipi di persone che usano vari tipi di argomentazioni nella logica, come Vada, Jalpa e Vitanda.

Vada è un tipo di argomentare per cui uno raggiunge la verità di una certa questione. Gli aspiranti che sono liberi da attrazione, repulsione e gelosia, si pongono tra di loro domande e risposte ed entrano in discussione su problemi filosofici per scoprire e comprendere la natura della Verità. Essi non discutono per guadagnare la vittoria su un altro. Questo è Vada.

Jalpa è un litigio, in cui uno afferma la propria opinione e rifiuta quella che gli si oppone.

Vitanda è un ozioso cavillare sugli argomenti del proprio avversario. Non viene fatto nessun tentativo per stabilire l'altro aspetto della questione. In Jalpa e Vitanda uno cerca di sconfiggere l'altro per ottenere la vittoria.

33. *Tra le lettere dell'alfabeto sono la lettera A, e il duale tra i composti. Io sono in verità l'inesauribile ed eterno tempo; sono il dispensatore (dei frutti delle azioni), avendo volti in tutte le direzioni.*

Commento: Tra gli alfabeti, sono la lettera "A". Tra i vari tipi di composti usati nella lingua Sanscrita, sono la Dvandva (unione dei due), il copulativo.

Il tempo qui si riferisce all'istante, l'ultimo elemento del tempo o a Paramesvara, il Supremo Signore che è il tempo "anche del tempo", poiché Egli è al di là del tempo.

Poiché l'Essere Supremo è onnipervadente si dice che Egli abbia la faccia in tutte le direzioni.

34. *Io sono la morte che divora tutto, e la prosperità di coloro che sono prosperi; tra le qualità femminili (Io sono) fama, prosperità, parola, memoria, intelligenza, costanza e pazienza.*

Commento: Io sono anche la morte che divora e distrugge ogni cosa. La morte è di due tipi, precisamente quella che distrugge la ricchezza e quella che distrugge la vita. Di esse, Io sono l'ultima, quella che prende tutto.

Ci può anche essere un'altra interpretazione: Io sono il Supremo Signore che è quello che prende tutto, in quanto distruggo ogni cosa al tempo della dissoluzione cosmica.

Io sono l'origine di tutti gli esseri che devono nascere nel futuro. Sono la prosperità e i mezzi per raggiungerla, di coloro che sono degni di acquisirla.

Sono la bellezza, la gloria e anche la fama, la migliore tra le qualità femminili. Le persone che hanno raggiunto una piccola fama pensano che hanno raggiunto un grande successo nella vita e che sono diventate dei grandi uomini. Io sono la parola che adorna il trono della giustizia. Sono la memoria che richiama gli oggetti e i piaceri del passato.

Il potere della mente che rende capace l'individuo di afferrare gli insegnamenti delle scritture è Medha. La fermezza è il potere che mantiene il corpo e i sensi fermi anche in mezzo a vari tipi di sofferenze. È anche fermezza il potere di mantenersi distaccato anche nel pieno delle azioni. La fermezza include anche il coraggio.

Pazienza, significa anche capacità di sopportazione.

Fama, prosperità, memoria, intelligenza e fermezza sono le figlie di Daksha. Esse furono date in matrimonio al Dharma, così sono tutte chiamate Dharma-patnis.

35. *Tra gli inni Io sono il Brihatsaman; tra i metri sono il Gayatri; tra i mesi sono Margasirsa; tra le stagioni sono la stagione dei fiori.*

Commento: *Brihatsaman*: il più importante tra gli inni del *Sama Veda*. Brihat significa grande.

Margasirsa: il periodo fra la metà di dicembre e la metà di gennaio; ha un clima temperato. In tempi antichi era usuale iniziare a contare i mesi dell'anno in questo periodo. Il primo posto era dato a questo mese.

La stagione dei fiori: la primavera.

36. *Io sono l'azzardo del fraudolento; sono lo splendore dello splendido; Io sono la vittoria; sono la determinazione (di quelli che sono determinati); Io sono la bontà dei buoni.*

Commento: Dei vari metodi per defraudare gli altri, Io sono l'azzardo, come nel gioco dei dadi. L'azzardo, il rischio sono la Mia manifestazione, Io sono il potere del potente. Sono la vittoria del vittorioso. Io sono lo sforzo di coloro che fanno quello sforzo.

Io sono Sattwa, che assume le forme di virtù, distacco, saggezza e signorilità nelle persone sattwiche.

37. *Tra i Vrishni sono Vasudeva; tra i Pandava Io sono Arjuna, tra i saggi sono Vyasa; tra i poeti Io sono il Vate Usana.*

Commento: *Vrishni*: detti anche Yadavas o discendenti di Yadu. Io sono il più importante tra essi, cioè Vasudeva.

Usana: Sukracharya, il precettore dei demoni.

38. *Tra chi punisce Io sono lo scettro; tra chi cerca la vittoria sono l'uomo di governo; ed anche, tra i segreti Io sono il silenzio; e sono la conoscenza tra i sapienti.*

Commento: *Uomini di governo*: diplomatici, politici.

Silenzio: indotto dalla costante meditazione sul Sé.

Conoscenza: conoscenza del Sé.

39. *E qualunque sia il seme di tutte le creature, quello anche Io sono, Oh Arjuna. Non c'è essere, sia mobile o immobile, che può esistere senza di Me.*

Commento: Io sono il seme primordiale da cui tutta la creazione ha avuto origine. Sono il seme di ogni cosa. Io sono il Sé di ogni cosa. Nulla può esistere senza di Me. Ogni cosa è della Mia natura. Io sono l'essenza di ogni cosa. Senza di Me tutte le cose sarebbero un semplice vuoto. Sono l'anima di ogni cosa.

40. Non c'è fine alle Mie glorie divine, Oh Arjuna, ma questa è una breve descrizione fatta da Me sulle Mie particolari glorie divine.

Commento: È impossibile per ognuno descrivere o conoscere l'esatta estensione delle divine glorie del Signore. Non c'è limite alcuno ai Suoi poteri e alle Sue glorie. Quello che si potrebbe esprimere di Lui non è nulla, se viene comparato alle Sue infinite glorie.

Arjuna: Parantapa, il distruttore dei nemici; colui che brucia i nemici interni come lussuria, ira, cupidigia, delusione ecc.

41. Qualsiasi essere che sia glorioso, prospero o potente, sappi che è una manifestazione di una parte del Mio splendore.

42. Ma di che utilità è per te la conoscenza di tutti questi dettagli, Oh Arjuna? Io esisto, sostenendo questo intero mondo con una sola parte di Me stesso.

Commento: Il signore Krishna conclude: "Avendo creato o pervaso questo intero mondo con un frammento di Me stesso, Io sono".

Questo verso è basato sulla dichiarazione nel Purusha-Sukta del *Rig-Veda* che dice: "Un quarto di Lui è tutto il cosmo, gli altri tre quarti sono la divina, trascendente Realtà".

Io esisto, supportando questo intero mondo con una sola parte, con un solo limite, o con un solo piede. Una parte di Me stesso costituisce tutti gli esseri.

La *Taittiriya Aranyaka* dice: "Tutti gli esseri vengono dal Suo piede". L'intero universo è un Pada o piede del Signore.

Pensare che il Sé è costituito di parti, è una pura immaginazione a causa della propria ignoranza o delle aggiunte limitanti. In realtà il Sé, essendo senza forma, non è formato né di parti né di arti.

Arjuna ora ha la conoscenza delle glorie del Signore. Egli è pronto ad osservare la meravigliosa Forma Cosmica del Signore. Il Signore Krishna lo ha preparato per questa grande visione dandogli una descrizione delle Sue glorie.

Arjuna dice: "Oh Signore, io ora realizzo che l'intero mondo è riempito da Te. Io desidero osservarlo col mio occhio dell'intuizione".

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della Gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
termina il decimo discorso, intitolato
"Lo Yoga delle Glorie Divine".

Contenuto dell'Undicesimo Discorso

Essendo stati rimossi i dubbi di Arjuna da una chiara descrizione della natura dell'Atman e dalla descrizione dell'origine e della distruzione di tutte le cose create, egli è ora pronto per osservare la Visione Cosmica.

Krishna gli concede la vista divina per mezzo della quale Arjuna osserva il Signore come la vasta Manifestazione Cosmica. Questa visione è nello stesso tempo onnicomprensiva e simultanea. Arjuna vede in ogni direzione il Signore come l'intero universo. Tutto il creato, mondi, divinità, esseri, creature e cose vengono rivelate come un unico gigantesco corpo del Signore.

Arjuna poi vede che il grande Dramma Cosmico è messo in moto e controllato dall'onnipotente potere del Signore. La Sua volontà soltanto prevale in tutte le cose e le azioni, sia buone che cattive. Il Signore poi lo esorta a combattere, essendo egli soltanto una causa apparente della distruzione dei suoi nemici.

Arjuna non è capace di sopportare la pressione dell'improvvisa espansione di coscienza ed è così pieno di paura. Egli implora il Signore di assumere di nuovo la Sua forma usuale.

Krishna ripete nuovamente che questa visione non può essere ottenuta tramite nessuna quantità di austerità, studi, sacrifici o atti filantropici. La Suprema devozione è l'unico mezzo per cui uno può avere accesso alla Sua grande visione.

UNDICESIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA VISIONE DELLA FORMA COSMICA

Arjuna disse:

1. Con questa parola (di spiegazione) del più alto segreto riguardante il Sé, che Tu hai detto per compassione verso di me, la mia illusione è scomparsa.

Commento: Arjuna, dopo aver ascoltato la gloria del Signore, essendo svanita la sua confusione e la sua illusione, ha un intenso desiderio di avere la meravigliosa visione della Forma Cosmica con il suo occhio interiore.

Adhyatma: ciò che tratta della discriminazione tra il Sé e il non Sé; la metafisica.

Arjuna dice al Signore: “Ero preoccupato circa i peccati che avrei commesso nell’uccidere i miei parenti e precettori. Io avevo l’idea che ero l’agente che li uccideva e che essi sarebbero stati uccisi da me. Ora questa illusione è svanita dopo aver ricevuto le Tue validissime e profonde istruzioni. Tu hai disperso in me questa illusione, dovuta all’ignoranza”.

La visione della Forma Cosmica non è la meta finale. Se fosse così, allora la *Gita* sarebbe dovuta terminare con questo discorso. Questa è una più avanzata visione in una serie di graduali esperienze spirituali. È anche una terribile esperienza. Questa è la ragione per cui Arjuna, dopo aver visto la Forma, balbetta per la paura e dice al Signore: “Che terrificante forma Tu hai! Io ho visto quello che nessuno aveva visto prima. Il mio cuore è felice, ma il mio cuore viene meno a causa della paura. Mostrami, Oh Signore, di nuovo la Tua forma abituale. Oh Dio degli dei, supporto di tutti i mondi, consentimi di vedere la Tua forma con il diadema, con la mazza e il disco nelle Tue mani! Desidero vederTi come prima; assumi la Tua

forma con quattro braccia, di nuovo, Oh Signore dalle mille braccia e dalle innumerevoli forme!”.

Arjuna aveva udito l'affermazione del Signore: “Pervadendo questo intero universo con un solo frammento di Me stesso, Io sono”. Questo lo aveva indotto ad appellarsi a Krishna per avere la visione della Sua Forma Cosmica.

Arjuna dice al Signore: “Oh Signore di compassione! Tu mi hai insegnato la saggezza spirituale che difficilmente si può trovare nei *Veda*. Tu mi hai salvato. La mia illusione è scomparsa. Tu hai dischiuso in me la natura del Supremo Sé, i segreti della Natura e le Tue glorie divine. La mia più grande ambizione al momento presente è osservare con i miei propri occhi la Tua intera Forma Cosmica”.

2. L'origine e la distruzione degli esseri è stata da me ascoltata in dettaglio da Te, Oh Signore dagli occhi di loto, ed anche la Tua imperitura grandezza.

Commento: *Kamalapatraksha*: occhi di loto; avete gli occhi come foglie del loto.

Kamalapatra significa anche conoscenza del Sé. Colui che può essere raggiunto con la conoscenza del Sé è Kamalapatraksha.

3. (Ora), Oh Supremo Signore, poiché Tu hai così descritto Te stesso, Oh Suprema Persona, io desidero vedere la Tua Forma Divina.

Commento: Alcuni commentatori considerano le due linee di questo verso come due frasi indipendenti e le interpretano così:

“Così è, Oh Supremo Signore, come Tu hai dichiarato che Tu stesso Sei. Ma ancora io desidero vedere la Tua Forma come Ishwara, Oh Suprema Persona”.

Rupamaisvaram: la Tua Forma come Ishwara, quella di Vishnu che possiede infinita conoscenza, sovranità, potere, forza, splendore e bravura.

4. Se Tu, Oh Signore, pensi che è possibile per me vederla, Tu allora, Oh Signore degli Yogi, mostrami il Tuo Sé immortale.

Commento: Arjuna è bramoso e desideroso di vedere la Forma Cosmica del Signore. Egli Lo prega di concedergli la visione. Questa forma suprema può essere ottenuta solo attraverso la Sua Grazia.

Yogesvara: Signore dello Yoga. Uno Yogi è colui che è dotato degli otto poteri psichici. Uno Yogesvara è il Signore degli Yogi; e lo Yoga è l'identità dell'anima individuale con il Sé. Colui che è capace di concedere questa realizzazione d'identità ad un aspirante spirituale meritevole è uno Yogesvara.

Colui che è capace di creare, preservare, distruggere, velare e benedire è il Signore. Queste cinque azioni sono chiamate Panchakrya.

Il Beato Signore disse:

5. Osserva, Oh Arjuna, le Mie forme divine, a centinaia e a migliaia, d'aspetti diversi e di vari colori e forme.

Commento: *A centinaia e a migliaia:* innumerevoli.

Oh Arjuna, Io voglio che tu osservi questa Forma Cosmica. In essa ci sono tutti gli esseri e tutte le entità. Qui ci sono tutti: il grasso e il magro, il corto e il lungo, il rosso e il nero, l'attivo e il passivo, il ricco e il povero, l'intelligente e l'ottuso, il sano e il malato, il rumoroso e il silente, lo sveglio e l'addormentato, il bello e il brutto e tutte le altre gradazioni di esseri con i loro segni distintivi.

Tu vedrai il blu del cielo, il giallo della seta, il rosso del crepuscolo, il nero del carbone, il bianco della neve, il verde delle foglie. Tu osserverai oggetti di varie forme.

6. Osserva gli Aditya, i Vasu, i Rudra, i due Asvin e anche i Marut; osserva molte meraviglie mai viste prima, Oh Arjuna.

Commento: Aditya, Vasu, Rudra e Marut sono stati già descritti nel discorso precedente.

Non sono queste le meraviglie; osserva ora molte altre meraviglie mai viste prima da te o da altri in questo mondo.

7. Ora guarda, Oh Arjuna, in questo Mio corpo, l'intero universo centrato nell'uno – che include il mobile e l'immobile – e qualsiasi altra cosa tu desideri vedere.

Commento: *Qualsiasi altra cosa:* il tuo successo o sconfitta nella guerra, su cui tu hai avanzato un dubbio. (Cfr. II. 6).

8. Ma tu non sei capace di osservare Me con questi tuoi occhi; Io ti do l'occhio divino; contempla il Mio Yoga regale!

Commento: Nessun occhio mortale può osservarMi nella Mia Forma Cosmica. Uno può vederla solo attraverso l'occhio divino o l'occhio dell'intuizione. Ciò non

dovrebbe essere confuso con il vedere attraverso l'occhio o la mente; questa è un'esperienza interiore.

Il Signore Krishna dice ad Arjuna: "Ti dono il divino occhio dell'intuizione con cui tu osserverai la Mia forma regale. Con esso tu contemplerai il Mio meraviglioso potere dello Yoga".

Anena: questo significa l'occhio di carne o fisico, l'occhio terreno. (Cfr. VII. 25; IX. 5; X. 7).

Sanjaya disse:

9. Avendo così parlato, Oh Re, il grande Signore dello Yoga, Hari (Krishna), mostrò ad Arjuna la Sua Suprema Forma come il Signore.

Commento: *Re*: questo verso è indirizzato da Sanjaya a Dhritarashtra.
Suprema Forma: la Forma Cosmica.

10. Con numerose bocche ed occhi, con numerosi aspetti meravigliosi, con numerosi divini ornamenti, con numerose armi divine sollevate (tale forma Egli mostrò).

Commento: Innumerevoli facce apparivano di fronte all'occhio interiore di Arjuna. Egli guardava questa Forma Cosmica in tutta la sua magnificenza. Vedeva il Signore in ogni dove e in ogni cosa. L'intera manifestazione appariva come un unico gigantesco corpo del Signore. Egli vedeva il Signore come il tutto in tutti.

11. Indossando divine ghirlande (collane) e vesti, profumato con divini unguenti, lo stupendo, risplendente, infinito (Essere), con i volti rivolti da ogni parte,

Commento: *Visvatomukham*: con le facce da tutte le parti, in quanto Egli è il Sé di tutti gli esseri.

Devam: Dio; significa anche risplendente.

Anantam: infinito; colui che è interamente libero dai tre tipi di limitazioni, cioè da quelle di spazio, tempo e cose. Questo concetto filosofico è spiegato nel modo seguente: il vaso è qui – questa è una limitazione di spazio. Il vaso è qui, ora – questa è una limitazione di tempo. Il vaso non è una stoffa – questa è una limitazione di cosa.

Lo zafferano si trova solo nel Kashmir – questa è una limitazione di spazio e cosa. Tu puoi avere delle mele solo in settembre – questa è una limitazione di tempo e cosa.

Il Sé è dappertutto, in quanto è onnipervadente. Esiste nel passato, nel presente e nel futuro. Dimora in tutte le parti. Quindi, è al di là di queste tre limitazioni e di conseguenza senza limiti.

12. Se lo splendore di mille soli divampasse all'improvviso (simultaneamente) nel cielo, quello sarebbe lo splendore di quel Potente Essere (Grande Anima).

Commento: *Divi:* qui significa “nell’Antarisksha o nel cielo”.

Mahatma: qui si riferisce alla Grande Anima o al Potente Essere, la Forma Cosmica.

13. Qui, nel corpo del Dio degli dei, Arjuna vide allora l'intero universo ricondotto all'unità, con i suoi molti gruppi.

Commento: *Tatra:* qui, nella Forma Cosmica.

Anikandhaa: molti gruppi: dei, mani, uomini e altre specie di esseri.

Arjuna osservò tutte le forme come forme del Signore, tutte le teste come le Sue teste, tutti gli occhi come i Suoi occhi, tutte le mani come le Sue mani, tutti i piedi come i Suoi piedi, ogni parte di ogni corpo, come una parte della divina forma del Signore. Ovunque egli guardava, osservava null’altro che il Signore. Egli ricevette una mistica divina conoscenza.

Sanjaya ha dato una descrizione grafica della gloriosa Forma Cosmica del Signore. Tuttavia sarebbe futile tentare di comprenderla con una mente limitata e finita. È un’esperienza divina e trascendentale che è al di là della comprensione dei sensi e di una mente limitata. Questa Forma Cosmica deve essere sperimentata da un sincero aspirante spirituale durante lo stato di Samadhi.

14. Allora Arjuna, pieno di meraviglia e con i capelli ritti, inchinò la sua testa di fronte al Signore e parlò con le mani giunte.

Commento: *Tatah:* allora, cioè avendo visto la Forma Cosmica.

Arjuna unì le sue mani per fare prostrazione alla Forma Cosmica. Il grande eroe ha raggiunto una vera umiltà che è rappresentata dall’inchinare la testa e unire le mani e questa è l’ingrediente essenziale della devozione.

Arjuna disse:

15. Io vedo tutti gli dei, Oh Signore, nel Tuo corpo, e le schiere di varie moltitudini di esseri; Brahma, il Signore seduto su un fiore di loto, tutti i Saggi ed i divini Serpenti.

Commento: Arjuna descrive con sue parole la sua esperienza della Forma Cosmica in questo e nei versi da sedici a trentuno.

Moltitudine: di varie classi di esseri sia animati che inanimati. Queste numerose entità sono nella Tua Forma Cosmica come capelli su un corpo umano.

Brahma dalle quattro facce, il Signore di tutte le creature, è seduto nel centro del loto della terra sul monte Meru, che forma la coppa del loto della terra.

Saggi: come ad esempio Vasishtha.

Serpenti come ad esempio Vasuki.

16. Io vedo Te dalle infinite forme, da ogni parte, con molte braccia, stomachi, bocche ed occhi; né la fine, né la metà e né l'inizio io vedo, Oh Signore dell'universo, Oh Forma Cosmica.

Commento: Una cosa che è limitata da spazio e tempo ha un inizio, una parte centrale e una fine, ma il Signore è onnipresente ed eterno. Egli esiste nei tre periodi di tempo – passato, presente e futuro – Egli non è limitato da tempo e spazio. Quindi, non ha né un inizio, né una metà, né una fine.

Arjuna ottiene questa visione solo con l'aiuto dell'occhio divino concessogli dal Signore. Colui che ha un'intensa devozione per Lui e su cui Egli riversa la Sua Grazia, può godere di questa visione.

17. Io vedo Te con il diadema, lo scettro e il disco, una massa di radianza che splende in ogni dove, insostenibile da guardare, folgorante tutto intorno come fuoco fiammeggiante o come il sole, e incommensurabile.

Commento: *Kiritam:* speciale ornamento per la testa, il diadema, la corona.

Arjuna ha adorato il Signore come avente una corona, uno scettro e un disco, e il Signore gli mostra ora questa stessa forma. Egli è in tutte le forme ed è al di là di tutte le forme in quanto Realtà trascendentale. Chi può comprendere la Sua gloria!

Tejorasim: una massa di splendore che non può essere percepita senza il divino occhio dell'intuizione interiore.

Aprameyam: incommensurabile, i cui limiti non possono essere immaginati o fissati.

Io deduco da questa visione i Tuoi poteri dello Yoga, e che Tu sei l'Immortale ecc.

18. Tu sei l'Indistruttibile, il Supremo Essere, degno di essere conosciuto; Tu sei il grande sostegno di questo universo; Tu sei l'immortale protettore dell'eterno Dharma; Tu sei, io penso, l'antica Persona.

Commento: *Visvasya-nidhanam*: sostegno di questo immenso universo; significa anche dimora, rifugio o substrato di questo universo. È a causa di questo che tutti gli esseri dell'universo sono preservati e protetti. Egli è l'inesauribile sorgente verso cui i devoti si rivolgono in ogni momento. In verità sono delusi coloro che ignorano questo divino sostegno e corrono dietro alle ombre degli oggetti dei sensi che non contengono nemmeno un briciolo di piacere.

Veditavyam: che deve essere conosciuto dagli aspiranti o ricercatori della liberazione, attraverso l'ascolto delle scritture, la riflessione e la meditazione.

19. Io vedo Te senza inizio, metà o fine, di infinito potere, di innumerevoli braccia, il sole e la luna sono i Tuoi occhi, il fuoco divorante la Tua bocca, che scalda l'universo con la Tua radianza.

Commento: *Anantabahu*: di innumerevoli braccia. Questo denota che ogni tipo dei Suoi arti sono infiniti.

20. Lo spazio tra la terra e il cielo e tutte le regioni sono riempite da Te soltanto; avendo visto questo, la Tua meravigliosa e terribile forma, i tre mondi stanno tremando di paura, Oh Essere Supremo!

Commento: *Da Te*: nella Tua Forma Cosmica.

Lo spazio e le regioni: qui significa che il Signore riempie l'intero universo con i Suoi innumerevoli oggetti, sia animati che inanimati. L'onnipervadente, onnipresente Essere penetra e compenetra l'intera creazione.

Per rimuovere i dubbi che Arjuna ha dentro di sé circa il suo successo nella guerra (II. 6), il Signore Krishna gli fa ora sentire che la vittoria per i Pandava è certa.

21. In verità dentro di Te entrano queste moltitudini di dei; alcuni Ti esaltano timorosi con le mani giunte: "Possa Tu essere propizio!". Così dicendo, le schiere dei perfetti e dei grandi saggi Ti lodano con inni completi.

Commento: *Puskalabhih*: lodi complete o dalle belle parole, o lodi piene di profondo significato.

Grandi saggi come Narada ed esseri perfetti come Kapila Ti lodano con inni ispiranti.

22. I Rudra, gli Aditya, i Vasu, i Sadhya, i Visvedeva, i due Asvin, i Marut, i Mani e la schiera dei cantori celesti, gli Yaksha, i demoni e gli esseri perfetti, tutti guardano a Te con grande stupore.

Commento: *Sadya*: una classe di dei di cui Brahma è il capo.

Visvedeva: i dieci dei, che nei tempi vedici erano considerati i protettori degli esseri umani. Essi erano chiamati i guardiani del mondo. Erano i donatori dell'abbondanza agli esseri umani.

I due Asvin, nati da Prabha (luce), figlia di Tusta e del sole sono i medici degli dei.

Rudra, Aditya, Vasu e Marut: per la spiegazione di questi riferisciti ai versi X. 21 e 23.

Mani: essi accettano il cibo offerto durante gli Shraddha (anniversari delle cerimonie o delle esequie), quando esso è caldo. Ci sono sette gruppi di Mani.

23. Avendo visto la Tua forma incommensurabile, con molte bocche ed occhi, Oh Potente, con molte braccia, gambe e piedi, con molti stomaci e spaventosa, con molte zanne, i mondi sono terrificati ed anche io!

Commento: *I mondi*: tutti gli esseri viventi in essi.

Arjuna descrive qui la natura della Forma Cosmica che produce terrore nel suo cuore. Qui c'è la causa della paura di Arjuna.

24. Vedendo Te (la Forma Cosmica) che tocca il cielo, splendente in diversi colori, con bocche spalancate, con grandi occhi feroci, io sono terrificato nel cuore e non trovo né coraggio, né pace, Oh Vishnu!

Commento: *Dhriti*: significa anche pazienza e forza; qui è preso col significato di coraggio.

Samam: significa controllo, come anche pace.

La visione della Forma Cosmica ha notevolmente spaventato Arjuna.

25. Avendo visto le Tue bocche spaventose, irte di zanne (fiammeggianti) come le fiamme della dissoluzione cosmica, non conosco più le quattro direzioni, né trovo pace. Abbi misericordia, Oh Signore degli dei, Oh dimora dell'universo!

Commento: *Jagannivasa*: la dimora dell'universo – il substrato di quest'intero universo fisico.

Kalanala: le fiamme che consumano i mondi durante la dissoluzione finale dell'universo. Il tempo (Kala) è il consumatore di tutto quello che si è manifestato.

Io non conosco le quattro direzioni; non sono capace di distinguere l'Est dall'Ovest o il Nord dal Sud.

26. Tutti i figli di Dhritarashtra con le schiere dei re della terra, Bishma, Drona e Karna, con i capi di tutti i nostri guerrieri,

Commento: Karna era anche il figlio di Kunti Devi, la madre dei cinque fratelli Pandava, di cui Arjuna era l'eroe. Egli era stato allevato da un carrettiere e così fu considerato come figlio di quest'ultimo.

27. Essi si precipitano dentro le Tue bocche dai terribili denti e spaventose da guardare. Alcuni si trovano infilzati tra i denti, con le loro teste stritolate.

Commento: Come fanno ad entrare nella bocca del Signore? Arjuna va avanti nel dare una grafica descrizione di quello che vede nella Visione Divina.

28. In verità, così come molte acque di fiumi fluiscono verso l'oceano, questi eroi del mondo degli uomini entrano nelle Tue bocche fiammegianti.

Commento: *Ami:* questi eroi, questi guerrieri come Bishma.

Arjuna ora vede tutti questi guerrieri, che egli non desidera uccidere, correre verso la morte. La sua illusione svanisce e ora pensa: "Questa battaglia non può essere evitata; ha la sanzione del Signore Supremo. Perché dovrei preoccuparmi dell'inevitabile? Il Signore ha già distrutto questi guerrieri. Io sono soltanto uno strumento nelle Sue mani. Nessun peccato può toccarmi anche se io li uccido. Questa è anche una giusta causa".

Perché e come essi entrano? Arjuna dice:

29. Come le falene si precipitano in un fuoco fiammeggiante per (la propria) distruzione, così anche queste creature si precipitano nelle Tue bocche per (la propria) distruzione.

30. Tu lambisci, con le Tue bocche fiammegianti, divorando tutti i mondi da ogni parte. I Tuoi raggi feroci, riempiendo di radianza l'intero mondo, sono brucianti, Oh Vishnu!

Commento: *Vishnu* significa "onnipervadente", Vyapanasila.

31. Dimmi, chi Tu sei in questa forma terribile. Saluti a Te, Oh Dio Supremo, abbi misericordia! Io desidero conoscere Te, l'Essere Primigenio. In verità non comprendo il Tuo operare.

Il Beato Signore disse:

32. Io sono il Tempo, potente distruttore del mondo, ora impegnato nel distruggere i mondi. Anche senza di te, nessuno dei guerrieri schierati nelle armate nemiche sopravviverà.

Commento: *Anche senza di te:* anche se tu, Oh Arjuna, non combatterai, questi guerrieri sono destinati a morire per Mio decreto. Io sono il Tempo che distrugge tutto. Io li ho già sconfitti. Tu hai visto loro mentre morivano. Quindi, il tuo intervento non è di grande importanza.

Stando così le cose, quindi, alzati, impegnati in battaglia e conquista la fama.

33. Quindi, alzati e conquista la gloria. Sconfiggi i nemici e godi un regno senza rivali. In verità essi sono stati già sconfitti; sii tu un semplice strumento, Oh Arjuna.

Commento: Tu sei semplicemente una causa apparente o nominale. Io ho già ucciso costoro in precedenza. Io li ho distrutti tempo fa.

Gloria: il popolo penserà che Bhishma, Drona e gli altri grandi guerrieri, che anche gli dei non possono uccidere, sono stati sconfitti da te e così tu otterrai grande fama. Questa gloria è dovuta al tuo virtuoso Karma soltanto.

Savyasachin: Arjuna, che poteva lanciare frecce anche con la mano sinistra.

34. Drona, Bhishma, Jayadratha, Karna e altri coraggiosi guerrieri – questi sono stati già sconfitti da Me; uccidili; non essere angosciato dalla paura; combatti e conquisterai i tuoi nemici in battaglia.

Commento: *Già sconfitti da Me:* quindi, Oh Arjuna, tu non devi temere di incorrere nel peccato uccidendoli.

Drona aveva armi celesti. Egli era l'insegnante di Arjuna nell'arte del tiro con l'arco. Egli era l'amato e più grande Guru di Arjuna. Anche Bhishma possedeva armi celesti. Egli poteva morire solo se e quando avesse voluto. Una volta lottò con una sola mano con il Signore Parasurama e non fu sconfitto. Così potente egli era!

Il padre di Jayadratha aveva praticato delle austerità con il proposito che: "La testa dell'uomo che causerà la caduta a terra della testa di mio figlio, anch'essa cadrà". Durante la guerra, però, la freccia di Arjuna tagliò la testa [di Jayadratha] ed essa cadde sulle gambe del padre che la spinse via e così la fece cadere al suolo. Di conseguenza, anche egli morì immediatamente!

Karna, il figlio del dio del sole, aveva ottenuto un proiettile infallibile donatogli da Indra.

Sanjaya disse:

35. Avendo udito quelle parole del Signore Krishna, l'incoronato (Arjuna), con le mani giunte, tremando e prostrandosi, di nuovo si rivolse a Krishna, con voce soffocata, inchinandosi, sopraffatto dalla paura.

Commento: Quando qualcuno è in uno stato di estremo terrore o gioia egli versa lacrime a causa del dolore o dell'eccitazione dello spirito. Allora la sua gola diventa strozzata ed egli balbetta o parla indistintamente o con voce soffocata. Arjuna era estremamente spaventato quando vide la Forma Cosmica, e così egli parlò in tono balbettante.

Qui c'è un grande significato nelle parole di Sanjaya. Egli pensava che Dhritarashtra potesse venire ad un accordo e stabilire la pace con i Pandava quando fosse venuto a conoscenza che suo figlio Duryodhana sarebbe certamente stato ucciso per mancanza di un adatto sostegno, quando Drona e Karna sarebbero stati uccisi da Arjuna. Egli sperava che conseguentemente ci sarebbe stata pace e felicità per ambedue le parti. Ma Dhritarashtra era ostinato; egli non ascoltò questo suggerimento a causa della forza del destino.

Arjuna disse:

36. È giusto, Oh Krishna, che il mondo si diletta e gioisca in Tua lode; i demoni fuggono in preda alla paura in ogni direzione e le schiere dei perfetti si inchinano a Te.

Commento: *Lode:* descrizione della gloria del Signore. Il Signore è oggetto degno di adorazione, amore e diletto perché Egli è il Sé e l'amico di tutti gli esseri.

Il Signore è oggetto di adorazione, amore e diletto anche per la seguente ragione: Egli è la causa prima anche di Brahma, il creatore dell'universo.

37. E perché essi non dovrebbero, Oh Grande Anima, inchinarsi a Te che sei il più grande (di ogni altra cosa), la causa prima anche di (Brahma) il creatore, Oh Essere infinito. Oh Signore degli dei, Oh dimora dell'universo, Tu sei l'Immortale, l'Essere, il non-essere e Quello che è supremo (che è al di là dell'Essere e del non essere).

Commento: Il Signore è il Mahatma (la Grande Anima). Egli è più grande di ogni altra cosa. Egli è l'Immortale, così è l'oggetto più appropriato di adorazione, amore e gioia.

Quello che esiste nei tre periodi di tempo (passato, presente e futuro) è Sat. Brahman è Sat. Quello che non esiste nei tre periodi di tempo è Asat. Questo intero mondo manifesto è Asat; questo corpo è Asat.

Le parole Sat e Asat significano qui l'immanifesto e il manifesto, che formano gli attributi dell'Essere Immortale. In realtà l'Essere Immortale trascende ambedue questi. La parola "Akshara" è usata talvolta nella *Gita* per indicare la natura primordiale o immanifesta, e talvolta l'Essere Supremo.

Ananta: colui che è perfettamente libero dai tre tipi di limitazioni – tempo, spazio e cosa – già spiegati nel commento del verso XI. 11.

Arjuna di nuovo loda il Signore così:

38. Tu sei il Dio primordiale, l'antico Purusha, il supremo sostegno di questo universo, il conoscitore, il conoscibile e la suprema dimora. Da Te questo universo è pervaso, Oh Essere dalle forme infinite.

Commento: *Dio primordiale:* poiché il Signore è il creatore dell'universo.

Purusha: perché il Signore dimora nei corpi.

Nidhanam: quello in cui il mondo riposa durante il grande diluvio o la dissoluzione cosmica.

Il vaso proviene dalla creta e viene dissolto nella creta. Anche così, il mondo proviene dal Signore e si dissolve o involge in Lui. Così il Signore è la causa materiale del mondo. Quindi, Egli è il Dio primordiale e anche il supremo sostegno.

Vetta: conoscitore delle cose conoscibili. Poiché il Signore è onnisciente ed è la causa efficiente o strumentale di questo mondo, Egli conosce tutto di esso.

Param-Dhama: suprema dimora di Vishnu. Proprio come la corda (il substrato del serpente che vi è sovrapposto) pervade il "serpente", così anche Vishnu o il Sé, attraverso la Sua natura come Esistenza-Conoscenza-Beatitudine-Assoluta, pervade questo intero universo.

39. Tu sei Vayu, Yama, Agni, Varuna, la Luna, il creatore, il grande antenato. Salute, salute a Te mille volte, e di nuovo salute, salute a Te!

Commento: *Prajapati:* (il creatore). Marichi e gli altri erano i sette figli nati dalla mente di Brahma. Kasyapa era nato da Marichi, e da Kasyapa provenne tutta l'altra progenie. Quindi, Marichi, Kasyapa e gli altri erano conosciuti come i Prajapati o gli dei della progenie. Prajapati qui è interpretato da alcuni come Kasya-

pa e gli altri dei della progenie. Ma poiché la parola è qui usata in forma singolare, è più appropriato prendere Prajapati come Brahma.

Brahma è l'antenato (Pitamaha) di Kasyapa. Brahma o Hiranyagarbha è il Karya Brahma (effetto). Ishwara è il Karana Brahma (la causa di Brahma). Quindi, Ishwara è l'antenato; Egli è il padre anche di Brahma.

Ishwara ha Maya come attributo limitante. Maya è il Suo corpo causale. Ishwara non ha alcun piano. Maya è in uno stato indifferenziato. Essa è in uno stato dove le qualità della Natura – Sattwa, Rajas e Tamas – sono in equilibrio. Quando l'equilibrio è disturbato tramite la volontà di Ishwara, allora i tre Guna, Brahma, Vishnu e Shiva si manifestano.

Tu sei la luna: allude e include anche il sole.

Salute e di nuovo salute: salute mille volte e di nuovo salute. Questo indica che Arjuna ha un'intensa fede nel Signore Krishna e una devozione senza limiti per Lui. Egli non era soddisfatto anche se si era prostrato mille volte.

40. Salute a Te di fronte e da dietro! Salute a Te da ogni parte! Oh Tutto, Tu infinito in potenza e coraggio, pervadi tutto; quindi Tu sei tutto.

Commento: Le parole "Io mi prostro di fronte a Te, dietro a Te e da ogni parte" indicano l'onnipervadente natura del Signore. Come può l'onnipervadente Sé avere una parte anteriore e posteriore? Solo gli oggetti finiti hanno un davanti e un dietro. Arjuna immagina che il Signore sia come tale e si prostra nella sua estrema fede e devozione.

Oh Tutto: nulla esiste senza di Te. Poiché il Sé è onnipervadente, Egli è chiamato "il Tutto". Non c'è null'altro eccetto il Sé.

Da ogni parte: presente dappertutto e in tutte le direzioni.

Uno può essere potente ma può non possedere il coraggio di uccidere i propri nemici. O uno può essere dotato solo di una modesta forma di coraggio. Ma il Signore Supremo ha un coraggio e una potenza infinita.

41. Qualsiasi cosa abbia presuntuosamente detto per sconsideratezza o per amore, rivolgendomi a Te, come Oh Krishna, Oh Yadhava, Oh Amico, considerandoTi semplicemente come un amico non conoscendo questa Tua grandezza,

42. In qualsiasi modo possa averTi offeso per amore dello scherzo, mentre si giocava, si riposava, si sedeva o si mangiava, quando da soli (con Te), Oh Achyuta (Krishna), o in compagnia – quello Ti imploro, Oh Immenso, di perdonare!

Commento: Arjuna, osservando la Forma Cosmica del Signore, chiede perdono per la sua passata condotta troppo amichevole con Lui. Egli dice “Io sono stato stupido; Ti ho trattato con familiarità, non conoscendo la Tua grandezza e gloria. Ti ho considerato come mio amico a causa del mio errato concetto. Mi sono comportato impropriamente verso di Te. Tu sei la sorgente e l’origine di questo intero universo manifesto e ancora io scherzavo con Te. Mi sono preso con Te libertà non dovute. Ti prego umilmente di perdonarmi, Oh Supremo Signore!”.

Achyuta: colui che è immutabile.

Aprameyam: immenso; colui che ha una gloria e uno splendore impensabile.

43. Tu sei il Padre di questo mondo, mobile e immobile. Tu devi essere adorato da questo mondo. Tu sei il più grande Guru; (perché) nessuno esiste che sia uguale a Te; come può esserci un altro superiore a Te nei tre mondi, Oh Essere dalla possanza incomparabile!

Commento: Non esiste nessuno che sia uguale a Te.

Non ci possono essere due o più Ishwara. Se ciò fosse, il mondo non andrebbe come va ora. Tutti gli Ishwara non potrebbero avere la stessa mente, in quanto vorrebbero essere tutti indipendenti l’uno dall’altro. Quello che uno desidera creare, un altro potrebbe desiderare di distruggere.

Quando non esiste nessuno che sia uguale a Te, come può esserci uno superiore a Te?

Padre: il Creatore. Poiché il Signore è il Creatore di questo mondo, Egli è degno di essere adorato; Egli è anche il più grande Guru. Quindi, non c’è nessuno che sia uguale al Signore.

44. Quindi, inchinandomi, prostrando il mio corpo, io chiedo il Tuo perdono, Oh adorabile Signore. Come un padre perdona il figlio, un amico il suo (caro) amico, un amante il suo amato, anche così Tu dovresti perdonarmi, Oh Dio.

Commento: Oh Signore, stringimi al Tuo petto come una madre fa con suo figlio. Perdonami per tutto quello che ho, fino a qui, detto o fatto. Perdona i miei errori e le mie offese passate. Ho fatto questo a causa dell’ignoranza. Ora vengo a Te sottomesso; chiedo il Tuo perdono ora.

45. Io esulto, avendo visto quello che non è stato mai visto prima; ma ancora la mia mente è sconvolta dalla paura. Mostrami soltanto quella forma (precedente), Oh Dio. Abbi misericordia, Oh Signore degli dei, Oh dimora dell’universo!

Commento: Anche se Arjuna ha sperimentato una gioia immensa nell'osservare la vasta Forma Cosmica dell'onnipervadente Supremo Signore, tuttavia l'improvvisa espansione di coscienza ha causato in lui una grande paura e timore. Per l'uomo ordinario la visione della Forma Cosmica sarà travolgente e terrificante, ma per uno Yogi completamente sviluppato che ha purificato e trasformato se stesso, sarà un'esperienza che lo rafforzerà e che eleverà la sua anima.

A causa della paura e del timore che ha sperimentato, Arjuna prega il Signore di mostrargli di nuovo la sua forma precedente di Narayana con quattro mani, la forma che il Signore aveva assunto come caro e amorevole amico di Arjuna.

46. Desidero vederTi come prima, coronato con lo scettro e il disco in mano, soltanto nella Tua forma precedente, con quattro braccia, Oh Forma Cosmica (Essere) dalle mille armi.

Commento: Arjuna dice: "Oh Signore, nella Forma Cosmica, io non so dove Ti rivolgi e cosa mi dici. Io sono pieno di paura. Desidero vederTi con il disco, la conchiglia, lo scettro e il loto. Ti prego ritira la Tua Forma Cosmica e assumi di nuovo la Tua forma precedente dalle quattro braccia". Gli aspiranti sono impazienti di avere la più alta esperienza spirituale immediatamente quando iniziano la loro Sadhana. Questo è sbagliato, se sono impazienti, non saranno capaci di sopportare il grande potere che sorgerà in loro stessi. Così siate pazienti.

Dalle mille armi: si riferisce alla Forma Cosmica.

Il Beato Signore disse:

47. Oh Arjuna, questa Forma Cosmica è stata graziosamente mostrata a te da Me mediante il Mio potere Yogico; piena di splendore, primordiale e infinita, questa Mia Forma Cosmica non è stata mai vista prima da nessun altro che te stesso.

Commento: Il Signore Krishna elogia grandemente la Forma Cosmica. Arjuna, vedendo questa dovrebbe essere considerato come colui che ha raggiunto tutte le sue ambizioni.

Questo è anche uno sprone a tutti gli aspiranti spirituali per sforzarsi di raggiungere questa sublime visione. Cosa dovrebbero fare per raggiungere questa grande e gloriosa esperienza è spiegato dal Signore nei versi da 53 a 55 di questo discorso.

48. *Né con lo studio dei Veda e dei sacrifici, né con doni, né con rituali, né con severe austerità, posso Io essere visto in questa Forma nel mondo degli uomini da nessun altro se non da te, Oh grande eroe dei Kuru (Arjuna).*

Commento: Il semplice ingozzarsi di testi Vedici senza la conoscenza del loro profondo significato non funziona. Nemmeno il semplice studio dei sacrifici è abbastanza. Uno dovrebbe conoscere anche il loro significato profondo.

Dhana: carità come il dono di oro eguale al peso di un uomo, o il dono della propria figlia in matrimonio, o il dono di una mucca, di oro, di riso ecc.

Tapas: austerità come il Chandrayana Vrata. Questo è un tipo di voto in cui il consumo di cibo quotidiano è ridotto ogni giorno di un boccone durante la quindicina oscura del mese, cominciando dalla luna piena. Poi, il cibo è aumentato di un boccone ogni giorno durante la quindicina luminosa, durante la crescita della luna. Questo voto è un grande purificatore della mente. Distrugge i peccati.

49. *Non essere spaventato, né turbato vedendo questa Mia forma terribile; con la tua paura allontanata e con animo rallegrato, guarda ora di nuovo la Mia forma precedente.*

Commento: *Forma precedente:* la forma con quattro mani, con la conchiglia, il disco, lo scettro e il loto.

Il Signore vide Arjuna in uno stato di angoscia e terrore. Quindi, Egli ritirò la Forma Cosmica e assunse una volta ancora la Sua usuale gentile forma. Consolò Arjuna e gli parlò con dolci amorevoli parole.

Sanjaya disse:

50. *Avendo così parlato ad Arjuna, Krishna di nuovo mostrò la Sua propria forma; e la Grande Anima (Krishna) assumendo la Sua forma gentile consolò colui che era terrificato (Arjuna).*

Commento: *La Sua propria forma:* la Sua forma quale figlio di Vasudeva.

Arjuna disse:

51. *Avendo visto questa Tua gentile forma umana, Oh Krishna, ora io sono composto e ritornato al mio stato naturale.*

Commento: Arjuna si rivolge al Signore Krishna: “Oh Signore, io ora osservo di nuovo la Tua forma umana. I miei pensieri sono raccolti e io sono sereno; posso parlare. I miei sensi eseguono le loro proprie funzioni. La mia paura è svanita. Tu ora mi stai trattando come una madre tratta il figlio errante, che abbraccia e nutre. Proprio come il vitello gioisce vedendo di nuovo sua madre dopo alcuni giorni, così ugualmente io gioisco quando ora vedo la Tua forma gentile. Io ho bevuto il nettare e mi sento vivo”.

Il Beato Signore disse:

52. È veramente difficile vedere questa Mia forma che tu hai visto ora. Anche gli dei sono sempre bramosi di osservarla.

Commento: Il Signore Krishna dice ad Arjuna: “Sebbene gli dei bramino di vedere la Forma Cosmica, tuttavia non l’hanno vista come tu hai potuto vederla. Essi non possono mai osservarla”. Proprio come il chataka (un uccello) brama per una goccia di pioggia, voltando i suoi occhi bramosi verso le nuvole, così anche fanno gli dei desiderosi di osservare la Forma Cosmica; ma i loro desideri non sono gratificati neanche nei loro sogni. Tale è la meravigliosa visione avuta da te così facilmente!

53. Né con i Veda, né con le austerità, né con i doni, né con il sacrificio, posso Io essere visto in questa forma in cui tu Mi hai visto (così facilmente).

Commento: In questa Forma Cosmica che tu hai visto così facilmente, non posso essere visto né con lo studio dei *Veda* e con i sei modi di filosofia, né con la pratica di molteplici austerità. Essa non può essere raggiunta né tramite la carità o con sacrifici di vari tipi.

Arjuna è stato in verità molto fortunato nel vedere la Forma Cosmica.

Come può essere visto il Signore? Egli può essere visto avendo un cuore che trabocca di sincera devozione per Lui. (Cfr. XI. 48).

54. Solo con una estrema, sincera devozione posso Io, in questa forma, essere conosciuto e visto in realtà ed anche penetrato, Oh Arjuna.

Commento: La devozione è l’unico mezzo per la realizzazione della Forma Cosmica. In una concentrata o in un’interrotta devozione, in una devozione che non cerca altro che il Signore soltanto – in questo tipo di devozione nessun altro oggetto

se non il Signore viene sperimentato dai sensi. L'egoismo e il dualismo svaniscono totalmente.

Con una devozione totalmente concentrata è possibile non solo conoscerMi, come dichiarato nelle scritture, ma anche realizzare Me, cioè raggiungere la liberazione. Il devoto scopre che Egli soltanto è la Realtà ultima. Quando egli ha sperimentato questa illuminazione, si scopre completamente immerso in Lui. (Cfr. VIII. 22; X. 10).

In questa forma: si riferisce alla Forma Cosmica del Signore Supremo.

55. Colui che fa tutte le azioni per Me, che guarda a Me come il Supremo, che è devoto a Me, che è libero da attaccamenti, che non porta inimicizia verso alcuna creatura, egli viene a Me, Oh Arjuna.

Commento: Questo verso è l'essenza dell'intero insegnamento della *Gita*. Colui che pratica questo insegnamento arriverà a Suprema Beatitudine e immortalità. Questo verso contiene il sommario dell'intera filosofia della *Gita*.

Colui che esegue azioni (compiti) per amore del Signore, che consacra tutte le sue azioni a Lui, che serve il Signore con tutto il suo cuore e anima, che considera il Signore come il suo obiettivo supremo, che vive per Lui soltanto, che lavora per Lui soltanto, che vede Lui in ogni cosa, che vede l'intero mondo come la Sua Forma Cosmica, non nutrendo alcun sentimento di odio o inimicizia verso qualsiasi individuo o creatura anche quando una grande offesa gli viene fatta, che non ha alcun attaccamento o amore per ricchezza, figli, moglie, amici, nome e fama, che cerca null'altro se non il Signore – un tale individuo Lo realizza ed entra nel Suo essere, diventando completamente uno con Lui. Egli gode eterna beatitudine, pura pace e immortalità.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina l'undicesimo discorso, intitolato "Lo Yoga della Visione della Forma Cosmica".

Contenuto del Dodicesimo Discorso

Il dodicesimo discorso indica che il sentiero della devozione è più facile di quello della conoscenza. Su questo sentiero l'aspirante adora Dio nella Sua Forma Cosmica di Suprema Personalità. Egli sviluppa un'amorevole relazione con Lui, Lo adora, Lo ricorda e canta le Sue lodi e i Suoi nomi. Egli così si unisce al Signore e raggiunge non solo il Suo aspetto senza forma, ma anche il Signore come Universo manifesto.

Il sentiero della conoscenza, dove l'aspirante medita su Brahman senza forma, è molto più difficile in quanto deve abbandonare il suo attaccamento al corpo fin dall'inizio. Egli deve avere inoltre distacco per tutte le cose del mondo.

Come praticare la devozione? Krishna chiede ad Arjuna di fissare la sua intera mente su di Lui. Dato che spesso la mente vaga, essa dovrebbe essere ricondotta sul pensiero del Signore. Se questo processo di concentrazione è difficile egli dovrebbe dedicare tutte le sue azioni a Lui, sentendo che è il potere del Signore che attiva ogni cosa. Se anche questo è al di là dell'abilità dell'aspirante questi dovrebbe offrire tutte le sue azioni al Signore abbandonando il desiderio per i loro frutti. Egli dovrebbe prendere totale rifugio in Lui. Il devoto che si arrende completamente al Signore raggiunge perfetta pace e tranquillità di mente.

Il Signore prosegue descrivendo le qualità che un vero devoto possiede. Egli né si attacca a qualcosa, né ha avversione per altre cose. Ha una mente equilibrata sotto ogni circostanza. Non è agitato dagli accadimenti del mondo, né egli stesso causa alcuna agitazione negli altri. È perfettamente senza desideri e gioisce nel Signore che è dentro di lui. Vede eguaglianza ovunque non essendo toccato da angosce, timori, onori e infamie. Egli è perfettamente contento e ha abbandonato completamente il suo intero essere al Signore.

DODICESIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA DEVOZIONE

Arjuna disse:

1. Quei devoti che, sempre stabili, così adorano Te, ed anche quelli che adorano l'Immortale e l'Immanifesto – quali fra questi sono meglio versati nello Yoga?

Commento: Il dodicesimo discorso indica che il Bhakti Yoga o lo Yoga della devozione è molto più semplice dello Jnana Yoga, lo Yoga della conoscenza. Nel Bhakti Yoga il devoto stabilisce una stretta e cara relazione con il Signore. Egli coltiva ognuno dei cinque tipi di devozione, in accordo al suo gusto, temperamento e capacità.

I cinque atteggiamenti di devozione sono: Shanta Bhava (l'atteggiamento dell'adorazione piena di pace), Dasya Bhava (l'atteggiamento del servitore verso il maestro), Sakya Bhava (l'atteggiamento di uno verso un amico), Vatsalya Bhava (l'atteggiamento di un genitore verso un figlio), e Madhurya Bhava (l'atteggiamento di un amante verso il suo amato).

Il devoto adotta uno di questi atteggiamenti verso il Signore. L'ultimo di questi – Madhurya Bhava – è il culmine della devozione; è l'immergersi o l'assorbirsi nel Signore.

Il devoto adora il Signore. Lo ricorda costantemente. Canta i Suoi Nomi. Parla delle Sue Glorie. Ripete il Suo Nome. Canta il Suo Mantra. Prega e si prostra. Ascolta il Suo Lila (i divini divertimenti del Signore). Fa un totale, generoso, incondizionato autoabbandono; ottiene la Sua grazia, mantiene la comunione con Lui, e alla fine viene assorbito in Lui. Il devoto inizia adorando idoli o simboli del Signore. Come egli sviluppa amore per Dio, esegue adorazioni interiori dell'idolo.

Alla fine è condotto all'adorazione suprema dell'onnipervadente Sé. Questo è chiamato Para Puja.

Così: come dichiarato nell'ultimo verso del precedente discorso.

Avyaktam: l'Immanifesto; quello che è incomprendibile ai sensi; quello che è privo di tutte le aggiunte limitanti. Il Sé immanifesto è al di là di tutte le limitazioni. Quello che è visibile ai sensi è chiamato Vyakta o manifestato.

I cuori dei Bhakta sono completamente fissati sul Signore. Essi Lo adorano con tutto il loro cuore e anima.

Ci sono altri che adorano l'Immanifesto Sé, che è al di là di tempo, spazio e causa, che è privo di attributi, eterno e indefinibile, che è al di là del potere della parola e della mente. Questi sono savi saggi.

Di questi due – i Bhakta o coloro che seguono i sentieri della devozione, e gli uomini di conoscenza – chi sono i migliori conoscitori dello Yoga? (Cfr. XI. 55).

Il Beato Signore disse:

2. Coloro che fissando la loro mente su di Me, Mi adorano, sempre stabili e dotati di fede suprema, questi sono i migliori nello Yoga, secondo la Mia opinione.

Commento: Quei devoti che fissano le loro menti su di Me come la Forma Cosmica e il Supremo Signore, e Mi adorano sempre armoniosi, con intensa e suprema fede, considerando Mi come il Signore di tutti i maestri dello Yoga, che sono liberi da attaccamento o da altre cattive passioni – questi secondo la Mia opinione sono i meglio versati nello Yoga.

Essi passano i loro giorni e notti adorando Me. Non hanno altri pensieri eccetto quelli che riguardano Me. Vivono per Me soltanto quindi, in verità, è giusto dire che essi sono i migliori tra gli Yogi.

Non sono gli altri, cioè, quelli che contemplano l'immortale, senza forma, senza attributi e senza qualità Supremo Sé, i migliori tra gli Yogi? Ascolta ora quello che ho da dire riguardo ad essi.

3. Coloro che adorano l'immortale, l'indefinibile, l'immanifesto, l'onnipresente, l'impensabile, l'immobile e l'eterno,

Commento: *Anirdesyam:* quello che non può attualmente essere mostrato o totalmente definito – l'Akshara o il Satchidananda Para Brahman – che è al di là del raggiungimento della mente e della parola. Perché non può essere definito? Perché Egli è immanifesto. Egli non ha le quattro qualità degli esseri manifesti:

casta, come Brahmana o Kshatriya; attributi, come il colore blu o bianco, grande o piccolo; azioni, come chi legge o sta camminando; e relazioni, come tra padre e figlio.

L'Immanifesto: incomprendibile per gli organi della conoscenza; non manifesto ad alcuno degli organi della conoscenza.

Upasana: adorazione. Questo letteralmente significa "che siede vicino". Significa avvicinare l'oggetto dell'adorazione meditando su di esso in accordo agli insegnamenti delle scritture e del Guru, e dimorando stabilmente nella corrente di quell'unico pensiero, come un flusso di olio che scorre da un vaso dentro un altro. È la continua contemplazione su Dio.

L'Immortale Sé è onnipresente. Pervade ogni cosa come l'etere. Esso è impensabile perché è immanifesto. Qualsiasi cosa sia visibile ai sensi e può essere affermata dagli organi della conoscenza, può anche essere pensata dalla mente. Ma l'Essere Supremo è invisibile ai sensi e così non può essere afferrato dagli organi della conoscenza. È quindi impensabile. Tutti i pensieri di Dio alla fine conducono l'aspirante alla stabile meditazione.

Kutastha: rimanere come una roccia o come un mucchio; immutabile.

Essendo immutabile, Egli è indifferenziato ed eterno. Proprio come un'incudine rimane indifferenziata sebbene i pezzi di ferro che sono battuti su di essa cambiano la loro forma, così anche il Sé è immutabile sebbene le forme cambino. Di conseguenza, è chiamato Kutastha. "Kuta" significa anche una cosa che appare esternamente buona ma è marcia all'interno. Quindi, si riferisce qui al seme dell'esistenza mondana – l'ignoranza – che è piena di male all'interno.

Un'altra interpretazione di Kutastha è "quello che è alla base di ogni cosa". Colui che è seduto in Maya, come il suo testimone, come lo è il Signore, è Kutastha.

Achalam: immobile; quello che è libero da cambiamento. Quindi l'Immortale Sé è Dhruvam, eterno. (Cfr. VIII. 21).

4. Avendo dominato tutti i sensi, equanimi in ogni tempo, intenti al benessere di tutti gli esseri – in verità anche essi vengono a Me.

Commento: Coloro che sono liberi da simpatie e antipatie possono avere equilibrio di mente. Coloro che hanno distrutto l'ignoranza – che è la causa dell'esaltazione e dell'angoscia – attraverso la conoscenza del Sé, che sono liberi da tutti i desideri sensuali tramite la costante riflessione sui difetti dei piaceri dei sensi, possono avere serenità di mente. Coloro che non sono né esaltati, né preoccupati quando ottengono desiderabili o indesiderabili oggetti, possono avere equità di mente.

Le due correnti di attrazione e repulsione possono indurre un uomo a pensare di fare danno agli altri. Quando queste sono distrutte attraverso la meditazione sul Sé, lo Yogi è intento al benessere degli altri. Gioisce nel fare servizio al prossimo. Si immerge egli stesso nel servizio. Lavora costantemente per la solidarietà o il benessere di questo mondo. Induce assenza di paura in tutte le creature. Nessuna creatura è spaventata da lui. Diventa un Paramahansa Sannyasi che dà rifugio a tutti nel suo cuore. Egli raggiunge la realizzazione del Sé e diventa un conoscitore del Sé. E, il conoscitore del Sé, in verità diventa egli stesso il Sé.

Controllando i sensi, lo Yogi chiude le dieci porte (i sensi), li ritira dagli oggetti dei sensi e fissa la mente sul Sé più interno. Coloro che meditano sull'immortale trascendentale Sé, controllando e dominando i sensi, considerando ogni cosa imparzialmente, godendo del benessere degli altri esseri – questi anche vengono a Me. Non è necessario nemmeno dire che essi giungono a Me, in quanto considero in verità il saggio come Me stesso. (Cfr. VII. 18).

Inoltre, è superfluo dire che essi sono i migliori tra gli Yogi, in quanto sono una cosa sola con il Signore stesso. (Cfr. V. 25; XI. 55).

5. Più grande è il travaglio per coloro le cui menti sono rivolte all'Immanifesto; perché l'obiettivo – l'Immanifesto – è molto difficile da raggiungere per gli incarnati.

Commento: Gli adoratori del Saguna (qualificato) Brahman e quelli del Nirguna (non qualificato) Brahman raggiungono la stessa meta. Il secondo sentiero è molto difficile e arduo, perché l'aspirante deve abbandonare ogni attaccamento al corpo fisico proprio dall'inizio della sua pratica spirituale.

Gli incarnati: quelli che si identificano con i loro corpi. Questa identificazione è chiamata "Dehabhimana".

L'immortale Sé è molto difficile da raggiungere per quelli che sono attaccati ai loro corpi. Inoltre, è estremamente difficile fissare la mente irrequieta sul Sé senza forma e senza attributi. Un tale metodo di contemplazione richiede un acuto, concentrato, sottile intelletto. *Le Upanishad* dicono: "È visto dall'acuto veggente attraverso il suo sottile intelletto". Colui che medita sull'Immanifesto dovrebbe possedere i "Quattro Mezzi". Dovrebbe avvicinare un Guru che è ben introdotto nelle scritture e che è stabilito nel Sé. Dovrebbe ascoltare da Lui le verità, e poi riflettere e meditare su di esse. Questi sono i passi per uno Jnana Yogi. Colui che realizza il Sé senza attributi, raggiunge la beatitudine eterna o la realizzazione del Sé. Questo è preceduto dalla distruzione dell'ignoranza con i suoi effetti. L'aspirante che realizza il Sé con gli attributi va nel Brahmaloaka, e gode lì di tutte le ricchezze e i poteri del Signore. Egli poi ottiene l'iniziazione ai misteri

dell'Assoluto da Hiranyagarbha e, senza alcun altro sforzo, con la pratica di ascolto, riflessione e meditazione, raggiunge, attraverso la Grazia del Signore, lo stesso stato di quelli che hanno realizzato il Sé senza attributi. Attraverso la conoscenza del Sé, l'ignoranza e i suoi effetti sono distrutti, anche nel caso degli adoratori del Sé con attributi.

6. Ma per coloro che adorano Me, rinunciando a tutte le azioni in Me, considerando Me quale meta suprema, meditando su di Me in un concentrato Yoga,

Commento: *Ananya Yoga*: una devozione concentrata, irremovibile, esclusiva; con nessun altro oggetto di adorazione o sostegno salvo che il Signore.

Anche nel Bhakti Yoga il devoto non dovrebbe abbandonare le azioni. Egli dovrebbe eseguirle, ma dedicare i loro frutti o meriti al Signore. (Cfr. IX. 27).

7. Per coloro le cui menti sono fissate su di Me, Oh Arjuna, in verità Io diventerò tra breve il Salvatore dall'oceano di questo mortale Samsara.

Commento: *Mortale Samsara*: i cicli di nascita e morte. Il devoto che fa totale incondizionato e generoso autoabbandono al Signore, che mette se stesso completamente alla misericordia del Signore, che fissa la sua mente esclusivamente su di Lui, che brucia i frutti delle azioni offrendoli al Signore, distruggendo così ogni potere delle azioni di portare frutti, che ha abbandonato anche l'idea della liberazione, tale devoto è presto sollevato dal Signore dal piano mortale alla dimora dell'immortalità.

Costoro che sono diventati "uniti mentalmente" con Me, li affranco senza indugio dall'oceano del mondo mortale o dalla vita mondana. (Cfr. X. 10-11; XII. 6-7).

8. Fissa la tua mente su Me soltanto, il tuo intelletto su di Me, (allora) d'ora in poi, tu senza dubbio vivrai in Me soltanto.

Commento: *Fissa la tua mente*: fissa i tuoi scopi e pensieri su di Me, il Signore nella Forma Cosmica. Abbandona completamente tutti i pensieri di oggetti sensuali. Fissa anche su di Me il tuo intelletto, la facoltà che risolve e determina.

Quale sarà il risultato allora? Tu senza dubbio vivrai in Me come Me stesso. Oh Arjuna, di questo non c'è dubbio alcuno.

Lo Yoga della meditazione viene descritto in questo verso. (Cfr. VIII. 7; IX. 34; X. 9; XVIII. 65).

9. Se non sei capace di fissare la tua mente stabilmente su di Me, allora con la costante pratica dello Yoga cerca di raggiungerMi, Oh Dhananjaya (Arjuna).

Commento: *Abhyasa Yoga:* pratica costante per fermare la mente e fissarla su un unico punto; la pratica di ritirare ripetutamente la mente da ogni tipo di oggetti sensuali, e fissarla sempre e ripetutamente su un particolare soggetto o il Sé. Il costante sforzo di distaccare se stesso dalle cinque illusorie guaine e identificare se stesso con il Sé, è conosciuto anche come Abhyasa.

Se tu non sei capace di fissare la tua mente e l'intelletto interamente sul Signore senza alcun intervallo, allora cerca di farlo almeno per qualche tempo. Se la mente vagabonda troppo, cerca di fissarla sul Signore attraverso una sincera e continua pratica di ricordarLo. Ricorri all'adorazione delle immagini di Dio, sentendo la Sua vivente presenza in esse. Anche questo ti aiuterà grandemente.

Perché il Signore Krishna si rivolge qui ad Arjuna come Dhananjaya? Sicuramente c'è un qualche significato. Arjuna conquistò molti popoli e portò immense ricchezze per il Rajasuya Yajna [un sacrificio] eseguito da Yudhisthira. Per un tale uomo di grande potenza e splendore, non è difficile conquistare questo nemico – la mente – e ottenere la ricchezza spirituale della conoscenza del Sé. Questo è ciò che il Signore Krishna voleva significare quando si rivolse ad Arjuna con il nome di Dhananjaya.

10. Se tu non sei capace di praticare neppure questo Abhyasa Yoga, impegnati a fare azioni consacrate a Me; anche facendo azioni per amor Mio tu raggiungerai la perfezione.

Commento: Anche se tu fai azioni semplicemente per amor Mio, senza praticare lo Yoga, tu raggiungerai la perfezione. Inizialmente raggiungerai la purezza di mente, poi lo Yoga (concentrazione e meditazione), poi la conoscenza, e alla fine la perfezione o la liberazione. Servire l'umanità con il sentimento che si sta servendo il Signore in tutti, significa anche fare azioni per amore del Signore. Un tale servizio dovrebbe andare mano nella mano con l'adorazione di Dio e la meditazione. Esso porta ad una rapida purificazione del cuore.

Se tu non sei capace di praticare lo Yoga della meditazione menzionato nel verso XII. 8, o lo Yoga della pratica costante menzionato nel verso nove, ascolta le gloriose storie connesse con il Signore partecipando alle riunioni religiose condotte dai Suoi devoti. Canta i Kirtan e le Lodi del Signore.

Pratica i nove passi del Bhagavata Dharma – i nove modi della devozione. Questi sono:

Sravanam: l'ascolto dei Suoi Lila, i gloriosi e divini divertimenti del Signore.

Kirtanam: il canto dei Suoi Nomi.

Smaranam: il costante ricordo del Signore e la costante ripetizione dei Suoi Nomi o Mantra.

Padasevanam: il servizio ai Suoi Piedi.

Archanam: l'offerta di fiori in adorazione del Signore.

Vandanam: fare prostrazione al Signore.

Dasyam: diventare il Suo servitore.

Sakhyam: amicizia con il Signore.

Atmanivedanam: abbandonarsi completamente al Signore. (Cfr. III. 19; XI. 55).

11. Se tu non sei capace neanche di fare questo, allora, prendendo rifugio nell'unione con Me, rinuncia ai frutti di tutte le azioni con il sé controllato.

Commento: Questo è il sentiero più semplice. Se tu non sei capace di eseguire azioni per amor Mio, se tu non puoi neanche impegnarti nel Mio servizio, se tu non sei capace di praticare il Bhagavata Dharma, se desideri compiere azioni spinto soltanto dai tuoi personali desideri, allora almeno portale a termine per tua soddisfazione, per un senso di obbligo, abbandonandole tutte e Me; abbandona anche i frutti di tutte le azioni, praticando allo stesso tempo l'autocontrollo.

Nel verso XII. 8 è prescritto lo Yoga della meditazione per studenti avanzati; nel verso nove, lo Yoga della pratica costante per studenti mediocri. Se uno pensa che anche questo è difficile, l'esecuzione di azioni per amore del Signore soltanto, è stata insegnata nel verso dieci. E ora per coloro che neanche possono fare questo, il Signore chiede loro di abbandonare i frutti di tutte le azioni.

Madyogam: il Mio Yoga; abbandonando tutte le azioni e i loro frutti a Me, è il Mio Yoga.

Yatatmavan: l'uomo di discriminazione che ha controllato tutti i sensi, che ha ritirato i sensi da suono, tocco, forma, gusto e odorato.

Ora il Signore elogia la rinuncia ai frutti di tutte le azioni per incoraggiare gli aspiranti a praticare lo Yoga della rinuncia.

12. In verità migliore è la conoscenza della pratica; della conoscenza migliore è la meditazione; della meditazione la rinuncia ai frutti delle azioni; la pace immediatamente segue alla rinuncia.

Commento: La conoscenza teorica o indiretta del Sé, conquistata con lo studio delle scritture, è meglio che l'ignorante esecuzione di pratiche come il controllo delle modificazioni della mente o l'adorazione di idoli o l'automortificazione, per portare la mente e i sensi sotto controllo.

La meditazione viene considerata migliore della conoscenza teorica. La rinuncia ai frutti delle azioni è anche migliore della meditazione. La rinuncia ai frutti delle azioni come mezzo per il raggiungimento della pace suprema e della liberazione è grandemente elogiata qui con la dichiarazione della sua superiorità sopra le altre pratiche. Questo è fatto per incoraggiare Arjuna e gli altri aspiranti spirituali e creare in loro un forte desiderio per dedicarsi allo Yoga dell'azione altruistica.

Il desiderio è un nemico della pace; provoca irrequietezza della mente. È la sorgente di tutte le umane miserie, angosce e problemi. Ferma il gioco del desiderio attraverso la discriminazione, il distacco e l'indagine sulla natura del Sé. Allora tu godrai la pace suprema.

La rinuncia ai frutti delle azioni è prescritta per una rapida purificazione del cuore dell'aspirante. Essa annulla il desiderio, il nemico della saggezza. Anche il saggio rinuncia ai frutti delle azioni. Diventa naturale per lui operare così.

13. Colui che non odia nessuna creatura, che è amico e compassionevole verso tutti, che è libero da attaccamento ed egoismo, equilibrato nel piacere e nel dolore, e misericordioso,

Commento: Il Signore Krishna dà una descrizione della natura di un saggio, o Bhagavata, nei seguenti otto versi. Questi otto versi sono chiamati l'"Amritastakam".

Il devoto che è stabilito in Dio non porta malevolenza verso nessuno. Egli guarda tutti con amore e grande compassione. Considera tutti gli esseri come se stesso. Non odia neanche un singolo essere, nemmeno colui che può procurargli intenso dolore. Colui che prova misericordia verso le persone sofferenti e cerca di alleviare le loro miserie, è un uomo di compassione. Egli mette se stesso nella posizione del sofferente ed egli stesso sente il dolore. La misericordia è un attributo divino. Dio è onnimisericordioso. Se desideri raggiungere la comunione con il Signore e la Divinità, tu anche devi diventare misericordioso verso tutti.

Il perfetto devoto riconosce totale sicurezza di vita a tutti gli esseri viventi. Egli è un Paramahansa Sannyasi. Un tale devoto soltanto può realmente comprendere le misteriose vie del Signore. Egli osserva il Signore dappertutto, vede il Signore in tutte le creature. Questo è dovuto al fatto che ha eguale visione.

Egli è come il sole o il fiume. Il sole effonde la sua luce egualmente su un palazzo o su una capanna. Ognuno può bere le acque del fiume. Esso ristora la sete di una mucca, come anche quella di tigri e leoni. Similmente l'idea di "mio" e "io", mai sorge nella mente di un devoto. Egli non ha alcun senso del "mio" e del "tuo". È indifferente a piacere e dolore. Non è attaccato agli oggetti piacevoli; né odia gli oggetti che gli procurano dolore. Egli è compassionevole come la stessa terra. Non viene per nulla disturbato da insulti, abusi o attacchi.

14. Sempre contento, stabile nella meditazione, fermo nella determinazione, padrone di sé con la mente e l'intelletto dedicati a Me, egli, il Mio devoto, è caro a Me.

Commento: Egli sa che tutto quello che gli accade sono i frutti delle sue passate azioni. Così è sempre contento; non si sforza di raggiungere oggetti finiti o deperibili. Egli fissa la sua mente e l'intelletto sull'Essere Supremo, raggiunge eterna pace e soddisfazione e rimane stabile come una roccia tra le vicissitudini del tempo.

Il contentamento dimora sempre nel cuore del Mio devoto. Come l'oceano che è sempre pieno, il suo cuore è sempre pieno in quanto egli non ha desideri. Egli è sempre allegro e gioioso. Ha un sentimento di pienezza sia che ottenga o non ottenga i mezzi per il semplice sostentamento del suo corpo. Egli è soddisfatto con poco e non si preoccupa se quello che ottiene è buono o no. Mai si lamenta, mormora o borbotta anche quando non ottiene le vesti e il cibo necessario per il semplice mantenimento del corpo. La sua mente è sempre piena di Me, attraverso la costante e stabile meditazione.

Yogi: colui che ha sempre tranquillità di mente, che ha controllato tutti i sensi e i desideri. Con una ferma determinazione ha fissato la sua mente e l'intelletto su di Me in uno spirito di perfetto abbandono. È dotato di una chiara convinzione circa l'essenziale natura del Sé. Colui che ha la conoscenza che egli è l'inattaccato, puro, non duale, autoluminoso Sé, è un saggio dalla ferma determinazione. Egli ha dato la sua mente e l'intelletto esclusivamente a Me. Egli è caro a Me come la vita stessa. Un tale paragone è poco lontano dalla realtà.

La stessa cosa che era stata detta dal Signore Krishna ad Arjuna nel discorso VII. 17 – “Io sono estremamente caro al saggio ed egli è caro a Me” – viene descritta in dettaglio in questo verso.

15. Colui da cui il mondo non è turbato, e che non può essere turbato dal mondo, che è libero da gioia, invidia, paura e ansietà – è caro a Me.

Commento: *Harsa:* gioia, esaltazione della mente quando uno ottiene un oggetto del desiderio. Questo è indicato da capelli ritti sulla testa, lacrime che scendono sul volto ecc.

Amarsa: gelosia. Alcuni interpretano questo come ira; mentre altri affermano che questa è una mescolanza di ira e gelosia.

Udvega: ansietà, timore, angoscia, sconforto.

Il conoscitore del Sé o il devoto del Signore, mai procura danno ad una creatura qualsiasi in pensieri, parole o azioni. Egli procura sicurezza alla vita di tutte le creature. Quindi, nessuna creatura è spaventata da lui. Il saggio sente che il mondo

è il suo corpo, il suo Sé. Come può allora essere spaventato dal mondo? Egli non danneggia mai gli altri e né è danneggiato dalle parole o dalle azioni degli altri.

Le modificazioni mentali di gioia, invidia, paura e ansietà lasciano il saggio o il devoto di loro proprio accordo, come le bestie e gli uccelli lasciano la foresta quando essa è in fiamme.

Un tale saggio o devoto è caro a Me. Come posso descriverlo adeguatamente?

16. Colui che è libero dai desideri, che è puro, abile, libero da attaccamento e da preoccupazioni, che rinuncia ad ogni impresa o principio, egli che è (così) devoto a Me, è caro a Me.

Commento: Egli è libero da ogni dipendenza. È indifferente al corpo, ai sensi, agli oggetti dei sensi e alle loro mutue connessioni. Ha una purezza interna ed esterna. La purezza esterna è raggiunta attraverso l'uso di acqua e terra (lavare e fare il bagno). La purezza interna è raggiunta con lo sradicamento di simpatie e antipatie, passione, ira, gelosia ecc. e con la coltivazione delle virtù come amicizia verso gli uguali, compassione e amore verso coloro che sono inferiori e compiacenza verso i superiori.

Daksha: pronto, svelto e abile in tutte le azioni; esperto. Egli è abile nel decidere giustamente e immediatamente su materie che richiedono una pronta attenzione e azione.

Udasina: colui che non prende le parti di un amico o di un conoscente in una controversia; chi è indifferente a qualsiasi cosa accade.

Gatavyatah: colui che è libero da paura, che non è spaventato anche se viene colpito da un uomo malvagio. Egli non è afflitto o addolorato dai risultati di una qualsiasi azione o da un qualsiasi avvenimento.

Sarvarambhaparityagi: colui che rinuncia a tutte le azioni che sono pensate per assicurare gli oggetti del godimento, sia in questo mondo o nel prossimo. Egli ha abbandonato ogni egoistica e personale iniziativa in tutte le azioni, sia mentali che fisiche; ha immerso la sua volontà nella Volontà Cosmica e permette a Lei di lavorare attraverso di lui. Non ha né preferenze, né desideri personali e così è svelto, pronto e agile in tutte le azioni. La Volontà Cosmica lavora attraverso di lui in maniera dinamica.

Un tale devoto che si è completamente abbandonato a Me è il Mio proprio Sé, e così egli è molto caro a Me.

17. Colui che né gioisce, né odia, né si affligge, né desidera, rinunciando al bene e al male, e che è pieno di devozione, è caro a Me.

Commento: Quello che è descritto nel verso tredici è trattato più a lungo in questo verso.

Egli non gioisce quando raggiunge oggetti desiderabili; né odia quando ottiene oggetti da disprezzare. Non si affligge quando si separa da oggetti cari, né egli desidera quelli che non ottiene.

Subhasubharityagi: uno che ha rinunciato a tutte le buone e cattive azioni, che producono piacere e dolore, è devoto al Signore. Questa è un'ulteriore descrizione della parola "Sarvarambharityagi" che era presente nell'ultimo verso.

Un tale devoto o conoscitore del Sé, che è il Mio proprio Sé, è caro a Me.

18. Colui che è uguale verso amico e nemico, ed anche in onore e disonore, che è lo stesso nel freddo e nel caldo, e nel piacere e nel dolore, che è libero da ogni attaccamento,

Commento: L'uomo ordinario del mondo è condotto dalle coppie di opposti, come onore e disonore, caldo e freddo, dolore e piacere, ma un devoto o un saggio ha una mente equilibrata. Egli ha calma o equanimità; egli non è trascinato senza difesa dalle forze di attrazione e repulsione.

Colui che fa del male agli altri è un nemico. Colui che fa del bene agli altri è un amico. Il devoto o saggio non ha alcun genere di attaccamento agli oggetti.

19. Quello a cui censura e onore sono uguali, che è silenzioso, contento di ogni cosa, senza dimora, dalla mente stabile e pieno di devozione – quell'uomo è caro a Me.

Commento: Egli né si esalta per l'onore, né si addolora per la censura; mantiene un equilibrato stato di mente. Ha controllato l'organo della parola e così è silenzioso. Anche la mente è serena e silenziosa in quanto ha controllato i suoi pensieri. È completamente contento con i soli mezzi necessari al sostentamento del suo corpo.

Viene detto nello "Shanti Parva" del *Mahabharata*: "Colui che si veste con qualsiasi cosa, che mangia qualsiasi tipo di cibo, che giace dove capita, quello gli dei chiamano un Brahmana o un saggio liberato".

Egli non dimora in un unico posto; non ha una fissa dimora, è senza casa. Considera il mondo come luogo dove dimorare. La sua mente è sempre fissata sul Sé. (Cfr. VII. 17; IX. 29; XII. 17).

20. Veramente coloro che seguono questo immortale Dharma (dottrina o legge) come prima descritta, dotati di fede, considerando Me come loro meta suprema, essi, i devoti sono estremamente cari a Me.

Commento: Il Beato Signore Krishna ha dato in questo verso una descrizione del Suo migliore devoto.

Amrita dharma: Amrita è il nettare che dà la vita. Il Dharma è la saggezza o la rettitudine; conduce l'individuo alla pace, alla beatitudine e all'immortalità quando praticata con devozione. I veri devoti considerano il Signore come il loro finale o supremo rifugio. Essi non hanno altra ambizione nella vita che quella di realizzarlo. Il Signore è quindi il fine o l'obiettivo di tutte le loro aspirazioni.

Come prima: all'inizio del verso tredici.

Una grande verità che non dovrebbe essere trascurata è che il devoto, l'uomo di saggezza e lo Yogi – tutti questi hanno le stesse fondamentali caratteristiche spirituali.

Nel verso (VII. 17) troviamo: "Io sono estremamente caro al saggio". Questo viene ora più ampiamente spiegato e si conclude con l'assicurazione: "Essi sono estremamente cari a Me".

Colui che con grande fede segue questo immortale Dharma come descritto precedentemente, diventa estremamente caro al Signore. Quindi, ogni aspirante che desidera la salvezza e che brama di raggiungere la Suprema Dimora del Signore, dovrebbe seguire questo Dharma immortale con zelo e intensa fede.

La fede è la prima e più importante qualificazione per l'aspirante sul sentiero spirituale. Senza di essa non si può fare neanche un briciolo di progresso. Essa deve essere intensa e sostenuta, e deve venire dal cuore e non solo dalla mente.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina il dodicesimo discorso intitolato "Lo Yoga della Devozione".

Contenuto del Tredicesimo Discorso

In questo discorso abbiamo la più significativa, la più illuminante, la più ispirante e la più mistica parte della *Bhagavad Gita*. Il Signore ci dà una meravigliosa e rivelante visione dell'essere umano. È la metafisica dell'Uomo, lo Sconosciuto. L'Anima Immortale, con il suo corpo fisico, è il tema principale di questo discorso. Il trascendente Spirito Supremo, con il suo eterno substrato al di là di ambedue, ed è qui descritto in una meravigliosa maniera. Il conoscitore della Realtà Suprema è istantaneamente liberato.

Il Benedetto Signore ci dice che la conoscenza del Campo (il corpo) e del Conoscitore del Campo è la vera conoscenza. Questa più alta e migliore conoscenza concede la saggezza divina e l'illuminazione spirituale che ci porta alla Divina Beatitudine. Questo corpo è il Campo. L'Anima Immortale (voi stessi), che dimora nel corpo è il Conoscitore del Campo. In verità è l'Essere Supremo che ha proiettato Se Stesso e ha assunto la forma del Conoscitore del Campo dentro questo corpo. Il sé interiore non è altro che *Quello*. Così il Signore Krishna spiega il mistero dell'anima individuale che dimora dentro il corpo mortale. Questa conoscenza costituisce il soggetto principale di tutte le scritture e delle più alte opere filosofiche.

I cinque elementi, l'ego, la mente, l'intelletto e i dieci organi, i desideri e le avversioni, tutti questi fattori costituiscono il Campo. Segue successivamente un bellissimo riassunto di quello che costituisce la vera conoscenza. Poi viene la dichiarazione sull'Anima Suprema, la conoscenza della quale ci concede l'immortalità. Quella Suprema Realtà è l'unica Essenza Universale presente ovunque. Pervade tutto. Brilla nella camera più interna del nostro cuore. Essa è ogni cosa. È l'unico veggente, il testimone, la guida, il sostegno, lo sperimentatore e il Signore di tutto. Colui che conosce questo mistero non è legato dall'azione anche nel mezzo delle attività della vita. Quando percepiamo questa Suprema Presenza che dimora in tutti gli esseri, non possiamo danneggiare nessuno. Krishna ci chiede di osservare e riconoscere la differenza tra il Campo (corpo o Prakriti) e il Conoscitore del Campo (Spirito o Purusha) e così raggiungere il Sé. Questo è l'insegnamento e il messaggio di questo illuminante discorso.

TREDICESIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA DISTINZIONE TRA IL CAMPO E IL CONOSCITORE DEL CAMPO

Arjuna disse:

Desidero imparare della Natura (materia) e dello Spirito (anima), del Campo e del Conoscitore del Campo, la conoscenza, e quello che deve essere conosciuto.

Commento: in alcuni libri non troverete questo verso. Se includete anche questo, il numero dei versi della *Bhagavad Gita* saranno allora 701. Alcuni commentatori considerano questo verso come un'interpolazione.

Veniamo ora all'inizio della terza sezione della *Gita*. La stessa conoscenza è insegnata in questa sezione ma con molti più dettagli. Questo discorso sulla materia (Kshetra), inizia con lo scopo di determinare l'essenziale natura del possessore delle due Prakriti (Nature) – l'inferiore e la superiore – descritte nei versi VII. 4 e 5.

Nel precedente discorso era stata data una descrizione del devoto che è caro al Signore dal verso tredici fino alla fine. Ora la domanda che sorge è: che tipo di conoscenza della Verità dovrebbe egli possedere?

La Natura è composta di tre qualità; essa si trasforma nel corpo, nei sensi e negli oggetti sensibili per servire i due scopi dell'anima individuale, precisamente, godimento e liberazione.

La *Gita* è divisa in tre sezioni, che illustrano le tre parole della grande affermazione (Mahavakya) del *Sama Veda*. Il Mahavakya è: "*Tat Twam Asi – Quello Tu Sei*". In accordo con questa visione, i primi sei discorsi trattano del sentiero dell'azione o Karma Yoga e della natura del *Tu* (Twam-Pada). I successivi sei discor-

si spiegano il sentiero della devozione o Bhakti Yoga, e la natura di *Quello* (Tat-Pada). Gli ultimi sei discorsi trattano del sentiero della conoscenza o Jnana Yoga e della natura del termine *Sei* (Asi-Pada), che conferma l'identità dell'anima individuale con l'Anima Suprema.

Arjuna ora desidera conoscere in dettaglio la differenza tra Prakriti e Purusha (Materia e Spirito). Egli desidera di essi una conoscenza discriminativa.

Il Beato Signore disse:

1. Questo corpo, Oh Arjuna, è chiamato il Campo; colui che lo conosce è chiamato il Conoscitore del Campo da quelli che lo conoscono, cioè dai Saggi.

Commento: *Kshetra*; letteralmente significa "campo". Il corpo è chiamato così (campo), perché i frutti (il raccolto) delle azioni nella forma di piaceri e dolori, sono raccolti in esso come in un campo. I corpi fisici, mentali e causali vanno a costituire la totalità del Campo. Non è il solo corpo fisico che lo forma.

Colui che conosce il Campo e che, attraverso la conoscenza lo osserva come distinto da se stesso, è il conoscitore del Campo o della materia.

2. Anche tu conosciMi come il Conoscitore del Campo in tutti i campi, Oh Arjuna. La conoscenza sia del Campo che del Conoscitore del Campo è considerata da Me come la vera sapienza.

Commento: I Campi sono diversi, ma il Conoscitore del Campo è uno soltanto. Le anime individuali sono differenti, ma l'Anima Suprema è una. Ovunque c'è la mente, lì trovi il respiro vitale, l'egoismo e la coscienza individuale o intelligenza riflessa, fianco a fianco. Colui che ha il senso della dualità rinascerà sempre e continuamente. Questa illusione della dualità può essere rimossa soltanto dalla conoscenza dell'identità del sé individuale con il Supremo Sé.

"Io sono felice; io sono miserabile; io sono l'agente di questa azione; sono quello che gode questa esperienza" – queste sono le esperienze di tutti gli esseri umani. Quindi, le anime individuali, che sono in corpi differenti, sono legate a questa esistenza mondana e soggette a piaceri e dolori. L'Anima Suprema è libera da piaceri e dolori; non è legata in alcun modo; è sempre libera. Essa è uno senza secondo.

Le anime individuali sono diverse in corpi diversi, altrimenti tutte avrebbero la stessa esperienza simultaneamente. Se Rama soffriva di coliche addominali, Krishna anche sperimenterebbe il dolore allo stesso tempo. Se Giovanni sperimentasse gioia, anche Giuseppe la sperimenterebbe. Se Choudhury fosse punto da uno scorpione, anche Banerjee sentirebbe il dolore. Ma ciò non è così. Mentre

Rama sta soffrendo, Krishna sta gioendo. Mentre Choudhury sta sentendo la puntura, Banerjee sta mangiando la sua colazione.

I campi sono differenti, i corpi sono differenti, le menti sono differenti e le anime individuali sono differenti. Ma il Conoscitore di tutti questi Campi è uno solo. Piaceri e dolori sono le funzioni solo della mente. In essenza, l'anima individuale è identica all'Anima Suprema.

Il Sé o il Conoscitore del Campo non è influenzato da piacere e dolore, virtù e vizio. Egli è solo il silente testimone. Piacere e dolore sono le funzioni della mente. Esse sono attribuite al Sé a causa dell'ignoranza. L'uomo ignorante considera il corpo fisico come il Sé. Egli è sviato dalle due correnti di simpatia e antipatia. Compie azioni virtuose e viziose, raccoglie i frutti di ambedue (piaceri e dolori) e rinasce nuovamente e continuamente.

Ma il saggio che conosce che lo Kshetrajna – il Conoscitore del Campo o del Sé – è distinto dal corpo, non è sviato da simpatie e antipatie. Egli identifica se stesso con il puro, eterno Assoluto o il Supremo Sé, ed è sempre e continuamente felice e “senza azione”, sebbene esegua azioni per il benessere dell'umanità.

La malattia della parziale cecità, che causa la percezione di quello che è contrario alla verità, appartiene all'occhio, ma non all'uomo che percepisce. Se la malattia è rimossa da un adatto trattamento, l'uomo percepirà le cose nella loro vera luce. Ugualmente, ignoranza, piacere e dolore, virtù e vizio, simpatie e antipatie, false percezioni, dubbi, come anche le loro cause, appartengono allo strumento (la mente) ma non al testimone silenzioso, il Conoscitore del Campo – il Sé.

Nello stato di liberazione, dove c'è annullamento della mente, non c'è ignoranza, e il gioco delle due correnti di simpatia e antipatia non esiste. Se falsa percezione, ignoranza, piacere e dolore, dubbio, schiavitù, delusione e angoscia fossero le caratteristiche essenziali del Sé, allora, proprio come il calore è l'essenziale proprietà del fuoco, non sarebbe possibile poterle sradicare in ogni momento. Ma ci sono stati in passato saggi che hanno raggiunto la realizzazione del Sé, come Shankara, Dattatreya, Jada Bharata e Yajnavalkya, che avevano una straordinaria, intuitiva conoscenza supersensibile e che erano liberi da false percezioni, dubbi, paure, delusioni e angosce. Essi non erano consci dell'esistenza mondana, ma avevano una perfetta conoscenza del Sé. Quindi, dobbiamo concludere che il Sé è sempre libero, puro, perfetto ed eterno e che l'ignoranza fa parte dello strumento (la mente) e non del Sé.

L'ignoranza nata da Tamas agisce come un velo e impedisce all'uomo di conoscere la sua essenziale natura che è Satchidananda. Ciò produce una percezione di quello che è contrario alla verità e causa una non percezione o un dubbio della verità. Immediatamente come sorge la conoscenza del Sé, queste tre forme di ignoranza scompaiono *in toto*. Quindi, possiamo concludere che esse non sono gli at-

tributi del Sé; appartengono soltanto alla mente, l'organo o lo strumento. La mente è solo un effetto dell'ignoranza. La ruota dell'intero processo del mondo (Samsara) gira a causa dell'ignoranza. Essa esiste solo per l'uomo ignorante che percepisce il mondo come esso gli appare.

Non c'è alcuna esistenza mondana (Samsara) per un saggio liberato. Nessuna malattia dell'occhio può in ogni modo influenzare il sole (la divinità che presiede alla visione dell'occhio). La distruzione di un vaso non influenza in alcun modo l'etere o lo spazio che è nel vaso. L'acqua del miraggio non può in alcun modo bagnare la terra. Anche così, l'ignoranza e i suoi effetti non possono in alcun modo influenzare il puro, sottile, senza attributi, senza forma, senza arti, senza parti e autoluminoso Kshetrajna (il Conoscitore del Sé) o il Sé. L'ignoranza non tocca il Sé. (Cfr. X. 20; XIII. 32; XVIII. 61).

3. Quello che il Campo è, e di quale natura, quali sono le sue modificazioni, da dove deriva, ed anche chi Egli sia e quali sono i suoi poteri – ascolta tutto questo da Me, in breve.

Commento: Io ti dirò, Oh Arjuna, cosa è il Campo, perché il corpo è chiamato il Campo, quali sono le sue modificazioni o cambiamenti; in altre parole a quali trasformazioni esso è sottoposto, quali sono le sue proprietà, quali effetti derivano e da quali cause, a chi esso appartiene, se è coltivato o se cresce selvaggiamente.

Il Campo: si riferisce al Campo menzionato al verso uno.

Chi Egli sia: chi è quel Conoscitore del Campo? Quali sono i Suoi poteri, come il potere di vedere udire ecc., che originano dalle aggiunte limitanti quali l'occhio, l'orecchio ecc.? Ascolta il Mio discorso che descrive succintamente la reale natura del Campo e del Conoscitore del Campo in tutti questi specifici effetti.

Oh Arjuna, Io sono completamente sicuro che tu comprenderai chiaramente la verità ascoltando il Mio discorso.

Il corpo è il Campo. I dieci sensi rappresentano i dieci buoi. I buoi lavorano incessantemente giorno e notte attraverso il Campo degli oggetti dei sensi. La mente è il supervisore. L'anima individuale è l'inquilino. Le cinque aree vitali sono i cinque lavoratori. La Natura primordiale è la padrona del Campo. Questo Campo è di sua proprietà. Lei stessa lo guarda con occhio vigile. Essa è dotata delle tre qualità di Rajas, Sattwa e Tamas. Rajas semina, Sattwa lo cura e Tamas ne prende il raccolto. Sull'aia della trebbiatura della Mente Cosmica, con l'aiuto del bue chiamato tempo, Ella raccoglie il frumento. Se l'anima individuale compie azioni cattive, semina i semi del peccato, li fertilizza con il concime del male, facendo un raccolto di ulteriori peccati e dovendo sopportare i dolori di nascita, decadimento, vecchiaia, malattie e i tre tipi di afflizioni, in pratica quelle causate dal proprio corpo,

dagli esseri intorno a noi e quelle causate dagli dei. Se egli compie azioni virtuose, allora semina dei buoni semi di virtù e ottiene un raccolto di felicità.

Il Signore Krishna parla ora in maniera molto elevata nei versi seguenti della vera natura del Campo e del Conoscitore del Campo per creare un interesse in Arjuna.

4. Saggi hanno cantato in molti modi, in vari distinti canti, ed anche con suggestive parole indicative dell'Assoluto, piene di argomentazioni e senza dubbi.

Commento: grandi saggi come Vasishtha e altri, hanno fin dai tempi antichi descritto la vera natura del Campo e il suo Conoscitore. Gli antichi inni, come quelli del *Rig Veda*, spiegano questo in molti differenti modi.

Brahma Sutra, si riferisce qui ai *Vedanta Sutra*, scritti da Vyasa o da Badarayanaacharya per riconciliare i passaggi mutuamente contraddittori nelle *Upanishad*. Uno studio dei *Brahma Sutra* è veramente necessario per comprendere l'esoterico significato delle *Upanishad*. I *Brahma Sutra* sono anche conosciuti con il nome di *Sariraka Sutra*, perché quindici *Sutra* nella terza parte del secondo capitolo trattano del *Sarira* o *Kshetra* (corpo).

La vera natura del Campo e del suo Conoscitore viene anche insegnata nei *Brahma Sutra*, nella sezione che tratta di *Brahman*.

La *Brihadaranyaka Upanishad* dice: "Solo il Sé lascia un uomo meditare su di Lui". Tali versi sono pieni di ragionamento, convincente e decisivo. Non c'è alcun dubbio nelle parole o nei passaggi che trattano del Sé.

5. I grandi elementi, egoismo, intelletto ed anche la natura non manifesta, i dieci sensi e l'uno, ed i cinque oggetti dei sensi,

Commento: Il Campo e le sue modificazioni sono descritte in questo verso. I ventiquattro principi della scuola di filosofia *Sankhya* sono menzionati qui.

Grandi elementi: terra, acqua, fuoco, aria ed etere sono così chiamati perché essi pervadono tutte le modificazioni della materia. Gli elementi a cui ci si riferisce qui sono quelli sottili non quelli grossolani.

L'egoismo è la causa dei grandi elementi; è il principio di indebita autoattribuzione nell'uomo. L'intelletto è la causa dell'egoismo. La funzione dell'intelletto è quella di determinare; la buddhi è la facoltà della determinazione. La causa dell'intelletto è la non manifesta, indifferenziata energia del Signore.

"In verità questa Mia divina illusione, fatta di (tre) qualità (della natura) è difficile da superare (VII. 14). La natura descritta prima è divisa in otto parti. (Cfr. VII. 4).

I dieci sensi sono: i cinque organi della conoscenza (orecchio, pelle, occhio, lingua e naso), così chiamati perché essi rendono capace la mente di ottenere la conoscenza del mondo esterno; e i cinque organi dell'azione (mani, piedi, bocca, ano e organo generativo), così chiamati perché essi eseguono azioni.

L'uno: questo è la mente, l'undicesimo senso, la cui funzione è pensare e dubitare.

I cinque oggetti dei sensi sono suono, tocco, forma (colore), gusto e odorato. Questi formano i cinque pascoli dei sensi.

Tutti i grandi elementi, l'egoismo, l'intelletto, i sensi e la mente sono completamente riassorbiti nell'Immanifesto durante il periodo della dissoluzione cosmica.

La mente è Maya; la mente è ignoranza. È alla radice di tutte le attività; dà forza ai desideri, incrementa la paura e costruisce castelli in aria. Conferisce forza all'egoismo e stimola le aspirazioni. Ogni tendenza ha le sue origini nella mente. Essa incrementa le passioni, dà forza alla speranza e risveglia il senso di dualità. Aumenta l'ignoranza e spinge tutti i sensi nell'oceano degli oggetti dei sensi. Crea distinzioni e differenze; separa, divide e limita. È una robusta parete o una barriera di ferro che si erge tra l'anima individuale e l'Assoluto. È questa mente che porta il Sé alla condizione di anima individuale. È il contenitore di errori, desideri, dubbi, delusione e ignoranza. È una ruota sempre in movimento che genera pensieri; è una miracolosa macchina che produce pensieri. Li crea in un momento e li distrugge al successivo.

6. Desiderio, odio, piacere, dolore, l'aggregato (il corpo), forza e intelligenza – il Campo è stato così brevemente descritto con le sue modificazioni.

Commento: Questi principi formano la cornice o lo scheletro su cui il mondo delle forme è costruito. Tutti questi sono stati mentali e vengono trattati come proprietà del corpo dalla scuola di pensiero Sankhya.

In accordo alla scuola Nyaya Vaisesika, questi principi sono inerenti qualità del Sé. Le modificazioni hanno un inizio e una fine. Soltanto *Quello* che è immutabile può essere il testimone delle modificazioni. Il Conoscitore del Sé è immutabile; quindi, Egli è il testimone del Campo e delle sue modificazioni.

Il desiderio è una modificazione della mente; è un ardente desiderio per un oggetto. È un'onda-pensiero nata da Rajas, che spinge un uomo che ha sperimentato una volta un certo oggetto di piacere, a cercare di ottenerlo quando vede di nuovo lo stesso oggetto, poiché esso può ricondurlo al piacere. Questa è una proprietà del senso interiore; ed è una qualità del Campo perché è conoscibile.

Tu gioisci per un oggetto dei sensi. Un'impressione di questo godimento si produce nella mente subconscia. Questo Samskara o impressione è successivamente

vivificata o rafforzata attraverso la memoria o il ricordo del piacere sensuale. Allora sorge il desiderio di gioire di nuovo dell'oggetto. Una ripetizione del godimento sensuale intensifica la memoria e il desiderio; mentre la rinuncia agli oggetti dei sensi e la meditazione diminuiscono le impressioni e i desideri.

Se qualcuno dà una descrizione del magnifico scenario del monte Kailas o di Badrinarayan, immediatamente sorge nelle nostre menti un desiderio di visitare quei luoghi. Se una persona ci informa che dei buonissimi dolci e dei manghi sono disponibili a Bangalore, un desiderio di avere quegli oggetti sorge nelle nostre menti. Quindi la memoria del godimento dei sensi e l'ascolto delle loro qualità sono le radici che causano i desideri. La speranza ingrassa il desiderio; essa dà loro una nuova speranza di vita. Il desiderio eccita la mente e i sensi; rende la mente irrequieta e la fa vagabondare nella foresta dei sensi.

Un oggetto che è dolce e piacevole per te ad un tempo, produce una sensazione completamente opposta in un altro momento. Ognuno di voi ha questa esperienza. Gli oggetti sono piacevoli solo quando c'è una bramosia per loro; ma sono spiacevoli quando non c'è alcun desiderio. Così, il desiderio è la causa della ricerca del piacere.

Quando c'è la soddisfazione attraverso il godimento degli oggetti, il piacere poi cessa. Se la vostra mente è libera da desideri, allora godrete sempre di serenità, equanimità, equilibrio e calma, nonostante i molti ostacoli o avversità. La base del desiderio è l'amore per i piaceri sensuali. Il desiderio corre lungo il sentiero della vostra inclinazione, propensione o tendenza o gusto.

Il desiderio è il combustibile; il pensiero è il fuoco. Se ritirate il combustibile del desiderio, il fuoco del pensiero si spegnerà come una lampada senza olio. L'intelletto diventa impuro con l'associazione a desideri sensuali.

L'odio è una modificazione della mente. È una modificazione negativa. Spinge un uomo che ha sperimentato dolore da un certo oggetto a disprezzarlo quando lo vede di nuovo. L'odio, che sorge quando il desiderio non è esaudito, è anche una modificazione del Campo perché è conoscibile.

Il piacere gradevole e pacifico è fatto di Sattwa. Questo fa anche parte del Campo perché è conoscibile. Il dolore è sgradevole o spiacevole. Anch'esso è nel dominio del Campo in quanto è conoscibile.

Sanghata: aggregato; la combinazione del corpo e dei sensi, o l'insieme delle trentacinque componenti del corpo.

Chetana: intelligenza; è uno stato mentale che si manifesta nell'aggregato, proprio come il fuoco si manifesta in una sfera di ferro. Questo fa anche parte del Campo perché è conoscibile. Chetana significa coscienza e anche attività delle aree vitali.

Dhriti: fermezza, coraggio o fortezza. È una modificazione sattwica della mente. Il corpo, i sensi e la mente sono sostenuti dalla fermezza quando sono depressi e agitati. I cinque elementi sono antagonisti uno con l'altro. L'acqua distrugge la terra; il fuoco asciuga l'acqua; l'acqua estingue il fuoco; il vento spegne una lampada; l'etere assorbe il vento. I cinque elementi lottano uno contro l'altro; essi hanno una naturale antipatia uno per l'altro. Tuttavia dimorano insieme amichevolmente nello stesso corpo. Ogni elemento coopera armoniosamente con gli altri nel portare avanti magnificamente le comuni funzioni del corpo fisico. Ogni elemento, inoltre, nutre l'altro con le sue proprie qualità.

Dhriti è anche la fermezza o il potere per cui questi elementi che si combattono sono tenuti in unione e armonia e mantenuti in uno stato di stabilità ed equilibrio. Questa anche fa parte del Campo perché è conoscibile.

Il desiderio e le altre qualità di cui si è parlato in questo verso sono tutte qualità della mente. Il Campo che è menzionato nel primo verso è stato trattato con tutte le sue differenti forme nei versi cinque e sei.

7. Umiltà, semplicità, innocuità, tolleranza, rettitudine, riverenza al Maestro, purezza, costanza, autocontrollo,

Commento: Queste sono le qualità che costituiscono la saggezza o portano alla saggezza. Questi sono gli attributi di un uomo la cui mente è rivolta verso la saggezza interiore. Se queste caratteristiche sono viste in un uomo nella loro interezza, potete dedurne che la conoscenza del Sé è sorta in lui.

Umiltà: la negazione della vanità, o l'assenza dell'autostima o dell'orgoglio. La base dell'orgoglio è la coscienza del possesso di qualcosa, come ricchezza, conoscenza, forza, bellezza e virtuose qualità, in misura maggiore che altre. Un uomo orgoglioso può possedere almeno qualcosa, ma un uomo vanitoso non possiede nulla e ancora pensa che è superiore agli altri. La vanità è orgoglio esagerato. Un uomo umile trascura rispetto, onore e lode. Egli schiva fama e distinzione; non mostra mai la sua conoscenza, abilità e valore. Non glorifica mai se stesso.

Semplicità: assenza di ipocrisia o desiderio di apparire quello che non si è. Un Sannyasi può possedere alcune virtù e un po' di conoscenza teorica derivata dai libri, tuttavia può pretendere di essere un saggio liberato. Questa è ipocrisia religiosa. Un uomo in cui questo è assente, è semplice e modesto. Egli mai mette in mostra le sue virtuose qualità per procurarsi dagli altri rispetto, nome e ossequio. Non mostra mai qualche atto meritorio o caritatevole che ha fatto; è libero da pedanteria, mai vende la sua conoscenza per ottenere fama.

Innocuità: non danneggiare nessun essere vivente in pensieri parole e azioni. Colui che pratica l'innocuità (non-violenza, Ahimsa) cammina molto attentamente

ed evita di calpestare qualsiasi creatura vivente. Se si accorge che una qualsiasi creatura vivente ostruisce il suo sentiero, si allontana; egli è pieno di compassione.

Tolleranza: sopportazione, pazienza, tolleranza. Queste qualità sono i veri aspetti della conoscenza. Un uomo di saggezza è in armonia con ogni cosa. Egli non è disturbato affatto quando altri lo offendono. Mai reagisce; sopporta insulti e ingiurie con calma.

Rettitudine: un uomo di saggezza è chiaro e onesto nel suo comportamento. Egli è libero da furbizia, doppio gioco, diplomazia e disonestà. È totalmente franco, candido e dal cuore aperto. Non nasconde nulla. I suoi pensieri e azioni concordano. Parla alla gente con mente aperta, nei suoi discorsi è semplice come un fanciullo; ha un cuore puro come il cristallo. Egli mai imbrogli gli altri.

Riverenza al Maestro: devozione verso il precettore; adorazione del Guru; servizio a colui che insegna il Brahma Vidya o i mezzi per raggiungere la liberazione. L'Acharya è il Maestro in cui la divina saggezza si è personificata. Il servizio al precettore rende capace l'aspirante di raggiungere la realizzazione del Sé. L'aspirante adora il suo Guru come Brahman, come Dio stesso. Egli lo adora come il Signore Vishnu; sovrappone a lui tutti gli attributi di Brahman o del Signore Vishnu. Realizza Brahman dentro e attraverso il suo Guru. Questo è il frutto della sua devozione al Signore. Per uno studente del Vedanta la devozione al Guru è assolutamente necessaria. Anche per una corretta comprensione delle scritture la guida di un Guru è assolutamente necessaria.

Purezza: questa è di due tipi – esterna e interna. La purezza esterna si ottiene pulendo il corpo fisico con terra e acqua. Quella interna ripulendo la mente dalla sporcizia dell'attaccamento, dell'odio e delle altre passioni con il metodo della coltivazione delle virtù opposte a quelle negative, e riconoscendo il male che c'è negli oggetti dei sensi.

Costanza: l'aspirante mai interrompe il suo sforzo sul sentiero della salvezza, anche se incontra molti ostacoli che lo bloccano. Questa è costanza o fermezza. Nessuna meditazione su Brahman è possibile con una mente instabile.

Autocontrollo: l'insieme del corpo e dei sensi che naturalmente corrono all'esterno verso gli oggetti sensuali, è controllato e diretto sul sentiero della salvezza. Nessuna meditazione è possibile in un corpo dove i sensi sono fuori controllo e distraggono la mente.

8. Indifferenza per gli oggetti dei sensi ed anche assenza di egoismo, percezione del (o riflessione sul) male in nascita, morte, vecchiaia, malattia e dolore,

Commento: Il sentimento di rinuncia verso gli oggetti dei sensi è costante in un uomo di saggezza. Egli non ama nemmeno parlare di essi. I suoi sensi non corrono verso di loro.

Indifferenza: indifferenza verso gli oggetti dei sensi, come il suono, tocco ecc. e al piacere, visto o non visto, udito o non udito, e anche al piacere nei cieli.

Anahankara: l'idea che sorge in una mente che "sono superiore a tutti" è egoismo. L'assenza di questa idea è Anahankara o assenza di egoismo.

Riflessione sui mali della nascita, morte ecc.: l'uomo deve dimorare nel grembo per nove mesi e sopportare i dolori della nascita. Questi sono i mali della nascita. L'uomo di saggezza non dimentica mai le sofferenze di nascita, morte e vecchiaia. Egli vuole evitare la rinascita. Nella vecchiaia l'intelletto diventa lento, la memoria si perde e i sensi diventano freddi e deboli. C'è un decadimento di forza e di potere. Un uomo anziano viene trattato con disprezzo dai suoi parenti. Questi sono i mali della vecchiaia. Un uomo che soffre di emorroidi e perdita di sangue è troppo debole per fare qualcosa. Uno che soffre di malaria ha una milza ingrossata. Questi sono i mali causati dalla malattia.

Dolore: i tre tipi di dolori o afflizioni sono stati già trattati (v. commento al verso XIII. 3). Il dolore in se stesso è un male. La nascita, la morte, la vecchiaia, la malattia, tutte sono infelicità. Tutte queste causano sofferenza perché producono dolore.

Attraverso una tale riflessione e percezione del male, sorge nell'individuo l'indifferenza ai piaceri del corpo e della mente. La mente allora si volge all'interno verso il più profondo Sé per attingere la Sua conoscenza. Poiché la percezione del male e del dolore alla nascita aiuta l'uomo ad ottenere la conoscenza del Sé, di questa si parla anche come conoscenza.

9. Non attaccamento, non identificazione del Sé, con figlio, moglie, casa e per gli altri ed il costante equilibrio nell'ottenimento del desiderabile e dell'indesiderabile,

Commento: *Asakti:* non attaccamento agli oggetti. Quando un uomo pensa che un oggetto è suo, l'idea di "mio" (la proprietà) entra nella sua mente. Egli sviluppa *Abhimana* (falsa identificazione). Poi comincia ad amare l'oggetto, si stringe ad esso e vi rimane attaccato. Nel saggio c'è l'assenza di una tale attrazione per gli oggetti.

Non identificazione: questa è la non identificazione del Sé con i propri figli, moglie ecc. Dove c'è un tale intenso attaccamento, li uno sente una completa identificazione del Sé con l'oggetto. Uno si sente felice o miserabile quando quella persona è felice o infelice. Govindam si sente infelice quando sua moglie muore, perché

era molto attaccato a lei; ma non prova nulla quando muore la moglie del suo vicino. Un uomo di saggezza non ha attaccamenti alla sua casa o a parenti e amici. Egli considera la sua casa come un luogo pubblico lungo una pubblica strada.

Gli altri: altri che sono molto cari: parenti o dipendenti.

La costante serenità o equanimità sotto tutte le condizioni e circostanze, è un sicuro indice di conoscenza. L'uomo di saggezza né si esalta quando ottiene un desiderabile o piacevole oggetto, né si affligge quando ne ottiene uno non desiderato o che gli porta dolore.

Non attaccamento, assenza di affetto ed equanimità, conducono tutti al raggiungimento della conoscenza del Sé. Essi sono considerati come conoscenza in quanto sono mezzi per raggiungere la conoscenza.

10. Inflexibile devozione a Me con lo Yoga della non separazione, il ricorrere a luoghi solitari, il disgusto per la società umana,

Commento: L'uomo di saggezza è fermamente convinto che non c'è nulla più alto di Me, e che Io sono il suo unico rifugio. Egli ha un'irremovibile devozione a Me attraverso lo Yoga, senza alcun pensiero per altri oggetti. La sua mente è immersa o è entrata in Me, proprio come un fiume che quando si immerge nell'oceano diventa completamente una sola cosa con l'oceano, anche così egli, essendo unito a Me, adora Me soltanto. Questo è Ananya Yoga, lo Yoga della non separazione, o Aparthak Samadhi o lo stato superconscio in cui il devoto sente che egli non è distinto da Dio. Tale intensa devozione è un mezzo per raggiungere la conoscenza. Un tale devoto non abbandona mai la sua devozione e la sua adorazione anche quando deve sopportare grandi avversità e tribolazioni.

Viviktadesasevitvam: significa vivere sulle rive dei sacri fiumi, nelle grotte, sulle montagne, sulle spiagge dei mari o dei laghi e in bei giardini solitari, dove non c'è paura di serpenti, di tigri o di ladri. In luoghi solitari la mente è completamente calma; non ci sono elementi disturbanti per distrarre la propria attenzione. Uno può avere un'ininterrotta meditazione sul Sé e può entrare rapidamente in Samadhi.

Società umana: si riferisce soltanto al disgusto per la società di gente dalla mente mondana, non per quelli che sono saggi, puri e santi. Il Satsanga con i saggi è un mezzo per il raggiungimento della conoscenza del Sé.

11. Costanza nella conoscenza del Sé, percezione del fine della vera conoscenza – questa è chiamata essere la conoscenza, e quella che è opposta ad essa è ignoranza.

Commento: Il saggio liberato ha costante consapevolezza del Sé. Egli sa che solo la conoscenza del Sé è permanente e che tutte le altre nozioni relative a questo mondo costituiscono l'ignoranza. Egli sa che la conoscenza che conduce alla realizzazione del Sé è l'unica verità.

Questi attributi, cominciando dall'umiltà, sono dichiarati essere la conoscenza, perché essi sono il mezzo per la conoscenza. Essi sono le sue cause secondarie o ausiliarie. Il frutto di questa conoscenza del Sé è la liberazione dai cicli di nascita e morte. L'aspirante spirituale dovrebbe sempre avere in mente il fine della conoscenza. Solo allora egli farà uno sforzo determinato per sviluppare le varie virtù che conducono al raggiungimento della conoscenza del Sé.

Quello che è opposto alla conoscenza cioè, passione, ira, cupidigia, orgoglio, ipocrisia, attaccamento, furbizia, diplomazia e violenza costituiscono l'ignoranza. Queste caratteristiche negative, che sono il prodotto dell'ignoranza, legano l'uomo all'esistenza mondana.

Se desiderate raggiungere la conoscenza del Sé dovete sradicare queste caratteristiche negative che sono degli ostacoli sul sentiero della salvezza. Se coltivate le qualità opposte, gli aspetti negativi moriranno da loro stessi, proprio come una pianta che privata dell'acqua appassisce. Combattere direttamente contro queste qualità negative è un metodo molto difficile per sradicarle.

12. Io dichiarerò quello che deve essere conosciuto, conoscendo il quale uno raggiunge l'immortalità, il supremo e senza inizio Brahman, chiamato né essere né non-essere.

Commento: Il Signore loda quello che deve essere conosciuto per creare in Arjuna (o in chiunque altro ascolta) un intenso desiderio di conoscerlo.

Il Sé non può essere espresso in parole come "essere" o "non-essere", perché non appartiene ad una classe qualsiasi, come quella degli uomini, degli animali o delle piante. Egli non ha qualità come il colore (bianco o nero) ecc. Non ha relazione o connessione con niente altro, perché è uno senza un secondo. Egli non è un oggetto nel senso comune del termine; è al di là del raggiungimento della mente e dei sensi. Non opera; è il grande trascendente e non-manifesto Assoluto. È il soggetto, testimone di tutti gli oggetti.

I *Veda* enfaticamente dichiarano che il Sé è senza qualsiasi tipo di attributo, di attività, di attaccamento o parte.

Nel diciannovesimo verso del nono discorso, è stato affermato che il Sé è l'essere e anche il non-essere. Questo verso afferma che egli è né l'essere né il non-essere. Questo sembrerebbe essere una contraddizione in termini; ma non è così.

Sebbene il manifestato (deperibile) e l'immanifesto (indeperibile) universo sono ambedue forme del Sé, quest'ultimo è al di là di ambedue. (Cfr. VII. 2; XV. 16-18).

13. Con mani e piedi ovunque, con occhi, teste e bocche ovunque, con orecchie da ogni parte, Egli esiste nei mondi, avviluppando ogni cosa.

Commento: Egli (il conoscitore del Campo o Para Brahman) pervade ogni cosa in questo mondo. Riempie e circonda questo mondo con Se stesso. Dimora in questo universo avviluppando ogni cosa.

Nel verso precedente si afferma che il Sé che deve essere conosciuto non è né essere né non-essere. Uno può quindi essere indotto a capire che egli è una non-entità, un vuoto o un nulla. Per rimuovere questo possibile fraintendimento, il Signore afferma in questo verso che il Conoscitore ha mani e piedi ovunque ecc. Egli dirige la mente e i sensi alle loro proprie funzioni. Questo è soltanto il Suo aspetto manifesto o Saguna Brahman (il Sé con attributi).

Proprio come il macchinista conduce il locomotore, così ugualmente il Conoscitore o il Conoscitore del Campo conduce il corpo (macchina). Egli è il Governatore interiore; è il Sé più profondo; è il supporto, il substrato o la base di mondo, corpo, mente, forza vitale e sensi. L'esistenza del Sé è determinata, rilevata o indicata dall'esistenza delle aggiunte limitanti, vale a dire, il corpo, la mente e i sensi, in quanto deve esistere una autocoscienza dietro le loro attività. Come potete voi allora chiamarlo non esistenza?

Proprio come la corda non è influenzata dalle qualità o dai difetti dell'illusorio, sovrapposto serpente, così anche il Para Brahman, il Conoscitore del Campo non è influenzato da mondo, corpo, sensi, mente e forza vitale che gli vengono sovrapposti.

C'è solo un'unica comune coscienza in tutti gli esseri o corpi. Questa comune coscienza è autoluminosa, onnipervadente ed eterna. Quella comune coscienza è chiamata Para Brahman. Il corpo, la mente, i sensi e la forza vitale sono per loro natura insenzienti; essi vengono messi in azione dal Sé. Agiscono a causa della presenza del Sé. Le aggiunte limitanti sono illusorie; di conseguenza, esse indossano una sembianza di coscienza, proprio come un pezzo di ferro riveste la sembianza di un magnete quando è alla presenza di quest'ultimo.

L'intero mondo è sovrapposto al Sé, come il serpente alla corda. Questa illusione è descritta con il metodo della negazione o dell'erronea attribuzione.

Il verso successivo è preso dalla *Swetaswatara Upanishad*.

14. Splendente con le funzioni di tutti i sensi, e tuttavia senza i sensi; inattaccato, ma tuttavia supportando tutto; privo di qualità, ma tuttavia loro sperimentatore,

Commento: Il Sé vede senza occhi, ascolta senza orecchi, odora senza naso, mangia senza bocca, sente senza pelle, afferra senza mani e cammina senza piedi.

La *Brihadaranyaka Upanishad* dice: “Egli è il non visto veggente, il non udito ascoltatore, il non pensato pensatore. Oltre Lui non c’è né veggente né ascoltatore, né pensatore. Egli è il Sé, il Governatore interiore, l’Essere Immortale”.

Il Sé è libero dalle qualità della Natura, tuttavia egli è il fruitore delle qualità.

Tutti i sensi: i cinque sensi della conoscenza, i cinque organi dell’azione, i sensi interiori, la mente e l’intelletto, cadono sotto il termine “tutti i sensi”. Gli organi dell’azione e quelli della conoscenza eseguono le loro funzioni in congiunzione con la mente e l’intelletto. Essi non possono funzionare indipendentemente. Questa è la ragione per cui vengono inclusi anche la mente e l’intelletto.

Il Supremo Sé, sebbene sia trascendentale e non manifesto, manifesta Se stesso attraverso le aggiunte limitanti dei sensi esterni e interni. Poiché è privo dei sensi, è non attaccato e tuttavia sostiene tutto; è il substrato o il supporto di ogni cosa. È privo delle qualità della Natura e tuttavia è il fruitore di quelle qualità. Il Sé è veramente misterioso.

Anche il verso seguente viene dalla *Swetaswatara Upanishad*.

15. Esterno ed interno a (tutti) gli esseri, immobile ed anche mobile; a causa della Sua tenuità, inconoscibile; vicino seppur lontano è Quello.

Commento: Il Sé è più sottile dell’etere; è incomprendibile al non illuminato a causa della sua estrema tenuità. Egli non può essere conosciuto dall’uomo che non è dotato dei “Quattro Mezzi”. Il Supremo Sé è conosciuto o realizzato dal saggio; è realizzato dall’aspirante di prima classe che è dotato di questi mezzi. È vicino al saggio o all’uomo illuminato perché egli è il suo vero Sé. È molto lontano dall’uomo ignorante immerso nella mondanità o nei piaceri sensuali. Non è raggiungibile dall’ignorante o dall’uomo non illuminato anche dopo milioni di anni.

Vicino seppur lontano: questa espressione si trova nella *Isavasya* e nella *Mundaka Upanishad*.

16. E indiviso, tuttavia Egli esiste come se fosse diviso negli esseri; Egli deve essere conosciuto come il sostegno degli esseri; Egli divora ed anche crea.

Commento: Il Sé deve essere considerato come Quello che supporta, inghiotte e anche crea tutti gli esseri. Brahma crea il mondo fatto di nomi e forme; Vishnu lo preserva e lo sostiene; Rudra (Shiva) lo distrugge. Il Sé è indiviso nei vari corpi. Egli è uno come l'etere; è onnipervadente come lo spazio. È indivisibile come l'Uno, ma appare come se dividesse Se stesso in forme, e appare come tutte le cose e gli esseri che esistono separatamente. Egli è essenzialmente ininterrotto, tuttavia Egli è, come appare, diviso tra tutti gli esseri.

Il Sé divora questo mondo durante la dissoluzione cosmica, poi lo genera al tempo dell'origine dell'era successiva. Egli sostiene tutti gli esseri durante il periodo di mantenimento di questo mondo.

Proprio come il fuoco è latente nel legno, così anche il Sé è nascosto in tutti i corpi. Proprio come l'unico spazio appare diverso a causa delle aggiunte limitanti (vaso, casa), così anche l'unico onnipervadente, indivisibile Sé appare differente a causa delle aggiunte limitanti (il corpo ecc.). (Cfr. XVIII. 20).

Un obiettore potrebbe dire: "Il Conoscitore del Campo è onnipervadente. Egli esiste ovunque e tuttavia non è percepito. Quindi, Egli deve essere della natura dell'oscurità o Tamas".

La risposta a questo è che ciò non può essere in quanto Egli è la Luce delle luci.

17. Quello, la Luce delle luci è al di là dell'oscurità; è detto essere la conoscenza, il Conoscitore, e l'obiettivo della conoscenza seduto nel cuore di tutti.

Commento: Il Supremo Sé illumina l'intelletto, la mente, il sole, la luna, le stelle, il fuoco e i fulmini. Egli è autoluminoso.

La *Katha* e la *Swetaswatara Upanishad* dicono: "Il sole non brilla qui, né la luna né le stelle, nemmeno i fulmini brillano e tantomeno il fuoco. Quando Egli brilla, ogni cosa splende a causa di Lui; tutte queste cose brillano per la Sua luce".

Conoscenza: come l'umiltà. (Cfr. XIII. 7-11).

Il Conoscitore: come descritto nei versi da 12 a 17.

L'obiettivo della conoscenza: quello che è possibile comprendere con la saggezza.

Questi tre sono installati nel cuore di ogni essere vivente. Sebbene la luce del sole brilli su tutti gli oggetti, tuttavia essa splende più brillantemente negli oggetti luminosi e puliti, come uno specchio, ecc. Anche così, sebbene il Sé sia presente in tutti gli oggetti, l'intelletto brilla con una speciale effulgenza ricevuta da Lui. (Cfr. X. 20; XIII. 3; XVIII. 61).

18. Così, il Campo, come anche la conoscenza ed il Conoscitore, sono stati brevemente descritti. Il Mio devoto, conoscendo questo entra nel Mio essere.

Commento: Colui che ha controllato la sua mente e i suoi organi, che ha la conoscenza del Campo e del Conoscitore, che fissa la sua mente su di Me, diventa uno con Me.

Così il Campo è stato descritto precedentemente, iniziando con “I grandi elementi” e finendo con “fermezza” nei versi XII. 5 e 6; la conoscenza è stata descritta prima cominciando da “umiltà” e terminando con “percezione del fine della vera conoscenza” nei versi da 7 a 11; il Conoscitore è stato descritto nei versi da 12 a 17.

Colui che ha un’unica concentrata devozione a Me, che considera Me – Vasudeva, il Supremo Signore, l’Onnisciente e Supremo Guru – come il Sé di ogni cosa, che pensa e sente che tutto quello che vede, ascolta e tocca non è null’altro che il Signore, che ha la giusta conoscenza come prima descritta, egli entra nel Mio essere o raggiunge la liberazione da nascita e morte.

19. Sappi tu che Natura (materia) e Spirito sono senza inizio; e sappi che tutte le modificazioni e le qualità sono nate dalla Natura.

Commento: I gradini sono necessari per raggiungere l’ultimo piano di un edificio. Ugualmente, i gradini sono anche necessari per raggiungere la sommità della conoscenza del Sé. Questa è la ragione per cui il Signore Krishna porta Arjuna fino alla sommità della conoscenza passo dopo passo.

Krishna insegna ad Arjuna la natura del Campo, poi la conoscenza, l’ignoranza o non-saggezza e, alla fine, il Conoscitore. Quando si deve dare da mangiare ad un bambino, la madre intelligente divide il cibo in piccole porzioni e lo alimenta poco alla volta. Ugualmente, il Signore Krishna alimenta il suo bambino spirituale con del cibo spirituale un poco alla volta.

Il Signore dice: “Oh Arjuna, ti darò lo stesso insegnamento in un’altra forma con la descrizione di Spirito e Natura”.

Fino ad ora il Signore ha illustrato la conoscenza del Campo e del Sé in accordo alla filosofia delle *Upanishad*. Ora Egli spiega la stessa conoscenza in accordo con la filosofia Sankhya, ma senza accettare la sua natura duale nella forma di distinzione tra lo Spirito e la Natura.

Modificazioni: quelle dall’intelletto giù fino al corpo fisico; i ventiquattro principi della filosofia Sankhya.

Il Sé interiore è immutabile. Tutti i cambiamenti hanno luogo nella Natura. La Natura primordiale, l’immanifestata, è modificata in intelletto, egoismo, mente, i grandi elementi e le altre modificazioni minori.

Proprio come freddo e ghiaccio, giorno e notte sono inseparabili, così anche materia e Spirito sono inseparabili. Le tre qualità – Sattwa, Rajas e Tamas – sono nate dalla Natura (materia). Tutte le azioni derivano da mente, forza vitale, sensi e corpo fisico.

In accordo alla filosofia Sankhya, Prakriti e Purusha (Natura e Spirito) non solo sono eterni e senza inizio, ma sono anche indipendenti l'uno dall'altro e autocreati. In accordo alla filosofia del Vedanta, Prakriti o Maya si origina da Brahman ed è quindi né autocreato né indipendente. Ishvara ha Maya sotto il Suo perfetto controllo. Maya è il Suo corpo causale; è il Suo illusorio potere.

Materia e Spirito sono le Nature di Ishvara. Sappi che queste due sono senza inizio. Quello che non ha inizio è "Anadi". Poiché Ishvara è eterno, queste due Nature dovrebbero anche essere eterne. Questo è il punto di vista del Sankhya.

Ishvara possiede queste due Nature (superiore e inferiore) con cui Egli causa la creazione, la preservazione e la distruzione dell'universo. Quindi, Egli ha la signoria, governa sull'universo. Le due Nature non hanno inizio; quindi, esse sono la causa dell'esistenza mondana.

La Natura inferiore che consiste dell'ottuplice divisione della Natura riportata nel verso VII. 4, è la Prakriti del verso XIII. 19. La Natura superiore, cui ci si riferiva nel verso VII. 5, è il Purusha del verso XIII. 19. Purusha qui significa l'anima individuale.

Anche un bambino sorride e sperimenta esaltazione, angoscia, paura, ira, piacere e dolore. Chi ha insegnato al bambino queste nozioni? Le impressioni delle azioni virtuose e cattive della presente nascita non possono essere la causa di queste emozioni. Sono solo le impressioni delle nascite precedenti che sono la loro causa. Queste impressioni devono avere un supporto. Da questo, possiamo molto chiaramente dedurre l'esistenza dell'anima individuale in una nascita precedente, e che l'anima individuale è senza inizio.

Se non accettate che l'anima individuale è senza inizio e che ha una rinascita, allora si presenteranno due problemi. Inizialmente, piacere e dolore, che sono i frutti di azioni virtuose e cattive fatte precedentemente, passeranno oltre senza essere sperimentati. Così, non ci sarà alcuna fruizione di azioni eseguite. Poi, l'opposto non potrebbe succedere – uno potrebbe fruire di piacere e dolore che risultano da buone o cattive azioni che non erano state fatte precedentemente. Questo è il difetto dell'effetto senza causa. Per superare questi due difetti dobbiamo accettare che l'anima individuale è senza inizio. Anche le scritture dichiarano enfaticamente che l'anima è senza inizio.

20. Nella produzione dell'effetto e della causa, la Natura (materia) si dice che sia la causa; nell'esperienza di piacere e dolore, l'anima si dice che sia la causa.

Commento: Piacere e dolore sono i frutti delle proprie azioni buone e cattive. La forza del desiderio agisce sulla mente e la mente spinge i sensi ad agire per ottenere gli oggetti del desiderio. Le azioni buone e cattive derivano dalla Natura e conducono a felicità o a miseria. Le azioni cattive producono miseria e dolore; le azioni virtuose portano felicità e gioia. L'anima è colei che beneficia di ciò.

La moglie lavora e prepara deliziosi e appetitosi piatti. Il marito silenziosamente gode i frutti del suo lavoro; egli siede in pace e li mangia con soddisfazione. Allo stesso modo, la Natura lavora e l'anima gode dei frutti del suo lavoro, cioè, piacere e dolore.

Quando predomina l'armonia o Sattwa, vengono eseguite azioni virtuose. Quando c'è preponderanza di Rajas, si fanno sia azioni virtuose sia negative. Quando Tamas predomina vengono fatte azioni ingiuste, peccaminose e contrarie alla legge.

In luogo di Kaarana, che significa "causa", alcuni leggono Karana, che significa "strumento", come i cinque organi della conoscenza, i cinque organi dell'azione, la mente, l'intelletto e l'egoismo (i tredici principi che si trovano nel corpo).

Karya: l'effetto, cioè, il corpo fisico. I cinque elementi che formano il corpo e i cinque sensi e quello che formano gli oggetti dei sensi nati dalla Natura sono compresi nel termine "effetto". Tutte le qualità, come piacere, dolore o delusione, che sono nate dalla Natura, sono comprese nel termine "strumenti" perché queste qualità risiedono negli strumenti, i sensi.

Nella produzione del corpo, dei sensi e delle loro sensazioni, la Natura viene detta essere la loro causa. Così la Natura è la causa di questa esistenza mondana.

Ad esempio: la canna da zucchero è la causa; il succo della canna da zucchero, lo zucchero e lo zucchero candito sono gli effetti o le modificazioni della canna da zucchero. Il latte è la causa; lo yogurt, il burro e il ghee sono le sue modificazioni.

Qualunque sia una modificazione di qualcosa, questo è l'effetto dell'altro; e quello da cui deriva la modificazione, è la causa. La Natura è la sorgente o la causa di tutte le modificazioni. Essa genera ogni cosa. I dieci organi, la mente e i cinque oggetti dei sensi sono le sedici modificazioni o effetti.

L'egoismo è nato dall'intelletto, che è nato dalla Natura primordiale. Così, l'intelletto è l'effetto della Natura e la causa dell'egoismo, ed è chiamato Prakriti-Vikriti. L'intelletto, l'egoismo e i cinque elementi di base della materia, sono i sette Prakriti-Vikriti. Ognuno di questi è un effetto del suo predecessore ed è a sua volta la causa del suo successore. I cinque sottili elementi-radice generano i cinque

elementi grossolani. Questi sette (compreso l'intelletto e l'egoismo) sono sia causa sia effetto e vengono inclusi sotto il termine "causa".

Le funzioni del corpo, i sensi, la forza vitale, mente e intelletto sono sovrapposti al puro Sé. Così l'uomo ignorante dice: "Io sono nero, grasso, affamato, arrabbiato, muto, cieco; io sono il figlio del tal dei tali; io conosco, agisco, sono il fruitore" ecc.

L'intelletto è molto sottile; è in stretto contatto con il sottile Sé. La coscienza del Sé è riflessa nell'intelletto e così l'intelletto, che ha l'apparenza della coscienza, sente dentro di sé: "Io sono la pura coscienza o Chaitanya. Io sperimento piacere e dolore". Gli attributi del Sé sono sovrapposti sull'intelletto. C'è una mutua sovrapposizione tra l'intelletto e il Sé, tra Natura e Spirito. Questa è la causa dell'esistenza mondana.

Purusha, Jiva, Kshetrajna e Bhokta sono sinonimi. Il Purusha, a cui qui ci si riferisce, non è il Supremo Sé, ma è l'anima condizionata, l'anima soggetta a trasmigrazione che sperimenta piacere e dolore. Il Sé o l'Assoluto è sempre libero dall'esistenza mondana ed è immutabile.

Prakriti e Purusha sono le cause di questa esistenza mondana. La Natura genera il corpo, la forza vitale, la mente, l'intelletto e i sensi; l'anima è la sperimentatrice di piacere e dolore. L'esistenza mondana (il Samsara) è l'esperienza di piacere e dolore. L'anima è il Samsarin, è la sperimentatrice di piacere e dolore. (Cfr. XV. 9).

21. L'anima, stabilita nella Natura, sperimenta le qualità nate dalla Natura; l'attaccamento alle qualità è la causa della sua nascita in buoni o cattivi grembi.

Commento: L'anima, risiedendo nella Natura e identificandosi con il corpo e i sensi, che sono modificazioni della Natura, agisce attraverso le qualità della Natura e sotto l'illusione sperimenta piacere e dolore. Pensa: "Io sono felice; sono miserabile, sono delusa, sono saggia". Quando così s'identifica con le qualità, assume un'individualità e nasce in puri o impuri grembi.

L'anima gode degli oggetti sensuali in congiunzione con il corpo, la mente e i sensi, e così diventa colei che gode. Il Sé è il silente testimone e, quindi, il non fruitore. L'intenso attaccamento dell'anima alle qualità di piacere, dolore e illusione, è la causa principale della sua rinascita. Se la parola "Samsara" è aggiunta alla seconda metà del verso, questo significherà: "L'attaccamento alle qualità è la causa del suo Samsara attraverso le nascite in buoni e cattivi grembi".

Buoni grembi sono quelli degli dei e simili; grembi cattivi sono quelli degli animali inferiori. Il grembo umano è parzialmente buono e parzialmente cattivo a causa dei Karma misti.

Purushah prakritisthah: questo è il Purusha (l'anima) situato in Prakriti (Natura), questa è l'ignoranza. L'attaccamento alle qualità della Natura è il desiderio. Desiderio e ignoranza sono le cause dell'esistenza mondana. Saggezza e distacco distruggono ignoranza e desiderio. (Cfr. XIV. 5; XV. 7).

22. *Lo Spirito Supremo in questo corpo è anche chiamato lo spettatore, colui che permette, che sostiene, che gode, il grande Signore ed il Supremo Sé.*

Commento: *Upadrasta*: uno spettatore, un testimone, un astante, uno che siede vicino. Quando i preti e colui che sacrifica eseguono i riti sacrificali, un esperto che ha buona esperienza in essi può sedere accanto a loro. Egli non prende alcuna parte al sacrificio; siede come un testimone silenzioso. Li guida, fa notare i loro errori e li corregge. Analogamente, il Supremo Sé non agisce. Non prende alcuna parte nelle attività del corpo, della mente e dei sensi. Egli è totalmente distinto da essi; è un silenzioso testimone delle loro attività. Siede vicino alla Natura e silenziosamente osserva le sue azioni.

Ciò può essere spiegato in un altro modo, cioè, il corpo, la mente, l'intelletto e il Sé, sono gli osservatori. Di questi, il corpo è l'osservatore più esterno, mentre il Sé è il più interno e il più vicino degli osservatori. Al di là del Sé non c'è alcun altro osservatore interno.

Anumanta: colui che permette. Il Supremo Sé dà il suo consenso. Esprime la sua approvazione o soddisfazione circa le azioni fatte da sensi, mente e intelletto. Un re acconsente e dà la sua approvazione, tutti i ministri semplicemente eseguono i suoi ordini. Anche così, il Supremo Sé accorda il suo permesso; il corpo, la mente, l'intelletto e i sensi, eseguono le loro rispettive funzioni. Benché lo stesso Sé non lavori, mentre i sensi, la mente e l'intelletto lavorano, Egli sembra come se fosse impegnato in azione; sembra cooperare con essi. Poiché Egli è un semplice testimone, mai si oppone alle attività di corpo, mente, intelletto e sensi.

Bharta: sostegno. Proprio come il marito è il sostegno di sua moglie e dei suoi figli, così anche il Sé è il sostegno di questo corpo, mente, intelletto, forza vitale e sensi. È diverso da essi, proprio come il padre che sostiene i figli è differente da essi.

Bhokta: colui che gode, il Sé, la cui natura è intelligenza eterna. Proprio come il calore è la natura inerente del fuoco, così ugualmente l'eterna intelligenza è la natura inerente del Sé. Tutti gli stati della mente, come piacere, dolore e delusione, sono permeati e illuminati dall'intelligente Sé. Proprio come Govindam che si alimenta è differente dal cibo, così ugualmente il Sé è differente da mente, intelletto e sensi.

Mahesvara: il Grande Signore. Poiché Egli è l'anima o l'essenza di ogni cosa e poiché è indipendente da tutto, Egli è Mahesvara. Il cielo è molto grande ma Mahesvara è più grande anche del cielo; da cui, il suo nome. Proprio come il re è differente dai suoi soggetti, così anche il Sé è differente dalla Natura e dai suoi effetti o modificazioni.

Paramatma: il Supremo Sé. Egli è il Supremo perché è superiore a tutte le cose che vanno dall'immanifesto fino al corpo fisico, che sono scambiate per il Sé a causa dell'ignoranza.

Proprio come un pezzetto di ferro si muove in presenza di un magnete, così anche la mente e l'intelletto che sono insenzienti, funzionano in presenza del Supremo Sé. Proprio come la luna prende in prestito la sua luce dal sole, così anche la mente e l'intelletto ricevono la luce dal Supremo Sé, che è autoluminoso. La mente e l'intelletto non hanno una luminosità propria. Nei *Veda*, anche il Sé viene chiamato "il Supremo Sé".

Il Signore Krishna dice nel verso XV. 17: "Ma distinto è il Supremo Purusha chiamato il più alto Sé".

L'affermazione "ConosciMi anche come il Conoscitore del Campo, in tutti i Campi", è stata così descritta in dettaglio e quest'argomento si conclude in questo verso.

23. Colui che conosce lo Spirito e la Materia, insieme con le qualità, in qualunque condizione egli possa essere, non nasce di nuovo.

Commento: Uno che conosce l'Anima e la Natura con le loro qualità, qualunque possa essere la sua condotta, libera se stesso dal ciclo di ripetute nascite e morti. Questo è il vantaggio che uno ottiene da una conoscenza discriminativa di Spirito e Materia. Egli sa che è libero, eterno e immutabile e che tutti i cambiamenti sono dovuti alle modificazioni della Natura a causa delle sue qualità (Guna). Il sé individuale, a causa dell'ignoranza, identifica se stesso con il corpo e deve sopportare le rinascite.

Uno che ha raggiunto la conoscenza del Sé, anche se è impegnato in azioni prescritte o vietate (come Indra che uccise il Purohita Viswarupa e molti Sannyasi), non rinasce poiché le sue azioni, che sono i semi della rinascita, sono stati bruciati dal fuoco di quella conoscenza. Proprio come i semi che sono stati scottati nel fuoco non germinano più, così anche le azioni bruciate nel fuoco della conoscenza non possono produrre nuovi corpi o ulteriori rinascite. In questo caso le azioni sono semplici sembianze di Karma; non sono cause effettive e così non possono produrre nessuna ulteriore rinascita. Una stoffa bruciata non può servire per lo scopo per cui è stata fatta la stoffa.

Quelle azioni compiute con egoismo e desiderio producono frutti o risultati. Nel caso di un uomo saggio, i semi del male, cioè egoismo, ignoranza e attaccamento sono bruciati dal fuoco della conoscenza. Quindi egli non può avere rinascite.

Il Prarabdha Karma che ha già iniziato ad operare producendo questa nascita attuale, non finisce, nonostante il sorgere della conoscenza del Sé. Quando una freccia viene lanciata da un arco verso il bersaglio, continua a viaggiare finché non raggiunge il bersaglio. Solo allora tutta la forza con cui è stata lanciata viene esaurita. Ugualmente così, il Prarabdha Karma che ha dato luogo alla nascita del corpo, continua ad agire finché la sua forza inerente non si è totalmente esaurita attraverso il corpo.

Ma il saggio che ha raggiunto la realizzazione del Sé non è per nulla influenzato da questo, perché egli non ha alcuna identificazione con il corpo fisico. Egli ha identificato se stesso con il Sé. Se un foruncolo o un cancro sorge nel corpo a causa del Prarabdha Karma, egli non soffre nemmeno un po' in quanto si è sollevato al di sopra della coscienza corporea e rimane come un testimone del suo corpo. Ma un osservatore o uno spettatore può erroneamente immaginare che il saggio liberato stia ugualmente soffrendo come un ordinario uomo di mondo. Questo è un grande e triste errore. Dal punto di vista del saggio liberato, egli non ha né corpo né Prarabdha Karma.

Una freccia che è fissata all'arco, ma non lanciata con forza, può ancora essere ritirata. Analogamente, i Karma che non hanno ancora cominciato a generare i loro frutti o effetti, possono essere neutralizzati o distrutti tramite la conoscenza del Sé. Quindi, è giusto affermare che il saggio liberato non nascerà di nuovo; egli non prenderà un altro corpo, quando il corpo attraverso cui ha raggiunto la conoscenza perisce. Poiché l'ignoranza, la causa di questo corpo, è distrutta attraverso la conoscenza del Sé, la nascita, che è l'effetto dell'ignoranza, è anch'essa distrutta.

Uno nasce a causa delle azioni buone o cattive accumulate nelle nascite precedenti, ma un saggio non rinasce in quanto le sue buone e cattive azioni sono state distrutte dalla conoscenza del Sé. Inoltre, le azioni fatte da lui dopo che ha raggiunto la realizzazione del Sé non possono toccarlo affatto, in quanto egli le ha compiute senza egoismo né desiderio. (Cfr. XIII. 32).

24. Alcuni con la meditazione osservano il Sé nel Sé con il Sé, altri con lo Yoga della conoscenza, ed altri con lo Yoga dell'azione.

Commento: A seconda della capacità, della natura e del temperamento dell'individuo, ci sono parecchi sentieri per il raggiungimento della conoscenza del Sé.

Il primo sentiero è quello dello Yoga della Meditazione come insegnato da Maharshi Patanjali. Un Raja Yogi osserva il Supremo Sé nel sé (buddhi) con il sé

(mente purificata). La meditazione è il continuo e ininterrotto flusso di pensiero sul Sé come il flusso dell'olio da un vaso ad un altro. Tramite la concentrazione, i sensi vengono ritirati nella mente. Non gli viene permesso di correre verso i loro rispettivi oggetti sensuali. Sono tenuti sotto propria osservazione e controllo attraverso il processo dell'astrazione. Poi la mente viene fatta dimorare nel Sé tramite la costante meditazione sul Sé. La mente è raffinata o purificata dalla meditazione. Una mente che è resa pura si muoverà naturalmente verso il Sé, non avrà né attrazione né attaccamenti per gli oggetti sensuali.

Il secondo sentiero è il Sankhya Yoga o Jnana Yoga. L'aspirante, facendo analisi e riflessione e separando se stesso dalle tre qualità della natura, dai tre corpi e dalle cinque guaine, identifica se stesso con il Sé. Egli pensa e sente che è distinto dalle tre qualità, che è il testimone silente, non attaccato, colui che non agisce e che non fruisce. Egli sente che è immortale, eterno, autoesistente, autoluminoso, indivisibile, non nato e immutabile.

Il terzo sentiero è il Karma Yoga. Il Karma Yogi abbandona le sue azioni e i loro frutti al Signore. Possiede un'intelligenza che è capace di offrire ogni cosa al Signore. Questo produce purezza di mente che porta alla conoscenza del Sé. Il Karma Yoga produce la concentrazione della mente attraverso la sua purificazione. Questo conduce allo Yoga, e quindi per conseguenza se ne parla come Yoga stesso.

Coloro che praticano il Sankhya Yoga sono gli aspiranti spirituali della classe più avanzata. Coloro che praticano lo Yoga della meditazione sono gli aspiranti della classe intermedia. Quelli che praticano il Karma Yoga soltanto, sono agli stadi iniziali della loro crescita spirituale. Gli aspiranti delle ultime due classi presto diventano aspiranti della classe più elevata attraverso una rigorosa Sadhana. (Cfr. V. 5; VI. 46).

25. Anche altri, non conoscendo questo, adorano, avendo udito di ciò da altri; essi anche, passano oltre la morte, considerando quello che hanno udito come il supremo rifugio.

Commento: I tre principali sentieri – lo Yoga della Meditazione, lo Yoga della Conoscenza e lo Yoga dell'Azione – erano stati riportati nel verso precedente. In questo verso viene descritto lo Yoga dell'adorazione.

Alcuni che ignorano i metodi descritti nel precedente verso ascoltano con intensa incrollabile fede gli insegnamenti dei precettori spirituali che trattano questa grande Verità, o il Sé. Unicamente dipendenti dall'autorità delle istruzioni di altri, e attraverso il costante ricordo e la contemplazione di queste istruzioni, essi raggiungono l'immortalità. Sono devoti ai loro precettori (Guru).

Alcuni studiano libri scritti da veggenti realizzati. Aderiscono con grande fede ad insegnamenti lì contenuti e vivono in accordo ad essi. Questi anche oltrepassano la morte. Qualsiasi sentiero uno segue, alla fine, ottiene la conoscenza del Sé e la liberazione finale da nascita e morte. I vari sentieri esistono solo per adattarsi ad aspiranti di differenti temperamenti e caratteristiche, ma l'obiettivo finale è lo stesso.

Liberare se stessi dalle prese dell'ignoranza e dai suoi effetti per mezzo della conoscenza del Sé porta ad oltrepassare questa esistenza mondana, ottenendo l'immortalità, superando la morte e raggiungendo la liberazione o la salvezza.

26. Dovunque un essere è nato, sia mobile che immobile, sappi tu, Oh migliore tra i Bharata (Arjuna), che egli deriva dall'unione tra il Campo e il suo Conoscitore.

Commento: Oh Arjuna, ricorda che qualsiasi cosa è nata – mobile o immobile – è dovuta all'unione tra il corpo e il Sé.

Il Conoscitore del Campo è come l'etere, che è senza parti. Quindi, non ci può essere un'unione del Campo e del suo Conoscitore attraverso il contatto delle proprie parti di ognuno, come il contatto tra un tamburo e la bacchetta o quello tra una corda e un vaso. Non ci può essere l'inseparabile connessione tra di essi, come quella che esiste tra la testa e il collo, o il braccio e la spalla, perché essi non sono correlati l'uno all'altro come causa ed effetto.

Allora potete chiedere: "Che sorta di unione c'è tra il Campo e il suo Conoscitore?". Essa ha la natura della mutua sovrapposizione; è illusoria; consiste nel confondere l'una con l'altra, come anche i loro attributi, come l'unione di una corda con un serpente, o quella della madreperla con l'argento, a causa della mancanza di discriminazione circa la loro reale natura. Gli attributi del Sé sono trasferiti al corpo e viceversa. Il corpo insenziente è scambiato per il senziente Sé. Le attività del corpo o della Natura sono trasferite al silente Sé privo di azioni. Questo tipo di illusione o sovrapposizione scompare quando uno raggiunge la conoscenza del Sé, quando conosce la distinzione tra il Campo e il suo Conoscitore, quando uno è capace di separare il Campo dal Conoscitore, come separare la paglia dall'erba *munja*. Egli realizza che il Supremo Sé, che è libero da tutte le aggiunte limitanti è il suo immortale Sé; e che il Campo è una semplice apparenza, come il serpente nella corda, come l'argento nella madreperla, come un'immaginaria città nel cielo, come un oggetto visto in sogno, come cavalli, palazzi e foreste proiettate da un illusionista. Un saggio che ha la conoscenza del Sé non rinasce.

27. Vede, chi vede il Supremo Signore che esiste ugualmente in tutti gli esseri, l'immortale dentro il mortale.

Commento: Colui che, attraverso il suo occhio interiore di saggezza, osserva il Supremo Signore, che è seduto in tutti gli esseri, dal Creatore giù fino all'ultimo immobile oggetto, e che non è distrutto anche quando tutti gli esseri sono distrutti – egli si dice che ha realizzato il Sé.

Il calore è lo stesso nei differenti tipi di fuoco. L'oro è lo stesso in differenti tipi di ornamenti. La luce da molte lampade è la stessa. Così anche, in tutti gli esseri viventi l'Anima è la stessa. L'Anima o il Sé è uniforme ovunque. Il Sé è lo stesso in formiche, elefanti, re, mendicanti, santi e malfattori.

Il Sé è indistruttibile, mentre tutti gli esseri viventi sono mortali. Egli è il Supremo Signore quando paragonato al corpo, ai sensi, alla mente, all'intelletto, alla Natura immanifesta e all'anima individuale.

La nascita è la causa basilare della modificazione di cambiamento, crescita, decadimento e morte, questi sono gli altri cambiamenti di stato che si manifestano dopo la nascita del corpo.

Il Signore Supremo è uno e immutabile, in quanto Egli è senza nascita, né decadimento né morte. Egli è l'unica comune Coscienza in tutti gli esseri. Vede correttamente, chi vede il Signore Supremo come ora descritto. Un tale individuo è un Jivanmukta; egli ha la conoscenza dell'immortale Sé o del Conoscitore del Campo. È un vero saggio liberato.

Il saggio soltanto vede giustamente a causa della sua conoscenza. Il mondo vede erroneamente a causa dell'ignoranza. Chi soffre di visione difettosa, vede molte lune; vede erroneamente. Colui che vede una luna soltanto, vede propriamente; vede correttamente. Anche così, colui che osserva l'unico immortale indivisibile Sé in tutti gli esseri, realmente vede la Verità, egli soltanto vede. Chi erroneamente vede molti distinti Sé, realmente non vede, sebbene egli veda. Egli è come l'uomo che osserva molte lune. (Cfr. VIII. 20).

28. Perché chi vede lo stesso Signore che dimora egualmente ovunque, non distrugge il Sé con il sé, egli raggiunge la meta più alta.

Commento: Questa è la visione di un saggio liberato. Il Sé Supremo abita in tutte le forme; non c'è nulla separato da Esso.

Un uomo ignorante distrugge il Sé identificando se stesso con il corpo e con le modificazioni della mente, non vedendo l'unico immortale Sé in tutti gli esseri. Egli ha una visione offuscata, la sua mente è molto grossolana; non può pensare al sottile Sé. Egli è sviato dalla forza dell'ignoranza; scambia l'impuro corpo per il puro Sé. Ha una falsa conoscenza. Ma il saggio ha la conoscenza del Sé o la vera conoscenza, così egli osserva l'unico Sé in tutti gli esseri.

Un uomo ignorante è l'uccisore del suo Sé. Egli distrugge questo corpo e prende un altro corpo, e così via. Ma chi osserva l'unico Sé in tutti gli esseri non distrugge il Sé con il sé. Quindi, egli raggiunge la meta suprema – la liberazione dai cicli di nascita e morte. La conoscenza del Supremo Sé porta alla liberazione, annulla *in toto* l'ignoranza. Se l'ignoranza è distrutta come anche la falsa conoscenza, allora tutti i mali sono simultaneamente distrutti.

Coloro che hanno realizzato l'unità del Sé in tutte queste diverse forme non sono mai più catturati nelle spire di nascita e morte. Raggiungono lo stato di Turiya (il quarto stato, che è al di là degli stati di veglia, sogno e sonno profondo), dove forme e suoni non esistono.

Il sé è l'amico di ognuno e anche il suo nemico. Quest'idea inizialmente espressa nel discorso VI versi 5 e 6 è ripetuta qui. (Cfr. XVIII. 20).

29. Vede, chi vede che tutte le azioni sono eseguite soltanto dalla Natura, e che il Sé è privo di azione.

Commento: La Natura è responsabile per tutte le attività. Il Sé è al di là di tutte le azioni; è soltanto il testimone silenzioso. Colui che sperimenta questo è il vero veggente o saggio.

Colui che sa che tutte le azioni provenienti dai cinque organi della conoscenza, dai cinque organi dell'azione, da mente e intelletto, sono spinte dalla Natura, e che il Sé è privo di azioni, egli realmente vede. Colui che identifica se stesso con il corpo fisico, la mente e i sensi, e che stoltamente pensa che il Sé è l'attore, è un uomo ignorante. Egli vede solo con gli occhi fisici; non ha l'occhio interiore dell'intuizione. Il cielo rimane immoto, ma le nuvole si muovono attraverso di esso. Ugualmente, il Sé è privo di azioni e la Natura fa ogni cosa. Il Supremo Sé è libero da aggiunte limitanti. Proprio come non c'è varietà nell'etere, così anche non c'è varietà nel Sé. Egli è un'unica, omogenea essenza; è libero da ogni particolarità. (Cfr. III. 27; XIV. 19; XVIII. 16).

30. Quando un uomo vede che la totale varietà degli esseri riposa nell'Uno e che deriva da Quello soltanto, egli allora diventa Brahman.

Commento: Un uomo raggiunge l'unità con il Supremo quando conosce o realizza attraverso le intuizioni che tutte queste molteplici forme sono radicate nell'Uno. Come le onde nell'acqua, gli atomi nella terra, i raggi nel sole, gli organi nel corpo, le emozioni nella mente, le scintille nel fuoco, così ugualmente, tutte le forme sono in verità radicate nell'Uno. Ovunque egli rivolge il suo sguardo osserva soltanto l'unico Sé e gode della Sua beatitudine.

Colui che osserva la diversità degli esseri che ha radici nell'Uno, in accordo con gli insegnamenti delle scritture e del precettore, che realizza attraverso l'esperienza intuitiva che tutto quello che osserva non è null'altro che il Sé, e che l'origine e l'evoluzione di tutto deriva da quell'Uno soltanto, come descritto nella *Chhandogya Upanishad*, egli veramente diventa Uno con l'Essere Supremo; raggiunge l'Eterno o conquista la realizzazione del Sé.

La *Chhandogya Upanishad* dichiara: "Dal Sé viene la vita; dal Sé il desiderio; dal Sé l'amore; dal Sé l'etere; dal Sé la luce; dal Sé le acque; dal Sé l'apparire e lo scomparire; dal Sé deriva il cibo".

31. Essendo senza inizio e privo di (ogni) qualità, il Supremo Sé, l'Immortale, sebbene dimorante nel corpo, Oh Arjuna, né agisce, né è contaminato.

Commento: Il Supremo Sé è al di là della Natura. Quindi è senza qualità, senza attributi. Le attività della Natura sono realmente dovute alle sue qualità che sono inerenti ad essa. Il Supremo Sé esisteva prima che il corpo venisse in essere e continuerà ad esistere dopo la sua dissoluzione. Egli è eternamente lo stesso e imperituro.

Adhyaya: quello che è libero da cambiamenti di nascita e morte o di apparenza e distruzione. Quello che ha un inizio ha una nascita; dopo che un oggetto è nato è soggetto ai cambiamenti dell'essere (crescita, decadimento ecc.). Poiché il Sé è senza nascita, è libero dai cambiamenti di stato, cioè, esistenza, nascita, crescita, cambiamento, decadimento e morte. Poiché il Sé è libero da ogni tipo di funzioni, è *Adhyaya*. Anche se il riflesso del sole nell'acqua si muove, il sole non si muove affatto. Così ugualmente, il Supremo Sé non è toccato dai frutti delle azioni, in quanto non è l'agente. Egli è privo delle qualità della Natura, senza arti, eterno, indivisibile, privo di parti, senza azione, senza inizio, non toccato e senza causa.

Questo Supremo Sé è libero dai tre tipi di differenze: *Vijatiyabheda*, *Sajatiyabheda* e *Svagatabheda*.

Un albero di mango è differente da una pietra: questo è *Vijatiyabheda*. Un albero di mango è differente da un albero di fico: questo è *Sajatiyabheda*. Nello stesso albero di mango c'è differenza tra foglie, fiori e frutti: questo è *Svagatabheda*.

Ma il Supremo Sé è uno senza un secondo. Non c'è null'altro che sia uguale a Lui. Quindi, non ci può essere *Sajatiyabheda* nel Sé. Questo mondo è una pura apparenza, è una semplice invenzione della nostra immaginazione. Esso è sovrapposto al Sé a causa dell'ignoranza. Un oggetto immaginario non ha esistenza indipendente separato dal suo substrato, proprio come il serpente nella corda non ha esistenza indipendente separato dal suo substrato, la corda. Quindi, nel Sé, non ci

può essere nemmeno Vijatīyabheda. Il Sé è indivisibile, senza parti, senza qualità, senza forme o arti; quindi, nel Sé, non ci può essere nemmeno Svagatabheda.

Il Supremo Sé è senza inizio, è senza causa, è autoesistente, è senza parti, è senza qualità. Quindi, il Sé è immortale. Poiché non è attaccato ai risultati, non è né l'agente, né il fruitore delle azioni. Se ciò fosse, non potrebbe essere più a lungo il Sé. Non sarebbe in alcun modo meglio di noi stessi. Questo non può essere. Le qualità dell'azione e del godimento delle azioni sono attributi dell'ego a causa dell'ignoranza: "È la Natura che agisce". (Cfr. V. 14; XV. 9).

32. Come l'onnipervadente etere non è contaminato a causa della sua sottigliezza, così il Sé, dimorante ovunque nei corpi, non è contaminato.

Commento: L'etere pervade ogni cosa; tutto è immerso in esso. Non c'è punto alcuno che egli non penetri o pervada; pur tuttavia egli non è contaminato da alcuna cosa. Egualmente così, il Sé pervade l'intero corpo e l'intero mondo. Essendo più sottile del corpo, il Sé non è mai contaminato da esso o da qualsiasi altra cosa. Egli è inattaccato e privo di azioni; non ha né parti né arti. Quindi, azioni virtuose o viziose non possono contaminarlo. Egli è sempre puro e immacolato.

33. Proprio come l'unico sole illumina l'intero mondo, così anche il Signore del Campo (il Supremo Sé) illumina l'intero Campo, Oh Arjuna.

Commento: Il Sé è uno. Egli illumina la totalità della materia dall'immanifesto (Natura primordiale) al manifesto, giù fino ad un filo d'erba o ad un pugno di creta; da i "Grandi Elementi" giù fino a "fermezza" o "fortezza". (Cfr. XIII. 5-6).

Proprio come l'unico sole illumina l'intero mondo e non è contaminato da esso, così anche il Sé è uno in tutti i corpi; illumina tutti i corpi e non è contaminato da essi.

34. Coloro che, con l'occhio della conoscenza percepiscono la distinzione tra il Campo e il suo Conoscitore, ed anche la liberazione degli esseri dalla Natura, vanno al Supremo.

Commento: Coloro che conoscono attraverso l'occhio interiore dell'intuizione, aperto dalla meditazione e tramite le istruzioni del precettore e delle scritture, che il Campo è l'agente, insenziente, mutevole e finito, che il Conoscitore del Campo è pura Coscienza, immutabile, non agente e infinita; e che anche percepiscono la non esistenza di Natura, di ignoranza, la non manifesta, la causa materiale dell'essere – costoro raggiungono il Supremo. Attraverso il raggiungimento della

realizzazione del Sé o la conoscenza del Sé, sono totalmente liberati dalle catene o dall'influenza di Maya e dell'ignoranza. Essi non assumeranno più alcun corpo. Non rinasciranno di nuovo per subire i dolori, le sofferenze e le tribolazioni di questa esistenza mondana. Essi raggiungono pace eterna, beatitudine e libertà.

In accordo alla dottrina del Sankhya schiavitù e libertà non appartengono al Sé, perché Egli è sempre inattaccato, è il non agente e il non fruitore; è senza arti o parti. Ma a causa della Sua unione con la Natura, egli assume la sembianza di agente attraverso la sovrapposizione. Quando l'ignoranza è annullata tramite la conoscenza del Sé, allora la Natura, che è unita con il Sé, è liberata. E quindi essa abbandona il suo gioco o la sua danza di fronte allo Spirito. Essa ha eseguito con soddisfazione tutti i suoi compiti per amore della gioia e del rilassamento del Supremo Spirito.

Per questa ragione i filosofi del Sankhya dichiarano che schiavitù e libertà sono degli stati soltanto della Natura. Alcuni interpretano che questo significa che il Sé è emancipato dai ceppi della Natura e delle sue modificazioni.

Nota: questo discorso è anche conosciuto col nome: “Prakriti Purusha Vibhaga Yoga”.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
termina il tredicesimo discorso intitolato
“Lo Yoga della Distinzione tra il Campo e il Conoscitore del Campo”.

Contenuto del Quattordicesimo Discorso

La conoscenza delle tre qualità cosmiche o Guna, precisamente Sattwa, Rajas e Tamas ci viene ora data attraverso questo discorso. La conoscenza di questi tre Guna, che sostengono l'intero universo e tutte le creature con il loro potere, è di vitale importanza per ognuno, per il proprio progresso e felicità nella vita. Senza questa conoscenza uno sarebbe per sempre legato dall'angoscia. In questa conoscenza abbiamo il segreto del successo sia nella vita mondana che in quella spirituale. Quindi, uno dovrebbe acquisire questa preziosa conoscenza.

Il Signore Krishna rivela che queste tre qualità compongono la Natura Cosmica. Questa Natura Cosmica è la sorgente primordiale, è l'origine dell'intera creazione e di tutte le cose in essa. Di conseguenza tutte le cose create sono soggette alla loro influenza e al loro irresistibile potere. Anche l'anima individuale è legata al corpo da queste tre qualità – Sattwa, Rajas e Tamas – presenti nella Natura Cosmica. L'Essere Supremo procede alla creazione attraverso l'aiuto della Sua Prakriti (Natura) dotata di queste tre qualità.

La più elevata delle tre qualità è Sattwa. È pura e porta felicità, saggezza e anche illuminazione. La seconda qualità, o Rajas, dà luogo a passione che si manifesta con intenso attaccamento e cupidigia, causando dolori e sofferenze. La terza, Tamas, è la peggiore di tutte, dà luogo all'ignoranza e produce oscurità, letargia e illusione.

Krishna ci chiede di sforzarci diligentemente e di eliminare Tamas dalla nostra natura. Noi dovremmo poi controllare e padroneggiare Rajas, tenendola sotto controllo e saggiamente indirizzare il suo potere verso buoni tipi di attività. Sattwa poi dovrebbe essere attentamente coltivata, sviluppata e conservata per renderci capaci di raggiungere l'immortalità. Il saggio realizzato, naturalmente, va al di là di tutte queste qualità, perché sebbene sia Sattwa che ci rende capaci di giungere a Dio, anche questa qualità ci lega se siamo attaccati ad essa.

L'aspirante dovrebbe conoscere i sintomi e i segni della loro presenza nella sua personalità e acquisire una conoscenza del loro lavoro sottile. Solo allora egli può far sì che il suo progresso sia liscio e senza ostacoli in tutti i campi della sua vita, sia in quello secolare e principalmente in quello spirituale. Il Signore Krishna ci illustra quest'importante argomento in questo discorso dal nono al diciottesimo verso. Egli dichiara che colui che si solleva al di sopra dei tre Guna attraverso le pratiche spirituali, diventa libero da nascita, morte, vecchiaia e dolori e raggiunge l'immortalità.

In risposta ad una domanda di Arjuna, il Benedetto Signore descrive le caratteristiche di colui che è andato al di là dei tre Guna. Egli afferma che se uno costantemente Lo adora con una devozione esclusiva, raggiungerà l'esperienza divina più elevata e la Suprema Beatitudine.

QUATTORDICESIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA DIVISIONE DEI TRE GUNA

Il Beato Signore disse:

1. Dichiarerò di nuovo (a te) quella suprema conoscenza, la migliore di tutte le conoscenze, conoscendo la quale tutti i saggi hanno raggiunto la perfezione suprema dopo questa vita.

Commento: Il Campo viene qui ulteriormente analizzato.

Nel verso XIII. 21, era stato affermato che l'attaccamento alle qualità è la causa dell'esistenza mondana, la nascita in grembi buoni o cattivi. In questo discorso il Signore risponde alle domande: "Quali sono le qualità della Natura (Guna)? Come esse legano un individuo? Quali sono le caratteristiche di queste qualità? Come esse operano? Come si può ottenere la libertà da esse? Quali sono le caratteristiche di un'anima liberata?".

Tutte le conoscenze: come usata in questo verso, non fa riferimento alla conoscenza del Sé, come descritta nei versi XIII. 7-10. Si riferisce a quella conoscenza che riguarda i sacrifici. Questa conoscenza non può dare la liberazione, ma conduce ad essa. Il Signore la esalta con gli epiteti "suprema" e "migliore" solo per creare un interesse in Arjuna.

Imparando questa suprema conoscenza, i saggi praticano la riflessione e raggiungono la perfezione dopo essere stati liberati dalla schiavitù del corpo.

Dopo questa vita: dopo essere stati liberati dalla schiavitù del corpo.

2. Coloro che, avendo preso rifugio in questa conoscenza, raggiungono l'unità con Me, né rinascono al tempo della creazione, né sono disturbati al tempo della dissoluzione.

Commento: Avendo fatto ricorso a questa conoscenza, i saggi vengono assimilati nella Mia propria natura. Essi raggiungono il Mio Essere; diventano una cosa sola con Me. Vivono in Me senza alcun pensiero di "tu" o "io". Vanno al di là di nascita e morte. Non c'è nascita per essi quando la creazione inizia, e non c'è morte al tempo della dissoluzione. Avendo raggiunto Me, ottengono eternità, immortalità e perfezione. Essendo diventati uno con Me, attraverso il raggiungimento della conoscenza del Sé, praticando la necessaria sadhana, essi né rinascono al tempo della creazione, né sono turbati al tempo della dissoluzione cosmica.

In questo verso il Signore elogia la conoscenza del Sé.

3. Il Mio grembo è il grande Brahma; lì lo pongo il germe; da ciò, Oh Arjuna, è l'origine di tutti gli esseri.

Commento: Il Mio grembo è la grande Natura. Il cosmo si è sviluppato dalla Mia Natura. La Natura è chiamata il grande Brahma, perché essa è il luogo dove riposano i cinque sottili elementi e anche il Mahat (la Mente Cosmica). Essa è chiamata il grande Brahma perché attraverso di lei avviene l'intera manifestazione.

Tutti i cambiamenti provengono da questa grande Natura. Così essa prende nome di "Natura Primordiale" e di "Principio Originario". Dal punto di vista dell'immanifesto, è chiamata Avyaktam. I Vedantini la chiamano Maya (illusione). I Sankhya la chiamano Prakriti.

Questa Prakriti è chiamata grande perché è più grande di tutti i suoi effetti. Questa Natura, costituita dalle tre qualità, è la causa materiale di tutti gli esseri. Poiché è la sorgente o la causa di tutte le sue numerose modificazioni e nutre anche tutte le modificazioni con la sua energia, essa è anche chiamata Brahma.

Io depongo in essa, nel Mahatbrahma, l'embrione della vita; poi tutti gli esseri da lì cominciano a venire alla vita. Nel grande Brahma o Natura, metto il seme per la nascita di Hiranyagarbha; e il seme produce la nascita di tutti gli esseri. La nascita di Hiranyagarbha o Brahma (il Creatore) dà luogo alla nascita di tutti gli esseri. La Natura Primordiale è come la creta, essa non può creare le forme da lei stessa. Essa produce la nascita di Brahma, che crea tutti gli esseri, proprio come il vasaio crea varie forme dalla creta.

Io sono dotato di due Shakti, cioè, la Natura superiore e la Natura inferiore, (Cfr. VII. 4-5), il Campo e il suo Conoscitore. Io unisco questi due (Spirito e materia). L'anima individuale cade sotto l'influenza delle aggiunte limitanti, cioè, ignoranza,

desiderio e azione. A causa dell'ignoranza, l'anima individuale dimentica la sua divina natura originaria, rimane intrappolata nella rete di desiderio e azione, e allora inizia a girare nella ruota di nascite e morti. L'anima individuale si rivolge verso l'ignoranza senza conoscere la sua propria, divina natura. Essendo sopraffatta dall'ignoranza e dalle modificazioni, dimentica la sua originaria purezza e si muove in varie forme.

La Natura primordiale o non manifesta è una oscura matrice con infinite potenzialità. Non è una sostanza. Suono ed energia sono in essa in uno stato indifferenziato. L'intero mondo è avvolto in essa durante la dissoluzione cosmica. Non c'è alcuna relazione di sostanza o qualità tra essa e i tre Guna – Sattwa, Rajas e Tamas. Le qualità sono l'immanifesto, e l'immanifesto è costituito dalle qualità in uno stato di calma o di equilibrio. Questo mondo manifesto composto dalle tre qualità è paragonato ad una corda intrecciata di tre colori – bianco, rosso e nero. Ogni colore rappresenta un Guna; Sattwa è bianco, Rajas è rosso e Tamas è nero. Nel mondo manifesto queste tre qualità non sono in uno stato di equilibrio.

Il seme, venendo in contatto con l'acqua e la terra, produce un germoglio, che poi cresce fino a diventare un albero. Nel grembo della Natura il seme si sviluppa in otto elementi: terra, acqua, fuoco, aria, etere, egoismo, mente e intelletto. Il primo frutto del contatto della Natura con l'anima è l'intelletto. Dall'intelletto nasce la mente; dalla mente, l'egoismo; e dall'egoismo i cinque elementi.

Ci sono quattro classi di esseri – Jarayuja, Andaja, Svedaja e Udbhijja.

I Jarayuja nascono dalla placenta (vivipari). Gli esseri umani, i buoi, gli elefanti e i cavalli appartengono a questa classe. In questa varietà esistono i cinque sensi della conoscenza.

Gli Andaja nascono dall'uovo (ovipari). In questa varietà predominano gli elementi aria ed etere. I pidocchi appartengono alla categoria di Svedaja. Essi nascono dal sudore. In questa varietà predominano gli elementi fuoco e acqua.

Gli alberi che nascono dai semi sono classificati sotto la classe Udbhijja. In questa varietà predominano la terra e l'acqua. (Cfr. VII. 6; IX. 17; XV. 7).

4. Quali che siano le forme prodotte, Oh Arjuna, in qualsivoglia grembo, il grande Brahma è la loro matrice e Io sono il Padre che fornisce il seme.

Commento: *Io sono il Padre:* la Natura primordiale è la madre. L'intero mondo manifesto è il figlio che la Natura ha prodotto in associazione con Me. Quindi, Io sono chiamato il Padre di questo mondo.

Grembo: come quello degli dei, mani, uomini, bovini, bestie, uccelli ecc.

Forme: corpi che consistono di parti, arti, organi ecc.

5. Purezza, passione e inerzia – queste qualità, Oh potente Arjuna, nate dalla Natura, legano saldamente nel corpo, l'Indistruttibile che ha preso corpo.

Commento: Sattwa è la qualità migliore; Rajas viene successivamente; Tamas è la più bassa e la peggiore. Queste tre qualità indicano la triplice mentalità. Queste producono nelle anime individuali attaccamento, le illudono e le legano, come infatti è, alla vita mondana. Proprio come le tre condizioni di fanciullezza, gioventù e vecchiaia si trovano in uno stesso corpo, così ugualmente le tre qualità sono inerenti nella mente. L'anima è limitata quando identifica se stessa con il corpo e le tre qualità. Allora è soggetta a nascita e morte, e sperimenta felicità e miseria, piacere e dolore, gioia e angoscia, finché non realizza la sua identità con il Supremo Sé.

La parola Guna è generalmente tradotta come "qualità". Essa non significa proprietà, attributo o qualità come il colore blu di una stoffa. I Guna sono in realtà i costituenti primari della Natura e sono le basi di tutte le sostanze. Quindi, non è molto appropriato chiamarle "qualità inerenti alle sostanze".

Se volete raggiungere la libertà o la perfezione, se desiderate diventare immortali, dovete sollevarvi al di sopra delle modalità della Natura e trascendere i Guna.

Se l'acqua in un recipiente è agitata, il sole riflesso nell'acqua appare anch'esso agitato. Anche così il puro, immutabile Supremo Sé appare legato dalle tre qualità della Natura attraverso la sovrapposizione. In realtà il Sé è sempre libero e incontaminato; è oltre le qualità.

I Guna, che sono aspetti dell'ignoranza, sono sempre dipendenti dal Conoscitore del Campo. Essi infatti, legano saldamente il Conoscitore del Campo; hanno in Lui la base della loro esistenza.

Una conoscenza dei Guna e delle loro operazioni è molto necessaria. Solo se avete questa conoscenza, potete liberare voi stessi dalla loro presa.

Questi tre Guna sono presenti in tutti gli esseri umani. Nessuno è libero dalle operazioni di una qualsiasi delle tre qualità della Natura. Esse non sono costanti. Talvolta Sattwa predomina e in altri momenti predomina Rajas o Tamas.

Sattwa ha la caratteristica dello splendore, è anche armonia, bontà o purezza. Rajas è passione o attività. Tamas è inerzia od oscurità.

Analizzate tutti i fenomeni nei termini di queste tre qualità. Conoscete le loro caratteristiche. Rimanete come testimoni di queste qualità; non identificatevi con esse; separatevi da esse. Diventate un Gunatita. Raggiungerete pace suprema, immortalità e beatitudine eterna. (Cfr. XIII. 22).

Mahabaho: potentemente armato, con forti e muscolose braccia che raggiungono le ginocchia. Questo è un segno molto propizio. Yogi e saggi hanno tali belle braccia.

6. *Tra queste, Sattwa, che per la sua purezza è luminosa e salubre, lega con l'attaccamento alla felicità e alla conoscenza, Oh senza peccato (Arjuna).*

Commento: Sattwa è immacolata come un cristallo. Essa tende la trappola della felicità e della conoscenza; è una schiavitù dorata. Un uomo sattwico paragona se stesso con gli altri e gioisce della propria eccellenza. Si gonfia con l'orgoglio della conoscenza. Il suo cuore è pieno di orgoglio quando pensa che possiede grandi comodità e gode di esperienze più piacevoli di quelle di altri. Egli pensa: "Io sono felice, sono saggio". Così è in schiavitù, come infatti è. Queste idee appartengono al Campo, ma esse sono trasferite attraverso la sovrapposizione al Sé a causa della forza del Guna-Sattwa.

Rajas e Tamas sono anche ostacoli sul sentiero della conoscenza.

Questo attaccamento alla felicità è un'illusione, un'ignoranza. Un attributo dell'oggetto non può appartenere al soggetto. Tutte le qualità da "desiderio" a "fermezza", menzionate nel verso XIII. 6, appartengono al Campo. Dall'ignoranza, nasce la non discriminazione, così il sé individuale non è capace di discriminare tra il permanente e l'impermanente, tra il soggetto e l'oggetto.

La conoscenza è un attributo dello strumento interiore – mente, intelletto, subconscio ed ego – ma non del Sé. Se fosse un attributo del Sé, non produrrebbe attaccamento e schiavitù. Sattwa lega l'anima alla conoscenza attraverso l'attaccamento.

7. *Sappi che Rajas è della natura della passione, la sorgente della sete (per godimenti sensuali) e dell'attaccamento; essa lega saldamente, Oh Arjuna, colui che ha il corpo con l'attaccamento all'azione.*

Commento: La qualità di Rajas indica attività e ambizione. L'uomo rajasico è pieno di brame e di desideri. I desideri lo spingono ad agire per il loro esaudimento. Egli si attacca a coloro che lo aiutano nell'esaudimento dei suoi desideri e odia quelli che lo ostacolano nella sua vita. Egli è attaccato all'azione; si impegna in grandi imprese. Esegue vari tipi di sacrifici, rituali e atti caritatevoli. Corre dietro ai piaceri dei sensi, i suoi desideri diventano insaziabili come fiamme alimentate dall'olio. Il Sé non è l'agente; è il silente testimone. Ma Rajas crea nell'uomo l'idea "io sono l'agente".

Rajas accontenta la mente e mantiene la passione in vita. Un uomo rajasico non è mai contento, è sempre avido e irrequieto. Più egli acquisisce, più diventa irascibile e avido. I desideri si moltiplicano; nulla lo soddisfa. Se è un milionario, cerca di diventare un multimilionario. È come quando il petrolio viene versato sul fuoco, che si infiamma sempre di più. Un uomo rajasico perde la sua comprensione e il suo potere di discriminazione. La sua intelligenza è offuscata. Egli è sotto l'intossicazione dell'orgoglio della ricchezza. Il suo intelletto diventa torbido e perverso, così la miseria gli appare come felicità, il dolore come piacere, l'angoscia come gioia. Il suo obiettivo è denaro e donne. Egli adora mammona come suo Dio.

L'uomo rajasico corre dietro a potere, posizione, nome, fama e comodità, e si immerge in attività senza fine. La rapidità è associata con il pesce, il lampo del fulmine e con lo sguardo di una donna; ma Rajas è più veloce anche di queste. Un individuo rajasico è più attivo di queste; egli pensa: "Che mi succederà dopo che i miei possedimenti saranno tutti scomparsi?". Egli così si tormenta senza necessità e si impegna in attività senza fine. Difficilmente ha una qualsiasi pace mentale. Brama per quello che non ha ottenuto, ed è attaccato a quello che già ha; cerca di proteggere i suoi possedimenti: "Io farò tali e tante azioni e otterrò tali e tali frutti. Farò tali e tali sacrifici e gioirò nei cieli". Questo modo di avvicinarsi all'azione e ai suoi frutti è il Karma Sanga.

8. Ma sappi che Tamas nasce dall'ignoranza, illudendo tutti gli esseri incarnati; essa vincola strettamente, Oh Arjuna, con la negligenza, la sonnolenza e l'indolenza.

Commento: Tamas è quella forza legante con una tendenza alla sonnolenza, all'indolenza e alle azioni stupide. Produce non-discriminazione o delusione; lega colui che associa il Sé con il corpo. Un uomo tamasico agisce sotto la spinta delle voglie del corpo. Non ha capacità di giudizio. Agitato da queste voglie agisce sotto pressione per mantenersi vivo. Le sue azioni non sono guidate dalla ragione; sono sul piano dell'istinto. I suoi sensi sono intorpiditi; diventa facilmente infatuato e stupefatto. Non ha inclinazione al lavoro. Sbadiglia molto e dorme molto. Non sa mai quando e come agire e cosa fare, a chi e come parlare. Prende diletto nel seguire il sentiero sbagliato. Non conosce come comportarsi o come indirizzarsi a qualcuno; è irriflessivo e ignorante, si dimentica ogni cosa, è negligente e indolente. È in uno stadio appena più alto della materia senza vita.

Colui che è sotto la presa della negligenza è incapace di discriminare propriamente tra l'Eterno e il non eterno. La negligenza è nemica dell'illuminazione, un effetto di Sattwa. Colui che è sopraffatto dalla pigrizia non è capace di sforzarsi.

La pigrizia è un nemico di Pravritti, un effetto di Rajas. La sonnolenza è uno stato di assorbimento nell'ignoranza, che è dipendente da Tamas. Questa è una nemica del lavoro fatto da Sattwa e Rajas.

9. Sattwa produce attaccamento alla felicità, Rajas all'azione, Oh Arjuna, mentre Tamas, in verità, velando la conoscenza, attacca soltanto alla negligenza.

Commento: Proprio come una nuvola nera oscura il sole, così anche Tamas avviluppa la conoscenza o la luce del Sé. Tamas crea un attaccamento alla negligenza che è la causa di ignoranza o dimenticanza dei compiti o della mancata esecuzione dei compiti obbligatori.

10. Ora Sattwa sorge (prevale), Oh Arjuna, avendo superato Rajas e Tamas; ora Rajas, avendo superato Sattwa e Tamas; e ora Tamas, avendo superato Sattwa e Rajas.

Commento: Proprio come l'inverno ha il suo dominio quando l'estate e l'autunno sono passati, proprio come il sonno ha il suo governo quando un uomo non sta né sognando, né è sveglio, così anche Sattwa ha la sua preponderanza quando Rajas e Tamas sono sopresse, e fa dire alla gente che è felice. La Sadhana che deve essere praticata per aumentare Sattwa, è illustrata nel XVII e XVIII discorso.

Ogni qualità agisce in modo preponderante in momenti differenti. Tutte e tre non possono operare nello stesso identico momento. Quando una qualità afferma se stessa, o predomina superando o sopprimendo le altre due, essa produce il suo effetto. Sattwa produce conoscenza e felicità; Rajas produce azione; Tamas produce l'oscuramento della conoscenza, inerzia, errore, indolenza, pigrizia e sonnolenza.

Quando Sattwa è ascendente in una persona, essa è dotata di discriminazione. Pensieri puri e sublimi sorgono nella sua mente; essa ha una pura comprensione. La sua mente si allontana dai piaceri sensuali e si muove all'interno verso il Sé.

Qual è il segno indicante per cui si può conoscere che una particolare qualità è predominante o è ascendente? La risposta è data nei seguenti tre versi.

11. Quando, attraverso ogni porta (senso) in questo corpo, la luce della saggezza brilla, allora si può sapere che Sattwa è predominante.

Commento: Quando una particolare qualità è predominante, essa rivela nell'uomo le sue caratteristiche distintive. Proprio come il gelsomino emana la sua fragranza tutto intorno, così anche la conoscenza dissemina se stessa in tutte le dire-

zioni. Convertete Tamas in Rajas e poi Rajas in Sattwa; infine si stabilizza in Sattwa. Si otterrà un aumento di luce, purezza, pace e armonia. Sattwa vi porterà verso l'alto; si verrà spinti verso la Luce Suprema. Una dieta sattwica, Japa, meditazione, studio delle sacre scritture, vivere in solitudine, la compagnia di uomini santi, il canto dei Suoi Nomi e Glorie, pratica del Pranayama – tutte queste pratiche contribuiscono all'aumento di Sattwa.

Fate introspezione, guardate all'interno. Osservate attentamente i Guna; siate vigilanti. Siate come un portinaio e permettete solo a pensieri sattwici di entrare nella fabbrica mentale. Controllate Rajas e dominate Tamas. Quando la qualità di Sattwa predomina, allora c'è pace indisturbata nella mente, armonia interiore, perfetta serenità e tranquillità. C'è anche chiarezza o chiara visione; la comprensione non è offuscata. C'è una visione penetrante; la porta o l'apertura dell'intuizione è totalmente aperta. I sensi non corrono verso gli oggetti esterni.

I sensi sono le strade della conoscenza sensibile, sono le porte per la percezione del Sé. Quando la luce brilla in tutte le aperture del corpo, come l'occhio, orecchio ecc., in altre parole, quando c'è la manifestazione della facoltà discriminativa dello strumento interiore, allora la conoscenza sorge nell'individuo. Si comprende dalla presenza della conoscenza che Sattwa è predominante. Dalla presenza della felicità si può anche sapere che Sattwa sta aumentando. E dalla presenza di queste due qualità, uno conosce che anche Rajas e Tamas stanno gradualmente diminuendo.

Quando Sattwa predomina, l'orecchio elimina qualsiasi cosa sia impropria da ascoltare; l'occhio abbandona ogni visione indesiderabile; la lingua evita di ripetere qualsiasi cosa che non è opportuna. Non c'è alcuna attrazione nella mente per gli oggetti dei sensi. La purezza così, gradualmente aumenta attraverso japa, meditazione e autocontrollo. Se c'è un incremento di Sattwa, c'è anche un incremento della conoscenza. Sattwa è l'unico e sicuro mezzo per il raggiungimento della conoscenza del Sé; stabilisce le fondamenta della conoscenza.

12. Cupidigia, attività, intraprendenza di azioni, irrequietezza, desiderio – questi sorgono quando Rajas è predominante, Oh Arjuna.

Commento: *Cupidigia:* bramosia, desiderio di appropriarsi dei possedimenti appartenenti ad altri; desiderio di possedere più ricchezza sebbene uno ha già a sufficienza.

Pravritti: azione in generale.

Asamah: irrequietezza, l'essere agitati per la gioia, l'attaccamento ecc. "Farò questo e poi inizierò quell'azione. Dopo aver finito la seconda, inizierò la terza".

Non c'è fine alla continuità di desiderio, volontà e azione. Questo è Asamah o irrequietezza.

Spriha: sete o desiderio generale per tutti gli oggetti dei sensi; questo segno caratteristico indica che Rajas è predominante.

Non scambiate l'irrequietezza rajasica o i movimenti rajasici per Karma Yoga o attività divina. La gente può dire che sta facendo servizio altruistico per il mondo, ma se analizzate i loro motivi ci sarà l'ombra del desiderio personale in una forma o nell'altra. Molti non possono sedere quieti nemmeno per un momento. Essi pensano che muovendosi qua e là, o facendo un'azione o un'altra, significa essere pieni di vita. Lo Yogi o il saggio, che siede fermo, calmando la mente, che non fa nulla fisicamente, è l'uomo più attivo dell'intero mondo. In un altro modo, l'uomo che si muove qua e là con irrequietezza e che è sempre molto occupato, non fa proprio nulla. Questo vi può sembrare un paradosso. Molto pochi possono comprendere la verità di questa affermazione. Sattwa è intensa attività. Una ruota che gira molto rapidamente sembra che stia ferma. Così ugualmente è un uomo sattwico.

13. Oscurità, inerzia, negligenza e delusione – tutte queste sono presenti quando Tamas è predominante, Oh Arjuna.

Commento: Quando Tamas aumenta, allora l'oscurità, un desiderio di non far nulla, dimenticanza dei propri compiti e confusione, tutto questo viene in esistenza.

Oscurità: assenza di discriminazione.

Inerzia: inattività estrema.

Negligenza e delusione: questi sono tutti effetti dell'oscurità.

Queste sono le caratteristiche o i segni che indicano che Tamas è predominante. Tamas è un grande blocco che ostacola il progresso spirituale e il successo in ogni cammino della vita. Deve essere distrutta a tutti i costi. La gente scambia Tamas per Sattwa o pace. Essi prendono il tamasico aspirante per un silenzioso Yogi!

“Tutto è Prarabdha; ogni cosa è Maya. Non c'è alcun mondo; perché dovrei lavorare? Il lavoro mi lega; io sono Brahman”. Questa non è spiritualità, ma pura e spessa Tamas.

14. Se l'incarnato incontra la morte quando Sattwa è predominante, allora egli raggiunge i mondi immacolati dei conoscitori dell'Altissimo.

Commento: *Lokan amalan*: mondi immacolati come Brahmaloka, dove Rajas e Tamas mai predominano.

L'Altissimo: Divinità come Hiranyagarbha.

15. Incontrando la morte in Rajas, egli nasce tra quelli che sono attaccati all'azione; e morendo in Tamas, nasce nel grembo di creature prive di senno.

Commento: Se una persona al tempo della morte lascia il corpo fisico, quando Rajas è predominante in lui, rinascerà tra uomini che sono attaccati all'azione. Se muore quando Tamas è totalmente predominante, rinascerà tra le specie ignoranti, come bovini, uccelli, bestie selvagge o insetti.

Egli può rinascere tra i tardi o gli stupidi o tra i gradi più bassi degli esseri umani. Non è necessario che prenda il corpo di un animale. Questo è un altro punto di vista.

16. Il frutto di una buona azione, essi dicono, è puro e sattwico; in verità il frutto di Rajas è dolore e l'ignoranza è il frutto di Tamas.

Commento: *Buona azione:* azione sattwica. I frutti delle buone azioni sono felicità e conoscenza.

Essi: i saggi.

Rajas: significa azione rajasica in quanto questo verso tratta dell'azione. Il frutto dell'azione rajasica è migliore, ma esso porta dolore, scontento e malcontento. Porta alla cupidigia. Quando l'uomo rajasico cerca di soddisfare il suo desiderio originario, altri nuovi se ne presentano. Questo apre la porta alla cupidigia.

Tamas: azione tamasica, azione ingiusta o peccaminosa. All'interno non c'è né conoscenza, né prudenza.

17. Da Sattwa sorge la conoscenza, e la cupidigia da Rajas; la negligenza e la delusione vengono da Tamas ed anche l'ignoranza.

Commento: *Da Sattwa:* quando Sattwa è predominante illumina l'intelletto. Sattwa risveglia la conoscenza proprio come il sole dà luogo alla luce del giorno.

La cupidigia è insaziabile come il fuoco, porta miseria e dolore; nasce da Rajas. Rajas crea un desiderio o una brama insaziabile; rende l'individuo cieco agli interessi e ai sentimenti degli altri. Un uomo rajasico tratta gli altri come strumenti da essere utilizzati per il proprio arricchimento e per il proprio avanzamento.

Tamas dà luogo ad una visione meschina, a torpore e ignoranza. Un uomo tamasico non pensa per niente alle conseguenze delle sue azioni. Egli si identifica completamente con il corpo e comincia a litigare con la gente se è ingiuriato o se parlano male di lui. È pronto a compiere una qualsiasi azione malvagia per vendetta. Non ha il senso delle proporzioni, né il senso dell'equilibrio o della calma.

18. Coloro che sono stabiliti in Sattwa si elevano; i rajasici dimorano nel mezzo; i tamasici costanti nelle funzioni del Guna inferiore precipitano verso il basso.

Commento: Coloro che dimorano in Sattwa diventano i signori del cielo dopo aver abbandonato il corpo fisico. I rajasici rinascono su questa terra come esseri umani. I tamasici precipitano in basso, cioè rinascono nel grembo di animali e bestie. Essi possono avere la loro rinascita tra i gradi più bassi degli esseri umani. In questi gradi più bassi dell'umanità vi sono soltanto dei bruti, anche se hanno assunto forme umane, le loro azioni sono brutali. Quindi, non è necessario per loro entrare in un'incarnazione animale.

L'uomo identifica se stesso con la Natura a causa della forza dell'ignoranza o della conoscenza illusoria, e rimane attaccato alle qualità della Natura. Questa è la causa della sua nascita in grembi di creature superiori o inferiori. A causa dell'attaccamento ai Guna egli sente: "Sono felice; sono miserabile; sono deluso; sono veramente ricco e molto colto".

La natura dei Guna, le loro funzioni, come esse legano un uomo al Samsara, gli effetti di ogni Guna quando è predominante, e il piano raggiunto dall'uomo quando è sotto l'influenza di un particolare Guna, sono stati descritti nei versi precedenti. Nel verso seguente il Signore spiega che la liberazione viene quando uno conoscerà Lui che è al di sopra dei tre Guna.

19. Quando l'osservatore non vede altro agente che i Guna, e conosce quello che è più alto di loro, egli raggiunge il Mio Essere.

Commento: Il Supremo Sé non è in alcun modo contaminato dalle tre qualità. Il saggio liberato dice: "Io sono il testimone delle qualità. Non sono né l'agente, né il fruitore delle azioni. Le qualità formano le motivazioni di tutte le azioni. Io sono al di là di esse. Soltanto esse sono responsabili di tutte le azioni. Sono distinto da esse. Io sono pura Coscienza; non posso essere toccato da esse. Io sono come l'etere".

Quando un uomo ottiene l'illuminazione o raggiunge la conoscenza del Sé; quando comprende che non c'è altro agente eccetto i Guna, che sono essi stessi modificati nel corpo, nei sensi e negli altri oggetti; quando sa che sono i Guna soltanto che diventano gli agenti in tutte le loro trasformazioni, in tutti gli stati e in tutte le azioni; quando realizza il Supremo Sé che è distinto dai Guna, che è il silente testimone dei Guna e delle loro funzioni, allora egli raggiunge il Mio stato. Egli è totalmente liberato; diventa identico a Me. Diventa un Gunatita, cioè, uno che ha trasceso i tre Guna.

20. *L'essere incarnato, avendo superato questi tre Guna da cui il corpo si è sviluppato, è libero da nascita, morte, decadimento e dolore e raggiunge l'immortalità.*

Commento: Le qualità formano i semi da cui tutti i corpi derivano e di cui essi sono composti. Proprio come un fiume è assorbito nell'oceano, così anche colui che è andato al di là delle qualità mentre è ancora in vita, è assorbito in Me. Egli gode sempre della beatitudine dell'Eterno. Raggiunge la liberazione o Moksha; raggiunge il Mio Essere.

Quando il Signore afferma che il saggio va al di là delle tre qualità e raggiunge l'immortalità, Arjuna è desideroso di imparare di più su questo. Proprio come egli aveva posto una domanda circa il saggio dalla stabile saggezza nel verso II. 54, egli ora chiede al Signore di conoscere le caratteristiche di un saggio che è andato al di là dei tre Guna. Come agisce? Qual è la sua condotta o il suo comportamento? Come ha fatto per andare al di là delle qualità?

Arjuna disse:

21. *Quali sono i segni di colui che è andato al di là delle tre qualità, Oh Signore? Qual è la sua condotta e come egli trascende queste tre qualità?*

Commento: Arjuna chiede: "Oh Signore, da quali caratteristiche può un uomo essere riconosciuto per colui che è andato al di là delle tre qualità? Qual è il comportamento di un tale saggio Trigunatita – uno che è andato al di là delle tre qualità? E come egli ha trasceso il mondo per essere al di là dei Guna? Dimmi questo".

Queste sono le caratteristiche di un saggio che è andato al di là dei Guna. Ognuno dovrebbe coltivarle.

Proprio come un re è capace di rimuovere i dolori e le sofferenze dei suoi servitori, così anche il Signore è capace di rimuovere i dolori e le angosce dei suoi devoti. Per questa ragione Arjuna si rivolge a Sri Krishna come "Signore" e usa il termine "Prabhu" con cui egli allude al Signore come a quell'unico Essere soltanto che può rimuovere il suo dolore e angoscia. (Cfr. II. 54).

Il Beato Signore disse:

22. *Luce, attività e delusione, quando sono presenti, Oh Arjuna, egli non li odia, né li desidera quando sono assenti.*

Commento: Questa è la risposta alla prima domanda di Arjuna. La luce è l'effetto di Sattwa, l'attività di Rajas e la delusione di Tamas. Il saggio liberato non le odia quando queste si presentano.

Quando Sattwa splende egli non è trasportato dall'orgoglio. Non pensa: "Sono un uomo molto istruito". Quando l'impulso all'azione è risvegliato nel corpo, o quando c'è per lui una divina chiamata per fare un lavoro di solidarietà nel mondo, egli non rifugge alcuna azione e non ha rimpianti dopo che l'azione è stata portata a termine. Non sente alcun rimorso mentre segue un qualsiasi tipo di azione. Il lavoro per lui è come il gioco di un bambino. Quando cresce in lui l'inerzia, non è ingannato dall'infatuazione.

Solo un uomo ignorante pensa: "Tamas è entrata dentro di me. Sono ingannato; sono sotto l'influenza di negligenza, torpore, pigrizia e indolenza. Sono ora sotto l'influenza di Rajas; sono spinto ad eseguire delle attività. Questo è doloroso; sono caduto dalla mia vera natura. Questo mi procura molto dolore. Sattwa è ora predominante in me; sono desideroso di felicità e conoscenza. Sono orgoglioso della mia istruzione e del mio stato più elevato".

Il saggio liberato, che ha trasceso i Guna, non li detesta quando sono presenti.

Un uomo ignorante, controllato dalle qualità, sente la loro assenza quando i rispettivi stati di luce, azione o inerzia, si manifestano e poi scompaiono. Ma un saggio liberato, o uno che è andato al di là delle tre qualità, non brama affatto questi stati. Questo segno o caratteristica è uno stato mentale interiore; non può essere percepito o individuato da altri. Può essere sentito solo da se stessi. Se uno è dotato di visione chiaroveggente o dell'occhio interiore dell'intuizione, può direttamente osservare i desideri che sorgono nella mente di un altro uomo.

Nei seguenti tre versi il Signore Krishna dà la Sua risposta alla seconda domanda di Arjuna: "Qual è la condotta di un saggio che ha oltrepassato i Guna?".

23. Chi, seduto come uno non coinvolto, non è turbato dalle qualità, e chi, conoscendo che le qualità sono attive, è indifferente e non si muove,

Commento: Egli è seduto come un osservatore neutrale (uno che non ha inclinazioni verso una parte particolare). È libero da simpatie e antipatie; è interamente non coinvolto se le qualità, insieme ai loro effetti sul corpo, vanno o vengono. È come uno spettatore di un incontro di cricket o di una commedia. Proprio come il cielo rimane non coinvolto quando il vento soffia, così anche egli rimane completamente non coinvolto quando le qualità operano.

Egli non si allontana dal sentiero della realizzazione del Sé; segue il sentiero con fermezza. Pensa e sente: "Le qualità vengono modificate nel corpo, nei sensi e negli oggetti dei sensi. Esse agiscono e reagiscono una sull'altra". Così, egli

non è scosso da loro; dimora nel suo onnipervadente, eterno Sé e rimane immobile come il monte Meru. (Cfr. III. 28; V. 8-11).

24. Equanime nella gioia e nel dolore, colui che dimora nel Sé, per il quale un pezzo di terra, una pietra o l'oro sono la stessa cosa, per il quale l'amico e il nemico sono uguali, stabile, è lo stesso nel biasimo e nella lode,

Commento: Notte e giorno non hanno alcun significato per una roccia poggiata sulla terra. Così ugualmente, gioia e dolore non hanno alcun significato per un saggio la cui coscienza è fermamente radicata nel suo Sé. Egli è al di là delle coppie di opposti. Ai suoi occhi sterco di vacca o oro, un gioiello o una pietra, hanno uguale valore. Egli è libero dall'idea di dare e di prendere. La sua mente non è turbata da alcun avvenimento, sia piacevole che spiacevole. Egli reagisce nello stesso modo alle cose sia gradevoli sia sgradevoli. Lode e biasimo non possono influenzarlo. Rimane sempre fermo e saldo; dimora nel suo essenziale stato di Satchidananda. Egli è sempre calmo e sereno. (Cfr. V. 18).

25. Ugual nella onore e nel disonore, lo stesso verso amici e nemici, abbandonando ogni impresa – si dice che egli ha trasceso le qualità.

Commento: Egli mantiene uno stato di mente equilibrato nell'onore e nel disonore; è lo stesso verso amici e nemici. Non è influenzato dalla moltitudine duale. Si solleva al di sopra dei Guna; riposa nella sua essenziale natura di Satchidananda. Dimora nel suo Sé. È un Gunatita che non è influenzato dal gioco delle qualità. Mantiene uno sguardo sereno tra le diverse possibilità; conserva l'equilibrio mentale.

Un tale saggio abbandona tutte le azioni che portano frutti visibili o invisibili; ma fa quelle azioni che sono necessarie per l'essenziale mantenimento del suo corpo.

Le qualità illustrate nei versi XIV. 23, 24 e 25 sono i mezzi per raggiungere la liberazione; rappresentano l'ideale che un aspirante dovrebbe avere di fronte a sé. Egli le dovrebbe coltivare. Ma raggiunge la conoscenza del Sé solo quando dimora nella sua vera natura. Questi attributi formano parte integrante della sua natura e servono come segni indicanti che ha trasceso le tre qualità.

Il Signore ora dà la risposta alla terza domanda di Arjuna: "Come uno riesce ad andare al di là di queste tre qualità?"

26. E colui che serve Me con incrollabile devozione, egli, transcendendo le qualità, è adatto a diventare Brahman.

Commento: Un Sannyasi o anche un Karma Yogi, che serve il Signore che dimora nel cuore di tutti gli esseri, con incrollabile devozione, è adatto a ricevere la conoscenza del Sé. Egli, alla fine, va al di là delle tre qualità, e si qualifica per diventare uno con il Sé, per raggiungere la liberazione o la libertà da nascita e morte.

Raggiungere la conoscenza del Sé è possibile solo attraverso la Grazia e la misericordia del Signore, come descritto nei versi X. 10 e 11.

“A coloro che sono sempre stabili, che Mi adorano con amore, Io dono lo Yoga della discriminazione con cui essi vengono a Me”.

“Per pura compassione per essi, Io, dimorando nel loro Sé, distruggo l’oscurità nata dall’ignoranza con la luminosa lampada della conoscenza”.

Avyabhicharini bhakti: il devoto che costantemente medita sul Signore. Egli ha una devozione esclusiva per il Signore; non ha altro pensiero che quello del suo Signore. Il flusso dei suoi pensieri verso il Signore è come il continuo flusso di olio da un vaso ad un altro. C’è un totale abbandono di pensieri degli oggetti dei sensi. Un tale costante pensiero di Dio è il sicuro mezzo per andare al di là delle qualità della Natura.

27. Perché, Io sono la dimora di Brahman, l’Immortale e l’Immutabile, dell’eterno Dharma e della beatitudine assoluta.

Commento: Il Sé, che è immortale e immutabile, che è raggiungibile con il Dharma eterno o conoscenza del Sé, che è beatitudine senza fine, dimora in Me, il Pratyagatma, il Sé più interno. Io, il Sé più interno, sono la dimora del Supremo Sé. L’aspirante osserva, attraverso il suo occhio dell’intuizione, tramite la realizzazione del Sé, che il più interno Sé è il Supremo Sé.

Il Signore concede Grazia, misericordia e compassione ai suoi amati devoti attraverso la Sua Shakti (Potere), che Egli manifesta attraverso il Suo illusorio potere di Maya. Maya e Shakti sono una cosa sola con il Signore. Proprio come il calore è inseparabile dal fuoco, anche così Maya e Shakti sono ambedue inseparabili dal Signore; non possono essere distinte dal Signore in cui sono inerenti.

C’è un’altra interpretazione: se Brahman fosse qui preso per significare il Sé con attributi o qualità, cioè, il Sé condizionato, allora il verso dovrebbe significare: “Io, l’Assoluto Brahman, senza attributi o qualità, l’incondizionato eterno Assoluto, sono la dimora del Saguna Brahman, che è indistruttibile e immortale. Io sono anche la dimora dell’eterno Dharma o lo stabilirsi nella più alta saggezza, e la dimora della pura beatitudine senza fine nata da quell’incrollabile devozione”.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
termina il quattordicesimo discorso intitolato
"Lo Yoga della Divisione dei Tre Guna".

Contenuto del Quindicesimo Discorso

Questo discorso è intitolato "Purushottama Yoga" o lo "Yoga della Suprema Persona". Qui il Signore Krishna ci parla della prima sorgente di questo visibile universo fenomenico da cui tutte le cose sono venute in essere, proprio come un grande albero con tutte le sue radici, tronchi, rami, ramoscelli, foglie, fiori e frutti che emerge dalla terra. Essa stessa è supporto dell'albero in cui esso è radicato.

Il Signore Krishna dichiara che l'Essere Supremo è la sorgente di tutte le esistenze, e si riferisce allegoricamente a quest'universo fenomenico come se fosse un albero capovolto le cui radici sono nel Para Brahman, e i cui rami che si allargano e il suo fogliame costituiscono tutte quelle cose e quei fattori che vengono a far parte di questo vasto e variegato fenomeno del creato. Questo è un "Albero" molto misterioso, veramente difficile da comprendere, essendo un prodotto dell'inscrutabile potere della Sua Maya; quindi una meravigliosa irreal apparizione che non ha nessuna vera realtà. Colui che pienamente comprende la natura di questo Albero del Samsara, va al di là di Maya. Essere attaccato ad esso, significa esserne catturato. La via più sicura per "abbattere" (trascendere) questo albero del Samsara è tramite la valida arma del distacco e del non attaccamento.

Nei versi quattro e cinque di questo discorso il Signore ci dice come uno può andare al di là di questo visibile Samsara e raggiungere quel Supremo Eterno Stato, raggiunto il quale non si deve più ritornare in questo mondo di dolore e morte.

Il Signore Krishna descrive poi per noi il meraviglioso mistero della Sua presenza in quest'universo, e il supremo posto che occupa nel sostenere ogni cosa. Il Signore dichiara che è una parte di Se stesso che si manifesta qui come anima individuale in ogni corpo. Egli stesso è l'Anima Suprema che dimora all'interno, al di là del sé. È lo splendore inerente nel sole, nella luna e nel fuoco. È presente come l'elemento che nutre nella terra. È il Testimone interiore di tutti gli esseri. È il Supremo Conoscitore anche al di là della conoscenza vedica. È la Risplendente Persona che è al di là sia di questa deperibile creazione materiale, come anche dell'immortale anima individuale che è una parte della Sua essenza eterna. Così, poiché Egli è al di là della materia deperibile e superiore all'anima immortale (involuppata in Maya), è conosciuto in questo mondo, e anche nei *Veda*, come la Suprema Persona.

QUINDICESIMO DISCORSO

LO YOGA DEL SUPREMO SPIRITO

Il Beato Signore disse:

1. Essi (i saggi) parlano dell'indistruttibile albero di peepul, che ha le sue radici in alto e i rami in basso, le cui foglie sono i metri o gli inni; chi conosce questo è un conoscitore dei Veda.

Commento: La descrizione dell'universo come un albero di peepul è solo metaforica. Si afferma che il peepul sia eterno perché non può essere tagliato eccetto che con la scure della conoscenza.

Tutte le persone dipendono dal Signore per i frutti delle loro azioni, poiché Egli soltanto conosce la giusta relazione tra le azioni e i loro frutti. Egli soltanto è il dispensatore di quei frutti. Le persone sagge ugualmente dipendono dal Signore per i frutti della loro conoscenza. Egli solo rimuove il velo dell'ignoranza attraverso la Sua Grazia e misericordia. L'inclinazione per la Sadhana sorge soltanto attraverso la Sua Grazia.

L'*Avadhuta Gita* dichiara: "Il desiderio per la realizzazione dell'unità è prodotto nelle menti degli uomini saggi tramite la Grazia del Signore, che è l'antidoto a tutte le paure".

Coloro che servono il Signore con irremovibile o concentrata devozione vanno al di là delle tre qualità della Natura tramite la Sua Grazia. Essi raggiungono la conoscenza del Sé attraverso la Grazia del Signore e ottengono la libertà dai cicli di nascita e morte. Coloro che hanno una giusta comprensione della reale natura del Sé o dell'Essere Supremo ottengono facilmente anche l'emancipazione.

Il Signore illustra ad Arjuna in questo discorso la reale natura del Sé e il sentiero che porta l'anima all'unione con Esso. Egli descrive la natura della vita mondana come un albero di peepul, per creare distacco o non attaccamento, perché solo colui che è dotato di totale distacco è adatto per raggiungere la conoscenza del Sé. La vita mondana è paragonata ad un albero perché può essere tagliata via come un albero.

Tutti gli altri alberi hanno le loro radici in basso, ma questo particolare, strano e meraviglioso albero di Maya, o esistenza mondana, ha le sue radici in alto, nel Sé. Quest'albero di peepul è differente da tutti gli altri alberi. Il Sé è luogo di riposo o il supporto di ogni cosa. È eterno; è grande; è il più alto; è l'Essere Supremo; è il Supremo sopra tutte le cose; è la sorgente di ogni cosa. Quindi, si afferma che Esso è l'Uno al di sopra ed è anche la radice di quest'albero del Samsara o della vita mondana.

Urdhvamulam: il Sé; chi è superiore a tutto è Urdhva. Quello che ha il Sé come sua causa è Urdhvamulam.

Nei *Purana* si dice: "L'albero del non manifesto è venuto fuori dal Sé. La buddhi è il suo tronco, le aperture dei sensi sono le sue cavità. I grandi elementi sono i suoi rami, gli oggetti dei sensi sono le foglie e i ramoscelli, virtù e vizio i suoi bei fiori, piacere e dolore i suoi frutti. Avendo reciso quest'albero con la potente accetta della conoscenza e poi avendo raggiunto l'eterna beatitudine del Sé, nessuno ritorna indietro nuovamente".

Il Sé è la radice di quest'albero. È la parte superiore di quest'albero e così Esso è chiamato Urdhva. In realtà, non c'è alcuna distinzione, come superiore, inferiore o mediano nell'Uno, che è un'unità indivisibile.

Asvattha: questa parola è usualmente derivata da "A-svattha" che significa "che non riposa, che non dura o che non rimane fino a domani". "A" significa "no", "sva" significa "domani", "ttha" significa "durare". Questa è un'appropriata parola per questo mondo-albero che è sempre mutevole e che scorre via.

Anche nella *Katha Upanishad* c'è un riferimento a quest'albero Asvattha. La *Gita* è solo l'essenza delle *Upanishad*.

Samsara è generalmente compreso dalla gente comune col significato di: "Rimanere nel mezzo della vita con moglie e figli, svolgendo i propri compiti giornalieri". Questo è un significato ristretto e limitato. Nel suo senso più ampio Samsara significa "l'intero processo del mondo" o "la manifestazione cosmica" o "il sempre mutevole mondo fenomenico".

Hiranyagarbha, le anime individuali, l'Intelligenza Cosmica, l'egoismo, gli elementi di base ecc., tutti questi rappresentano i rami di quest'albero del Samsara. Essi si stendono verso il basso; si evolvono in stati sempre più grossolani. Quindi, è detto che quest'albero ha i suoi rami verso il basso, significando che le parti in-

feriori sono gli stati più grossolani. L'egoismo è il getto che va verso il basso in tre direzioni, cioè, le tre qualità della Natura. La mente è il suo derivato. Poi vengono i cinque elementi (terra, acqua, fuoco, aria ed etere) e i cinque organi della conoscenza. Successivamente viene il suono che stimola l'orecchio ad ascoltare la dolce musica; il tocco che stimola la pelle a gioire di soffici cose; quindi la forma che stimola l'occhio ad osservare oggetti belli e attraenti; poi il senso del gusto che stimola la lingua a godere di cibi appetitosi; infine l'odorato che stimola il naso a godere di oggetti fragranti.

Dalle radici dell'azione, con la loro attesa dei frutti, viene fuori un nuovo ramo di rinascita. Il regno minerale, vegetale, animale e quello umano, sono tutti rami di quest'albero del Samsara. L'uomo fa buone e cattive azioni con l'aiuto del corpo e rinasce per godere dei conseguenti frutti. Il corpo è l'acqua di quest'albero del Samsara.

Il corpo stesso è quest'albero peepul. La radice è il sistema nervoso cerebrospinale (cervello). I diversi nervi sono i rami che si diramano in basso, verso i vari organi di tutto il corpo.

Avyaya: eterno, perché quest'albero riposa su una ininterrotta serie di nascite senza inizio né fine. Così esso è eterno. Può essere abbattuto con la spada della conoscenza del Sé. Proprio come le foglie di un albero proteggono l'albero, così anche i *Veda* proteggono l'albero del Samsara trattando di virtù e vizio, con le loro cause e frutti.

Colui che conosce l'albero del Samsara e le sue radici come descritte precedentemente è un conoscitore dei *Veda*; è un conoscitore degli insegnamenti dei *Veda*. Neanche uno iota resta da conoscere al di là di quest'albero del Samsara e delle sue radici. Colui che conosce ciò è onnisciente. Qui il Signore elogia la conoscenza dell'albero del Samsara e delle sue radici per incoraggiare gli aspiranti ad acquisirla.

2. In alto e in basso si estendono i suoi rami, nutriti dai Guna, gli oggetti dei sensi sono i suoi germogli; e in basso nel mondo degli uomini, si prolungano le radici che originano l'azione.

Commento: Gli innumerevoli oggetti, grandi e piccoli, che nella vita necessitano, sono tutti prodotti dai cinque elementi, attraverso le attività delle qualità. L'albero del Samsara è nutrito dalle tre qualità della Natura. Gli oggetti dei sensi sono le sue gemme e le radici che crescono verso il basso, sono i legami del Karma per coloro che conducono una vita di avidità, passione e attaccamento in questo mondo, e che sono sotto il dominio di simpatie e antipatie. I germogli di questo meraviglioso albero sono gli affascinanti oggetti dei sensi sotto forma di suono, tocco, colore, gusto e profumo. Le radici – le tendenze karmiche di vite passate – crescono

verso il basso per generare legami di Karma nel mondo degli uomini. Queste radici rafforzano la schiavitù per ulteriori azioni.

La radice principale è l'ignoranza. Da essa deriva l'ottuplice Natura – i cinque elementi, la mente, l'intelletto e l'egoismo. Dal fusto dell'albero vengono fuori quattro rami chiamati Svedaja, Andaja, Jarayuja e Udbhijja. Da essi vengono in essere otto milioni e quattrocentomila specie. (Cfr. XIV. 3).

Un ramo si protende dritto in alto; è il ramo del Dharma che porta il frutto del godimento in cielo. Un altro ramo è il ramo del distacco, che porta il frutto della realizzazione del Sé. Il sole, i pianeti, i Mani e i saggi sono venuti fuori da quest'albero meraviglioso. Sopra di essi ci sono i rami dei mondi di Indra e degli dei. Ancora più in alto ci sono quelli dei saggi e degli uomini di austerità. Più su c'è il Satyaloka, dove dimora Hiranyagarbha.

Dall'uomo, giù fino agli oggetti immobili al di sotto, e da lui su fino al reame del Creatore, qualsiasi regione sia raggiunta in accordo con la natura della conoscenza o dell'azione, sono tutti rami che provengono da quest'albero del Samsara. Essi sono tutti nutriti e rafforzati dai tre Guna, vale a dire Sattwa, Rajas e Tamas che formano la loro materia di base.

Gli oggetti dei sensi come suono, tocco, colore, gusto e profumo rappresentano i ramoscelli che derivano dai rami dei corpi fisici, che sono i prodotti dell'azione. La radice più alta di quest'albero meraviglioso è il Sé. Quelle che vengono immediatamente dopo rappresentano le impressioni latenti di simpatia e antipatia che si espandono in questo mondo degli uomini, e li spingono ad eseguire virtuose o malvagie azioni e di conseguenza li avvincono strettamente alle azioni.

Ora ascolta il modo in cui quest'albero può essere abbattuto. Solo colui che taglia il suo legame con quest'albero dell'esistenza mondana può essere sempre felice, contento e pacifico anche in questo mondo. Egli possiede la più alta saggezza e conoscenza, perché è come un silenzioso e imparziale spettatore di quest'albero e lo conosce per quello che è, senza essere legato ad esso.

3. La sua forma non è qui percepita come tale, né la sua fine né la sua origine, né il suo principio, né la sua esistenza; avendo reciso quest'albero di peepul dalle salde radici con la forte scure del non attaccamento,

Commento: L'idea precedente viene continuata anche nel verso successivo. Fino a che uno è sotto il potere dell'ignoranza, non può comprendere la forma di quest'albero, la sua origine, base e fine. Oh Arjuna, tu potresti forse pensare che un tale enorme albero non può essere abbattuto da nessun mezzo. Non è così. Per quanto saldamente radicato possa essere, può essere facilmente tagliato con la potente scure del non attaccamento o del distacco in un batter d'occhio.

Dopo aver reciso questo albero tu devi guardare dentro di te, meditare sul Sé e osservare il Supremo.

Tatha: come tale, come descritto sopra. È necessario costruire castelli in aria, o spezzare le corna di una lepre, o raccogliere un fiore che cresce nel cielo, o ricavare burro dal latte di una tartaruga, o olio da una pietra? Ugualmente, Oh Arjuna, non c'è alcuna realtà in questo albero. Quindi, perché dovresti avere paura se questo può essere abbattuto o no? La sua forma come tale non è percepita da nessuno qui; è come un sogno o un miraggio o un'immaginaria città nel cielo formata dalle nuvole o prodotta da un incantatore. Appare e scompare.

Questo albero è come un miraggio; si distrugge quando uno lo osserva. Nessuno ha percepito la sua origine, la fondazione o la fine di questo albero illusorio. Nessuno può affermare che esso è nato in un tale luogo o in un tale punto.

Il Samsara o l'albero peepul è fermamente, profondamente radicato. Voi dovrete sforzarvi duramente per sradicarlo con i suoi semi o con le sue autoriproduttori profonde radici.

Asangha: libertà dall'attaccamento ai propri figli, moglie, alle ricchezze, al mondo.

Dridhena: forte. Voi dovrete recidere l'albero con una forte scure, che è stata affilata ripetutamente sulla pietra umida della discriminazione. Inoltre, la vostra mente dovrebbe essere rivolta verso l'Essere Supremo, con una forte determinazione che potete raggiungere la beatitudine eterna solo in Lui, e che Egli è la sola Realtà.

Il desiderio per il godimento dei piaceri dei sensi è Sangha. Il suo opposto (distacco) è Asangha. La rinuncia dei tre tipi di desideri – desiderio per i figli, la ricchezza e il mondo – è Asangha. Proprio come la scure taglia l'albero, così anche il distacco recide quest'albero del Samsara. Per cui, il distacco viene indicato come una scure. Tagliare l'albero del Samsara significa l'annullamento dell'egoismo, dell'ignoranza e delle tendenze latenti. È la rinuncia ai frutti di tutte le azioni attraverso il distacco, il controllo della mente e dei sensi ecc. (Cfr. VII. 14).

4. Allora dovrebbe essere cercata quella meta, conseguita la quale, nessuno ritorna di nuovo. Io cerco rifugio in quel Purusha Primordiale da cui emana l'antica attività o energia.

Commento: Quello che riempie l'intero mondo con la forma di Satchidanda è il Purusha. Quello che dorme in questa città del corpo è il Purusha.

Una concentrata devozione, che consiste nell'incessante pensare o meditare sul Supremo Essere è il più sicuro e più potente mezzo per raggiungere la realizzazione del Sé. Prendere esclusivo rifugio nel Primordiale Purusha è il mezzo per

realizzare quella suprema meta di questa vita terrena, ottenendo la quale il saggio non ritorna di nuovo a questo mondo di morte.

L'aspirante dovrebbe desiderare ardentemente di conoscere la dimora di Vishnu. Egli dovrebbe sforzarsi duramente per raggiungerla. Dovrebbe cercarla [meditando]: "Io prendo rifugio in Lui, nel Primordiale Purusha". Se raggiunge questa immortale dimora di Vishnu, o l'immortale seggio di Brahma dall'ineffabile splendore e gloria, non ritornerà mai più a questo mondo mortale.

Il primitivo Purusha, l'Essere Supremo, il Satchidananda, è la meta, la suprema dimora, la dimora di Vishnu. Proprio come un oggetto illusorio, come elefanti o cavalli vengono fuori dal potere di un incantatore o di un mago, così anche questa antica energia, il Divino Potere originario, l'emanazione di quest'illusorio albero del Samsara, viene fuori da quel Primordiale Purusha.

Quali tipi di persone raggiungono quella meta eterna? Oh Arjuna, ascolta attentamente.

5. Libero da orgoglio e illusione, vittorioso sul male dell'attaccamento, dimorante costantemente nel Sé, avendo completamente abbandonato i suoi desideri, liberato dalle coppie degli opposti conosciute come piacere e dolore, l'immune dall'illusione raggiunge la meta eterna.

Commento: Ovunque c'è l'orgoglio, esiste un duro egoismo. L'assenza di discriminazione tra il Reale e l'irreale è Moha o attaccamento. Perversione è Moha; infatuazione è Moha. Coloro che sono liberi da simpatie e antipatie, anche se ottengono piacevoli o spiacevoli oggetti, trionfano sul male dell'attaccamento.

L'idea di "io sono l'agente" è attaccamento. Simpatie e antipatie sono il male. Calore e freddo, gioia e dolore, onore e disonore, censura e lode sono le coppie di opposti. Solo coloro che hanno distrutto l'ignoranza e che hanno raggiunto la conoscenza del Sé, raggiungono la meta eterna.

Adhyatmanythya: sempre impegnati nella contemplazione della natura dell'Essere Supremo.

Vinivrittakamah: tutti i desideri svaniscono *in toto* senza lasciare alcuna traccia o macchia. Coloro che hanno raggiunto questo stadio diventano Yati o Sannyasi. Nel fuoco della saggezza divina sono bruciati tutti i desideri. Come gli uccelli volano via da un albero che ha preso fuoco, così i desideri si allontanano da colui che è infiammato da uno spirito di intenso e durevole distacco.

Tat: Quella (la meta), descritta precedentemente.

6. Né il sole la illumina, né la luna, né il fuoco; avendo raggiunto quella essi non ritornano; quella è la Mia suprema dimora.

Commento: Quella Suprema dimora è autoilluminata, perché il Sé è autoluminoso. Esso esiste prima che il sole, la luna e il fuoco venissero in esistenza durante la creazione. Esisterà anche dopo che essi saranno scomparsi nell'immanifesto durante la dissoluzione del mondo.

Il verso precedente è preso dalla *Kata Upanishad*: "Il sole non brilla lì, né la luna, né le stelle, né il fulmine vi riluce, e, tanto meno, il fuoco. Quando Egli brilla, ogni cosa splende a causa di Lui; per la Sua luce tutto questo splende". La stessa idea c'è anche nella *Swetaswatara* e *Mundaka Upanishad*.

"Quella dimora, avendo raggiunta la quale, nessuno ritorna, e che il sole, la luna e le stelle, il fulmine e il fuoco non illuminano, è la più alta dimora di Vishnu". (Cfr. VIII. 21).

Il sole, la luna ecc. derivano la loro luce dal Para Brahman. Null'altro è necessario per illuminare l'Essere Supremo, perché Egli è autoluminoso.

Dhama paramam: suprema dimora, o luogo eccelso, o Para Brahman.

Sebbene il sole sia dotato del potere di illuminare tutto, esso non può illuminare l'Essere Supremo.

7. Un'eterna parte di Me, essendo diventata un'anima vivente nel mondo della vita, attira a (sé) i (cinque) sensi con la mente come sesto, dimoranti nella Natura.

Commento: Qui il Signore spiega come l'anima individuale è venuta in essere. L'anima individuale è un raggio del Signore. Un raggio dell'Essere Supremo entra nella Natura attira a sé i cinque sensi e la mente e diventa un'anima incarnata (Jiva) assumendo un corpo. Qui c'è una descrizione di come un corpo sottile entra in un corpo grossolano.

Il sole riflesso nell'acqua non è in alcun modo contaminato. Quando un cristallo viene in contatto con una stoffa rossa o con un fiore rosso, esso sembra rosso, ma in realtà non è così. Anche così l'Essere Supremo non è in alcun modo contaminato dalle azioni dell'anima individuale.

L'ignoranza è un'aggiunta limitante dell'anima individuale. A causa della limitazione prodotta dalla sua ignoranza, l'anima sente che è l'autrice e colei che gode. In essenza, l'anima individuale è identica all'Essere Supremo. Quando l'ignoranza, l'aggiunta limitante, è totalmente distrutta, l'anima individuale realizza la sua identità con il Supremo Essere.

Proprio come l'etere nel vaso diventa uno con l'etere universale quando l'aggiunta limitante, il vaso, è rotto, così anche l'anima individuale diventa uno con il Sé quando l'aggiunta limitante, l'ignoranza, è annullata. Proprio come non c'è alcun ritorno dell'etere del vaso dopo che essa è diventata uno con l'etere universale,

quando il vaso è distrutto, così anche non c'è ritorno dell'anima individuale dopo che le aggiunte limitanti – la mente e gli altri strumenti interiori – sono stati distrutti. Essa diventa una cosa sola con il Sé.

Pratibimba (riflessione) è solo una porzione del Bimba (oggetto). Il sole riflesso è solo una porzione (raggi) del sole reale. Quando l'acqua è rimossa, il sole riflesso ritorna indietro al sole originale, come infatti è; non ritorna all'acqua. Anche così, quando l'ignoranza o la mente è annullata, l'anima individuale, che è una riflessione del Sé nell'ignoranza, è assorbita nel Bimba, il Sé, non ritorna di nuovo in questo mondo di nascita e morte.

L'anima individuale è solo una porzione, immaginaria o fittizia, del Sé, perché l'Essere Supremo è indivisibile. Egli non ha parti. Se avesse parti, sarebbe passibile di distruzione quando le parti si separano.

I sensi dimorano nella Natura, nelle loro rispettive sedi, come l'orecchio, la pelle, la lingua, l'occhio e il naso. Un Sannyasi che vive in una caverna dell'Himalaya sogna che egli è un uomo sposato che si muove qua e là per ottenere un lavoro per il suo mantenimento. Anche così, l'anima individuale dimentica la sua reale divina natura; scambia il corpo impuro e mortale per il puro e immortale Sé e immagina che lei è la reale attrice e fruitrice identificando se stessa con il corpo. Dice: "Io sono l'attrice, sono la fruitrice, sono un'anima schiavizzata dal Samsara, sono felice, sono miserabile" per cui essa diventa finita.

In essenza, l'anima individuale è identica al Supremo Sé. La differenza esiste a causa dell'illusione o dell'immaginazione o della sovrapposizione. L'illusione della differenza è dovuta all'aggiunta o principio limitante, la mente; come anche l'illusione che l'etere nel vaso è differente dall'etere universale è dovuta all'aggiunta limitante, il vaso. L'illusione della distinzione tra l'anima individuale e l'Essere Supremo viene rimossa quando l'aggiunta limitante, la mente, è annullata. Nel sonno profondo la mente riposa in uno stato sottile nella sua causa (ignoranza primordiale), insieme con tutte le impressioni e le tendenze latenti. Essa ritorna da questo stato d'ignoranza quando l'individuo ritorna allo stato di veglia. Se la causa – l'ignoranza – è alla fine distrutta attraverso la conoscenza del Sé, allora il suo effetto – la mente – sarà anch'esso annullato.

Proprio come la tartaruga tira fuori testa e piedi che sono in uno stato di "assorbimento" nel suo corpo, così anche l'anima individuale tira fuori la sua mente e i sensi (che sono in uno stato di assorbimento nell'ignoranza primordiale del sonno profondo), per godere degli oggetti dei sensi nello stato di veglia.

"Un raggio dell'Essere Supremo entra nella Natura, attira a sé i cinque sensi e la mente". In questo verso viene descritta la formazione del corpo astrale.

Le *Sruti* dichiarano: “Quell’Essere Supremo stesso, avendo creato quest’aggregato corporeo dalla testa ai piedi, entra in questo corpo sotto forma di anima individuale”.

In accordo al Vedanta ci sono diciannove principi, e cioè, i cinque organi della conoscenza, i cinque organi dell’azione, le cinque aree vitali (Prana, Apana, Vyana, Samana e Udhana), la mente, l’intelletto, Chitta (la mente subconscia o inconscia), e l’egoismo. Noi dobbiamo concludere che le parole “i cinque sensi e la mente” indicano anche il complesso dei rimanenti tredici principi.

Amsa: questo non significa qui una particella o una porzione che è stata tagliata via, è come la porzione dell’etere nel vaso. L’etere non è stato separato, ma rimane ancora nell’intero etere. (Cfr. XIV. 3).

8. *Quando il Signore prende un corpo e quando lo lascia, Egli prende questi e va (con essi) come il vento prende i profumi dalle loro sedi (fiori ecc.).*

Commento: Qui c’è una descrizione di come il corpo sottile lascia il corpo grossolano.

Quando il Jiva, il signore dell’aggregato del corpo e del resto, prende questo corpo, Egli prende con esso la mente e i sensi; quando lascia il corpo alla sua dissoluzione prende con sé i sensi e la mente, proprio come il vento porta con sé la fragranza dei fiori. Ovunque Egli vada e qualsiasi forma assuma, di nuovo opera attraverso quei sensi e quella mente.

Jiva: il signore dell’aggregato del corpo e del resto.

Il Supremo Sé appare come se fosse un agente o il fruitore solo quando l’anima individuale possiede o assume un corpo.

9. *Egli presiede all’orecchio, all’occhio, al tocco, al gusto e all’odorato, come anche alla mente; Egli gioisce degli oggetti dei sensi.*

Commento: Qui c’è una descrizione di come il corpo sottile, rimanendo nel corpo grossolano, gioisce degli oggetti dei sensi.

L’anima individuale utilizza la mente e ogni senso separatamente, e gode o sperimenta gli oggetti dei sensi, come il suono, il tocco, il colore (forma) il gusto e l’odorato.

L’anima siede nel meraviglioso carro della sua mente, passa attraverso la porta dell’orecchio in un batter d’occhio e gode dei vari tipi di musica di questo mondo. Essa prende le redini dei nervi della sensazione, entra nel dominio del tocco attraverso la porta della pelle e gode i diversi tipi di soffici oggetti. Corre sulle colline di belle forme e gode di esse attraverso le finestre dei suoi occhi. Entra nella ca-

verna del gusto attraverso la strada della lingua e gode di specialità, di piatti appetitosi e di bevande rinfrescanti. Entra nella foresta dei profumi attraverso la porta del suo naso e gode di essi fino a totale soddisfazione.

L'anima prende dimora nell'orecchio, nell'occhio, nella pelle, nella lingua, nel naso e anche nella mente e gode degli oggetti dei sensi. Guadagna esperienze del mondo esterno attraverso la mente, l'intelletto, la mente subconscia, l'egoismo, i dieci sensi e le cinque aree vitali.

Ghranameva cha: la parola "cha" (e) indica che noi dobbiamo includere i cinque organi dell'azione e anche il quadruplice strumento interiore (mente, intelletto, mente subconscia ed egoismo).

Nella *Kata Upanishad* troverete: "Il Sé, i sensi e la mente uniti, il saggio chiama 'il fruitore'". (Cfr. V. 15-29; IX. 24; XIII. 21-32).

10. L'illuso non vede Egli che parte, sta e gioisce; ma coloro che posseggono l'occhio della conoscenza osservano Lui.

Commento: Sebbene il Sé sia il più vicino e venga più facilmente entro il loro campo di visione o coscienza, gli ignoranti e gli illusi non sono capaci di vederLo, perché sono sviati dalle qualità della Natura; le loro menti corrono costantemente verso gli oggetti dei sensi e sono saturate dalla passione; essi identificano il Sé con il corpo; la loro visione è assorbita dalle forme esterne. Ma quelli che sono dotati dell'occhio interiore dell'intuizione Lo vedono.

Yama dice a Nachiketas nella *Kata Upanishad*: "L'autoesistente Brahma creò i sensi con le loro tendenze verso l'esterno; quindi, l'uomo osserva l'universo esterno e non il Sé interiore". Yama aggiunge anche: "Ma alcuni uomini saggi, con i loro sensi distolti dagli oggetti, desiderosi dell'immortalità, volgono il loro sguardo all'interno e osservano il Sé interiore (seduto nei loro cuori)".

Coloro che posseggono l'occhio interiore della conoscenza osservano il Sé come interamente distinto dal corpo. Sperimentano la separata esistenza del Sé dal corpo e sanno che quest'ultimo si muove e agisce a causa del Sé che è all'interno, proprio come un pezzo di ferro si muove e agisce in presenza di un magnete.

11. Gli Yogi che si sforzano (per la perfezione) osservano Lui dimorante nel Sé; ma i grossolani e non intelligenti, anche se si sforzano, non Lo vedono.

Commento: La descrizione dell'evoluzione dell'anima individuale è ora completa.

Lo Yogi che si sforza con una determinazione di ferro, con ferma risoluzione, fede, sincerità e mente ben equilibrata, vede il Sé stabilito nel suo cuore. Lo trova che dimora nella sua mente o intelletto. Lo riconosce come “Io sono Quello”.

Ma coloro che sono di tardo intelletto e senza un’adatta disciplina della mente e dei sensi, che non sono stati purificati da austerità, servizio altruistico e carità, che non hanno dominato i loro sensi, che non hanno praticato regolare meditazione, che non hanno abbandonato le loro cattive abitudini, che non hanno sradicato passione, orgoglio, egoismo, ira, cupidigia e ipocrisia, che non hanno sviluppato vera discriminazione tra il Reale e l’irreale – tali persone, per quanto duramente possano sforzarsi di conoscerLo con i mezzi dello studio delle sacre scritture, non Lo vedono. Non sono capaci di raggiungere la realizzazione del Sé. Il semplice studio delle scritture soltanto non può aiutare uno che ha una mente impura. L’aspirante dovrebbe avere una mente calma e pura. Egli dovrebbe praticare una costante, protratta e profonda meditazione sul Sé. Solo allora realizzerà, riconoscerà e osserverà il Sé dimorante nel suo cuore.

L’Essere Supremo che fuoco, stelle, fulmini, sole e luna non illuminano; avendo raggiunto *Quello*, da cui l’aspirante non ritorna a questo mondo di nascita e morte, del quale le anime individuali sono semplicemente parti immaginarie, apparenti così a causa delle aggiunte limitanti dell’ignoranza – quella meta è l’essenza di tutte le esperienze mondane.

Proprio come l’etere nel vaso diventa identico con l’etere universale quando l’aggiunta limitante, il vaso, è rotto; in una maniera simile l’anima individuale diventa identica con l’Essere Supremo, quando l’aggiunta limitante, l’ignoranza, è distrutta attraverso la conoscenza del Sé. Questa realizzazione del Sé nasce dalla meditazione sul corretto significato dei Mahavakya [grandi affermazioni] delle *Upnishad*, cioè, “Tat Twam Asi – Tu Sei Quello” o “Aham Brahma Asmi – Io Sono l’Essere Supremo”, allora l’anima individuale realizza che il Sé è l’essenza di tutti i fenomeni e che Egli è la base di tutte le esperienze.

Per far comprendere questo ad Arjuna, il Signore dà ora un breve sommario delle Sue manifestazioni nei seguenti quattro versi. Viene ora data una descrizione dell’onnipervadenza del Sé.

12. Quella luce che, dimorando nel sole, illumina il mondo intero, e che è nella luna e nel fuoco, sappi che quella luce è la Mia.

Commento: L’immanenza del Signore come luce della coscienza che illumina tutto è descritta in questo verso.

Io sono la causa e la sorgente della luce con cui il sole illumina il mondo, come anche la luce riflessa del sole nella luna e nel fuoco.

Tejah: luce, la luce della coscienza.

Se ciò è così, un obiettore potrebbe dire: “La luce della coscienza esiste ugualmente in tutti gli oggetti, mobili o immobili. Allora perché il Signore ha menzionato questa speciale qualificazione della luce che risiede nel sole, nella luna e nel fuoco? Prego spiegatele”.

La risposta è: “La maggiore manifestazione della luce della coscienza nel sole ecc., è dovuta ad una maggiore concentrazione di Sattwa in essi. Sattwa è molto brillante e luminosa in essi. Questo è perché vi è lì questa speciale qualificazione”. C'è qui un esempio illustrativo: la faccia di un uomo non è per nulla riflessa su una parete, su un pezzo di legno, o su un blocco di pietra, ma la stessa faccia è chiaramente riflessa in uno specchio molto pulito. La chiarezza della riflessione nello specchio dipende dal grado di trasparenza dello specchio. Più trasparente è lo specchio, migliore è la riflessione della faccia; inferiore la trasparenza, peggiore la riflessione. In un modo simile la luce di Dio splende più brillantemente nel sole, come anche nel puro cuore di un devoto.

13. Permeando la terra sostengo tutti gli esseri con la (Mia) energia; ed essendo diventato l'umida luna, Io nutro tutte le erbe.

Commento: L'immanenza del Signore come la vita che tutto sostiene è descritta in questo verso.

Ojas: l'Energia del Signore (Ishwara). Il vasto cielo e la terra sono fermamente sostenuti da quest'energia. Essa permea la terra per sostenere il mondo. Quest'energia è priva di passione e attaccamento. Poiché la vasta terra è sostenuta dall'energia del Signore, essa non cade né si disintegra o si scontra con gli altri mondi.

Il Signore permea la terra e sostiene tutti gli oggetti mobili e immobili con la Sua energia.

Rasatmakah soma: l'umida luna. La luna è considerata come il deposito di tutti i sapori o fluidi. Io, diventando l'umida luna, nutro tutte le erbe e le piante, come il riso, il grano ecc., infondendo sapore in essi e rendendoli gustosi. Io alimento il regno vegetale con il Mio succo vitale (*Ojas*), che pervade il suolo e genera un dolce succo o sapore nelle erbe, nelle piante e negli alberi. L'umida o saporita luna nutre tutte le erbe e le piante infondendo sapore o gusto in esse.

14. Essendo diventato il fuoco Vaisvanara, Io dimoro nel corpo degli esseri viventi e, associato con Prana e Apana, digerisco i quattro tipi di cibo.

Commento: In questo verso viene descritta l'immanenza del Signore come il fuoco gastrico in tutti gli esseri viventi.

Vaisvanara: il fuoco che dimora nello stomaco. Questo fuoco è alimentato continuamente dal mantice formato dal respiro che entra e che esce con cui una gran quantità di cibo viene digerita. Dentro il meraviglioso laboratorio dello stomaco, il Signore digerisce il cibo prendendo la forma di questo fuoco gastrico.

Quattro tipi di cibo: cibo che può essere assunto con la masticazione; quello che può essere succhiato; quello che deve essere leccato; quello che deve essere divorato o inghiottito.

Un'altra classificazione è la seguente: cibo solido per gli esseri umani; cibo umido per gli uccelli come il *chathaka*; cibo forte per alcune creature; aria come cibo per i serpenti.

La *Brihadaranyaka Upanishad* afferma: "Questo fuoco che è dentro l'uomo e con cui il cibo è digerito, è Vaisvanara".

Colui che sente che il fuoco Vaisvanara è l'etere, che il cibo mangiato con il fuoco è il Soma (luna), e che i due insieme formano Agni-Soma, non è contaminato dalle impurità presenti nel cibo.

Prima che prenda il suo cibo, colui che medita che l'intero mondo è nella forma di etere, e che quello che ha mangiato è fatto di Agni e Soma, non è contaminato dal male che proviene dal mangiare cibo cattivo.

Ripetete questo verso giornalmente prima di prendere il vostro cibo. Sarete liberi da tutte le contaminazioni dovute alle impurità del cibo:

*14. Aham vaishwaanaro bhootwaa praaninaam dehamaashritah;
Praanaapaana samaayutah pachaamyannam chaturvidham.*

15. E Io sono seduto nel cuore di tutti; da Me proviene la memoria, la conoscenza, come anche la loro assenza. Io sono in verità ciò che deve essere conosciuto da tutti i Veda; Io sono, infatti, l'autore del Vedanta, e il conoscitore dei Veda.

Commento: Io Mi trovo nel cuore di tutti gli esseri senzienti come il loro più interno Sé. Quindi, da Me, il Sé di tutti gli esseri, proviene la memoria, la conoscenza, come anche la loro perdita. Gli uomini giusti hanno conoscenza e una buona memoria come risultato di azioni virtuose. Individui corrotti hanno perdita di memoria e di conoscenza come risultato delle loro azioni immorali. La virtù promuove conoscenza e pace, da cui i poteri intellettuali.

Apohanam: perdita (distruzione) della memoria e della conoscenza come anche della "facoltà di ragionare". La perdita di memoria e di conoscenza è dovuta a passione, ira, angoscia e illusione.

Smriti: memoria. È una speciale modificazione della mente che nasce da impressioni passate, produce un ricordo di passate esperienze o godimento di oggetti sensuali nella vita presente di un uomo mondano che non ha praticato lo Yoga. Le esperienze di vite passate sono rivissute in uno Yogi, ed egli ottiene una conoscenza trascendente che è al di là di tempo, spazio e causa e della natura visibile.

Io sono l'obiettivo centrale dei *Veda*. Per comprendere i *Veda* si deve conoscere Me. Io, l'Essere Supremo, devo essere conosciuto in tutti i *Veda*. Sono Io che conosco l'insegnamento vedico o il significato dei *Veda*. Io faccio sì che l'insegnamento del Vedanta sia tramandato in regolare successione. Io sono l'autore di quello che è al di là dei *Veda*, vale a dire le *Upanishad*, che costituiscono il Vedanta, che trattano dell'Essere Supremo trascendente, onnipervadente, al di là di nomi e forme e privo d'ogni qualità.

Una breve descrizione delle glorie del Signore Narayana come manifestato attraverso speciali veicoli è stata data nei quattro versi precedenti. Dal verso seguente è data una descrizione della forma del Purushottama, che è libero da ogni agguinta limitante. (Cfr. X. 20).

16. Due Purusha ci sono in questo mondo, il distruttibile e l'indistruttibile. Tutti gli esseri formano il distruttibile e il Kutastha – l'immutabile – è chiamato l'indistruttibile.

Commento: In questo e nel prossimo verso il Signore descrive i tre aspetti della divina esistenza. Il primo è l'anima individuale chiamata il distruttibile Purusha, il secondo è l'indistruttibile Purusha o la Maya Shakti del Signore, e il terzo è l'Essere Supremo, il Purushottama o il più alto Purusha.

Nel Samsara ci sono due categorie sistemate in due separati gruppi di esseri chiamati Purusha, in quanto essi sono le aggiunte limitanti del più alto Purusha. Questi sono Kshara e Akshara.

Kshara Purusha è il mutevole o il deperibile. È la sempre mutevole forma di materia che è inerte o insensibile. Il deperibile comprende l'intero mondo dalle mutevoli forme. Da Brahma giù fino ad un sottile filo d'erba, tutti gli oggetti mobili e immobili, tutto quello che può essere pensato dalla mente, tutto quello che è costituito dai cinque elementi, tutto quello che è mutevole, tutto quello che ha nome e forma, tutto quello che appare ai nudi occhi, che è stato descritto come il corpo e le modificazioni del Campo nel XIII discorso – tutto questo comprende il deperibile.

Akshara Purusha è la Maya Shakti, il potere illusorio del Signore. È il seme da cui l'essere mortale prende la sua nascita. È la sede di tutte le impressioni latenti di desideri, azioni ecc., delle varie creature mortali. La condizione non manifesta

è generalmente descritta come ignoranza o sonno profondo, perché lì non c'è né coscienza, né incoscienza. È solo uno stato potenziale. È una condizione in cui tutte le forme di vita, con le limitazioni che l'accompagnano, giacciono latenti, proprio come l'albero è latente nel seme del frutto. In questo stato, materia ed energia sono una cosa sola. In questo stato, suono, materia ed energia esistono in un aspetto indifferenziato. In questo stato, i Guna esistono in una condizione d'equilibrio.

Kutastha: quello che rimane immobile come un mucchio di pietre; quello che è alla radice (Kuta) di tutti gli esseri. Kuta significa anche illusione, e *Kutastha* vorrebbe allora significare quello che manifesta se stesso in numerose, diverse e illusorie forme. Quello che nasconde la Verità, che mostra un falso aspetto e inganna la gente dalla mente mondana, è Maya o Kuta. Quello che forma il potere velante e ingannevole è *Kutastha*.

Poiché questa Maya Shakti non può essere distrutta se non tramite la conoscenza del Sé, è detta essere infinita, questa è la ragione per cui è chiamata Akshara. Questo seme del Samsara non ha fine. Quindi, si afferma che è immortale nel senso che non è distrutto in assenza della conoscenza del Sé. Ma questo seme è bruciato o distrutto *in toto* quando uno raggiunge la conoscenza del Sé. L'illusione svanisce e ogni cosa è realizzata come l'unica Coscienza Cosmica. Solo l'illusoria percezione della materia viene distrutta.

Purushottama o il più alto Purusha è distinto da questi due: il distruttibile e l'indistruttibile. Egli non è per nulla influenzato dal male dei due veicoli o le aggiunte limitanti del distruttibile e dell'indistruttibile. Egli è eterno, puro, intelligente e libero per natura.

17. Ma distinto è il Supremo Purusha chiamato l'Altissimo Sé, l'indistruttibile. Signora che, pervadendo i tre mondi, li sostiene.

Commento: Purushottama è al di là dell'universo, sebbene Egli pervada i tre mondi. Quindi, è chiamato il Supremo Essere dai *Veda* e dagli uomini di questo mondo. Pervade i tre mondi e li sostiene; tuttavia non è contaminato dal mondo. È al di sopra del mondo e della mondanità.

Proprio come lo stato di veglia è differente dallo stato di sogno o di sonno profondo, proprio come la sfera del sole è differente dai suoi raggi o dal miraggio che causano, così anche l'Altissimo Purusha è differente dal deperibile e dall'indeperibile Purusha.

Il più alto Purusha è un cielo di pace. In Lui tutti prendono rifugio e riposo eterno. È incomparabile perché Egli stesso è autocontenuto. Non c'è nulla come Lui; può essere paragonato solo con Se stesso. L'Essere Immortale (Akshara Brahman)

che è al di là del mondo, e l'Immanifesto (Avyaktam), sono essenzialmente la stessa cosa del Purushottama che trascende ambedue, lo Kshara e l'Akshara.

Purushottama è completamente diverso dai due Kshara e Akshara. Egli è l'Essere Supremo. I corpi fisico, astrale e causale vengono anche chiamati "sé", ma questi sono sé secondari. Paramatma o il Supremo Sé è il Sé primario. Purushottama o Paramatma è il Supremo o il più alto quando paragonato agli altri sé secondari creati dall'ignoranza. Egli è la Coscienza più interna di tutti gli esseri; è il supporto di ogni cosa; è il Governatore interiore. È indipendente. Quindi, è conosciuto nel Vedanta come il Supremo Sé.

Anyah: un altro, completamente distinto dai due.

Lokatrayam: i tre mondi: la terra, la regione di mezzo e il cielo.

Purushottama ha un'ulteriore descrizione come questa. "Egli è l'immortale e l'onnisciente Signore Narayana che permea i tre mondi con la Sua energia vitale e che li sostiene con la Sua semplice esistenza in essi".

Avyaya: indeperibile; quello che è libero da modificazioni, come nascita, morte ecc. Proprio come un re che governa i suoi soggetti e li controlla è distinto da essi, così anche l'Essere Supremo, che è il Governatore del deperibile e dell'indeperibile, è distinto da essi. (Cfr. VIII. 20).

18. Poiché Io trascendo il distruttibile e sono anche più elevato dell'indistruttibile, Io vengo chiamato l'Altissimo Purusha nel mondo e nei Veda.

Commento: Purushottama è un ben conosciuto e appropriato nome del Signore; significa Egli è il Supremo Purusha.

Kshara: si riferisce al distruttibile: l'albero del Samsara.

Akshara: l'indistruttibile: il seme dell'albero di questa mondana esistenza.

Poiché Io primeggio sul perituro e anche sull'imperituro e poiché sono così superiore ad ambedue, sono proclamato nel mondo e nei *Veda* come l'Altissimo Purusha. I devoti Mi conoscono come tale e anche i poeti Mi descrivono così.

Io sono al di là di ogni tipo di limitazione. Non c'è presente in Me alcun senso di dualismo. Quindi, sono chiamato da tutti e dalle scritture il Purushottama.

19. Colui che, non illuso, conosce così Me come l'Altissimo Purusha, egli, conoscendo tutto, Mi adora con il suo intero essere (cuore), Oh Arjuna.

Commento: La gloria della conoscenza del Sé, viene descritta in questo verso.

Asammudhah: non ingannato, libero dall'illusione. Colui che non identifica se stesso con il corpo fisico. Egli non guarda mai al corpo fisico, alla forza vitale, ai

sensi, alla mente, all'intelletto e al corpo causale come al Sé o come se appartenesse a se stesso, perché riposa nella sua divina natura essenziale come Satchidanda, e perché identifica se stesso con il Sé.

L'aspirante che sa che Sri Krishna non è un essere umano e che Egli è l'Altissimo Purusha o l'Essere Supremo, non è ingannato. Solo un tale aspirante o devoto Lo adora con il Suo intero essere. Egli è colui che conosce tutto; conosce e realizza che il Signore Krishna, il Supremo Signore è il Sé interiore di tutti gli esseri; osserva l'Uno nei molti e i molti nell'Uno. Per lui non c'è né alto né basso, né piacere né dolore, né virtù né vizio, né buono né cattivo, né simpatie né antipatie.

Me: il Signore come specificato sopra.

Sarvavit: uno che conosce ogni cosa in dettaglio.

Conosce: che "Io sono Lui".

Sarvabhavana: con tutto il suo cuore, con tutto il suo essere, con tutti i suoi pensieri esclusivamente devoti al Sé di tutti, con tutta la sua mente centrata solamente sul Supremo Sé.

20. Così, questa segretissima scienza ti è stata insegnata da Me, Oh senza peccato. Conoscendo questa, un uomo diventa saggio, e tutti i suoi doveri sono compiuti, Oh Arjuna.

Commento: *Guhyatamam:* il segreto più profondo.

Buddhiman: qui significa un conoscitore del Sé.

La conoscenza del Sé che dà l'emancipazione dai cicli di nascita e morte e la libertà dai legami del Karma viene elogiata in questo verso. Se questo profondo insegnamento è correttamente compreso, conosciuto o realizzato, esso rende un uomo saggio e gli dà l'illuminazione. Dopo questo non c'è null'altro per lui da conoscere o da sforzarsi di raggiungere. Egli ha raggiunto la meta della vita e lo scopo di questa umana esistenza; è arrivato alla fine del suo viaggio. Il suo sforzo per la realizzazione del Sé è terminato; ha raggiunto la perfezione. Ha la completa conoscenza dell'Essere Supremo. Ha raggiunto Brahmajnana. Egli si muove nella coscienza del Divino. Osserva il Sé ovunque; vive nel Sé. Considera tutte le attività come il Suo gioco divino.

Quando una persona ha realizzato il Sé, ha portato a termine tutti i compiti della vita. È liberato dai legami del Karma. Diventa un Jivanmukta che ha trasceso la coscienza corporea, come anche le tre qualità della Natura, i tre stati di coscienza (veglia, sogno e sonno profondo), le coppie di opposti e i cicli di nascita e morte. Sa perfettamente che la rinascita è stata distrutta, che quello che doveva esser fatto è stato portato a termine, che il più alto obiettivo della vita è stato raggiunto, e che

egli non ha null'altro da fare o da imparare. Ha compreso il profondo mistero della vita o l'enigma di questo universo. Ha raggiunto la conoscenza totale.

L'intera *Gita* è chiamata una scienza, e qui ancora, il quindicesimo discorso soltanto è dichiarato una scienza per il piacere di elogiarla. Il quindicesimo discorso contiene infatti la quintessenza della *Gita*, dei *Veda* e delle *Upanishad*. È il burro estratto dal latte dei *Veda*. È stato detto che: "Colui che conosce l'albero di peepul è un conoscitore dei *Veda*" (XV. 1).

Il Signore ha anche detto nel verso XV. 15: "In verità Io sono Quello che deve essere conosciuto da tutti i *Veda*".

Solo quando un uomo conosce questa scienza come insegnata precedentemente, allora egli diventa saggio, ma non altrimenti. Qualsiasi compito un Brahmana della più alta nascita abbia da portare a termine, è come se quello fosse stato fatto, quando uno raggiunge la conoscenza del Sé.

La *Manu Smriti* dice: "Questo è il completamento della nascita umana, in particolare per un Brahmana, perché il due volte nato porta a termine tutti i suoi compiti solo raggiungendo questo, ma non altrimenti".

Poiché tu hai udito da Me, questa verità circa l'Essere Supremo, tu sei un uomo felice e hai portato a termine tutti i tuoi compiti; hai raggiunto la realizzazione del Sé.

Usando le parole "Anaga" e "Bharata" il Signore Krishna fa capire che, anche un uomo ordinario, conoscendo questo quindicesimo discorso, può raggiungere la conoscenza del Sé e diventare un Kritakritya (uno che ha portato a termine tutti i compiti); allora, come parlare d'Arjuna che è senza peccato e che è nato in una nobile famiglia con divini attributi?

Il Signore suggerisce anche, usando la parola "Anaga", che il Guru, che è un conoscitore del Sé, dovrebbe impartire il più profondo segreto, la scienza del Sé, solo a persone qualificate che sono libere da impurità di cuore e di mente, che sono calme, e che sono dotate dei "Quattro Mezzi" di salvezza. Un uomo dalla mente impura non sarà capace di afferrare le verità. Il suo intelletto pervertito le distorcereà e porterà a distruzione se stesso e i suoi seguaci.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina il quindicesimo discorso intitolato "Lo Yoga del Supremo Spirito".

Contenuto del Sedicesimo Discorso

Questo discorso è importante e molto istruttivo per tutte quelle persone che desiderano raggiungere felicità, prosperità e beatitudine in generale e per i ricercatori in particolare, che desiderano raggiungere il successo nella loro vita spirituale. Il Signore Krishna illustra qui con estrema chiarezza e senza possibilità di errori l'intima connessione tra etica e spiritualità, tra una vita di virtù, la realizzazione di Dio e la liberazione. Elencando due sistemi di qualità opposti, il Signore classifica le qualità come divine e demoniache (non divine) e ci sprona a sradicare queste ultime e a coltivare quelle divine.

Che tipo di natura uno dovrebbe sviluppare? Che condotta dovrebbe seguire? Quale via si dovrebbe seguire e come agire se si vuole raggiungere Dio e ottenere la Beatitudine Divina? A queste domande viene risposto con perfetta chiarezza e definitivamente. Le qualità divine sono quelle che conducono alla liberazione, mentre quelle non divine conducono alla schiavitù. Purezza, buona condotta e sincerità sono indispensabili per un progresso spirituale e anche per una vita onorevole su questa terra.

Privo di purezza, di buona condotta e di verità, non avendo nessuna fede in Dio o in una più alta Realtà oltre questo mondo visibile, l'uomo degenera in una bestia a due gambe di pessimo carattere, di crudeli azioni e sprofonda nell'oscurità. Una tale persona diventa il nemico e il distruttore della felicità degli altri come anche di quella propria. Imprigionato in innumerevoli desideri e bramosie, schiavo di godimenti sensuali e assalito da migliaia di problemi, la sua vita alla fine termina in miseria e degradazione. Alterigia, arroganza ed egoismo lo conducono a questo tremendo fato. Quindi una saggia persona, che desidera il successo, dovrebbe sradicare il vizio e coltivare la virtù.

In questo mondo tre porte conducono all'inferno: la porta della passione, quella dell'ira e quella della cupidigia. Liberato da queste tre cattive qualità uno può riuscire a raggiungere la salvezza e acquisire il più elevato obiettivo, cioè Dio. In questo modo le Sacre Scritture saggiamente insegnano il retto sentiero del puro vivere virtuoso. Si dovrebbe quindi seguire le istruzioni delle Sacre Scritture che desiderano il benessere dell'individuo ed essere guidati nelle proprie azioni dai loro nobili insegnamenti.

SEDICESIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA DIVISIONE TRA IL DIVINO E IL DEMONIAICO

Il Beato Signore disse:

1. Impavidità, purezza di cuore, costanza nella conoscenza e nello Yoga, carità, controllo dei sensi, sacrificio, studio delle scritture, austerità e rettitudine,

Commento: I tre tipi di natura che appartengono agli esseri senzienti, quella dei Rakshasa, degli Asura e degli dei, già menzionate nei versi 12 e 13 del IX discorso, vengono ora illustrati in dettaglio.

La distinzione tra il dio o l'uomo-dio e gli Asura è chiaramente illustrata in questi primi quattro versi. Daivi Prakriti, o la natura degli dei, porta a Moksha o liberazione dai cicli di nascita e morte. La natura degli Asura e dei Rakshasa porta alla schiavitù. Questa natura è un ostacolo al raggiungimento della conoscenza del Sé. La natura divina dovrebbe essere coltivata; quella demoniaca dovrebbe essere abbandonata. Tutte queste qualità si trovano negli esseri umani.

Ci sono persone sattwiche che posseggono divine qualità; ci sono Asura e Rakshasa anche tra gli esseri umani, che sono dotati di qualità demoniache, che sono piene di eccessivo Tamas. In un uomo ordinario c'è una mescolanza dei tre Guna. Tamas e Rajas spingono un uomo verso il basso, mentre Sattwa lo solleva in alto. Tamas e Rajas portano alla schiavitù; Sattwa aiuta nel raggiungere la salvezza. L'aspirante dovrebbe disciplinare se stesso e sviluppare Sattwa. Questo è il fondamento dello Yoga; questa è la prima disciplina. Il primo gradino sulla scala spirituale è raggiunto sviluppando Sattwa. Quando la mente è sattwica, c'è calma in essa. La luce divina può discendere solo quando la mente è serena e allegra.

L'uomo sattwico controlla tutti i sensi, fa servizio altruistico e pratica Japa, Pranayama, concentrazione, meditazione, autoanalisi e l'indagine "Chi sono io?". Egli non ha attrazione per gli oggetti dei sensi. Ha un bruciante desiderio di raggiungere la liberazione. È umile, pio, generoso, misericordioso e tollerante. Egli distrugge questa piccola personalità.

L'uomo rajasico è orgoglioso, intollerante, egoista, autosufficiente, facilmente irritabile, passionale, avido e geloso. Egli lavora per la sua gloria, fama e auto esaltazione. Cerca di sviluppare la sua propria, inutile, piccola personalità.

C'è un'intima connessione tra i Guna e le azioni. La natura delle azioni dipende dalla natura dei Guna. Un uomo sattwico farà azioni virtuose, un uomo rajasico o tamasico farà azioni malvagie. È il Guna che porta l'uomo a fare azioni. Il Sé è inattivo; è il testimone silenzioso.

Il Signore riassume nei primi tre versi le qualità di un uomo divino, un uomo che è teso verso il sentiero della liberazione. Egli poi continua enumerando le qualità dell'uomo demoniaco. Il tema di questo discorso è tracciare le differenze tra il divino e la natura asurica.

Virtù e vizio sono termini relativi. La virtù di un periodo diventa il vizio di un altro. Da un punto di vista trascendentale non c'è né virtù né vizio.

Perché ci dovrebbe essere il male? Come sorge questo male? Tutte queste sono domande trascendentali. Potrete ottenere risposte a queste domande solo quando raggiungerete la realizzazione del Sé. La gente tortura senza necessità il proprio cervello su queste domande. È un grande errore.

La divina ricchezza o la ricchezza di qualità divine aiuta l'aspirante a raggiungere la conoscenza del Sé. Gli attributi divini o sattwici, come il coraggio, la purezza di cuore, il controllo dei sensi ecc. costituiscono divina ricchezza. Essi aiutano l'aspirante spirituale a raggiungere lo stato più alto di supercoscienza o Nirvikalpa Samadhi, dove il veggente e il visto sono uniti in una cosa sola e il meditante e il meditato diventano identici. Le divine qualità che vanno ad aumentare la beatitudine del Sé, che aiutano l'aspirante a raggiungere la felicità del Sé, sono chiamate divina ricchezza.

Tra le divine qualità, il coraggio è la principale. La paura è un effetto dell'ignoranza. L'identificazione con il corpo causa paura. Cieco attaccamento al corpo, a moglie, figli o proprietà è la causa della paura. Il saggio che ha la realizzazione del Sé è assolutamente privo di paura.

La *Taittiriya Upanishad* dice: "Colui che conosce la beatitudine di Brahman, da cui le parole come anche la mente si allontanano prive di potere, non ha paura di nulla".

Il coraggio è la devota osservanza, senza dubitare, dei precetti prescritti dalle scritture. È lo stato di libertà dall'ansietà che vi sosterrà dopo che avrete rinunciato ad ogni cosa.

Quando un aspirante prende i voti di Sannyasi fa questo proponimento: "Non indurrò paura in alcuna creatura vivente". Il mantenimento di questa risoluzione di Abhaya Dana (il dono dell'assenza di paura verso tutte le creature) in pensieri, parole e azioni, è Abhayam o coraggio.

La paura può essere rimossa col costante pensiero dell'immortale e totale beatifica natura del Sé. Se conducete una vita di perfetta onestà e verità, se osservate devotamente i precetti delle scritture senza dubitare, se conducete una vita di retta condotta e se ricordate Dio sempre, voi diventerete impavidi.

Quando osservate che il Sé soltanto è ovunque, quando il senso della dualità è svanito, quando il senso dell'unità è sorto, come potete aver paura di qualcosa, come può il sentimento della paura sorgere in voi?

L'assenza di paura è essenziale per il raggiungimento della liberazione. È la caratteristica più importante di un saggio illuminato. È la propria accurata misura del proprio avanzamento spirituale. È la virtù cardinale di un saggio illuminato. Questo è il motivo per cui le divine qualità sono messe come prime. Solo un saggio liberato può essere assolutamente privo di paura.

Le buone tendenze sono ricchezza divina. Esse inducono una persona a praticare discriminazione, distacco, controllo della mente e dei sensi. Aiutano l'individuo a raggiungere la conoscenza del Sé. Le tendenze rajasiche e tamasiche, che operano insieme alle correnti di simpatia e antipatia, che inducono una persona ad eseguire azioni che sono proibite dalle scritture, che producono effetti disastrosi, costituiscono la natura demoniaca.

In una persona dalla natura asurica l'attrazione per i piaceri sensuali è predominante; nella natura rakshasica l'odio predomina e il Rakshasa fa ogni tipo di danno e ingiuria agli altri.

Le buone tendenze portano alla libertà, mentre quelle cattive conducono alla schiavitù. Quindi, le buone tendenze dovrebbero essere coltivate, mentre le cattive sradicate. Per fare questo dovrete avere la conoscenza della natura essenziale di queste due tendenze. Questo sedicesimo discorso vi dà una vivida descrizione di queste tendenze.

Satvasamsuddhih: purezza di comprensione, purezza di vita o di cuore. La purezza di mente costituisce l'abbandono di ogni inganno, ipocrisia, falsità e simili in ogni comportamento con la gente e nel fare transazioni con una perfetta integrità. Questo è *Satvasamsuddhi*.

Quando la comprensione dimora costantemente nel Sé immortale ed è così ferma e stabile, potete conoscere che siete in una condizione di purezza. A ragione della

purezza della mente potete conoscere il Sé. Lo stato di mente interiore attraverso l'ascolto delle scritture è libero da dubbi, quali l'improbabilità dell'esistenza del puro Sé; questo stato è chiamato Satvasamsuddhi. Poiché la purezza di mente non si può ottenere senza la devozione al Signore, la devozione è compresa in queste virtù sattwiche.

Jnana: conoscenza, comprensione della vera natura del Sé come insegnato nelle scritture e dal Guru. Realizzazione del Sé attraverso intensa meditazione sulla grande sentenza delle *Upanishad*: "Aham Brahma Asmi – Io sono Brahman".

Lo Yoga è l'unione dell'anima individuale con l'Essere Supremo. È la diretta realizzazione del Sé attraverso profonda concentrazione e meditazione, attraverso moderazione e controllo dei sensi. L'aspirante prende cognizione, tramite la diretta percezione con l'occhio interiore di intuizione o saggezza, di quello che ha imparato dalle scritture e dal precettore. Raggiunge la realizzazione del Sé o la diretta conoscenza. Diventa una cosa sola con il Sé. Dalle scritture ricava una conoscenza indiretta, o una semplice comprensione, o una conoscenza teorica del Sé. Ora, attraverso la pratica dello Yoga egli ottiene una conoscenza diretta. Lo sforzo che è favorevole all'annullamento della mente e delle tendenze latenti è anche conosciuto come Yoga.

Jnanayogavyavastithih: lo stato del Jivanmukta o la liberazione raggiunta per mezzo dello Jnana Yoga. È uno stato completamente distinto da quello della gente dalla mente mondana.

Assenza di paura, purezza di cuore e stabilità nella conoscenza e nello Yoga, sono le tre preminenti virtù tra le varie qualità sattwiche enumerate nei versi 1-3. Esse si trovano solo negli Jnana Yogi. Le altre qualità sono comuni a Jnana Yogi, Karma Yogi, Raja Yogi e Bhakti Yogi. A meno che voi non possediate qualità o virtù sattwiche, non potete praticare alcun tipo di Yoga. Se coltivate una virtù, tutte le altre virtù si stringeranno a voi da loro stesse. L'assenza di paura è la base e il fondamento dell'intera struttura morale dell'uomo.

Swadhyaya (studio delle scritture) e Tapas (austerità), costituiscono il Kriya Yoga. Swadhyaya porta a Brahma Yajna. La carità e i sacrifici appartengono al Karma Yoga. Carità, autocontrollo e sacrificio costituiscono la divina ricchezza di un capo famiglia.

Quelle qualità menzionate nei primi tre versi di questo discorso, che appartengono all'aspirante che pratica una particolare forma di Yoga, costituiscono la divina ricchezza di un discepolo su quel particolare sentiero.

Dana: dono di carità; distribuzione di cibo, vesti ecc., per quanto è nel proprio potere e in accordo ai propri mezzi. Un uomo caritatevole si affretta a dare conforto al bisognoso e ad aiutare l'indigente. La carità è di tre tipi: Sattwica, Rajasica e Tamasica, come descritta nei versi XVII. 20-22. Essa apre le porte del cielo; affretta

la liberazione. Proprio come un albero dà frutti e ombra senza distinzione, così ugualmente uno dà a colui che ha bisogno, senza distinzione e con un cuore allegro.

Dama: autodisciplina, autocontrollo; controllo dei sensi esterni. Il controllo dei sensi interiori e della mente è descritto nel prossimo verso.

La pratica dell'autocontrollo annulla l'unione dei sensi con gli oggetti sensuali; separa i sensi dai loro rispettivi oggetti. L'aspirante non permette al vento degli oggetti sensuali di soffiare attraverso le porte dei suoi sensi. Egli mantiene i sensi sotto una stretta disciplina; accende il fuoco del distacco in tutte le dieci porte del corpo. Prende rigidi voti; osserva il voto del silenzio e del celibato; è moderato nella sua dieta. Mantiene il giusto mezzo in ogni cosa. Controlla le tendenze verso l'esterno della mente e dei sensi; convince la mente e i sensi a ritornare indietro verso la loro sorgente. Proprio come un nemico è sconfitto per mezzo di un'arma, anche così ogni tendenza verso gli oggetti sensuali è annullata dalla pratica dell'autocontrollo. Tutti gli stimoli interni, i desideri e le bramosie dovrebbero essere bruciati nel fuoco della rinuncia alle dieci porte dei sensi. Dato che i capi di famiglia non possono praticare un perfetto controllo dei sensi, anche una moderata e disciplinata vita costituirà per loro un buon autocontrollo. La pratica dell'autocontrollo comprende anche perdono, innocuità, sincerità, fermezza e pazienza.

Yajna: sacrificio; adorazione del fuoco (Agnihotra) e simili sacrifici prescritti nei *Veda*; anche sacrifici agli dei e altri riti come prescritti nelle *Smriti*. (Vedi commento al verso III. 13).

Swadhyaya: studio dei *Veda* per ottenere i "frutti non visibili".

Tapas: austerità: mortificazione del corpo e altre forme di penitenza. La vera Tapas è la meditazione sul Sé; è il fissare la mente sul Sé. È la separazione di se stessi dal corpo fisico e dalle altre quattro "guaine" e identificarsi con l'Assoluto. È il rivolgere la mente verso l'anima. I tre tipi di Tapas, menzionati nei versi XVII. 14-16, appartengono a questa categoria.

Arjavam: rettitudine. Questa qualità conduce al raggiungimento della conoscenza. L'aspirante dovrebbe essere sempre candido, giusto e schietto; questa dovrebbe essere la sua costante attitudine. Solo un uomo giusto e sincero può essere retto. Egli è rispettato dalla gente; è amato da tutti, ottiene il successo in tutti i suoi sforzi; non nasconde mai né i fatti né la verità.

2. *Inoffensività, veracità, assenza d'ira, rinuncia, tranquillità, assenza dalla calunnia, compassione verso gli esseri, l'assenza di bramosia, la gentilezza, la modestia, l'assenza d'irrequietudine,*

Commento: *Ahimsa*: non violenza in pensieri, parole e azioni. Controllandosi dal non far del male alle creature viventi, vengono controllate le forze orientate verso l'esterno di Rajas. Ahimsa è applicabile ai livelli fisico, verbale e mentale.

Satyam: perfetta sincerità; parlare delle cose come esse sono, senza pronunciare parole spiacevoli o non vere. Questo include autocontrollo, assenza di gelosia, perdono, pazienza, sopportazione, amore e gentilezza.

Akrodhah: assenza di ira quando insultato, ripreso o colpito, cioè anche sotto la più grave provocazione.

Tyaga: rinuncia. Letteralmente significa "abbandonare"; l'abbandono di tutti i desideri, egoismi e frutti delle azioni. Anche carità è Tyaga. Questo è già stato menzionato nel verso precedente.

Shanti: serenità di mente.

Apaisunam: assenza di grettezza mentale.

Daya: compassione per quelli che sono in difficoltà. Un uomo di compassione ha un cuore tenero. Egli vive solo per il beneficio del mondo. La compassione indica la realizzazione dell'unità o dell'unicità con tutte le creature.

Aloluptvam: assenza di bramosia. I sensi non sono influenzati o eccitati quando vengono in contatto con i loro rispettivi oggetti; sono ritirati dagli oggetti, proprio come gli arti di una tartaruga sono ritirati nella sua conchiglia.

Hrih: vergogna sentita nell'esecuzione di azioni contrarie alle regole dei *Veda* o della società.

Achalam: non parlare o muovere le mani e le gambe invano; l'evitare ogni azione inutile.

Rettitudine, non violenza, assenza di ira ecc. sono le speciali qualità dei Brahmana. Esse sono le virtù Sattwiche che appartengono a loro.

3. *Vigore, clemenza, fermezza, purezza, assenza di odio, assenza di orgoglio – queste appartengono ad uno nato in uno stato divino, Oh Arjuna.*

Commento: *Tejas*: vigore, energia, splendore o lustro della pelle. L'aspirante che è diretto verso il raggiungimento della salvezza marcia sicuramente sul sentiero spirituale. Nulla può tentarlo o ritardare il suo progresso. Questo ininterrotto progresso verso la realizzazione del Sé è la luminosità. Essa fa superare la spinta di Tamas verso il basso.

Kshama: clemenza, che sa perdonare. Colui che è dotato di questa virtù non mostra ira anche quando è insultato, ripreso o colpito, sebbene sia forte abbastanza da poter rispondere. Egli non è influenzato né da insulto, né da ingiuria.

Dhriti: il saggio assorbe dentro di sé tutte le calamità. Egli è sempre stabile anche quando è in avverse o difficili condizioni. Questo è un particolare Vritti Sattwico

o stato di mente che rimuove la depressione o l'esaurimento del corpo e dei sensi quando essi si abbattono. Un aspirante che è dotato di questo divino attributo non si sente mai scoraggiato anche quando è sotto prove severe, difficoltà e tribolazioni. Dhriti è un divino "ricostituente" tonico, quando il corpo e i sensi sono in uno stato di basso spirito o di sconforto.

Saucham: purezza. Questa è di due tipi: esterna e interna. La purezza esterna si ottiene utilizzando la terra e l'acqua. Nella purezza interna la mente e l'intelletto sono liberi da inganno, lussuria, ira, cupidigia, orgoglio, gelosia, ipocrisia, simpatia e antipatia, attraverso la pratica del celibato, del perdono, dell'amicizia, carità, umiltà, amore, compassione e nobiltà. È molto più importante della purezza esterna.

Adroha: assenza di odio; assenza di desiderio di far del male agli altri.

Atimanita: grande orgoglio. Un uomo orgoglioso pensa che egli è superiore agli altri e che è degno di essere onorato da essi.

Tejas, Kshama e Dhriti sono le speciali qualità della classe dei guerrieri. Queste sono sattwiche qualità della classe dei guerrieri.

Saucham e Adroha sono speciali qualità della classe dei mercanti, esse sono le loro qualità sattwiche.

L'assenza di orgoglio è la speciale qualità della classe dei servitori. È la qualità sattwica che appartiene ad essi.

La divina ricchezza consiste di ventisei attributi. Questa è un raro dono del Signore. È un'inesauribile ricchezza che non può essere portata via dai ladri. Aiuta l'aspirante a raggiungere l'immortale e immacolato seggio di Brahma. È una rapida strada per il reame dell'eterna beatitudine.

4. Ipocrisia, arroganza, presunzione, ira e anche insolenza ed ignoranza, appartengono a colui che è nato in uno stato demoniaco, Oh Arjuna.

Commento: *Dambha*: ipocrisia; pretendere di essere quello che uno non è; pretendere di essere religioso e pio. Consiste nel gloriarsi della propria grandezza. L'ipocrisia religiosa è la forma peggiore. L'ipocrisia è una mescolanza di inganno e falsità. Coloro che si vantano dei loro meriti ottengono solo demeriti.

Darpa: arroganza; orgoglio di cultura, ricchezza, rapporti elevati ecc. Un uomo arrogante non può sopportare di vedere i propri simili felici. Egli è sempre più irritato della buona fortuna dei suoi simili in materia di cultura, felicità e prosperità.

Parusyam: (insolenza a parole) parlare del cieco come se avesse occhi come il loto, del brutto come il bello, dell'uomo di bassa casta come uno di nascita elevata, e così via, generalmente con un ulteriore egoistico o cattivo motivo.

Ajnanam: ignoranza. Un errato concetto dei propri compiti. Un uomo ignorante è cieco per quello che deve esser fatto e per quello che non dovrebbe essere fatto. C'è un'assenza di discriminazione. Proprio come un bambino mette ogni cosa che ha nelle mani sulla bocca, sia pulita che sporca, così anche è la condizione dell'uomo ignorante che non è capace di discriminare tra il Reale e l'irreale, tra il bene e il male, tra virtù e vizio. Egli cammina lungo il sentiero della distruzione. Non conoscendo la strada che porta alla liberazione e al godimento dell'eterna pace e felicità, egli è immerso nell'oceano di quest'esistenza mondana.

Queste sono le sei qualità demoniache. Queste qualità costituiscono la ricchezza satanica o demoniaca. Sono ostacoli sul sentiero della liberazione.

Indirizzandosi ad Arjuna come "Partha", il Signore Krishna vuol significare che egli non ha in lui qualità demoniache, poiché è nato in una nobile famiglia ed è il figlio di Pritha.

Persone che hanno una natura asurica non hanno fede. Esse disputano su ogni dottrina; negano la vera esistenza di Dio; negano il ciclo di questo processo mondano, i *Veda* e le leggi dell'etica. Il loro fine e obiettivo è l'indulgenza dei sensi. Esse derubano le persone e fuggono con la moglie del loro vicino, le uccidono spietatamente; non credono nella reincarnazione e negli altri mondi. Esse non hanno alcun'idea di giusta condotta, purezza e autocontrollo. Gli Asura sono coloro che hanno ingaggiato guerra e che stanno ancora conducendo guerra con gli dei nel cielo. Coloro che sono dotati di tendenze asuriche o malvagie qualità sono Asura o demoni. Essi esistono in abbondanza in questo Kali Yuga (Età del Ferro). Kamsa e Hiranyakashipu erano degli Asura.

Anche un uomo con un diploma universitario e titoli di studio è in verità un Asura se è dotato di tendenze malvagie.

Esotericamente la guerra tra gli Asura e gli dei è un'eterna battaglia che va sempre avanti tra le pure e le impure tendenze dell'uomo, tra Sattwa da una parte e Rajas e Tamas dall'altra.

5. La natura divina si ritiene conduca alla liberazione e la demoniaca alla schiavitù. Non affliggerti, Oh Arjuna, perché tu sei nato con divine qualità.

Commento: *Sampat*: talento, perfezione, stato di ricchezza, natura, virtù.

Moksha: liberazione dalla schiavitù del Samsara, dai cicli di nascita e morte.

La natura divina conduce alla salvezza, quella demoniaca alla schiavitù.

Poiché Arjuna è egli stesso afflitto e scoraggiato, il Signore Krishna lo assicura di non sentirsi allarmato da questa descrizione delle qualità asuriche, che producono angoscia e delusione, poiché egli è nato con tendenze sattwiche che conducono alla salvezza.

Arjuna, ascoltando le parole del Signore, può aver avuto il dubbio dentro di sé se possiede una natura divina o demoniaca. Così il Signore Krishna per rimuovere il suo dubbio dice: “Non preoccuparti, Oh Arjuna, perché tu sei nato con divine qualità. Tu sei fortunato; sicuramente raggiungerai la pace e la felicità della realizzazione del Sé. Non pensare, Oh Arjuna, che impegnando te stesso in battaglia e uccidendo, tu diventerai un Asura. Non preoccuparti per questo. Ti stabilirai nel reame della rettitudine prendendo parte a questa giusta battaglia”.

6. Ci sono due tipi di esseri in questo mondo – il divino e il demoniaco; il divino è stato a lungo descritto; ascolta da Me, Oh Arjuna, del demoniaco.

Commento: Le due divisioni di esseri creati, l'uno divino e l'altro satanico, portano avanti le loro rispettive attività in accordo con le loro tendenze o tratti naturali.

Nella *Bryhadaranyaka Upanishad* troverete: “In verità ci sono due classi di creature nell'intera creazione, precisamente dei e demoni”.

Bhutasargau: creazione di esseri, tipi o classi di creature. Creazione qui significa quello che è creato. Gli uomini che sono creati con questi due tipi di natura – la divina e la demoniaca – sono qui menzionati come le “due creazioni”. Ogni uomo in questo mondo viene sotto l'una o l'altra delle due creazioni: la divina o la demoniaca.

Il Signore Krishna dice ad Arjuna: “Ti descriverò ora le caratteristiche di quegli uomini che sono dotati di qualità demoniache. Se hai una comprensione di queste qualità demoniache tu le eviterai”.

La natura demoniaca è descritta in dettaglio proprio alla fine di questo discorso. Ci sono stati alcuni riferimenti ad essa nei versi IX. 9 e 11-12, ma poiché la descrizione lì era incompleta, viene completata qui.

La natura divina era stata illustrata in dettaglio dal Benedetto Signore nei precedenti discorsi: lo stato di uno Sthitaprajna nel secondo, lo stato di un Bhagavata nel dodicesimo e lo stato di un Trigunatita nel quattordicesimo. È stata anche descritta nei primi tre versi di questo discorso.

7. Gli uomini demoniaci non conoscono né cosa fare né quello da cui trattenersi dal fare; né purezza, né retta condotta, né verità si trova in essi.

Commento: Gli esseri demoniaci non comprendono la natura dell'azione e dell'inazione (la giusta attenzione o astinenza). L'idea di un Sé separato dal corpo, che non fa nulla (senza azione) ma che semplicemente osserva il gioco dei Guna è per loro qualcosa di incomprensibile. Non hanno alcuna considerazione per gli inte-

ressi degli altri; lavorano per amore dei loro corpi o per il godimento dei sensi. Essi sono avidi, egoisti e crudeli. Quindi non posseggono alcuna buona condotta; sono ingiusti, bugiardi e impuri. Non conoscono quali azioni dovrebbero compiere per raggiungere la meta della vita o il fine dell'umana esistenza, né quali azioni dovrebbero trattenersi dal fare per distruggere o tenere lontano il male.

Coloro che sono dotati di qualità demoniache sono immersi nel fango dell'ignoranza. Essi sono totalmente ignoranti di qual è l'azione prescritta o qual è l'azione proibita. Non hanno la minima idea di quello che può essere la purezza o la nitidezza. Le loro azioni sono contorte; non hanno alcuna idea di virtù o vizio, o delle ingiunzioni o proibizioni delle scritture. Non pronunciano mai parole dolci o amorevoli. Essi sono ipocriti e bugiardi.

8. Essi dicono: "Questo universo è senza verità, senza una base (morale), senza un Dio, prodotto dalla mutua unione, con la lussuria come sua causa; che altro?"

Commento: Essi sostengono che l'universo è senza alcun substrato o supporto o alcuna basica realtà sottostante.

Questa è una descrizione dell'opinione di atei come i Charvakas o gli altri materialisti. Essi non credono nell'esistenza del Sé, che è il supporto di questo mondo. Non accettano neanche l'esistenza di un Ishwara in questo mondo.

Essi dicono: "Noi siamo irreali. Quindi, anche questo mondo è irreali e le scritture che dichiarano le verità sono anch'esse irreali. Che altro se non la lussuria può essere la causa di questo universo? La passione del sesso è l'unica causa di tutte le creature viventi. Non c'è alcuna cosa come la teoria del Karma. L'intero mondo è prodotto dal mutuo accoppiamento di un uomo e di una donna sotto l'impulso della lussuria. Non c'è né virtù né vizio. Non c'è alcun Signore che dispensa i frutti delle azioni agli individui in accordo a virtù e vizio. Dharma e Adharma non sono le basi di questo mondo. Il desiderio sessuale è l'unica base di questo universo. Questo mondo è un mondo fortuito".

Tali persone non sono dotate della facoltà dell'introspezione. Sono ignoranti del Campo (Natura) e del Conoscitore del Campo (Dio).

Mutua unione: unione sessuale; può anche significare unione di atomi. Il mondo venne in esistenza da una combinazione di atomi in accordo all'interpretazione dei Vaisesika.

9. Mantenendo questa visione, queste anime traviate, di ridotto intelletto e violente nelle azioni, si ergono come nemici del mondo per la sua distruzione.

Commento: Essi danneggiano e derubano gli altri; acquisiscono ricchezze distruggendo gli altri; si vantano delle loro azioni malvagie.

Nastatmanah: anime traviate. Anime che si sono talmente fuorviate da essere in pratica perdute. Esse sono molto lontane dal raggiungere la realizzazione del Sé o andare nei mondi più elevati.

Alpabuddhayah: essi hanno un piccolo intelletto in quanto identificano loro stessi con i loro corpi, che sono pieni d'impurità. Non hanno alcuna concezione dell'Essere Supremo, poiché i loro intelletti sono solo occupati con i loro piccoli piaceri sensuali, come mangiare, bere ecc.

Ugrakarmanah: di violente azioni. Essi sempre ingiuriano gli altri. Uccidono per acquisire ricchezza; commettono qualsiasi orrendo crimine per ottenere denaro e donne. Portano grande confusione e distruggono la pace e l'armonia del mondo.

Nemici del mondo: mondo qui significa gente che vive nel mondo.

10. Colmi d'insaziabili desideri, pieni di ipocrisia, orgoglio ed arroganza, concepando malvagie idee a causa dell'illusione, essi agiscono con propositi impuri.

Commento: Queste persone malevole e senz'anima eseguono crudeli e peccaminose azioni. Le loro menti sono sature di vanità, presunzione e arroganza. In trattengono impuri propositi e irragionevoli idee. Concepiscono insaziabili desideri nei loro cuori. Proprio come una scimmia diventa sempre più intossicata quando le viene dato del vino, così anche quanto più diventano vecchie, queste persone diventano sempre più arroganti e lussuose. Causano rovine e morte a quelli che sono accanto a loro. Vantano le loro azioni e trattano gli altri con grande sufficienza. Sono grandemente attaccate ai loro corpi; adorano solo loro stesse. La loro passione è senza limiti. Sono stupide e ostinate e così non hanno alcuna ferma determinazione.

Il desiderio è insaziabile come il fuoco. Il godimento non può portare alla soddisfazione dei desideri. Più godete, più forte diventa il desiderio. Dopo che si è goduto di un oggetto, sorge di nuovo il desiderio per continuare il godimento per sempre. Voi farete ricorso ad ogni sorta di espediente per preservare l'oggetto.

Sebbene un uomo non è giusto, egli pretende di esserlo. Questa è ipocrisia. Un uomo non degno di essere onorato, reclama l'onore. Questo è orgoglio; questa è falsa dignità. Un uomo che non possiede grandi qualità le sovrappone su se stesso.

Questi Asura fanno impuri propositi: "Adorerò questa divinità e ripetendo il suo Mantra verrò in possesso di quella donna. Ripeterò questo potente Mantra e ucciderò quell'uomo".

11. Dedicando se stessi ad atti smisurati che terminano con la morte, considerando la gratificazione della lussuria come il loro scopo più alto, e sentendosi sicuri che questo è tutto,

Commento: Essi sono circondati da immensi affanni, preoccupazioni e ansietà. Le loro menti sono occupate nell'acquisire e nel preservare i loro innumerevoli oggetti sensuali. Hanno la forte convinzione che il godimento sensuale è il fine ultimo dell'uomo. Essi sono immersi nel godimento degli oggetti dei sensi. Credono fermamente che quello è ogni cosa. Credono che il godimento sensuale sia la sorgente suprema della felicità, e che non c'è nulla come l'eterna beatitudine dell'anima, o la trascendente beatitudine del Sé. Essi non hanno alcuna fiducia di trovare la felicità in un altro mondo o piano, o nell'eterna beatitudine che è indipendente dagli oggetti dei sensi, che è al di là della conquista dei sensi. Il loro intelletto è torpido e grossolano, e così non possono afferrare le più alte e sottili verità. Il godimento sensuale è il loro più grande obiettivo da raggiungere.

12. Legati dalle cento corde della speranza, dediti alla lussuria e all'ira, essi si sforzano di ottenere con mezzi illeciti ingenti ricchezze per i godimenti sensuali.

Commento: Uccidono persone e rubano le loro ricchezze per ottenere il godimento dei sensi. Ammassano ricchezze solo per il piacere dei sensi, non per portare avanti giuste azioni. Essi non hanno misericordia; sono molto crudeli. Sono tenuti in schiavitù dalle innumerevoli corde delle attese. Alberga nei loro cuori il desiderio per ogni tipo di oggetto sensuale. Vari tipi di desideri sorgono nelle loro menti; quando questi non sono gratificati diventano furiosi. Essi acquisiscono ricchezze con mezzi illeciti.

Speranza o aspettativa legano l'uomo alla ruota del Samsara. Quindi, la speranza è paragonata ad una corda o ad una fune. Non c'è fine ai desideri di un tale uomo. Benché possieda enormi ricchezze, i suoi desideri non sono soddisfatti; si moltiplicano ogni giorno. Questa gente diventa vittima, senza speranza, della cupidigia.

13. "Questo ho ottenuto oggi; questo desiderio soddisferò, questo è mio ed anche questa ricchezza sarà mia in futuro".

Commento: Queste anime illuse pensano: "Sarò capace di conquistare tutto quello che il mondo possiede. Allora sarò il signore di ogni potere e ricchezza. Nessuno sarà paragonabile a me sulla superficie di questa terra".

In futuro: “L’anno venturo anche questa ricchezza sarà mia. Sarò conosciuto nel mondo come un uomo dall’immensa ricchezza. La gente si rivolgerà a me come: ‘mio signore’”.

Questi demoni che pensano in questa maniera diventano presuntuosi riguardo alla loro ricchezza; la loro testa si gonfia di orgoglio; considerano ognuno come qualcosa senza valore come la paglia. L’orgoglio della ricchezza distrugge il loro potere di discriminazione. Si sforzano per la felicità ma non la ottengono mai; rimangono impigliati nelle reti di Maya. Rimangono legati al peccato e alla miseria qui e altrove.

14. *“Quel nemico è stato ucciso da me e altri ancora ne ucciderò. Io sono il signore; io godo; sono perfetto, potente e felice”.*

Commento: “Io sarò il signore di tutto quello che osservo. Ucciderò ognuno che non serve me. Infatti sono il signore di tutta la creazione. Avrò successo in tutte le mie imprese. Ho grandi quantità di bestiame, terre, proprietà e immense ricchezze. Ho molti figli e nipoti. Nemmeno Indra è uguale a me. Sono molto potente, forte, sano e felice in ogni aspetto”.

In questo verso c’è una descrizione delle vane immaginazioni di gente dalla natura demoniaca.

15. *“Io sono ricco e nato in una nobile famiglia. Chi altri è uguale a me? Io farò sacrifici. Darò (carità). Festeggerò”. – Così, sono delusi dall’ignoranza,*

Commento: “Kubera, il dio della ricchezza, può essere ricco, ma non può essere paragonato a me. Anche Vishnu non ha la ricchezza che io possiedo. In paragone con la mia illustre famiglia e con l’estensione delle mie relazioni, anche Brahma è in verità di lignaggio inferiore; egli non è nulla paragonato a me. Chi allora c’è in questo mondo uguale a me?”.

Nato in una nobile famiglia: nato in una famiglia erudita nelle scritture da sette generazioni.

“Nessuno è uguale a me a questo riguardo. Farò una grande quantità di riti sacrificali per ottenere nome e fama. Darò denaro e regali a coloro che mi intratterranno con danze e musica e canteranno le mie lodi. Nessuno è uguale a me in carità. Io posso indulgere nel mangiare e nel bere e nell’accompagnarmi con donne”.

16. *Confusi da molte fantasticherie, involuppati nella rete dell’illusione, dediti alla gratificazione della lussuria, essi cadono in un inferno immondo.*

Commento: Proprio come un uomo pronuncia una gran quantità di parole incoerenti, quando delira, così ugualmente questi uomini diabolici cianciano dei loro desideri, godimenti sensuali ecc. Essi commettono innumerevoli peccati e così cadono in un inferno impuro, come Vaitarini. L'illusione è una rete perché coloro che sono illusi ne vengono intrappolati. Sono catturati come pesci nelle maglie della rete dell'illusione; sono avvolti nella rete da tutti e quattro i lati. Sono confusi su quello da fare per primo e su cosa fare successivamente. Poiché sono inviluppati nell'illusione, essi sono confusi in vari modi, intrattenendo vari malvagi pensieri. Non hanno discriminazione tra l'adatta o benefica Sadhana e quella che è impropria o dannosa. La mancanza di discriminazione tra queste è Moha. Poiché Moha è un velo e anche una causa di schiavitù, essa è paragonata ad una rete.

Tutte le qualità menzionate precedentemente portano ad una caduta.

17. Presuntuosi, ostinati, pieni d'orgoglio e intossicati dalla ricchezza, essi eseguono sacrifici solo di nome, pieni di ostentazione, contrari alle prescrizioni delle scritture.

Commento: Essi sono gonfi di uno smisurato orgoglio. Si stimano molto elevati, ma non sono onorati come tali dai giusti o dalle persone pie. Hanno un'elevatissima opinione della loro grandezza. Stimano se stessi come in possesso di tutti i virtuosi attributi, non sono umili, non hanno mitezza. Le loro menti sono completamente riempite dal senso della loro importanza. Trattano gli altri con disprezzo; pensano che gli altri siano inferiori a loro stessi. Non piegano mai le loro teste o fanno prostrazioni agli anziani, ai superiori, agli insegnanti spirituali e ai monaci. Rimangono eretti come una colonna o un pilastro di ferro, intossicati come sono dal vino della ricchezza. Pretendono di eseguire sacrifici.

Mancano di riguardo all'altare, alla dimora del sacrificio, al luogo dove si mette il fuoco, o a qualunque oggetto che viene usato nei sacrifici. Non fanno alcuna attenzione alle regole che sono prescritte. Fanno sacrifici solo per incrementare la loro fama. Non ascoltano neanche la ripetizione del nome di Dio. Come può Dio essere presente in tali sacrifici? Essi eseguono sacrifici senza prestare attenzione alle diverse parti e alle obbligazioni prescritte nelle regole delle scritture, come ad esempio la recitazione dei Mantra, adorazione degli dei, l'offerta di carità ecc. Non fanno il sacrificio con reverenza e fede. Vorrebbero che tutti li proclamassero come esecutori del sacrificio Soma. Queste persone non otterranno i frutti del sacrificio. In essi non c'è alcuna idea di servizio. Eseguono il sacrificio per ingannare il mondo e non spinti da fede o sincerità.

Mana: orgoglio. Consiste nel supporre se stessi degni di alto onore a causa della ricchezza o della cultura.

Mada: a causa dell'intossicazione causata dalla ricchezza, l'uomo ricco tratta con disprezzo il Guru e gli altri che sono degni di essere onorati. La ricchezza o l'istruzione stravolge la sua mente. Questo è Mada.

18. Dedita all'egoismo, al potere, all'arroganza, alla lussuria e all'ira, questa gente malvagia odia Me nei loro propri corpi ed in quelli degli altri.

Commento: Essi sono autosufficienti e gonfi di orgoglio del loro potere mentale e materiale. Si atteggiavano molto; e si offendono molto se vengono sminuiti. Il corpo è a loro più caro di qualsiasi altra cosa; vivono soltanto per esso. Se qualcuno cerca di ostacolare i loro piani o schemi diventano aspramente ostili verso costui. Si vendicano di costui e cercano di ucciderlo senza misericordia.

Sono molto meschini. Proprio come l'oscurità sembra essere più densa dopo che è calata la notte, così anche, come aumenta la loro follia, la loro arroganza cresce, il loro egoismo si sviluppa, il loro orgoglio si gonfia e la loro illusione aumenta giorno dopo giorno. Adoperano la forza brutta per raggiungere i loro fini egoistici. Abusano e maltrattano tutti coloro che sono veritieri, sinceri, caritatevoli e che sono devoti a Me.

Ahankaram: egoismo, il principio dell'autoaffermazione, l'effetto o la modificazione dell'ignoranza. Questa è la sorgente di tutti i difetti e le perversità nella natura umana e di tutte le azioni malvagie. Lussuria, ira, cupidigia, orgoglio e ipocrisia sono gli attendenti dell'egoismo. È molto difficile aver ragione di questo terribile nemico, ma attraverso la giusta indagine, esso può essere distrutto.

Questi Asura, che sono molto egoisti a causa della loro profonda ignoranza, si stimano molto elevati per le qualità che posseggono e per quelle che falsamente sovrappongono a se stessi. Pensano che siano persone molto importanti a causa di queste buone qualità. Cercano di umiliare gli altri usando la loro supremazia finanziaria. Ingannano gli individui dando loro false prove e facendo ogni cosa per raggiungere i loro fini egoistici.

Balam: potere accompagnato da lussuria e attaccamento.

Gli Asura usano la forza del loro corpo per umiliare e distruggere gli altri. Se un uomo non è ben stabilito in Yama (le cinque virtù che consistono di inoffensività, sincerità, non rubare, celibato e assenza di avidità), se non ha purezza interiore, se la sua mente è saturata da tendenze malvagie – quando un tale uomo raggiunge il potere, egli abusa di esso e cerca di umiliare gli altri.

I poteri o siddhi vengono come conseguenza ad uno che pratica la concentrazione della mente. Se una tale persona è dotata di Yama, essa non farà mai cattivo uso dei poteri e così non avrà mai una caduta. Questa è la ragione per cui Maharishi Patanjali dice: "I poteri sono ostacoli sul cammino dello Yoga. Allontanateli

inesorabilmente. Marciate in avanti verso l'obiettivo. Salite la scala dello Yoga finché raggiungerete il più alto stato di Samadhi o lo stato di Coscienza Divina". Quindi, non guardate indietro; non trattenete memorie del passato.

Yama è la vera base dello Yoga. Stabilitevi in essa prima di affrontare la concentrazione e la meditazione. Molti aspiranti hanno una caduta perché non iniziano a praticare Yama; saltano immediatamente alla pratica della concentrazione e della meditazione. Questo è un triste errore.

Darpa: arroganza. Un uomo il cui cuore è pieno di questo male diventa molto insolente e ingiusto, e assume un atteggiamento prepotente e dominante verso gli altri; non rispetta mai i suoi anziani, i Guru e gli altri. Questo è un vizio peculiare che ha la sua sede nella mente. Quando questa cattiva qualità si manifesta, uno travalica il sentiero della virtù.

Krodha: ira. Si manifesta quando uno esperimenta qualcosa di sgradevole o non piacevole.

Questi Asura odiano Me il Signore che dimora nei loro propri corpi, come il silente testimone dei loro pensieri e azioni. Essi pensano che Io anche sia un essere umano. Non comprendono la Mia onnipervadente e immortale natura. Essi non si preoccupano affatto di conoscere e seguire i Miei comandi e le ingiunzioni date nei *Veda* e nelle *Smriti*. Se qualcuno viola i Miei comandi dati nelle scritture, questo sicuramente equivale ad un atto di odio verso di Me. Questa gente è molto malvagia; essa ha cattive intenzioni e motivi impuri; è gelosa di quelli che sono virtuosi e che seguono il sentiero della verità e della giustizia. Il loro cuore brucia quando osserva buone qualità negli altri. Questo è Matsarya ed è una forma di gelosia. Se un uomo sovrappone delle cattive qualità su un uomo virtuoso, questo è Asuya. Se il suo cuore brucia quando vede un uomo ricco o prospero, questo è Irsya.

19. Questi esseri crudeli e pieni di odio, i peggiori tra gli uomini nel mondo, lo precipito, questi esseri malvagi, per sempre solo nei grembi dei demoni.

Comento: Ora ascolta il modo in cui Io tratto con tutte queste persone demoniache, che fanno del male alla gente che si diletta ad uccidere persone e animali, e che odiano Me, Colui che dimora nei corpi di tutti. Io privo essi del loro stato umano e li riduco ad una condizione più bassa, come creature subumane. Precipito esse nei grembi degli esseri più crudeli, come le tigri, i leoni, gli scorpioni, i serpenti e simili.

Per sempre: significa solo "fino a che loro purificano i loro cuori". Non c'è qui alcuna cosa come la dannazione eterna.

Tan: questi, i nemici di coloro che seguono il sentiero della verità e della giustizia; quelli che odiano le persone virtuose.

Naradhaman: i peggiori tra gli uomini perché essi sono colpevoli delle peggiori azioni malvagie e prendono diletto nel far del male alle persone virtuose e nell'uccidere crudelmente persone e animali.

Asurisu yonisu: i grembi degli Asura; i grembi degli esseri più crudeli, come le tigri, i leoni o simili.

20. *Entrando in demoniaci grembi e delusi nascita dopo nascita, non raggiungendo Me, essi così cadono, Oh Arjuna, in una condizione ancora più bassa.*

Commento: Questi esseri degradati Io getto in demoniaci grembi. Essi sono ridotti ad una veramente bassa condizione o al più terrificante stato. Sono gettati nell'oscurità più totale. Essi cadono in grembi sempre più bassi in risposta ai loro satanici desideri e azioni e alla loro estrema natura tamasica. Dalla nascita come tigre, ottengono la nascita come serpente; e da quella di un serpente ottengono la nascita come verme; da quella, la nascita come un albero ecc.

In Sanscrito il suffisso "Tara" denota il comparativo, mentre "Tama" è il grado superlativo. Questa gente raggiunge Nikristatama Yoni, cioè i grembi più bassi. Essi non raggiungono Me, in quanto le loro menti sono piene di impurità, poiché non seguono il sentiero della verità e della giustizia in accordo con le ingiunzioni delle scritture. La loro natura diabolica è nemica del progresso spirituale. Essi dovranno annullare le tendenze malvagie coltivando qualità divine e praticando regolare meditazione. Allora, e allora soltanto, raggiungeranno la liberazione.

21. *Triplice è la porta di questo inferno, distruttivo del sé – lussuria, ira e cupidigia – quindi, uno dovrebbe abbandonare queste tre.*

Commento: Lussuria, ira e cupidigia – questi ladri da strada causano la caduta di un uomo negli oscuri abissi di inferno, miseria e angoscia. Queste sono le tre sorgenti della miseria; costituiscono le porte che conducono agli inferni più profondi. Sono i nemici di pace, devozione e conoscenza. Quando queste cattive modificazioni della mente sorgono, l'uomo perde il suo equilibrio mentale, pace e discriminazione e commette varie azioni malvagie.

Lussuria, ira e cupidigia denotano cecità e ignoranza, in quanto nel puro, immortale Sé non c'è alcun desiderio, bramosia, ira o cupidigia.

La porta dell'inferno: la porta che conduce all'inferno. Il sé viene distrutto semplicemente entrando in quella porta, cioè, egli dopo di ciò non è più adatto per impegnarsi in alcun retto sforzo per raggiungere la meta di questa nascita umana. Poiché questa porta produce l'autodistruzione, fate che ognuno rinunci a questa triplice porta. (Cfr. III. 47).

Nel prossimo verso l'uomo che ha abbandonato questi tre mali è grandemente elogiato.

22. *Un uomo che si è liberato di queste tre porte verso l'oscurità, Oh Arjuna, pratica quello che è bene per lui e così va alla Meta Suprema.*

Commento: Quando queste tre porte verso l'inferno sono abbandonate, il sentiero per la salvezza è reso chiaro per l'aspirante. Egli ottiene la compagnia dei saggi, che conduce alla liberazione; riceve istruzioni spirituali e le pratica. Ascolta le scritture, riflette, medita e raggiunge la realizzazione del Sé.

Porta verso l'oscurità: che porta all'inferno, che è piena di dolore e di illusione.

23. *Colui che, avendo gettato da parte i precetti delle scritture, agisce sotto l'impulso del desiderio, non raggiunge né la perfezione, né la felicità, né la Meta Suprema.*

Commento: "Colui che non si preoccupa del Sé, che non mette alcun freno a questi tre peccati, è un traditore del Sé". Colui che ha rinunciato all'autorità dei *Veda* che, come una madre, è ugualmente disposta e gentile verso tutti e che, come un raggio di luce indica quello che è buono e quello che è cattivo, costui non raggiunge la perfezione, o la felicità o la Meta Suprema. Colui che non presta alcuna attenzione alle azioni prescritte e segue gli impulsi del desiderio risvegliato dai sensi non raggiunge Dio.

24. *Quindi, fa che le scritture siano l'autorità nel determinare quello da fare e quello da non fare. Conoscendo quello che è detto nei precetti delle scritture, così in questo mondo dovrete agire.*

Commento: Colui che desidera il benessere del Sé non dovrebbe trascurare i comandamenti delle sacre scritture. Un uomo che è ansioso di raggiungere la beatitudine eterna, dovrebbe rispettare i *Veda* e le *Smriti*, che contengono i codici della retta condotta. Egli dovrebbe prontamente rinunciare a qualsiasi cosa le scritture gli chiedono di abbandonare e accogliere quello che è richiesto di accettare.

Colui che è così totalmente devoto ai *Veda* non può incontrare né sfortuna, né angoscia e né illusione. Nessuna madre è più gentile delle scritture, perché esse ci impediscono di compiere il male e ci concedono il bene più grande, la liberazione. Quindi, trattate le scritture con grande rispetto; rinunciate a tutto quello che esse proibiscono. Qualsiasi cosa è degna di essere fatta, quella dovrete fare, completamente, con tutto il vostro cuore e con tutta la vostra forza.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno,
la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna,
termina il sedicesimo discorso intitolato
"Lo Yoga della Divisione tra il Divino e il Demoniac".

Contenuto del Diciassettesimo Discorso

Questo discorso è intitolato lo "Yoga della divisione dei tre tipi di Fede". Il tema di questo discorso deriva da una domanda posta da Arjuna nel primo verso e che si riferisce al consiglio finale del Signore Krishna in chiusura del discorso precedente contenuto negli ultimi due versi (23 e 24). Arjuna chiede: "Cosa succede a coloro che anche se non osservano le ingiunzioni delle scritture, ugualmente praticano la devozione con fede?".

Il Signore risponde e afferma che la fede di tali uomini che ignorano le ingiunzioni delle scritture potrebbe essere sia sattwica che rajasica o tamasica. Questo sarebbe in accordo con la natura di base delle persone stesse. Conseguentemente com'è il tipo di fede, così si sviluppa la natura dell'uomo.

Così, in tutti gli atti come sacrifici, adorazioni, carità, austerità ecc. queste qualità vengono espresse in accordo con il tipo di fede in cui ha le basi la persona coinvolta. Esse producono risultati in accordo con la qualità della fede dell'attore. Questi atti, fatti con la giusta fede, conducono alla Suprema Beatitudine. Quando invece sono fatte senza una qualsiasi fede, tutte queste azioni diventano infruttifere e inutili.

DICIASSETTESIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA DIVISIONE DEI TRE TIPI DI FEDE

Arjuna disse:

1. Coloro che, trascurando i precetti delle scritture, eseguono i sacrifici con fede, qual è la loro condizione, Oh Krishna? È quella di Sattwa, Rajas o Tamas?

Commento: Questo discorso tratta dei tre tipi di persone che sono dotate di tre tipi di fede. Ognuna di loro segue un sentiero in accordo alla sua inerente natura: sattwica, rajasica o tamasica.

Arjuna dice al Signore: “È molto difficile afferrare il significato delle scritture. È ancora più difficile incontrare un precettore spirituale che può insegnare le scritture. La vasta maggioranza delle persone non è per niente dotata di un puro, sottile, acuto e concentrato intelletto. La durata della vita è breve. Le scritture sono senza fine. Gli ostacoli sul sentiero spirituale sono numerosi. Le condizioni favorevoli per imparare non sono sempre disponibili. Ci sono affermazioni che si contraddicono nelle scritture che devono essere riconciliate. Tu hai affermato che la liberazione non è possibile senza una conoscenza delle scritture. Un uomo ordinario, sebbene ignorante e incapace di seguire questi insegnamenti, fa la carità, esegue dei rituali, adora il Signore con fede e cerca di seguire i passi dei saggi e dei santi, proprio come un bambino copia le lettere che sono state scritte per lui come modello, o come un uomo cieco che va per la sua strada con l'aiuto di un altro che possiede la vista. Che fede è la sua? Come dovrebbe essere descritto lo stato di un tale uomo? Sarebbe sattwico, rajasico o tamasico? Qual è il fato di quei credenti che non hanno la conoscenza delle scritture?”.

Il Beato Signore disse:

2. Triplice è la fede degli incarnati, che è inerente alla loro natura: Sattwica (pura), Rajasica (appassionata) e Tamasic (oscura). Ascolta questo.

Commento: L'intero mondo è fatto, in verità, di fede. La fede assume un triplice aspetto sotto l'influenza delle tre qualità. Quando Sattwa è fortemente sviluppata in un uomo, quando in lui c'è una preponderanza di purezza, è facile per lui raggiungere la realizzazione o la conoscenza del Sé. Se Rajas è predominante, la fede diventa l'ancella dell'attività. Se Tamas o inerzia prevale, la fede è distrutta.

Coloro che sono dotati di una fede sattwica mirano al raggiungimento della liberazione. Quelli con fede rajasica, corrono dietro a compiti inferiori o attività mondane. Quelli la cui fede è tamasica, sono crudeli; uccidono animali per i sacrifici, invocano spiriti e conversano con fantasmi. Quando la fede è unita a Sattwa, porta alla salvezza. Quando Rajas è preponderante essa modifica la fede e conduce a varie attività. Quando Tamas prevale, la fede piomba nell'oscurità.

La fede acquista differenti qualità quando è in compagnia con la mente dell'uomo. La mente è un oggetto dai vari colori; proprio come le acque del Gange sono contaminate quando sono messe in un vaso in cui è stato tenuto del liquore, così ugualmente una persona virtuosa viene rovinata da cattive compagnie o dalla costante associazione con gente malvagia. I tre Guna o attributi modificano la fede di un uomo. La mente di un uomo è governata dal Guna che si manifesta in preponderanza, quando gli altri due vengono nascosti. La fede prende un triplice aspetto in accordo all'inerente natura o alle tendenze dell'uomo. Le inclinazioni degli uomini sono modellate in accordo alle loro qualità o natura inerente, nate dai loro passati Samskara.

Com'è la tendenza, così è il desiderio; com'è il desiderio così è l'azione; com'è l'azione, così è la nascita in un altro essere dopo la morte.

Il corpo è come il seme di un albero: una catena perpetua. Il seme muore nello svilupparsi in un albero e l'albero di nuovo produce il seme. Questo processo o ciclo continua eternamente. Anche così, l'uomo prende un corpo, compie delle azioni, sviluppa tendenze, muore e indossa un nuovo corpo in accordo alla sua natura o tendenza. Questo continua finché non ottiene la conoscenza del Sé trascendendo i tre Guna. Allora l'ignoranza, la causa di base di nascita e morte, è completamente distrutta. La fede nasce dalla propria natura individuale, cioè, dalle impressioni latenti delle azioni virtuose e viziose eseguite in nascite passate che si manifestano al tempo della morte. Nella mente subconscia c'è un serbatoio di impressioni passate, che vengono rivissute attraverso l'operazione della memoria.

Sattwica: fede nell'adorazione degli dei, che è un effetto di Sattwa.

Rajasica: fede nell'adorazione degli Yaksha e dei Rakshasa, che è un effetto di Rajas.

Tamasica: fede nell'adorazione degli spiriti disincarnati e dei fantasmi che è un effetto di Tamas.

La fede è il supporto principale della vita. Non è un semplice credo intellettuale o una cieca accettazione di dottrine preferite. Voi dovete chiaramente comprendere le sue caratteristiche, proprio come riconoscete un albero dai suoi frutti, la mente di un uomo dai suoi discorsi e le azioni delle nascite precedenti e dai dolori e piaceri mondani.

Svabhavaja: inerente nella sua natura; nata da passate impressioni.

3. *La fede di ognuno è in accordo con la sua natura, Oh Arjuna. L'uomo è costituito dalla sua fede; com'è la fede dell'uomo, così egli è.*

Commento: La fede di ogni persona è correlata alla sua inerente natura o temperamento naturale. L'uomo è imbevuto di fede. Il termine "Svabhava" nell'ultimo verso, e la parola "Sattwa" in questo verso, sono sinonimi.

Il carattere di un uomo può essere giudicato dalla sua fede; la fede di un uomo mostra qual è il suo carattere. Un uomo è quello che la sua fede ha fatto di lui. La condotta di un uomo nella vita è formata o modellata dalla sua fede. La sua fede indica il suo stato di essere, la sua convinzione. La fede di ogni individuo è in accordo con la sua naturale disposizione, con le specifiche tendenze o autoriproduttive latenti impressioni, di buone e cattive azioni compiute in nascite passate. La fede di ogni individuo prende i suoi colori e qualità dall'essenza del suo essere, dal suo temperamento, dalle sue tendenze e passate impressioni. Se il suo temperamento, tendenze e impressioni cambiano, anche la sua fede cambia.

Sattwa: natura; disposizione naturale; la mente con le sue specifiche tendenze.

Ognuno: ogni essere vivente.

Purusha: uomo; l'anima individuale che è presa nella ruota della trasmigrazione; l'anima che è qualificata dalla mente.

Bharata (Arjuna): uno che è nato nella dinastia dei Bharata, o uno che è un amante della conoscenza nata dalle scritture.

Sraddhamayah: pieno di fede. Proprio come la propria guaina Annamaya è piena di cibo e la guaina Anandamaya è piena di beatitudine, così anche l'Antahkarana è piena di fede.

"L'uomo è costituito della sua fede; quello che la sua fede è, quello egli è in verità". Questa teoria è solo una ripetizione di quanto esposto nei versi VII. 20 e 23 e al verso IX. 25.

4. Gli uomini Sattwici o puri adorano gli dei; i Rajasici o gli appassionati adorano gli Yaksha ed i Rakhasa; gli altri (i Tamasici o gli illusi) adorano i fantasmi e le schiere degli spiriti della natura.

Commento: Il Signore Krishna, dopo aver definito la fede, dice ad Arjuna come questa fede determina l'oggetto dell'adorazione. La natura della fede – che sia sattwica, rajasica o tamasica – deve essere dedotta dai suoi effetti caratteristici, cioè, dall'adorazione degli dei e simili. Ogni uomo seleziona il suo oggetto dell'adorazione in accordo al Guna che governa il suo essere. L'espressione della fede di un uomo dipende dal Guna che è predominante in lui. Un uomo sattwico darà alla sua fede un'espressione sattwica. Un uomo rajasico un'espressione rajasica e un uomo tamasico un'espressione tamasica.

Persone sattwiche, o gente con fede sattwica che è devota all'adorazione degli dei è rara in questo mondo.

Yaksha: sono i fratelli di Kubera, il dio della ricchezza; gli gnomi (spiriti della natura) sono gli spiriti che custodiscono la ricchezza.

Rakhasa: sono esseri di grande forza e potere, come Nairrita; demoni, giganti dotati di poteri ingannevoli.

Bhutas: fantasmi.

5. Quegli uomini che praticano terribili austerità non prescritte dalle scritture, dediti all'ipocrisia e all'egoismo, spinti dalla forza della lussuria e dell'attaccamento,

Commento: Ci sono alcuni che pensano che la mortificazione del corpo sia il mezzo più adatto per raggiungere la meta della vita. Essi fanno questo per attirare l'attenzione della gente e per ottenere denaro per la gratificazione dei loro sensi. Per esempio, essi stanno in piedi su una gamba con le braccia alzate. Questa non è una vera austerità; è un'austerità tamasica. La tortura corporale non porterà all'emancipazione.

Questi uomini non sono a conoscenza nemmeno degli elementi fondamentali delle scritture. Essi deridono le pratiche religiose del saggio, delle persone anziane e si burlano degli uomini colti. Si gonfiano della vanità della loro grandezza; sono molto orgogliosi della loro ricchezza e potere. Sotto la forza del desiderio e dell'attaccamento eseguono severe e non autorizzate austerità che sono contrarie alle scritture.

Essi non risparmiano neanche le vite dei bambini per propiziare le loro divinità. Invece di uccidere il loro egoismo, uccidono molti innocenti animali in nome del

sacrificio. Ma in realtà essi uccidono queste creature solo per soddisfare il loro palato. Veramente orribile in verità!

Parlano male delle scritture e vagabondano nella foresta dell'illusione e dell'infatuazione. Seguono gli impulsi della passione. Infliggono dolori a se stessi e agli altri; praticano austerità che causano sofferenze a se stessi e agli altri esseri viventi. Veramente deplorabile è la loro situazione! Essi sono condannati alla distruzione!

Kamaragabalanvitah: può anche essere interpretato come “posseduto da lussuria, attaccamento e potere”.

Dambha: ostentazione. Un tale uomo è desideroso che tutti lo considerino come una persona virtuosa, e così parla agli altri della sua retta natura. In realtà egli non è virtuoso; pretende d'essere quello che non è.

Ahankara: egoismo. L'uomo egoista pensa e sente che egli è superiore agli altri nel possedere tutte le virtuose qualità.

Raga: estremo attaccamento agli oggetti dei sensi.

Bala: grande potere di sopportare severi dolori dovuto all'attrazione verso gli oggetti dei sensi; dolore che si accresce nello sforzo di ottenere e conservare gli oggetti.

Kama: passione; desiderio per un oggetto qualsiasi.

6. *Stolti, torturando tutti gli elementi nel corpo e anche Me, che dimoro nel corpo, sappi che questi nutrono propositi demoniaci.*

Commento: *Bhuta*gramam: l'aggregato di tutti gli elementi che compongono il corpo.

Elementi: organi.

Mam: Me, Vasudeva, il testimone dei loro pensieri e azioni. Uno che così tortura Me, disprezza totalmente i Miei insegnamenti.

Achetasah: senza senso; non intelligente; che non ha discriminazione.

7. *Anche il cibo che è caro ad ognuno è triplice, come anche il sacrificio, l'austerità e l'offerta. Ascolta la distinzione di questi.*

Commento: *Ognuno*: ogni essere che mangia.

Imam: questo; quello che sta per essere descritto.

Tesam: questi; del cibo ecc.

Il gusto di un uomo per un particolare cibo è determinato in accordo col Guna che prevale in lui. Ci sono tre tipi di cibi che un uomo può mangiare.

Gli alimenti hanno molte differenti proprietà. Cibi differenti esercitano effetti differenti sui diversi settori del cervello o della mente. Una dieta di carne, pesce, uova, cipolle e aglio eccita la passione. Frutta, ortaggi, cereali ecc. rendono la mente calma e serena. La natura del cibo influenza grandemente l'essere di un uomo. Un uomo sente un desiderio per del cibo particolare in accordo al suo Guna o temperamento.

Il corpo è lo strumento con cui un uomo compie tutte le sue attività nel mondo; è il cavallo che lo porta alla sua destinazione o meta. Quindi, egli lo dovrebbe tenere pulito, forte e in salute. Il corpo è un modello preparato dalla mente per le sue attività. C'è un'intima connessione tra il corpo e la mente. La natura e la condizione del corpo hanno un effetto vitale sulla mente e le sue attività. Quindi, i materiali o il cibo che costituiscono il corpo e la mente dovrebbero essere puri, salubri, nutrienti, sostanziosi e leggeri.

Ogni cosa in questo mondo è triplice. Il cibo è sia sattwico che rajasico o tamasico, in accordo al carattere o all'effetto che sviluppa sul corpo o sulla mente. Voi potete scoprire la natura o il temperamento di un uomo dal tipo di cibo che egli prende. Se siete sattwico, rajasico o tamasico dipende dalla vostra predilezione per un particolare cibo. Voi potete abbandonare gli alimenti rajasici e tamasici e indirizzarvi ad una dieta sattwica.

Perché c'è questa triplice divisione anche nel sacrificio, austerità e carità? Perché questa triplice divisione è in accordo alla natura dei Guna. Voi potete scoprire e abbandonare gli alimenti rajasici e tamasici e fare ricorso esclusivamente a quelli sattwici.

La pratica del Kricchra e del Chandrayana Vrata, che producono dimagrimento del corpo e dei sensi, sono austerità. Tapas (austerità) significa anche meditazione; essa produce Bhrama Teja o divino splendore e luminosità del volto.

8. I cibi che aumentano vita, purezza, forza, salute, gioia e allegria (buon appetito), che sono saporiti e oleosi, nutrienti e piacevoli, sono cari agli individui Sattwici.

Commento: Il cibo puro aumenta la vitalità e la forza di chi lo mangia; aumenta anche l'energia della mente.

Sattwa: allegria, purezza, forza interiore, morale e spirituale, coraggio che mantiene la mente stabile anche in grandi difficoltà.

Priti: assenza di ruttii; buon appetito.

Rasyah: dolce e succoso.

Balam: forza; assenza di fatica anche facendo un difficile lavoro.

Sthirah: sostanzioso; che può durare a lungo nel corpo; vitalizzante ma non difficile da digerire.

Hridya: la semplice vista del cibo è molto piacevole alla mente; è libero da odore di fumo o di bruciato.

Il cibo sattwico produce allegria, serenità e chiarezza di mente, e aiuta gli aspiranti ad entrare in profonda meditazione e a mantenere equilibrio mentale e nervoso. Fornisce la massima energia al corpo e alla mente. È assimilato molto facilmente. Durante i primi stadi della propria Sadhana è veramente essenziale che la dieta sia di natura puramente sattwica.

Un uomo sattwico preferisce cibi succosi e cibi che sono attraenti per forma, soffici al tocco e piacevoli al gusto, che sono piccoli di volume e grandi in nutrimento, come le parole dalle labbra di un Guru. Il cibo sattwico produce una buona salute.

Mangiate quel cibo che svilupperà Sattwa in voi. Latte, burro, frutta fresca e matura, mandorle, dhal verde, orzo, ortaggi verdi ecc., sono cibi sattwici. Abbandonate carne, pesce, liquori e uova totalmente se volete incrementare Sattwa e raggiungere la realizzazione del Sé.

La mente è formata dalla parte sottile del cibo. “Com’è il cibo, così è la mente”, dice un proverbio Hindù. Se prendete del cibo sattwico anche la mente diventerà sattwica. I sette elementi (dhatu) del corpo, cioè chilo, sangue, carne, grasso, ossa, midollo e seme, sono formati dal cibo.

Idee e concetti che sono generati nella mente corrispondono a questi sette elementi; com’è la costituzione di questi sette elementi così è la costituzione della mente. Proprio come l’acqua si riscalda quando il vaso che la contiene è messo sul fuoco, così anche la costituzione e la natura della mente dipendono dalla costituzione e dalla natura del cibo o dei sette elementi.

9. I cibi che sono amari, aspri, salati, eccessivamente piccanti, asciutti, pungenti e brucianti, sono amati dai Rajasici e producono dolore, angoscia e malattia.

Commento: *Eccessivamente*: questa qualificazione dovrebbe essere considerata e applicata ad ognuna delle sette qualità: in altre parole, eccessivamente salato e così via.

Cibi di natura bruciante producono nella mente irrequietezza, cattivi pensieri, eccitamento, desideri ora per una cosa e ora per un’altra, dolori, preoccupazioni e malattie. L’uomo rajasico pianifica sempre di preparare vari tipi di piatti per soddisfare il suo palato. Egli prende sale, garofano, peperoncino, mostarda, condimenti e articoli piccanti in eccesso. Lacrime scorrono dai suoi occhi e del liquido esce dal suo naso, e tuttavia egli non abbandona questi cibi forti e pungenti. Il palato rimane

insoddisfatto finché lo stomaco non è completamente riempito di cibi piccanti e la lingua non è bruciata dal peperoncino.

Ladies' finger [un ortaggio], *puri*, condimenti pungenti, carne, pesce, uova, dolci, pane fritto, latte cagliato, carote, ceci neri, cipolla, aglio, limone, the, caffè, foglie di betel, lenticchie, liquori e tabacco sono tutti cibi rajasici.

10. *Quello che è stantio, insipido, putrido, guasto e impuro, gli avanzi, è il cibo preferito dai Tamasici.*

Commento: *Ganja* (cannabis indica), bhang, oppio, cocaina e tutti gli articoli stantii e putridi sono cibi tamasici.

Yatayamam: stantio, cotto a metà; letteralmente significa "cotto tre ore prima".

Paryusitam: corrotto, decomposto. Cibo cotto conservato durante la notte.

Ucchistam: che è stato lasciato sul piatto dopo il pranzo.

L'uomo, il cui gusto è per natura tamasico, mangerà del cibo nel pomeriggio che è stato cotto il giorno precedente. Egli ama anche quello che è cotto a metà o bruciato quasi a cenere. Egli e i membri della sua famiglia siedono insieme e mangiano dallo stesso piatto il cibo che è stato mischiato insieme dai suoi figli.

Il cibo mangiato dalle persone tamasiche è vecchio, secco, senza succo, non maturo o stracotto. Essi non lo apprezzano finché non diventa raffermo e fermentato; prendono cibo e bevande proibite, come liquore e bevande fermentate ecc. Sono persone orribili e dalle tendenze malvagie.

11. *Quel sacrificio che è offerto da uomini senza desiderio per la ricompensa, come prescritto dai precetti (scritture), con una ferma fede che fare questo è un dovere, è Sattwico (o puro).*

Commento: Quando un sacrificio è fatto con tutti i dovuti riti, fede e devozione sattwica, senza la minima macchia di desiderio per alcuna ricompensa, con la mente fissata solo sul sacrificio, per il suo amore (per amore di eseguire un compito da fare), allora si dice che esso è puro nella sua natura. Qui il sacrificio è fatto in uno spirito disinteressato, o con un atteggiamento di distacco e d'assenza di desiderio, come un aiuto ausiliario per il raggiungimento della conoscenza del Sé. Tali azioni altruistiche e assenti da desideri, purificano la mente e preparano l'aspirante per la ricezione della Luce Divina o la conoscenza del Sé.

La natura sattwica di un uomo lo spinge a fare tali sacrifici altruistici e senza desideri. Egli non si preoccupa neanche della sua emancipazione; li esegue con il fermo credo che devono esser fatti, li porta a termine con la ferma risoluzione che il sacrificio è un dovere.

Qui Yajna non è limitato alla cerimonia sacrificale, è usato in senso più ampio. Una qualsiasi azione non egoistica fatta senza attaccamento, senza il sentimento dell'azione o dell'egoismo e senza l'attesa di una qualsiasi ricompensa, come un'offerta al Signore, è uno Yajna o sacrificio.

12. Il sacrificio che è offerto, Oh Arjuna, cercando una ricompensa e con ostentazione, sappi tu che è un sacrificio Rajasico.

Commento: Se qualcuno esegue un sacrificio per ottenere il cielo, un figlio, ricchezza o nome e fama, allora questo è un sacrificio di natura rajasica. L'esecutore di questo tipo di sacrificio ha per motivo quello di aumentare la sua importanza, o di rendere popolare il suo nome nel mondo, o di guadagnare una qualche ricompensa, o di mostrare se stesso come un uomo grande, pio e colto, o di fare un'esibizione della sua ricchezza per la sua gloria. Non ha alcuna aspirazione a raggiungere la conoscenza del Sé.

13. Essi dichiarano Tamasicò quel sacrificio che è contrario ai precetti delle scritture, in cui non viene distribuito cibo, che è privo di Mantra e doni e che è privo di fede.

Commento: Un sacrificio eseguito da un uomo tamasico non è mai guidato da alcuna considerazione dei riti prescritti. Voi troverete ogni irregolarità in quel sacrificio. Non è distribuito alcun cibo. Nessun dono come prescritto nelle scritture viene dato ai preti. I Mantra non sono cantati appropriatamente. Gli inni sacri sono recitati in maniera trascurata e sono privi di accuratezza e di timbro. Talvolta non c'è alcuna recitazione di essi. Non c'è vera concentrazione, fede e devozione. Un uomo che esegue un tale sacrificio non ottiene alcun merito.

14. Adorazione degli dei, dei nati due volte, dei maestri e dei saggi, purezza, rettitudine, continenza e inoffensività, queste sono chiamate le austerità del corpo.

Commento: *Tapas:* austerità o autodisciplina.

Andare in pellegrinaggio a piedi ai sacri templi, usare le mani per pulire i templi, per raccogliere materiale per l'adorazione e nell'eseguire l'adorazione, prosternarsi ai Brahmana, agli insegnanti e ai saggi, celibato e non violenza – tutte queste pratiche costituiscono austerità fisiche. Il corpo è utilizzato per il servizio al proprio precettore, ai genitori, ai poveri e agli ammalati; queste anche sono austerità corporali. Le austerità fatte con il corpo sono austerità fisiche. Il corpo è l'agente principale nel fare questo tipo di austerità; perciò queste sono chiamate austerità fisiche.

Le pratiche di non rubare e di non desiderare, sono anche incluse nelle austerità fisiche.

Colui che ha realizzato "Io sono Brahman" è un uomo saggio. Anche un Sudra può essere un uomo saggio. Vidura, sebbene fosse un Sudra, era un saggio. Questa è la ragione per cui il Signore ha fatto una menzione separata del saggio.

Brahmacharya (celibato) significa controllo ma non soppressione della forza sessuale o del desiderio sessuale. Se la mente è piena di sublimi pensieri con la pratica della meditazione, Japa, preghiera, studio delle sacre scritture, indagine di "Chi sono io?" e contemplazione sul puro Sé senza sesso, allora il desiderio sessuale sarà devitalizzato dal ritiro della mente. La mente anche sarà assottigliata. Al contrario, la soppressione del desiderio sessuale vi attaccherà ripetutamente e produrrà sogni bagnati, irritabilità e irrequietezza della mente.

La mente dovrebbe essere resa pura tramite la meditazione, Japa, Kirtan e preghiera. Dovrebbe essere controllata come prima cosa; allora sarà più facile controllare i sensi. Per questa ragione la pratica di Shama o il controllo della mente viene per primo, e poi viene Dama o il controllo dei sensi. I sensi non possono operare senza l'aiuto della mente. Così il rimedio più efficace per la passione e il miglior aiuto al celibato è controllare prima la mente e poi i sensi.

Intensa meditazione sugli oggetti dei sensi fa più danno alla vita spirituale interiore che l'attuale gratificazione dei sensi. Se la mente non è resa pura dalla Sadhana, allora la semplice mortificazione degli organi dei sensi esterni non produrrà l'effetto desiderato. Benché i sensi esterni siano mortificati, le loro controparti interne, che sono ancora energiche e vigorose, si rivarranno sulla mente e produrranno intenso disturbo mentale e selvaggia immaginazione.

Controllare la mente è difficile per il neofito o il principiante. È estremamente difficile controllare la mente per prima se viene poi permesso ai sensi di scatenarsi. Questa è la ragione per cui il Signore Krishna dice: "Quindi, Oh migliore dei Bharata (Arjuna), controllando i sensi per primo, uccidi questa cosa peccaminosa, la distruttrice della conoscenza e della realizzazione!". (Cfr. III. 41).

La teoria o dottrina che la mente dovrebbe essere controllata per prima è totalmente corretta. Questa pratica è per gli aspiranti della prima classe. Gli studenti della classe intermedia dovrebbero controllare prima i sensi. I sensi hanno sempre una tendenza ad andare verso l'esterno. La mente opera attraverso i sensi. Il controllo di uno va mano nella mano con il controllo dell'altro. Il controllo dei sensi è anche controllo della mente, perché la mente è solo un fardello di sensi. Non c'è mente senza i sensi.

Proprio come un nemico può essere facilmente conquistato se fate un attacco su due fronti, così anche la mente può essere facilmente controllata se l'attaccate si-

multaneamente su due fronti: un attacco esterno sui sensi e un attacco interno sulla mente stessa con lo sradicamento dei desideri.

Alcuni dicono: “Controllate la mente per prima, poi potete controllare i sensi”. Questo è un punto di vista. Altri dicono: “Controlla i sensi per primo, poi potrete controllare più facilmente la mente”. Questo è un altro punto di vista. Tutto questo è semplicemente argomentare in un circolo vizioso. È come disputare sulla questione di chi viene per primo, se l’albero o il seme; o sulle due teorie: (1) voi raggiungerete la conoscenza del Sé solo se controllerete tutti i desideri; e (2) voi potete controllare tutti i desideri solo se prima otterrete la conoscenza del Sé.

Non dovete preoccuparvi di questi apparenti paradossi. Cercate di impegnarvi nell’una o nell’altra delle pratiche – controllo della mente o controllo dei sensi – in accordo alle vostre preferenze, capacità, gusto e temperamento. Potete scoprire da soli, attraverso la pratica attuale, qual è la cosa migliore per voi. Come avvanzerete nella pratica, i vostri dubbi gradualmente scompariranno e godrete di gioia e pace suprema.

15. Il discorso che non causa turbamento, che è verace, piacevole e benefico, la pratica dello studio dei Veda, sono chiamate austerità della parola.

Commento: Le parole di un uomo che pratica l’austerità del discorso non possono causare dolore agli altri. Le sue parole portano allegria e conforto agli altri; sono benefiche a tutti. L’organo della parola provoca una grande distrazione della mente. Il controllo della parola è una disciplina difficile, ma voi dovete praticarla se desiderate raggiungere la pace suprema. Nulla è impossibile per una persona che ha ferma determinazione, sincerità di scopo, volontà di ferro, perseveranza e pazienza.

Si dice nella *Manu Smriti*: “Uno dovrebbe dire quello che è vero, dovrebbe pronunciare quello che è piacevole; non dovrebbe dire quello che è vero se non è piacevole, né quello che è piacevole se è falso. Questo è l’antico Dharma”.

Turbamento: dolore per gli esseri viventi.

Per essere un’austerità, la parola deve combinare tutti i quattro attributi menzionati nel verso precedente: né turbamento né dolore, sincerità, piacevolezza e beneficio. Se è mancante di qualcuno di questi attributi, non costituirà austerità della parola. Per esempio, la propria parola può essere piacevole, ma se essa manca degli altri tre attributi, non sarà più un’austerità del discorso.

16. Serenità di mente, mitezza, purezza di natura, autocontrollo – questo è chiamato austerità di mente.

Commento: Proprio come un lago che è senza increspature sulla sua superficie è molto tranquillo, così anche una mente che è libera da modificazioni e pensieri che vagabondano sugli oggetti dei sensi è completamente serena e calma.

Saumyatwam: intento al benessere di tutti gli esseri; lo stato di mente che può essere riconosciuto dai suoi effetti, come la brillantezza del volto ecc.

Maunam: Anche il silenzio della parola è necessariamente preceduto dal controllo del pensiero e così l'effetto è qui usato per indicare la causa, cioè il controllo del pensiero. Questo è il risultato del controllo del pensiero per quanto riguarda il discorso, il silenzio della mente e l'abilità di rimanere sereni anche in mezzo a disturbanti fattori esterni. Mouna è la condizione del saggio; è la pratica della meditazione con una mente concentrata e unidirezionale.

Atmavinigraha: questo è l'autocontrollo; è un controllo generale della mente. Asamprajnata Samadhi, dove tutte le modificazioni della mente sono controllate. La mente non può correre dietro ai sensi e i sensi non possono correre dietro ai loro oggetti. In Mouna c'è un controllo del pensiero come anche quello che riguarda la parola.

Bhavasansuddhi: purezza di natura, onestà di scopo, libertà dall'inganno nel trattare con gli altri; il puro stato di mente dove c'è una completa assenza d'orgoglio, passione, ira, cupidigia ecc.

17. Questa triplice austerità, praticata da uomini forti con perfetta fede, che non desiderano alcuna ricompensa, è chiamata Sattwica.

Commento: *Trividham:* triplice, in altre parole fisica, vocale e mentale.

Yuktaih: forti, dalla mente equilibrata, non influenzati da successo o fallimento.

Sraddhaya: con fede; con il credo nell'esistenza di Dio, nelle parole del precettore, negli insegnamenti delle scritture e nel proprio Sé.

18. L'austerità che è praticata con lo scopo di guadagnare buona reputazione, onore e adorazione, e con ipocrisia, è detta essere Rajasica, instabile e transitoria.

Commento: Una penitenza eseguita senza un credo sincero, per pura apparenza, in vista di aumentare l'importanza di se stessi, per far sì che il mondo possa mostrare rispetto all'esecutore e metterlo in un posto onorevole e con la speranza che ognuno possa cantare la sua lode, è dichiarata essere di natura passionale (rajasica).

Iha: in questo mondo. Tale penitenza porta frutto solo in questo mondo.

Satkara: buona reputazione espressa con tali parole: "Qui c'è un buon uomo di grande austerità".

Mana: onore; che si solleva dalla propria sedia per salutare e onorare con referenza.

Chalam: instabile; che porta solo un temporaneo, momentaneo effetto o risultato.

Adhruvam: senza Nyama o stabilità. L'austerità che è eseguita nella speranza di guadagnare fama è peggiore e inutile. Non porta alcun frutto; è abbandonata mentre è incompleta, quando si vede che non può portare nessun guadagno.

19. *L'austerità che è praticata con falsa convinzione, con tormento a se stessi o con lo scopo di distruggere un altro, è detta Tamasica.*

Commento: Alcuni bruciano zolfo in un vaso e mettono questo sulla propria testa. Alcuni si conficcano ganci di ferro nella loro carne. Altri si sospendono sopra un fuoco con la testa verso il basso e respirano il fumo. Alcuni si immergono fino al collo nell'acqua fredda. Alcuni torturano il corpo accendendo fuochi ai loro quattro lati, con il sole come quinto fuoco. Alcuni siedono al centro di un circolo di fuoco. Tali austerità sono tamasiche; non aiutano l'individuo a raggiungere la conoscenza del Sé.

20. *Quel dono dato ad uno che non dà nulla in ritorno, sapendo che è un dovere darlo, in un luogo ed in un tempo adatto ad una persona degna, quel dono è considerato Sattwico.*

Commento: I doni dovrebbero essere fatti a persona da cui non si può attendere alcuna restituzione o che non può ricambiare.

Quando uno offre dei doni, è necessario essere a Kurukshetra o a Benares o in qualsiasi altra parte del mondo che è ugualmente sacra. Il tempo dovrebbe essere durante un'eclisse di luna o di sole o in una egualmente propizia occasione.

Degna: una pia e austera persona che ben conosce i *Veda* e le *Upanishad*, che è capace di proteggere se stessa e il donatore ecc.

Ad un tempo e ad un luogo favorevole ci dovrebbe essere una persona degna di ricevere un dono, una persona che è la vera incarnazione della purezza, la vera dimora della buona condotta. Un dono può essere liberamente dato ad una tale alta e meritevole persona. Il donatore non dovrebbe sentirsi orgoglioso della sua carità.

21. *E quel dono che è fatto con l'intenzione di ricevere qualcosa in ritorno, o con la speranza di una ricompensa, o dato con riluttanza, è ritenuto Rajasico.*

Commento: La carità o il dono che è dato con la speranza che sarà ricambiato in futuro, o lodato in pubblico, o che porterà una qualche ricompensa non visibile o un piacere celeste, è rajasico. Se un uomo fa un dono ad un Brahmana o ad un Sannyasi con la speranza che tutti i suoi peccati siano lavati via, questo anche è un dono rajasico. Se un uomo è grandemente afflitto dopo aver fatto il dono, anche questo è un dono di natura rajasica.

22. Il dono che è fatto nel luogo e al tempo sbagliato ad una persona non degna, senza rispetto o con insulto, è detto Tamasic.

Commento: *Adesakale:* nel luogo e al tempo sbagliato; in un luogo che non è santo, dove gente irreligiosa e mendicanti si riuniscono. Dove ricchezza acquisita attraverso mezzi illegali, come furto o gioco d'azzardo, è distribuita a giocatori, cantanti, stolti, malfattori, donne di cattiva reputazione. Ricchezza che è distribuita in momenti non propizi.

Tuttavia questo non deve scoraggiare a dare carità o altri doni ai poveri e ai bisognosi. Nel loro caso queste restrizioni non si applicano.

Senza rispetto: senza parole gentili, senza il lavaggio dei piedi o senza adorazione, sebbene il dono sia fatto al tempo e nel luogo dovuto. Il donatore non lo offre con buoni sentimenti sebbene lo dia ad un degno ricevente. Egli non china la sua testa in riverenza; non offre un seggio al ricevente; lo tratta con sufficienza e disprezzo.

Il Signore Krishna dice ad Arjuna: "Ho detto che fede, carità, cibo, austerità ecc. sono tutte invariabilmente colorate dalle tre qualità. Non c'era alcuna intenzione da parte Mia di riferirMi a quelle inferiori, ma per distinguere la purezza più elevata, è stato necessario rilevare le qualità delle altre due. Quando queste due sono messe da parte, la terza è più chiaramente apprezzata, nello stesso modo in cui il crepuscolo si vede meglio quando il giorno e la notte sono assenti. Anche così, evitando passione e oscurità, la terza – purezza o Sattwa – diventa chiaramente evidente e può essere facilmente realizzata. Così, per mostrare a te la reale natura della purezza, Ho descritto le altre due cosicché lasciando queste da parte e rivolgendoti alla più alta, tu possa raggiungere la meta della liberazione".

23. Om Tat Sat: questa è stata dichiarata essere la triplice designazione di Brahman. Con questa furono creati anticamente i Brahmana, i Veda e i sacrifici.

Commento: *Om Tat Sat* è la radice dell'intero universo. Om è l'Akshara Brahman; Tat significa *Quello*, l'indefinibile; Sat significa Realtà.

Para Brahman, quell'Essere Supremo. Il luogo dove dimora tutto quello che vive e si muove, è al di là di ogni nome e classificazione. I *Veda* hanno cercato di darGli un nome. Un bambino appena nato non ha nome, ma ricevendone uno, egli risponde ad esso. I devoti che sono afflitti dalle difficoltà di questo mondo corrono alla loro Divinità per rifugio e La chiamano con nome. Quando Brahman è invocato attraverso il Nome Divino, quello che è nascosto si rivela all'aspirante.

Queste tre parole posseggono un loro proprio divino potere. Le vibrazioni che esse producono in un individuo sono tali da sollevare la Divinità latente e anche ad assicurare la necessaria risposta dell'Essere Cosmico a cui implicitamente si riferiscono.

Quando un rito sacrificale o qualcosa del genere è manchevole, esso sarà reso perfetto dalla ripetizione, alla fine, del potente Mantra – Om Tat Sat – o di una delle tre designazioni.

Con Om o con Om Tat Sat, vengono iniziati tutti gli atti del sacrificio, studio delle sacre scritture, discipline spirituali e meditazione. Se l'esecutore del sacrificio ricorda l'uno o l'altro di questi Mantra, tutti gli ostacoli che si trovano sulla via del successo del sacrificio sono rimossi.

Om Tat Sat è stato dichiarato nel Vedanta, dai conoscitori del Sé, essere la triplice designazione del Sé. Il potere della creazione che esiste nel Creatore (Brahma) emana da questo Mantra. Quando Brahma meditava interiormente sul significato di questo Mantra e ripeteva la triplice parola, acquisiva il potere di creare. Allora creò i Brahmana, dette loro i *Veda* come loro guida, e li istruì ad eseguire sacrifici e altri riti.

Anticamente: all'inizio della creazione da Prajapati.

24. Quindi, con la pronuncia di Om, gli atti di dono, sacrificio e austerità, come prescritto dalle scritture, sempre vengono iniziati dagli studenti di Brahman.

Commento: Coloro che sono conoscitori delle scritture hanno una vivida impressione di Om nelle loro menti per mezzo della meditazione; allora essi ripetono il Pranava con il giusto atteggiamento e sentimento. Poi meditando su Om e ripetendolo, essi eseguono i sacrifici. Proprio come un bastone è molto utile per salire su una collina, o come una barca è utile per attraversare il fiume, così anche Om è molto utile e importante all'inizio di un'azione o di un sacrificio.

Non è desiderabile rinunciare ad azioni o sacrifici per raggiungere l'unione con il Signore. Quello che è necessario è il totale e perfetto abbandono a Lui di tutte le azioni. Sacrificio, carità e austerità, non sono ostacoli per il raggiungimento del Sé; al contrario, il raggiungimento della liberazione è reso più facile dalla loro esecuzione senza alcun desiderio egoistico o egoismo.

25. *Pronunciando Tat, e senza speranza di frutti, sono gli atti di sacrificio e di austerità, ed i vari atti di donazione, eseguiti dai ricercatori della liberazione.*

Commento: *Pronunciando Tat*: con la ripetizione della parola Tat (*Quello*).

Phalam: frutti derivanti da sacrificio, austerità e carità.

Danakriyah: atti di carità, come doni di terra, di oro ecc.

L'Anima Immortale, che illumina ogni cosa che è la base di tutto e la vera sorgente di ogni cosa, che trascende il mondo intero, i tre Guna, i tre corpi e i tre stati di veglia, sogno e sonno profondo, è connotata con la parola Tat. I saggi e gli aspiranti meditano su Tat. Essi pronunciano la parola Tat e dicono: "Possano tutte le nostre azioni e i loro frutti essere nel nome di Tat!".

Essi così offrono tutte le azioni e i loro frutti al Sé, praticano la rinuncia, e sono liberi da egoismo e dai legami del Karma. Raggiungono la realizzazione del Sé attraverso la purezza del cuore prodotta da azioni altruistiche, senza motivi e senza desideri.

L'azione che è onorata e saturata pronunciando Om all'inizio, e che è offerta a *Quello*, è trasformata nella natura del Sé.

"Tutte le azioni nella loro interezza, Oh Arjuna, culminano in saggezza!".
(Cfr. IV. 33).

Colui che compie azioni in uno spirito di sacrificio alla fine diventa il Sé.

Tat è il simbolo di un'offerta al Sé di tutti i frutti di tutte queste attività. Se pronunciate Tat, è equivalente a dire: "Essi non sono miei". Quello che era stato ottenuto con Om è successivamente dato con Tat al Sé.

L'uso di Sat è descritto nel verso seguente.

26. *La parola Sat è usata per esprimere realtà e bontà; ed anche, Oh Arjuna, per significare un atto propizio.*

Commento: *Sat-bhava*: quello che rimane immutato tra i fenomeni mutevoli, che è permanente nel mezzo dell'impermanente, che esiste in passato, presente e futuro è Sat; la Realtà al di là dei sempre mutevoli nomi e forme è Sat; il substrato in cui si appoggiano le sempre mutevoli forme è Sat; l'azione meritoria è Sat.

Sadhu-bhava: un attributo dell'armonia con la Natura così che il ciclo del mondo si muove senza difficoltà.

La parola Sat è talmente potente da rendere un'azione difettosa, perfetta e completa. Quando una buona azione sta per essere guastata a causa di un difetto singolo, l'uso della parola Sat libera l'azione da ogni difetto e la porta al completo successo.

La parola Sat rimuove le cattive qualità dell'azione, poiché essa ha il potere di modificarla e renderla perfetta.

Sat è Esistenza Assoluta. Sat è il Supremo Brahman. Sat è l'inesprimibile simbolo di quel misterioso, indescrivibile, illimitabile, indivisibile, autoluminoso Immortale Sé.

La parola Sat è usata quando si vuole esprimere la realtà di un oggetto che è ir-reale o che è relativamente reale, come per esempio, nell'affermare che un particolare uomo è uno di buona condotta quando la sua condotta non è buona, o è solo relativamente buona; o nell'esprimere che un atto è propizio quando non è così, o è solo relativamente propizio.

L'eterno Sé soltanto è reale; Egli solo realmente esiste. Ma noi usiamo dire, quando un figlio è nato a Mister Govindam, che il figlio di Mister Govindam è venuto in esistenza; dal punto di vista del Sé o dell'Esistenza Assoluta, il figlio di Mister Govindam non esiste. La parola Sat che è solo applicata al Sé, è usata anche per il figlio di Mister Govindam, che è ir-reale o solo relativamente reale.

Il Sé soltanto è assolutamente buono o assolutamente propizio. Ma la parola Sat, che può essere propriamente applicata soltanto al Sé, è anche applicata ad un atto che non è propizio, o che è solo relativamente propizio. L'uso del termine Sat rende perfette le azioni non perfettamente eseguite.

27. La costanza nel sacrificio, nell'austerità e nel dono è anche chiamata Sat, ed anche l'azione in connessione con questi (o per amore del Supremo), è chiamata Sat.

Commento: Se eseguite sacrifici, austerità e carità e tutte le altre azioni con uno spirito di totale abbandono al Signore o all'Essere Eterno, con purezza e sincerità di cuore, raggiungerete la più alta meta della vita o immortalità, libertà e beatitudine eterna. Se li compite in nome e per amore del Sé, raggiungerete la perfezione e la Suprema Pace dell'Assoluto.

Se riponete la vostra fede sulla gloria e il potere del Nome, Om o Om Tat Sat, sarete liberi dalla schiavitù di nascita e morte. Se eseguite qualsiasi sacrificio, austerità o carità o qualsiasi azione in uno spirito di altruismo e senza motivi, abbandonando tutte le azioni e le loro ricompense al Signore, e se pronunciate la parola Sat con fede, sentimento e devozione, raggiungerete la perfezione e il successo nell'azione.

Anche gli atti di sacrificio imperfetti e non sattwici, le austerità e i doni saranno trasformati in perfetti e sattwici (tramite Sat).

Questi: sacrificio, austerità e carità.

28. *Qualsiasi cosa è sacrificata, data o eseguita, e qualsiasi austerità è praticata senza fede, è chiamata Asat, Oh Arjuna, e non vale nulla qui o dopo (dopo la morte).*

Commento: *Asat*: quello che cambia forma e che non ha reale e permanente esistenza. Ma non significa non-esistenza come tale.

Atti di sacrificio, austerità e doni che sono eseguiti senza fede, sotto pressione, o per prevenire qualche tipo di preoccupazione o per gratificare un desiderio, sono Asat nella loro natura. Essi non portano né permanenti benefici né frutti ad alcuno.

Qualsiasi sacrificio, austerità o carità fatte senza essere dedicate al Signore, saranno di nessun vantaggio per chi le compie, qui in questa vita terrena o nella vita al di là; sarebbe inutile come una pioggia che cade su un terreno roccioso, o come offrire oblazioni di ghee su ceneri fredde. Se non avete fede diventerete egoisti e ostinati; il vostro cuore diventerà duro. Anche se eseguite molte centinaia di sacrifici e distribuite la ricchezza del mondo intero in carità, se questi atti sono eseguiti senza fede, senza uno spirito di autoabbandono al Signore, essi saranno inutili. I saggi non apprezzeranno né questi sacrifici, né questi doni. Energia, moneta e tempo saranno sciupati.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina il diciassettesimo discorso intitolato "Lo Yoga della Divisione dei Tre Tipi di Fede".

Contenuto del Diciottesimo Discorso

Il diciottesimo discorso, che è la conclusione del divino discorso del Signore Krishna, è in molti modi un sommario delle precedenti porzioni della *Gita*. Esso copre in breve, numerosi importanti punti trattati nei precedenti discorsi. Qui potete osservare il risultato finale o l'effetto del discorso del Signore ad Arjuna. Il dramma del totale scorggiamento e del crollo di Arjuna è alla fine risolto in un trionfante autocontrollo, forza e determinata risoluzione. Il suo messaggio centrale emerge come un'assicurazione che, dentro e attraverso l'esecuzione dei propri rispettivi compiti nella vita, uno può qualificarsi per la più alta forma di liberazione, se vengono eseguite le azioni rinunciando all'egoismo e all'attaccamento e abbandonando tutti i desideri per un egoistico personale guadagno. Considerando l'esecuzione dei vostri compiti come un'adorazione offerta a Dio, otterrete la Grazia del Signore e raggiungerete l'eterna Unione.

Significativamente questo discorso si apre con la domanda di Arjuna che chiede qual è la vera Sannyasa e la vera Tyaga (rinuncia). In risposta a quest'importante e cruciale domanda, il Signore Krishna chiarisce che la vera Sannyasa o rinuncia consiste nell'abbandono delle azioni egoistiche e impure, e anche di più, nella rinuncia al desiderio o alla cupidigia per i frutti di una qualsiasi azione. Ci viene detto molto chiaramente che le azioni virtuose e altruistiche e le azioni che conducono al benessere degli altri non dovrebbero essere abbandonate. Dovreste impegnarvi nell'esecuzione di tali azioni, rinunciando all'attaccamento e alla cupidigia. La vera e completa rinuncia è il completo abbandono dell'egoismo e dell'attaccamento mentre si eseguono i propri legittimi compiti. Questa è chiamata Tyaga sattwica (rinuncia sattwica). Noi non dobbiamo detestare un'azione spiacevole, né dobbiamo essere attaccati ad una piacevole. Poiché non è possibile rinunciare a tutte le azioni, la rinuncia all'egoismo e all'attaccamento nelle attività, viene dichiarata essere la vera rinuncia. Non viene accumulato Karma e non è legato colui che si è così stabilito in una tale rinuncia interiore.

La divina ingiunzione è che si deve fare di Dio l'unico oggetto della propria vita. Questo è il cuore della *Gita*. Questo è il suo messaggio centrale e il suo insegnamento. Questa è l'unica via per il vostro bene.

Ora Sanjaya conclude il suo racconto dicendo che dove c'è una tale obbedienza come quella di Arjuna e una tale pronta volontà a mettere in pratica i divini insegnamenti, sicuramente li prevalgono prosperità, vittoria, gloria e tutte le beatitudini.

HARI OM TAT SAT

DICIOTTESIMO DISCORSO

LO YOGA DELLA LIBERAZIONE TRAMITE LA RINUNCIA

Arjuna disse:

1. Desidero conoscere rispettivamente, Oh Possente, l'essenza o la verità della rinuncia, Oh Hrishikesa, come anche dell'abbandono, Oh distruttore di Kesi.

Commento: L'insegnamento dell'intera scrittura della *Gita* è sunteggiato stupendamente in questo discorso. Quest'ultimo discorso è un breve magistrale sommario di tutto quello che è stato detto nei precedenti discorsi. Arjuna desidera conoscere la distinzione tra Sannyasa (Rinuncia) e Tyaga (Abbandono).

Kesi: Un demone che era stato sconfitto dal Signore Krishna. Quindi, Arjuna si rivolge al Signore chiamandolo "Kesinisudana".

Le parole Sannyasa e Tyaga sono state usate qui e anche nei precedenti discorsi, ma la loro connotazione non era stata chiaramente o lucidamente caratterizzata. Quindi, il Signore Krishna spiega chiaramente ad Arjuna il corretto significato di questi due termini nel verso seguente.

Il Beato Signore disse:

2. I sapienti comprendono Sannyasa come la rinuncia alle azioni con desiderio; i saggi dichiarano che l'abbandono dei frutti di tutte le azioni è Tyaga.

Commento: *Kamyā Karmani:* attività come quelle che si eseguono durante l'Asvamedha (un sacrificio speciale) ecc. che sono eseguite per il raggiungimento

di specifici scopi egoistici. Gli uomini saggi dichiarano che Tyaga significa l'abbandono dei frutti di tutte le azioni ordinarie, straordinarie od occasionali.

La radice del significato delle parole Sannyasa e Tyaga è "abbandonare". Nell'uso popolare Sannyasa e Tyaga sono più o meno sinonimi; ambedue significano rinuncia. Le due parole non significano due distinte idee, come una pietra o un frutto, oppure un vaso o una stoffa. Esse conducono alla stessa idea generale con una leggera distinzione.

Un obiettore può chiedere: "È affermato che i compiti ordinari e straordinari od occasionali non possono produrre alcun frutto. Perché allora l'abbandono di tali frutti è menzionato qui? Non è come chiedere l'abbandono del figlio di una donna sterile?"

La risposta a questo è: "L'obiezione non è corretta. Nell'opinione del Signore Krishna, i compiti sia ordinari sia occasionali producono i loro propri frutti (VIII. 12). Soltanto i Sannyasi che hanno rinunciato al desiderio per i frutti delle azioni non otterranno tali frutti, ma gli altri dovranno raccogliere i frutti delle azioni ordinarie, straordinarie e occasionali".

Se un individuo rinuncia a tutte le azioni dopo aver raggiunto la realizzazione del Sé, ed entra nel quarto ordine della vita, cioè il Sannyasi, egli è chiamato Vidvat-Sannyasi. Se uno rinuncia a tutte le azioni ed entra nell'ordine dei Sannyasi per meditare sulle verità del Vedanta e sul significato del Mahavakya "Aham Brahma Asmi", e raggiunge poi la realizzazione del Sé, è chiamato Vividisa-Sannyasi.

3. Alcuni sapienti dichiarano che l'azione dovrebbe essere abbandonata come un male, mentre altri (dichiarano) che atti di sacrificio, doni e austerità non dovrebbero essere abbandonati.

Commento: Alcuni filosofi, che seguono la dottrina del Sankhya, dichiarano che tutte le azioni dovrebbero essere abbandonate come il male, anche da coloro che sono adatti per il Karma Yoga.

Dosavatt: come un male; tutte le azioni (Karmas) dovrebbero essere abbandonate perché sono avviluppate dal male e quindi producono Karma; o si dovrebbe rinunciare ad esse nello stesso modo in cui si rinuncia alla passione e ad altre cattive tendenze.

Altri filosofi dichiarano che atti di sacrificio, carità e austerità non dovrebbero essere tralasciati da coloro che sono adatti per la pratica del Karma Yoga. Queste sono discordanti opinioni di uomini di grande comprensione.

Ora ascolta Me. Io risolverò questo problema e ti instruirò su come la rinuncia dovrebbe essere praticata.

Il soggetto di questo discorso riguarda soltanto i Karma Yogi e non coloro che sono andati al di là del sentiero del Karma. È con riferimento ai Karma Yogi che si osservano queste opinioni contrastanti e non riguardano queglii Jnana Yogi o Sanyasi che sono andati al di là di tutti gli interessi mondani.

4. Ascolta da Me la conclusione o la verità finale circa questo abbandono, Oh migliore tra i Bharata; l'abbandono in verità, Oh migliore tra gli uomini, è stato dichiarato essere di tre tipi.

Commento: Ora il Signore dà la Sua propria decisiva opinione. È dichiarato nelle scritture che la rinuncia è di tre tipi, cioè, sattwica, rajasica e tamasica. Soltanto il Signore può insegnare la verità su questo soggetto. Chiunque vuole essere liberato dalle miserie di questo mondo dovrebbe capire la reale natura della rinuncia.

5. Atti di sacrificio, doni e austerità non dovrebbero essere abbandonati, ma dovrebbero essere eseguiti; sacrificio, doni ed anche austerità sono la purificazione del saggio.

Commento: Atti di sacrificio, carità e austerità purificano i cuori di coloro che non hanno alcun desiderio di ricompensa. Queste azioni sono considerate obbligatorie e devono essere eseguite. Azioni che sono abilmente eseguite perdono il loro potere di legare l'anima e la liberano dalla schiavitù terrena.

Ora, Oh Arjuna, Ti spiegherò quell'abile modo per cui le azioni possono distruggere i loro propri effetti.

6. Ma anche queste azioni dovrebbero essere eseguite lasciando da parte l'attaccamento e il desiderio per la ricompensa, Oh Arjuna, questa è la Mia ferma e definitiva convinzione.

Commento: Questo è un sommario della dottrina del Karma Yoga, già annunciato in precedenza in parecchie occasioni. L'errore o il difetto del Karma non è certamente nell'azione stessa, ma nell'attaccamento e nell'attesa di una ricompensa.

Anche queste: si riferisce agli atti di carità, sacrificio e austerità, nello stesso modo come alle altre azioni altruistiche. Le azioni che sono eseguite in uno spirito altruistico, senza attaccamento, senza l'idea "io sono l'agente", non sono un ostacolo lungo la via del raggiungimento dell'emancipazione finale. Quando le azioni sono fatte senza l'attesa di una ricompensa, allora Rajas e Tamas sono distrutte e la mente è piena di purezza. Azioni eseguite in uno spirito di altruismo e

con discriminazione sono strumenti per distruggere i legami del Karma (la legge di causa ed effetto).

Nel quarto verso il Signore Krishna ha detto: “Ascolta da Me la conclusione o la verità finale circa questo abbandono...” poi Egli dice con tutta la forza della Sua autorità, che atti di sacrificio, carità e austerità non dovrebbero essere tralasciati; essi sono i purificatori del saggio.

“Anche queste azioni dovrebbero essere eseguite...”, di nuovo è solo la conclusione di quello che il Signore ha affermato nel quarto verso.

La parola “api” (anche) implica che gli atti di sacrificio, carità e austerità, dovrebbero essere eseguiti da un aspirante anche se legano l’individuo che ha attaccamento per essi e un desiderio per la loro ricompensa.

Proprio come un seme può essere reso sterile scottandolo, così anche l’aspirante brucia le tendenze del Karma che portano frutti attraverso l’abbandono del desiderio per la ricompensa.

7. Invero la rinuncia di un’azione obbligatoria non è conveniente; l’abbandono della stessa dovuto all’ignoranza è considerata Tamasica.

Commento: La rinuncia di un’azione prescritta non è conveniente perché essa è purificatrice nel caso di un uomo ignorante. Se un uomo rinunciasse ad azioni che egli dovrebbe eseguire come dovere, tale rinuncia sarebbe solo della qualità dell’oscurità. I compiti prescritti non devono essere abbandonati, se qualcuno lo fa, egli è certamente illuso dall’ignoranza. Tamas è la manifestazione più grossolana dell’ignoranza.

Niyata: prescritta in accordo alla propria religione. Considerare che un compito è obbligatorio e poi abbandonarlo, è una contraddizione in se stessa.

8. Colui che abbandona l’azione per paura della sofferenza fisica (perché è dolorosa), non ottiene il merito della rinuncia facendo un tale Rajasico abbandono.

Commento: *Phalam:* frutto o ricompensa; emancipazione, è la ricompensa della rinuncia di tutte le azioni eseguite accompagnate dalla saggezza.

Determinazione e persistenza sono richieste per l’esecuzione di azioni e compiti religiosi. Infatti uno può cominciare un’azione, ma può abbandonarla prima che sia completata a causa di alcune difficoltà o di sofferenze fisiche.

Allora qual è la rinuncia sattwica? Il Signore dice:

9. *Qualsiasi azione obbligatoria sia compiuta, Oh Arjuna, semplicemente perché deve essere fatta, abbandonando l'attaccamento ed anche il desiderio per la ricompensa, tale rinuncia è considerata Sattwica.*

Commento: Un uomo dalla pura natura esegue azioni che fanno parte del suo destino in accordo alla sua capacità e natura inerente. Egli non è pieno di orgoglio per il fatto che è l'esecutore di tali azioni, né spera di avere da esse un qualche guadagno.

Un uomo ignorante può pensare che compiti obbligatori producono i loro frutti, cioè, autopurificazione e prevenzione del peccato di omissione o di non esecuzione. Questo tipo di pensiero, con l'attesa di una ricompensa, deve essere abbandonato. L'abbandono delle ricompense delle azioni viene lodato in questo verso.

Quando un uomo esegue tutti i suoi compiti obbligatori senza il sentimento dell'agente e con altruismo e assenza di ego, la sua mente è purificata e il suo essere interiore è preparato per la ricezione della luce divina o del sorgere della conoscenza del Sé. Egli gradualmente diventa pronto per devozione e conoscenza.

L'aspirante spirituale che cerca la liberazione, dovrebbe sempre essere pronto a sopportare sofferenze fisiche. Tutti gli atti di autodisciplina e autosacrificio comportano sofferenze fisiche.

Questo di nuovo è l'insegnamento centrale della *Gita*: fate i vostri compiti senza attaccamento e desideri egoistici.

10. *L'uomo di rinuncia pervaso di purezza, intelligente e con i suoi dubbi estirpati, non odia l'azione spiacevole né è attaccato a quella piacevole.*

Commento: Tutte le azioni sono ugualmente benvenute per un uomo di rinuncia. Egli non è influenzato da piacere o dolore. Non si esalta eseguendo piacevoli azioni, né prova repulsione quando esegue azioni sgradevoli; non odia le ultime, né è attaccato alle precedenti. Egli non ha né avversione per un'azione dolorosa, né attrazione per una piacevole. Dato che non ha attaccamenti a qualsiasi azione o alla sua ricompensa, egli esegue le azioni per il benessere di tutti gli esseri.

Akusalam Karma: azioni sgradevoli, o azioni fatte con l'attesa di una ricompensa, che diventano la causa di legame al Samsara, producendo un corpo. Uno non odia un'azione spiacevole, pensando che essa non sarà di alcun uso particolare.

Kusale: buone azioni, che includono i compiti obbligatori giornalieri. Uno non dovrebbe avere attaccamento ad esse, perché portano alla salvezza purificando il cuore, e conseguentemente dando luogo al sorgere di conoscenza e devozione.

Quando uno abbandona l'attaccamento ad azione e desiderio per la sua ricompensa, ed esegue azioni vigorosamente, il proprio cuore è riempito di purezza,

che a sua volta produce discriminazione tra il Reale e l'irreale, tra l'Eterno e il transitorio. Poi raggiunge la conoscenza del Supremo Sé, che disperde tutti i dubbi causati dall'ignoranza. Egli ora realizza che l'unico mezzo per raggiungere la beatitudine suprema o la pace eterna e l'immortalità è la conoscenza del Sé. Questo sradica completamente tutti i suoi dubbi.

Qual è la natura del dubbio?

Brahman esiste oppure no? Le *Upanishad* trattano del Saguna o del Nirguna Brahman? L'anima individuale è identica con l'Essere Supremo o no? Sarò capace di realizzare il Sé oppure no? Alcuni di questi Karma: Prarabdha, Sanchita e Agami, mi influenzeranno? Questo Samsara, la cui natura è il sentimento: "Io faccio questo" e "Io godo di questo", appartiene al Sé o alla mente e all'intelletto? Qual è il mezzo per la liberazione? È il Karma Yoga, il Bhakti Yoga o lo Jnana Yoga? Cos'è Moksha o liberazione? È la realizzazione del Sé o il raggiungimento degli stati Salokya, Samipya, Sarupya e Sayujya (dimorare nel regno di Dio, prossimità a Lui, assumere la stessa forma del Signore, e immergersi in Lui)?

Quando un uomo pratica il Karma Yoga, egli raggiunge la purezza del cuore, attraverso tale purezza, sa che se stesso è l'immutabile, privo d'azione, eterno Sé, che è senza nascita; egli rimane senza agire o senza indurre altri ad agire. (Cfr. V. 13).

Raggiunge la devozione alla conoscenza del Sé e la libertà da tutte le azioni. Lo scopo del Karma Yoga, come descritto precedentemente, è stato insegnato in questo verso.

Medhavi: uno che è dotato o unito con la saggezza divina. Egli è uno Sthitaprajna. Cos'è allora Medha? È l'immediata conoscenza dell'identità dell'anima individuale con l'Essere Supremo, tramite la meditazione sul significato del Mahavakya: "Io sono Brahman" o "Quello Tu Sei". È colui che è libero dai tre tipi di dubbio, vale a dire, dubbio, improbabilità e perversione; che pratica i "Quattro Mezzi", il servizio al Guru, versato nelle scritture e stabilito in Brahman, e ascoltata da Lui le verità.

Un tale uomo non pensa che le azioni proibite, che legano un uomo ignorante, sono per lui sfavorevoli. Non pensa mai che esse lo legheranno se deve eseguirle, perché è al di là del bene e del male, virtù e vizio, giusto e sbagliato. Egli non ha alcuna idea dell'azione; sente che è uno che ha eseguito tutte le azioni.

Questo non significa che egli compirà azioni sbagliate. Poiché la sua volontà è una cosa sola con la Volontà Cosmica, qualsiasi azione egli esegua, sarà in accordo con le sacre scritture. Egli non devia mai, nemmeno della frazione di un pollice dalle regole delle scritture. Il Signore soltanto lavora attraverso la sua mente e i suoi sensi, poiché egli non ha alcuna volontà individuale.

Simpatie e antipatie sono i motivi che inducono un uomo mondano ad eseguire azioni. Poiché esse sono assenti in un saggio, egli può rinunciare ai frutti di tutte le azioni, come anche alle azioni stesse.

Come l'oceano rimane calmo in mezzo alle onde della tempesta, anche così, un uomo sattuico rimane calmo tra le avverse o tempestose condizioni della vita. Egli considera gli avvenimenti della vita come inevitabili. Agisce in molte varietà di modi, ma non è per nulla disturbato, in quanto ha una mente equilibrata e disciplinata.

Se c'è un lavoro che deve essere eseguito, non ci deve essere odio anche se comporta un'azione spiacevole o sgradevole che possa arrecare sofferenza fisica, pericolo, sfortuna o conseguenze sfavorevoli. Dovete accettare un tale sgradevole compito con un cuore ben disposto e lavorare con tutta la vostra mente e anima. Dovete avere una profonda e totale comprensione della sua necessità e anche del suo significato.

Arjuna mancò di comprendere, all'inizio, il profondo significato e la necessità dell'azione richiestagli dal Signore. Egli applicò la sua folle filosofia. Mancò di fare il suo sacrosanto dovere, perché a causa della sua ignoranza, pensò che era una spiacevole o sgradevole azione uccidere delle persone. Ma alla fine, quando i suoi occhi furono aperti dai profondi insegnamenti del Signore, comprese la necessità e il significato dell'azione, sebbene gli apparisse sgradevole e spiacevole all'inizio. Così alla fine disse: "Distrutta è la mia illusione, poiché ho riconquistato la mia memoria (conoscenza) attraverso la Tua Grazia, Oh Krishna! Io sono fermo, i miei dubbi sono svaniti. Agirò secondo la Tua parola". (Cfr. XVIII. 73).

11. In realtà non è possibile per l'essere incarnato abbandonare completamente le azioni; ma colui che abbandona il frutto delle azioni è chiamato in verità un uomo di rinuncia.

Commento: Colui che ha assunto un corpo umano e che ancora si lamenta di dover eseguire azioni è veramente uno stolto. Può mai pensare il fuoco che è dotato di calore come sua proprietà naturale, di liberarsi del calore? Finché vivete nel corpo non potrete liberarvi totalmente dall'azione.

Il Signore Krishna dice ad Arjuna: "In verità nessuno può mai rimanere per un momento senza eseguire azioni; perché ognuno è costretto senza speranza ad agire, dalle qualità nate dalla Natura". (Cfr. III. 5).

La Natura e anche la vostra propria natura vi costringeranno a compiere azioni. Voi dovrete abbandonare l'idea di azione e dei frutti dell'azione. Solo allora sarete completamente salvi; nessuna azione vi legherà.

L'uomo ignorante che identifica se stesso con il corpo, e che pensa che egli stesso sia l'attore di tutte le azioni, dovrebbe non abbandonare le azioni. È impossibile per lui abbandonare le azioni. Egli deve eseguire tutti i compiti prescritti, e allo stesso tempo, abbandonare i loro frutti.

Dehabhrita: colui che indossa un corpo, un essere incarnato, uno che identifica se stesso con il corpo. Un uomo che ha discriminazione tra l'Eterno e il transitorio non può essere chiamato uno che veste un corpo perché egli non pensa di essere l'attore delle azioni.

Nel verso II. 21, il Signore dice: "Chiunque Lo conosce come eterno, indistruttibile, non nato e inesauribile, come può quell'uomo, Oh Arjuna, uccidere o causare di essere ucciso?"

Quando un uomo ignorante che è qualificato per l'azione, esegue i vari compiti prescritti, abbandonando i desideri per i frutti delle sue azioni, egli è chiamato Tyagi, sebbene sia attivo. Questo titolo di Tyagi è dato a lui per cortesia.

L'abbandono di tutte le azioni è possibile solo per colui che ha raggiunto la realizzazione del Sé e che quindi non è un "indossatore del corpo", cioè egli non pensa che il corpo è il Sé. (Cfr. III. 5).

12. I tre frutti dell'azione – cattivo, buono e misto – spettano dopo la morte a chi non ha abbandonato, ma mai a coloro che hanno abbandonato.

Commento: Il frutto di un'azione può essere piacevole, un altro spiacevole, mentre un terzo può essere la mescolanza dei due. Coloro in cui le buone azioni sono preponderanti, rinascono come dei. Uomini dalle vite malvagie rinascono nei regni animali o vegetali. Se le loro azioni sono una mescolanza di buono e cattivo, essi rinascono nel regno umano. Questa distinzione di buono, cattivo e misto non si presenta nel caso di un saggio liberato che è andato al di là dei legami del Karma, distruggendo il suo egoismo, annullando l'idea di essere l'agente, e abbandonando la speranza della ricompensa delle azioni.

Le azioni di un rinunciante non gli producono desiderio o attaccamento. Quindi, dopo la morte, egli non rinasce nuovamente. Le azioni che sono eseguite senza alcun desiderio di ricompensa non possono mai portare qualche legame per l'uomo.

Colui che ha abbandonato i frutti di ogni sua attività al Signore è libero dai legami del Karma. Qualche tipo di azione è inevitabile e naturale per tutti, ma l'uomo di rinuncia ne abbandona i loro frutti.

Phalam: frutto. Questo è causato dall'operazione di vari fattori esterni. È prodotto dall'ignoranza; è come un gioco di prestigio, è molto deludente. Il termine "Phala" indica qualcosa che passa via rapidamente, qualcosa non reale, non solida.

Karma: azione, virtù e vizio.

Anistam: sgradevole o cattivo, come l'inferno, il regno animale ecc.

Istam: nato come una divinità.

Misram: buono e cattivo mescolati insieme; la nascita umana.

Solo coloro che non sono illuminati, che non hanno rinunciato ai frutti delle azioni raccolgono questi tre tipi di frutto. Il vero Sannyasi, che appartiene all'ordine più alto dei Sannyasi, conosciuto come un Paramahansa Parivrajakas, che è sempre impegnato nella meditazione sul puro e immortale Sé, che è esclusivamente devoto alla conoscenza del Sé, e che riposa nella sua propria essenziale natura come Satchidananda, non raccoglie alcun frutto, perché il fuoco della conoscenza del Sé ha bruciato l'ignoranza e i suoi effetti che sono i semi del Samsara.

Solo un saggio liberato che ha raggiunto la conoscenza del Sé e che non ha alcuna identificazione con il corpo, può abbandonare completamente tutte le azioni. Egli sa che il Supremo Sé è al di là di tutte le azioni, e che quelle azioni sono attribuite a lui a causa dell'ignoranza. L'uomo ignorante che identifica se stesso con il corpo non può abbandonare le azioni. Pensa di essere l'agente o l'attore e quindi si aspetta di raccogliere i frutti di tali azioni. Così deve rinascere sempre e nuovamente in questo mondo per raccogliere i frutti delle sue azioni.

13. Da Me impara, Oh potente Arjuna, queste cinque cause, come insegnate nel sistema Sankhya, per la realizzazione di tutte le azioni.

Commento: Il Sé non ha connessione alcuna con l'attività. La Natura fa ogni cosa; il Sé è il testimone silenzioso. Egli rimane indifferente. L'intera sovrastruttura dell'attività umana è il risultato delle cinque ben definite cause che sono enumerate nel verso seguente.

Etani: quelle che saranno ora menzionate.

Sankhya: Vedanta.

La conoscenza del Sé, come insegnato nelle *Upanishad* porta al termine di ogni azione. Quindi, il termine "Kritante" (la fine delle azioni) viene usato qui. Quando sorge la conoscenza del Sé, tutte le azioni terminano. Questo è insegnato nel verso II. 46: "Al Brahmana che ha la conoscenza del Sé, tutti i *Veda* sono di grande utilità come lo è un serbatoio d'acqua in un luogo dove c'è una inondazione".

Di nuovo, nel verso IV. 33, si afferma: "Superiore è il sacrificio della saggezza al sacrificio con gli oggetti, Oh Parantapa (distruttore di nemici). Tutte le azioni nella loro interezza, Oh Arjuna, culminano nella conoscenza".

Il Vedanta, quindi, che impartisce la conoscenza del Sé, è la "fine dell'azione". Un saggio liberato che ha raggiunto la conoscenza del Sé, in accordo alle istruzioni impartite nella filosofia del Vedanta, diventa un Kritakritya – uno che ha fatto ogni cosa e che non ha più nulla da fare.

14. *La sede (il corpo), l'agente, i vari sensi, le molteplici funzioni di vario genere, ed anche la quinta, la Divinità che presiede.*

Commento: Ora dai ascolto alle caratteristiche di queste cinque, di cui il corpo è la prima. Esso è chiamato "il supporto" o "la sede". Il corpo è la sede di conoscenza, desiderio, odio, felicità, dolore, miseria e simili. L'anima individuale sperimenta attraverso il corpo, il piacere e il dolore che provengono dal contatto con la materia. L'egoismo è l'agente o l'attore o l'utente. La Natura esegue azioni, ma a causa dell'illusione, l'anima individuale attribuisce a se stessa il credito per la loro esecuzione, e quindi è chiamata l'agente.

Karta: l'utilizzatore che mette su se stesso la natura o le proprietà delle aggiunte limitanti con cui viene in contatto.

Karanam prithagvidham: vari organi, come l'organo dell'udito, con cui l'anima individuale ascolta i suoni ecc.; gli organi della conoscenza, dell'azione e la mente.

Daivam: la Divinità che presiede, come il Sole e gli altri dei, con il cui aiuto l'occhio e gli altri organi eseguono le loro rispettive funzioni; destino.

Chesta: il gioco dell'energia negli organi o nei sensi durante un'azione.

L'assenza di uno qualsiasi di questi fattori rende impossibile l'azione.

15. *Qualsiasi azione un uomo esegue con il suo corpo, la parola e la mente, sia giusta o sbagliata, queste cinque sono la sue cause.*

Commento: *Nyayyam:* giusta; non opposta al Dharma insegnato nelle scritture; giustificabile.

Viparitam: il contrario; che è opposto al Dharma e alle scritture; ingiustificabile.

Anche quelle azioni – come sbattere le palpebre e simili – che sono le condizioni necessarie della vita, vengono indicate dal termine "Il giusto e l'opposto" in quanto esse sono gli effetti del passato Dharma e Adharma.

Tasya hetavah: le sue cause; le cause di ogni azione.

Un obiettoire può dire: "Nel verso precedente è stato affermato che il corpo, l'attore, i vari organi ecc., sono i necessari fattori di ogni azione. Perché allora si fa una distinzione tra le azioni dicendo 'qualsiasi azione un uomo compie con il corpo, la parola o la mente?'".

La risposta è: "Nell'esecuzione di ogni azione, uno dei tre – il corpo, la parola o la mente – gioca un ruolo più preminente degli altri due; per esempio, mentre si vede o si ascolta, le altre attività che accompagnano o che si eseguono nella vita, sono subordinate ad essa".

Quindi, tutte le azioni sono classificate in questi tre gruppi e vengono dette come eseguite dal corpo, dalla parola o dalla mente. Il frutto di ogni azione viene anche

fruito attraverso corpo, parola e mente, e uno di questi tre ha un raccolto più importante (del frutto) che non gli altri due. Quindi, è giusto dire: “Qualsiasi azione un uomo esegua con il suo corpo, parola e mente...”.

16. Ora, stando così le cose, in verità, colui che a causa della sua cattiva comprensione, guarda al suo Sé, che è isolato, come all'agente, costui di traviata intelligenza, non vede.

Commento: Il Sé è sempre inattivo; è inattaccato come l'etere; è sempre il testimone silenzioso; è lo spettatore dell'attività. Solo un uomo egoista, dal piccolo comprendonio, pensa che egli stesso sia il vero agente e così egli è legato dalle azioni. Egli nasce continuamente per raccogliere i frutti delle sue azioni. Per colui che considera il corpo come la coscienza, Dio o il Sé, ne deriva naturalmente che il Sé è l'agente o colui che agisce. Colui che identifica se stesso con il corpo, che considera il corpo come il puro Sé, ha lanciato una rete su se stesso. Conduce una vita di delusione e di totale ignoranza. È legato dalle catene del Karma; è sempre imprigionato nel suo corpo.

Colui che non ha unito se stesso con l'intelletto, che ha una comprensione impura e non istruita, che considera il Sé come l'attore o l'agente, è certamente un uomo dall'intelligenza traviata. Egli è un illuso; è realmente un uomo cieco; non vede anche se ha gli occhi; non osserva l'essenza delle cose. Non ha alcuna idea dell'unico supremo principio – il Sé – che è Egli stesso inattivo, che sta sempre immobile come un testimone silenzioso delle attività delle menti e degli organi di tutti gli esseri, che muove le menti, gli organi, le forze vitali e i corpi all'azione, proprio come un magnete muove pezzi di ferro. Un tale ignorante individuo non osserva la verità riguardo al Sé e all'azione.

Durmati: una persona dalla mente cattiva; una persona dall'intelletto perverso o dal raziocinio non sviluppato. Egli pensa che lui soltanto sia l'attore o l'agente. Non comprende nulla; non ha alcuna conoscenza del puro, inattivo, autoluminoso Sé.

L'uomo ignorante dalla comprensione non educata identifica se stesso con le cinque cause e considera il puro, inattivo Sé, come l'attore o l'agente delle azioni, che sono in realtà fatte da queste cinque cause.

Qual è la ragione per questo? Perché egli le considera così? È perché egli non è dotato di un puro e sottile intelletto; la sua comprensione non è stata allenata nella pratica del Vedanta; non è equipaggiato con i “Quattro Mezzi” di salvezza; il suo intelletto non è stato allenato, tramite gli insegnamenti di un precettore, nel metodo del ragionamento logico.

Colui che considera il puro, inattivo Sé come l'agente o l'attore, è certamente una persona di una comprensione limitata. Egli non ha conoscenza dell'azione, né

dell'inattivo Sé. Quindi, è un uomo dall'intelligenza traviata. Il suo intelletto si muove attraverso le vie e le abitudini dei sensi; corre come un cavallo viziato e si dirige verso nascite e morti. La tecnica del Buddhi Yoga insegnata nella *Gita* permette all'individuo di prevenire queste conseguenze.

Un uomo dall'intelletto perverso non percepisce o riconosce la Verità sebbene abbia gli occhi. Nonostante egli veda, vede soltanto gli esterni grossolani, illusori, mutevoli oggetti deperibili. Non osserva l'una, eterna, immortale, immutabile, tutta beatitudine Essenza, che è la base o il substrato di ogni cosa. È come un uomo con gli occhi itterici, che vede tutti gli oggetti tinti di giallo, o come un uomo che soffre di diplopia, che vede doppie immagini, doppie lune; o come l'uomo che pensa che la luna si muova quando sono le nuvole che si muovono; o come l'uomo che, seduto in un treno immagina che gli alberi si muovano, invece è il treno che in verità si muove. (Cfr. V. 15; XIII. 30).

17. Colui che è libero dal senso dell'io, la cui intelligenza non è contaminata (dal bene o dal male), sebbene egli uccida questa gente, egli non uccide, né è legato (dall'azione).

Commento: Ora spiegherò a te, Oh Arjuna, le vere caratteristiche di un uomo che ha trasceso l'attività ed è andato al di là dei legami del Karma.

Quando egoismo ed egotismo sono distrutti, quando si è rinunciato a desiderio e a guadagno personale, le azioni non possono legare un uomo. Egli sa che il Sé non è distrutto quando il corpo perisce. Egli non ha alcuna idea dell'azione; l'atto dell'uccidere in se stesso, nel suo caso, diventa un atto necessario per la pace e l'armonia del mondo. È come l'uccisione di un assassino da parte del boia, in nome della comunità, per la preservazione della pace e dell'armonia.

Colui che ha un intelletto bene istruito, pura comprensione e ragione sviluppata, che è a conoscenza delle scritture, che dedica se stesso allo studio delle scritture, che è equipaggiato di una conoscenza della logica, che è bene allenato dalle istruzioni del suo precettore, è assolutamente libero dalla egoistica nozione di "io sono l'agente o l'attore". Egli sa molto bene che la Natura o i Guna o la sua propria natura fanno ogni cosa.

Egli così pensa: "Io sono il testimone silenzioso di tutte le attività; non sono colui che agisce. Questi cinque (il corpo, l'attore ecc.), che sono sovrapposti al puro inattivo Sé, a causa dell'ignoranza, sono le cause di tutte le azioni. Io non faccio alcunché; sono i sensi che si muovono attraverso gli oggetti dei sensi. I tre Guna si muovono per la loro parte nei sensi che sono anche il prodotto dei Guna. Io conosco l'essenza delle divisioni delle qualità e le loro funzioni. In essenza, io sono senza arti; come può un'azione o un lavoro essere attribuito a me? Sono senza gambe,

senza mani, senza piedi, senza respiro e senza mente. Sono sempre puro, senza macchia, immobile e immutabile”.

Egli mai si pente in questo modo: “Ho fatto un’azione sbagliata; non avrei dovuto agire così. Ho compiuto un’azione cattiva; andrò all’inferno”. È sempre saggio; non può mai compiere un’azione sbagliata. La sua volontà è diventata una cosa sola con la Volontà Cosmica; si è unita con la volontà del Signore. Qualsiasi cosa faccia è fatta dal Signore soltanto. Non ha una sua propria volontà.

Un tale uomo vede correttamente. Sebbene egli uccida, egli non commette l’atto dell’uccisione. Non è legato dal frutto di un’azione malvagia che è l’effetto di quell’atto. È al di là di bene e male, al di là delle coppie degli opposti, in quanto ha la conoscenza del Sé.

Un obiettore potrebbe dire che l’affermazione: “Sebbene egli uccida questa gente, egli non uccide” è contraddittoria in se stessa.

La risposta a questo è: “Questa obiezione non è in realtà sostenibile. Dal punto di vista mondano il Signore dice: ‘sebbene egli uccida’ perché l’uomo identifica il Sé con il corpo e pensa che egli è l’uccisore. Da un punto di vista trascendentale, spiegato precedentemente, il Signore dice: ‘Egli non uccide, egli non è legato’”.

Come l’onnipresente etere non è influenzato a ragione della sua sottigliezza, anche così, il Sé, seduto in ogni luogo nel corpo, non è influenzato. Questo immortale, immutabile, immobile, senza forma e senza attributi Sé, benché seduto nel corpo, non agisce e non è influenzato, proprio come un cristallo non è contaminato dal colore rosso del fiore che viene in contatto con esso, o come il sole non è influenzato dalla malattia dell’occhio. Solo una cosa che cambia può unirsi ad un’altra e diventare un’agente.

Il Sé è sempre isolato, indipendente e libero. Esso è immutabile (II. 25). Le qualità si muovono in mezzo alle qualità (III. 28). Benché seduto nel corpo, Egli non agisce (XIII. 31). Tutte le azioni sono eseguite dalle qualità (III. 27).

Anche col ragionamento noi possiamo arrivare alla stessa conclusione che il Sé è indivisibile, onnipervadente, infinito, senza arti, senza parti, indipendente, sempre libero e immutabile. Quindi, le azioni del corpo, non possono mai essere attribuite all’attività del Sé.

Le azioni di uno non possono essere attribuite ad un altro che non le ha fatte. Proprio come il colore blu non può appartenere al cielo, l’argento non può appartenere alla madreperla o l’acqua al miraggio, così anche, quello che è attribuito al Sé a causa dell’ignoranza, non può in realtà appartenere a Lui. I cambiamenti che avvengono nel corpo appartengono al corpo non al puro, immobile Sé che è sempre lo spettatore o il silenzioso testimone. Quindi, è giusto dire che l’uomo saggio che è libero da egoismo e da tutte le impurità della mente, né uccide, né è legato, sebbene egli uccida.

Nel verso II. 19, il Signore afferma: “Egli non uccide, né Egli è ucciso”.

Nel verso II. 20, Egli dice: “Il Sé è non nato, eterno, antico; il Sé non è ucciso quando il corpo è ucciso”.

Il Signore ha menzionato in varie parti che il Supremo Sé non è influenzato dalle azioni, che non c'è alcuna necessità per l'uomo saggio di impegnare se stesso nelle azioni. Egli conclude che il saggio “non uccide, né è legato”, e così sintetizza l'insegnamento della *Gita* che è stato concluso in questo verso.

I Sannyasi che sono liberi dall'egoismo non sono influenzati dal Karma. I tre frutti dell'azione – male, bene e misto – non maturano per essi. Quelle persone dalla mente mondana che lavorano con egoismo e attesa di frutti sono contaminate dalle azioni. Esse sono forzate a fruire dei frutti delle loro azioni e a rinascere continuamente. (Cfr. II. 19; V. 7).

18. La conoscenza, il conoscibile e il conoscitore formano il triplice impulso all'azione; l'organo, l'azione e l'agente formano la triplice base dell'azione.

Commento: La conoscenza, il conoscitore e la cosa da conoscere, insieme, formano il seme di questo mondo. Questo è conosciuto come il Triputi o la triade. È l'unione di questi tre che spinge un uomo ad una triplice azione, vale a dire, mentale, verbale e fisica. Questa triade è la forza che sospinge tutte le attività dell'uomo. L'individuo gioisce alla vista di dolci appetitosi o di frutti deliziosi, ma è atterrito alla vista di un cobra o di una tigre. La vista di oggetti piacevoli o spiacevoli lo influenza, ed egli cerca sia di possedere gli oggetti piacevoli sia di evitare quelli che sono sgradevoli.

L'Antahkarana (l'io) consiste di mente, intelletto, mente subconscia ed egoismo. L'orecchio, la pelle, la lingua, il naso e l'occhio sono i cinque organi della conoscenza. L'anima individuale, sospinta da questi cinque sensi è portata all'attività. Essa compie azioni con l'aiuto dei cinque organi dell'azione, cioè, la bocca, le mani, i piedi, i genitali e l'ano.

Jnanam: qualsiasi conoscenza; conoscenza in generale; conoscenza degli oggetti del mondo ecc.

Jneyam: gli oggetti conosciuti; oggetti in generale.

Parijnata: il conoscitore, lo sperimentatore o l'utente, colui che si addossa la natura delle aggiunte limitanti, una creatura ignorante.

Questa triade forma il triplice impulso a tutte le azioni, e all'azione in generale. L'esecuzione di un'azione per ottenere o evitare un oggetto è possibile solo quando tutte e tre – conoscenza, il conoscibile e il conoscitore – sono combinati.

Karanam: l'organo; quello con cui qualcosa è fatto. Le azioni fatte dalle cinque cause di azione (il corpo ecc.) che sono raggruppate sotto le tre classi in

accordo alle loro rispettive sedi, cioè, la mente, la parola e il corpo, sono tutte dovute all'azione reciproca dell'organo ecc.

Karta: l'agente o colui che agisce; colui che mette gli organi in moto o in azione e che si addossa la natura dell'aggiunta limitante o del veicolo in cui agisce. Tutte le azioni sono inerenti a questi tre (l'organo, colui che compie l'azione, e l'azione stessa), ed esse sono, quindi, le basi o i triplici costituenti dell'azione.

Poiché le azioni e i loro vari fattori e frutti sono tutti costituiti dai tre Guna, il Signore li descrive nei versi seguenti.

19. Conoscenza, azione e attore sono dichiarati nella scienza dei Guna (la filosofia Sankhya) essere di tre tipi, in accordo alla distinzione dei Guna. Ascolta di essi con attenzione.

Commento: Le tre qualità dominano l'intera creazione con la loro speciale natura e la portano totalmente sotto il loro controllo. La natura dell'azione, l'attore e la sua conoscenza, sono triplici in accordo al Guna che è predominante. È solo quando tutti e tre sono sattwici che allora l'azione non lega l'uomo.

Karta: l'attore delle azioni.

La scienza dei Guna cui ci si riferisce è il sistema di filosofia di Kapila. Sebbene il sistema Sankhya sia opposto al Vedanta, quando si riferisce alla Verità Suprema, cioè l'unicità o non dualità di Brahman, pur tuttavia esso è un'autorità nella scienza dei tre Guna.

Io descriverò ora la conoscenza, l'azione e l'attore, come anche le loro varie distinzioni determinate dai differenti Guna, scientificamente e razionalmente. Ascolta i miei insegnamenti, Oh Arjuna, con profonda attenzione. Ne sarai immensamente beneficiato.

20. Quella per cui uno vede l'unica indistruttibile Realtà in tutti gli esseri, non separata in tutti i separati esseri, sappi tu che quella conoscenza è Sattwica (pura).

Commento: Quella conoscenza che non vede alcuna differenza in tutti gli oggetti che sono percepiti è pura. Il veggente osserva l'unica onnipervadente immortale sostanza o essenza al di là delle apparenti diversità degli oggetti. Osserva unità nella diversità, l'Uno nei molti, e i molti nell'Uno. Egli vede tutti i diversi oggetti radicati nell'Uno.

Bhavam: Realtà; l'unico Sé.

Sarvabhutesu: in tutti gli esseri, dall'immanifesto giù fino all'oggetto insensibile e immobile.

Avyayam: indistruttibile; inesauribile; inalterabile; eterno; quello che non può essere esaurito sia in se stesso che nelle sue proprietà; immutabile.

Proprio come l'etere è indivisibile, così anche il Sé è indivisibile. Il Sé è lo stesso in tutti i corpi. È la stessa comune coscienza in tutti i corpi. Non è differente nei differenti corpi. È l'unica indivisibile, omogenea essenza o sostanza in tutti i corpi, in tutti gli esseri.

Conosci tu, Oh Arjuna, questa diretta e giusta percezione del Sé non duale, come *sattwica*. (Cfr. IV. 35; VI. 29; XIII. 16 e 28; XVIII. 30).

21. Ma quella conoscenza che vede in tutti gli esseri varie entità di tipi distinti, come differenti uno dall'altro, sappi tu che quella conoscenza è Rajasica (ardente).

Commento: *La conoscenza che vede:* poiché la conoscenza non può essere un agente, questo dovrebbe essere interpretato come: "La conoscenza con cui uno vede".

Entità: anime o sé.

Differenti uno dall'altro: considerando esse come diverse in differenti corpi.

La conoscenza che è ottenuta con la percezione della separazione è passionale (*rajasica*). Inviluppando, come essa fa, la molteplice creazione con il velo della separazione, essa inganna anche l'uomo saggio. A causa della conoscenza appassionata, gli esseri appaiono come separati, e la percezione dell'unità è anche completamente persa di vista. Quella conoscenza che osserva la molteplicità in tutti gli oggetti creati e li differenzia come piccoli o grandi, in accordo alla loro forma e dimensione, appartiene alla natura *rajasica* (passionale). Una tale conoscenza è contaminata e non è vera conoscenza. Una persona che ha una tale ardente conoscenza vede soltanto diversità dappertutto; essa osserva solo i molti.

Ora ti spiegherò, Oh Arjuna, quella conoscenza che ha la qualità dell'oscurità, per far sì che tu la possa evitare.

22. Ma quella che senza ragione si attacca ad un unico singolo effetto come se fosse l'intero, senza fondamento nella Verità, e meschina, quella viene descritta come Tamasica (oscura).

Commento: Quella conoscenza che considera ognuno e ogni singolo oggetto o essere come esistente per se stesso, e perfetto in se stesso, è *tamasica*.

Un singolo effetto: come ad esempio il corpo, pensando che esso sia il Sé; o un idolo, prendendolo per Dio, e pensando che non c'è null'altro più alto di esso.

Il nudo Jain [seguace dello Jainismo] considera che l'anima che dimora nel corpo è della stessa grandezza del corpo. Alcuni considerano Ishwara come un semplice pezzo di pietra o di legno. Tale conoscenza è in verità non basata sulla ragione; non vede le cose nella loro vera luce. È una conoscenza ristretta in quanto non è fondata sulla ragione; produce piccolissimi risultati. Si estende su un'area limitata e non è onnicomprensiva. Questa conoscenza è detta essere tamasica; si trova in persone tamasiche che sono prive del potere di discriminazione.

23. Un'azione che è stata prescritta, che è libera da attaccamento, che è fatta senza amore o odio da uno che non è desideroso di alcuna ricompensa, quell'azione è considerata Sattwica.

Commento: *Niyatam*: prescritta, obbligatoria. Uno che non è eccitato o disturbato dall'amore o dall'odio dovendo compiere un'azione obbligatoria.

Questa è un'azione pura. L'esecutore di una tale azione prova grande gioia. Egli esegue il suo compito o qualsiasi altro lavoro con tutto se stesso, non preoccupandosi della ricompensa, ma offrendola volontariamente ai piedi del Signore. Egli lavora in accordo ai precetti delle scritture.

Ora ti illustrerò, Oh Arjuna, la natura di un'azione che è rajasica o appassionata. AscoltaMi con totale attenzione.

24. Ma quell'azione che è fatta da uno che brama per l'esaudimento di un desiderio o di un guadagno, con egoismo o con molto sforzo, quella è dichiarata essere Rajasica.

Commento: Un uomo passionale esegue molte azioni egoistiche. Proclama le sue azioni in pubblico; la passione lo spinge ad eseguirle. Egli non può mai operare senza l'attesa di una ricompensa.

L'uomo rajasico o passionale si attende i piaceri come frutto delle sue azioni. Soltanto un saggio liberato è assolutamente libero dall'egoismo. Egli neanche sognerà di una ricompensa per le sue azioni, perché tutti i suoi desideri sono stati gratificati dalla realizzazione di Brahman. Come può esserci desiderio o brama in un saggio in cui tutti i desideri sono stati gratificati o bruciati dal fuoco della conoscenza del Sé?

Anche l'esecutore di un atto puro è egoista se non possiede la conoscenza del Sé. Se tale è il caso, gli operatori rajasici o tamasici, sono anche più egoisti. Nel parlare usuale, diciamo di un istruito pundit [uomo di grande cultura libresco]: "Questo pundit è un modesto e senza pretese Brahmana".

Ora ascolta, Oh Arjuna, le caratteristiche di un'azione che è tipica dell'oscurità.

25. *Quell'azione che è intrapresa a causa dell'illusione, senza riguardo alla (propria) abilità e alle conseguenze di perdita e di danno, è considerata essere Tamasica.*

Commento: Gli atti tamasici producono danno agli altri. Un uomo tamasico non riflette affatto se ha la capacità di eseguire queste inutili azioni e continua ad agire alla cieca. Con totale assenza di considerazione, egli mette da parte ogni riflessione circa la difficoltà ad eseguire l'azione e su quello che dovrebbe essere il risultato. Egli va avanti con essa nella sua egoistica maniera; non discrimina tra il buono e il cattivo, o tra quello che è suo e quello che appartiene ad un altro.

Kshayam: la perdita di potere o di ricchezza risultante dall'esecuzione di un'azione.

Himsa: ingiuria, danno fatto agli esseri viventi.

Paurusam: la propria abilità o capacità di portare a termine un lavoro.

Ora ascolta le caratteristiche che appartengono ad un puro agente. Il Signore continua a trattare le distinzioni tra i vari tipi di agenti.

26. *Colui che è libero da attaccamento, non egoista, dotato di fermezza ed entusiasmo e non influenzato da successo o fallimento, è chiamato Sattwico.*

Commento: Un agente puro compie le sue azioni con tutto il suo cuore, senza sentirsi orgoglioso dell'esecuzione di esse. Va alla ricerca del tempo e del luogo adatto e, in accordo con il comando delle scritture, determina se tali azioni sono degne di essere eseguite oppure no. Egli sviluppa coraggio e una potente volontà, non cerca mai comodità fisiche; è totalmente preparato a sacrificare la sua vita per una nobile causa. Non è né esaltato dal successo, né depresso dal fallimento; egli mantiene sempre una mente equilibrata quando compie qualsiasi azione. Oh Arjuna, è un puro agente quell'uomo che, mentre lavora, mostra tali qualità.

Siddhi: successo; ottenimento dei frutti delle azioni fatte.

Nirvikarah: non influenzato, che è stato spinto ad agire semplicemente dall'autorità delle scritture, non per un desiderio o per l'amore di una qualsiasi ricompensa.

Ora ti spiegherò, Oh Arjuna, le caratteristiche di un agente appassionato.

27. *Passionale, desideroso di ottenere i frutti delle azioni, crudele, avido, impuro, mosso da gioia e dolore, un tale agente è detto Rajasico.*

Commento: Un agente passionale è una dimora di peccati, è cupido per ciò che è mondano. Qualsiasi cosa egli veda che possa procurargli frutti mondani, egli si

sforza con tutto se stesso di ottenerla. Qualsiasi cosa egli guadagni, la tiene strettamente per sé e per la sua famiglia. Egli gioisce del successo e si addolora nel fallimento.

Lubdhah: avidità; desiderio per la ricchezza e la proprietà di altri; nessuna condivisione della propria ricchezza con persone meritevoli.

Himsatmakah: che fa del male agli altri.

Asuchih: impuro; senza alcuna purezza né esterna, né interna. La purezza interna è libertà da lussuria, ira, cupidigia e orgoglio; il cuore è pieno di misericordia, compassione, amore, sincerità, soddisfazione, perdono, distacco ecc.

Harsasokanvitah: gioia per l'ottenimento di quello che è desiderabile o gradevole; dolore per l'ottenimento di quello che è non desiderabile o sgradevole, ed essere costretto a dividere quello che è desiderabile. Un uomo Rajásico si esalta con gioia quando raggiunge il successo; è sopraffatto dal dolore e dalla miseria quando fallisce nelle sue azioni e non ottiene gli oggetti del suo desiderio.

28. Instabile, volgare, duro, ingannatore, malizioso, indolente, pigro ed esitante, un tale agente è chiamato Tamásico.

Commento: A causa della sua volgare natura, egli è incapace di ragionare e di discriminare tra azioni proprie e improprie. Il suo cuore è pieno di vanità; egli non si prostra mai davanti alla divinità o ad un saggio. È molto rigido e non si piega nel suo comportamento. È la personificazione dell'inganno, la dimora della falsità e di tutti i vizi. È sempre pronto a compiere azioni cattive. Quando gli si presenta un'opportunità per fare del bene egli è completamente indolente e inattivo. Ma è sempre molto attento a fare del male.

Prakritah: volgare, di un intelletto completamente privo di cultura; infantile.

Stabdah: che non si piega (come un bastone); che non s'inchina a nessuno.

Sathah: ingannatore, che nasconde il suo vero potere.

Naiskritikah: che provoca dispute e litigi tra la gente.

Alasah: pigro, che non fa neanche quello che dovrebbe essere fatto.

Dirghasutri: che pospone i compiti troppo a lungo, sempre indolente; che non fa neanche in un mese quello che dovrebbe essere fatto in un giorno.

29. Ascolta tu la triplice divisione dell'intelletto e della fermezza in accordo ai Guna, come la dichiaro completamente e chiaramente, Oh Arjuna.

Commento: *Dhananjaya* (Arjuna): conquistatore di ricchezze. Arjuna era così chiamato perché egli aveva conquistato molte ricchezze materiali e spirituali durante le sue conquiste nei quattro angoli della terra.

30. *L'intelletto che conosce il sentiero dell'azione e della rinuncia, quello che deve esser fatto e quello che non deve essere fatto, la paura e il coraggio, la schiavitù e la liberazione – quell'intelletto è Sattwico, Oh Arjuna.*

Commento: La triplice natura della conoscenza è stata già descritta nel verso ventidue; ora viene descritta la triplice natura dell'intelletto. La conoscenza è differente dall'intelletto.

Pravritti: azione, la causa della schiavitù; il sentiero dell'azione.

Nivritti: inazione, la causa della liberazione; il sentiero della rinuncia o Sannyasi.

Karyakarye: il puro intelletto conosce quello che deve essere fatto e quello che non deve esser fatto nei particolari luoghi e tempi. Conosce le azioni che producono visibili o invisibili risultati e che sono prescritte o proibite dalle scritture. Guida un uomo che si affida ai precetti delle scritture per la sua condotta giornaliera nella vita.

Bhayabhaye: paura e assenza di paura; la causa della paura e della sua assenza, sia visibile che invisibile.

Bandham moksham: schiavitù e liberazione, insieme con le loro cause.

La conoscenza è una Vritti (funzione) o stato dell'intelletto. Mentre l'intelletto è quello che funziona o subisce il cambiamento dello stato. Anche la fermezza è solo una particolare modificazione dell'intelletto. (Cfr. XVIII. 20).

31. *Quello per cui uno erroneamente comprende Dharma e Adharma, ed anche quello che deve esser fatto e quello che non deve esser fatto, quell'intelletto, Oh Arjuna, è Rajasico.*

Commento: Non ci sono esatti equivalenti in inglese per la parola "Dharma". Compito, rettitudine, virtù, legge sono povere e inadeguate traduzioni della parola. Quello che vi eleva e vi porta alla meta – il Sé – è il Dharma. Quello che vi getta negli oscuri abissi dell'ignoranza è Adharma. Quello che è prescritto dalle scritture è il Dharma, quello che è proibito è Adharma. L'intelletto rajasico è incapace di distinguere tra giusto e sbagliato, o comprendere la differenza tra azioni rette ed errate.

Ayathavat: scorrettamente; contrario a quello che è determinato da tutte le autorità o uomini di saggezza o dalla più alta conoscenza.

32. *Quello che, avviluppato dall'oscurità, vede l'Adharma come Dharma e tutte le cose invertite, quell'intelletto, Oh Arjuna, è detto Tamasico.*

Commento: È tamasico quell'intelletto che considera le azioni corrette come malvagie e quelle giuste come false. Esso tratta ogni cosa in senso contrario, e considera le virtù come fossero vizi. Prende ogni cosa dichiarata buona dalle scritture come totalmente sbagliata. Vede tutte le cose in una luce alterata.

Ora ascolta la descrizione delle caratteristiche dei tre aspetti della fermezza.

33. La risoluta fermezza con cui, attraverso lo Yoga, le funzioni della mente, la forza vitale ed i sensi sono controllati, quella fermezza, Oh Arjuna, è Sattwica.

Commento: Quando la fermezza è risvegliata nella mente, allora le attività della mente, la forza vitale e i sensi sono portati sotto controllo. I sensi sono ritirati nella mente; Prana e Apana passano nel Sushumna Nadi.

Yoga: Samadhi o concentrazione della mente. Voi non potete controllare la mente, la forza vitale e i sensi con la semplice fermezza; potete controllarli solo con quella fermezza che è sempre accompagnata dalla concentrazione della mente.

Quando la mente, la forza vitale e i sensi sono dominati da una risoluta fermezza, essi non possono correre verso gli oggetti esterni dei sensi, non possono commettere errori, non possono muoversi in modi che sono opposti alle scritture. Essi sono assorbiti nelle loro rispettive cause e le loro tendenze verso l'esterno sono completamente controllate.

Questa fermezza non è una repressione o una soppressione, ma un'intelligente sublimazione e una trasformazione interiore.

34. Ma quella fermezza, Oh Arjuna, per cui, a causa dell'attaccamento e del desiderio per la ricompensa, per il godimento dei piaceri e per la conquista di ricchezze, uno si attiene strettamente al Dharma, quella fermezza, Oh Arjuna, è Rajasica.

Commento: L'uomo di fermezza rajasica immagina che egli conquisterà il triplice scopo della vita – Dharma, ricchezza e piacere – e si avvinghia ad essa appassionatamente. In altre parole, egli è desideroso di ottenere la ricompensa delle sue azioni. La fermezza di una tale persona è rajasica o passionale.

Ora ascolta, Oh Arjuna, il terzo tipo di fermezza, quello tamasico.

35. Quella per cui un uomo stupido non abbandona sonno, paura, angoscia, disperazione ed anche la vanità, quella fermezza, Oh Arjuna, è Tamasica.

Commento: L'uomo che è una personificazione dell'oscurità è costituito di ogni tipo possibile di male. È molto indolente e pieno di peccati. È straordinariamente

dedito al sonno; egli considera solo queste cose come adatte. Egli sperimenta dolore, a causa delle sue cattive azioni. Poiché è molto attaccato al corpo, prova grandi paure. È sempre scontento; è lascivo e presuntuoso. Non conosce come comportarsi; è rude e insolente e indulge molto nei piaceri dei sensi.

36. E ora ascolta da Me, Oh Arjuna, dei tre tipi di piacere, in cui uno gioisce con la pratica e sicuramente perviene alla fine del dolore.

Commento: Una piccola esperienza di questo piacere deve derivare dalla cessazione del dolore. Questo piacere è di tre tipi nella sua natura e Io ti descriverò i suoi aspetti, Oh Arjuna. (Cfr. VI. 20 e 30).

37. Quello che è come veleno all'inizio, ma alla fine come nettare, quel piacere è considerato essere Sattwico, nato dalla purezza della propria mente dovuto alla realizzazione del Sé.

Commento: *Agre visam iva:* all'inizio è raggiunto con molto dolore poiché l'individuo deve abbandonare gli oggetti dei sensi e le comodità e praticare severa austerità e una rigorosa Sadhana. Egli deve sottoporsi a dure prove quando pratica Yama, Nyama, i tre tipi di austerità e i vari voti. Egli deve coltivare distacco e indifferenza ai piaceri dei sensi. Questo gli procura all'inizio molto dolore.

La pratica della concentrazione e della meditazione ugualmente all'inizio produce dolore. Il soggiogamento dei sensi provoca anch'esso molti problemi.

Nux Vomica è molto amara; uno è molto disturbato quando deve prendere una medicina che contiene questo rimedio. Ma sperimenta molto piacere alla fine quando riconquista il suo vigore e buon appetito e quando la sua dispepsia è stata curata. Anche così, l'aspirante deve sopportare molto dolore e sofferenza durante le sue pratiche spirituali iniziali, ma più tardi egli beve il nettare dell'immortalità, raggiunge la conoscenza più elevata, gioisce a sazietà nel Sé e gode di suprema pace e beatitudine.

Atmabuddhiprasadajam: nato dalla purezza del proprio intelletto, o nato dalla diretta e perfetta conoscenza del Sé. Il sé individuale sperimenta felicità sattwica quando realizza l'unione con il più elevato Sé. Il piacere che ne deriva è sattwico. (Cfr. VI. 1-2).

38. Quel piacere che deriva dal contatto degli organi dei sensi con gli oggetti, che è inizialmente come nettare ed alla fine come veleno, quello viene detto Rajasico.

Commento: Il piacere dei sensi è mescolato con dolore, paura e peccato. Una piccola quantità di piacere sensuale è mescolata con una montagna di dolore. Colui che indulge nei piaceri dei sensi deve sperimentare fianco a fianco anche il dolore. Egli teme di perdere gli oggetti che gli danno piacere; è attaccato ad essi. L'attaccamento è morte; lo porta sempre e nuovamente in questo mondo di morte. Paura e attaccamento coesistono con il piacere dei sensi. Egli deve produrre un grande sforzo per guadagnare il denaro con cui soltanto può acquisire quegli oggetti. Agendo così, commette molti atti peccaminosi; egli dovrà soffrire le conseguenze delle sue azioni nella prossima rinascita. Racconta bugie e inganna la gente per ottenere denaro. I sensi anche perdono la loro forza e vigore a causa dell'indulgenza nei piaceri. Perde la sua ricchezza ed energia, il suo intelletto diventa lento, debole, impuro, torbido e perverso. Perde il suo denaro e la corretta comprensione. (Cfr. V. 22).

39. Quel piacere del sé che all'inizio e successivamente è ingannevole e che deriva dal sonno, dall'indolenza e dalla negligenza, un tale piacere è considerato Tamasico.

Commento: *Anubandhe:* in conseguenza, successivamente, dopo la fine.

I piaceri che sono generati da brutte abitudini, come bere liquori e mangiare cibi senza valore, deludono il sé. L'uomo diventa dimentico del sentiero che deve seguire. Tali piaceri sono in verità della natura dell'oscurità; non portano a nulla se non a dolore, angoscia e miseria.

40. Non c'è alcun essere sulla terra, o anche nei cieli tra gli dei, che sia libero dalle tre qualità nate dalla Natura.

Commento: I Guna formano la trama e l'ordito di ogni cosa, proprio come fanno i fili nel caso di una stoffa.

Nel mondo dei mortali o in cielo c'è alcuna creatura che non è legata dalle tre qualità della Natura? Ci può essere una stoffa senza fili? Ci può essere un uomo senza sangue e ossa? Ci può essere una montagna senza rocce? Anche così, non c'è una singola creatura nell'intero universo nella cui composizione non entrino le tre qualità della materia. L'intera creazione è prodotta da queste tre qualità. Esse hanno dato luogo alla Trinità: Brahma, Vishnu e Shiva.

Nel mondo dei mortali la triplicità di agente, azione e frutto, deve la sua origine ai Guna. I Guna sono la causa delle differenti funzioni delle quattro caste. Questo Samsara, che è stato paragonato all'albero di peepul nel verso XV. 1, è costituito dalle tre qualità ed è mantenuto dalla forza dell'ignoranza.

L'azione, gli strumenti dell'azione e i frutti, hanno messo in moto la ruota del Samsara, e questa ruota sta girando da tempo immemorabile. È solo il saggio liberato, che ha raggiunto la conoscenza del Sé, che mette un controllo su questa ruota e va al di là di causa ed effetto, spezzando i legami del Karma.

Tagliate questo misterioso albero del Samsara con la forte spada del non attaccamento, poi trascendete i tre Guna e riposate nella vostra essenziale divina natura come Satchidananda.

41. Dei Brahmana, Kshatriya e Vaishya, come anche dei Sudra, Oh Arjuna, i doveri sono attribuiti in accordo alle qualità nate dalla loro propria natura.

Commento: Solo i Brahmana, Kshatriya e Vaishya sono qualificati per praticare i riti Vedici. I componenti della quarta classe, Oh Arjuna, non hanno alcun diritto di compiere questi riti, perché la loro professione è quella di servire i membri delle prime tre classi. Ad essi non è concesso di studiare i *Veda* o eseguire Yajna.

Il genere umano è organizzato nelle quattro caste e la vita di ogni uomo è divisa in quattro stadi, in accordo alla natura dei Guna e al grado di crescita o evoluzione. Successivamente sono menzionati i doveri specifici di ogni casta in accordo alle qualità per mezzo delle quali liberando se stessi dalle catene di nascita e morte, possono raggiungere la realizzazione del Sé.

La natura del Brahmana è sattwica; così egli è sereno. La natura dello Kshatriya o classe guerriera, è rajasica e sattwica, con Rajas che predomina e Sattwa secondaria. Così egli possiede il potere di governare. La natura del Vaishya o classe dei mercanti è rajasica e tamasica, con Rajas che predomina e Tamas in subordine. Così egli esercita varie attività o lavori per guadagnare denaro. La natura del Sudra o classe dei servitori è tamasica, con Rajas che è subordinato. In tal modo egli è tardo e letargico.

Così la razza umana è stata divisa in quattro caste basate sulle tre qualità di Sattwa, Rajas e Tamas. I compiti sono assegnati ad ognuno in accordo alle qualità nate dalla loro natura.

Il Karma è un'azione che deriva, ed è modellata da passati pensieri e desideri. I Guna o qualità non possono manifestarsi senza una causa. La propria natura è il risultato di tendenze, impressioni e desideri acquisiti in molte nascite precedenti. Queste tendenze, impressioni e desideri si manifestano nella nascita presente e producono i loro effetti. Così la propria natura è la sorgente dei Guna. Ogni uomo o donna nasce con la sua propria natura. I tre Guna operano in accordo alle rispettive tendenze naturali di un individuo, che lo spingono ad eseguire i suoi doveri come effetti naturali. I doveri sono attribuiti alle quattro caste in accordo ai Guna degli individui. (Cfr. IV. 13).

42. *Serenità, autocontrollo, austerità, purezza, clemenza ed anche integrità, conoscenza, realizzazione e fede in Dio, sono i doveri naturali dei Brahmana nati dalla (loro propria) natura.*

Commento: Shama è il controllo della mente; Dama è il controllo dei sensi. I tre tipi di fede sono già stati spiegati nel verso X. 4. Le austerità che corrispondono alle tre qualità, sono già state illustrate nei versi XVII. 14-16.

Astikyam: fede nelle parole del Guru, negli insegnamenti delle scritture, nell'esistenza di Dio, nella vita al di là o nell'altro mondo e nel proprio Sé.

La mente è assorbita nel Sé; questo produce pace. L'autocontrollo è il compagno della pace. Soltanto obbedendo alle prescrizioni delle scritture raggiungerete la pace e il progresso spirituale. Non dovrete discutere troppo; dovrete avere riverenza per il Maestro e fede in Lui.

Proprio come l'albero di sandalo è fragrante per il suo dolce profumo e l'albero di champaka è adornato da bellissimi fiori, così anche il Brahmana è adornato da queste nove virtù, che sono inseparabili da lui.

Ora, Oh Arjuna, ascolta quali sono i compiti di uno Kshatriya.

43. *Valore, splendore, fermezza, abilità ed anche non fuggire in battaglia, generosità e signoria sono i doveri di uno Kshatriya nati dalla (loro propria) natura.*

Commento: Il primo compito di uno Kshatriya (uomo della classe guerriera) è di essere prode e valoroso. Il valore è quella sublime virtù per mezzo della quale uno è naturalmente forte, vigoroso e coraggioso. Di fronte alla più terribile calamità, la mente non è per nulla turbata. Egli è molto fermo e risoluto sotto qualsiasi sfavorevole o difficile condizione o circostanza, non sperimenta la più piccola depressione di spirito anche quando è in circostanze molto avverse. Il valore è l'abilità per mezzo del quale la ragione trova il suo sentiero tra le più sfavorevoli circostanze e alla fine raggiunge la meta. Questa è fermezza, forza o coraggio.

Dakshya: sollecitudine. Egli è capace di decidere correttamente al momento su una materia che richiede un'immediata attenzione. Senza confusione egli esegue i compiti che si presentano all'improvviso e richiedono un'azione sollecita.

Come il girasole sempre volta la sua faccia verso il sole, così egli sempre fronteggia i suoi nemici. Evita sempre di volgere le sue spalle ad essi sul campo di battaglia. È assolutamente senza paura. Proprio come un albero dona i suoi fiori e frutti liberamente a chiunque li desideri, proprio come un gelsomino disperde la sua dolce fragranza in ogni direzione, così fa uno Kshatriya che generosamente dà ad un altro qualsiasi cosa gli possa essere stata chiesta. La sua carità è senza limiti.

Signoria: un re Kshatriya ha la totale sovranità sopra i suoi soggetti, a causa della sicura protezione che concede loro; egli esercita il potere di governare sopra i suoi soggetti e alza il bastone del comando per punire gli ingiusti e i malvagi.

44. L'agricoltura, l'allevamento del bestiame e il commercio sono i compiti del Vaishya (classe dei mercanti), nati dalla (loro propria) natura; e l'azione che consiste nel servire è il compito del Sudra (classe dei servi), nata dalla (loro propria) natura.

Commento: Quando un uomo esegue i suoi doveri correttamente, in accordo alla sua casta e ordine di vita, il suo cuore viene purificato ed egli va nei cieli.

La Apastambha Dharma Sutra dice: "Uomini di caste e ordini diversi, devoti ai loro rispettivi doveri, raccolgono i frutti delle loro azioni dopo la morte, e poi, per il Karma residuo ottengono nascite in nazioni, caste e famiglie superiori, che comparativamente posseggono Dharma, lunghezza di vita, cultura, condotta, ricchezza, felicità e intelligenza superiore".

Anche nei Purana c'è una vivida descrizione dei differenti risultati e dei mondi che uomini delle quattro caste e ordini, ottengono eseguendo i loro rispettivi doveri.

45. Ogni uomo, devoto al suo proprio compito, raggiunge la perfezione. Come egli raggiunga la perfezione mentre è impegnato nel suo dovere, ascolta ora.

Commento: Questa è la divisione del lavoro per cui ogni casta è adatta in accordo alla sua propria natura. Il compito prescritto è il vostro unico supporto, il più grande servizio che voi possiate rendere al Supremo è quello di eseguirlo con tutto il cuore, senza attesa per i suoi frutti, con l'atteggiamento di totale dedica al Signore. Questo sicuramente vi condurrà fino al Supremo. Tutte le impurità della mente saranno lavate via dall'esecuzione dei propri doveri e voi sarete resi adatti per la conoscenza del Sé.

Sve sve Karmani: chiunque sia devoto al suo proprio dovere in accordo alla sua natura o casta. È impossibile ottenere la liberazione soltanto con le azioni, ma esse purificano il cuore e preparano l'aspirante alla ricezione della luce divina.

L'atteggiamento di adorazione è ora prescritto per il lavoro.

46. Quegli da cui tutti gli esseri provengono, e di cui tutto questo è pervaso, adorando Lui con il suo proprio lavoro, l'uomo raggiunge la perfezione.

Commento: L'esecuzione da parte di un uomo del suo proprio lavoro significa semplicemente mettere in atto le intenzioni del Supremo da cui l'intera creazione proviene. Quando un uomo adora Lui – l'Essere Supremo – con i fiori delle sue azioni, allora il Signore è immensamente compiaciuto e, essendo così gratificato da tale adorazione, gli concede distacco e discriminazione come una grazia.

Pravritti: evoluzione o attività; questa deriva dal Signore, l'Antaryamin o il Governatore interiore.

Svakarmana: con i suoi propri compiti; ognuno in accordo alla sua casta come descritto precedentemente.

L'uomo raggiunge la perfezione adorando il Signore attraverso l'esecuzione dei suoi propri doveri, cioè, egli diventa qualificato per il sorgere della conoscenza del Sé.

47. Migliore è il proprio compito (sebbene) privo di meriti, che il compito di un altro bene eseguito. Colui che fa il dovere assegnato dalla sua propria natura non incorre in peccato.

Commento: Proprio come una sostanza velenosa non produce danno al verme nato in essa, così anche, colui che compie il suo Swadharma (il compito ordinatogli in accordo alla sua natura) non incorre in nessun peccato.

Il dovere assegnato ad un uomo, che lo libera dalla schiavitù, deve quindi essere praticato, per quanto difficile esso possa sembrare. Se l'individuo cerca di svolgere i compiti di un altro, questi gli procureranno paura. Colui che non ha la conoscenza del Sé non può rimanere neanche per un momento senza compiere azioni. (Cfr. III. 35).

48. Uno non dovrebbe abbandonare, Oh Arjuna, il dovere per cui è nato, sebbene imperfetto; perché tutte le opere sono avviluppate dal male come il fuoco dal fumo.

Commento: *Sahajam:* nato con se stesso; nato con la nascita dell'uomo; quello che è innato.

Sadosam: imperfetto; perché tutto è costituito dai tre Guna.

Tutte le opere: il proprio dovere come anche i doveri degli altri.

Se un Vaishya o uno Kshatriya compie i doveri di un Brahmana egli non ne trarrà alcun beneficio. I compiti di un altro portano la paura. Quindi, non è opportuno eseguire i doveri di un altro. Non è possibile per un uomo che non ha la conoscenza del Sé abbandonare totalmente l'azione; quindi, egli non dovrebbe abbandonare l'azione.

49. Colui il cui intelletto non è attaccato a nulla, che ha dominato il suo sé, da cui i desideri si sono allontanati, egli, per mezzo della rinuncia raggiunge lo stato supremo di libertà dall'azione.

Commento: La mente di uno che è libero da attaccamento a moglie, figli, corpo e proprietà, che ha controllato i suoi sensi, che non ha alcun desiderio per i piaceri dei sensi, che non ha attaccamento alla vita, si rivolge all'interno verso il Sé immortale. Egli non ha alcuna attrazione per gli oggetti dei sensi di questo mondo; è pieno dello spirito di acuto distacco e discriminazione.

Egli gradualmente si stabilisce nel suo proprio Sé, che è della natura di Satchidananda. Una tale persona che ha la conoscenza del Sé raggiunge la più alta perfezione, la perfetta libertà dall'azione per mezzo della rinuncia.

In una persona la cui ignoranza è distrutta dal raggiungimento della conoscenza del Sé, c'è la cessazione delle attività. Egli può eseguire azioni per solidarietà nel mondo e ancora non sarà legato da tali azioni, in quanto ha raggiunto l'assoluta libertà dall'azione per mezzo della conoscenza del Sé. Il fuoco della conoscenza ha bruciato i frutti che portavano gli effetti del Karma (le azioni). Egli non ha alcuna idea dell'azione, poiché è assolutamente libero dall'egoismo, in quanto ha identificato se stesso con l'Essere Supremo.

Naiskarmya Siddhi: questo può anche significare il raggiungimento dello stato di Naiskarmya. In questo esaltato, magnanimo, ineffabile stato di divino splendore e gloria, uno rimane come l'immobile Sé. Questo è lo stato di liberazione immediata dei Vedantini. Questo stupendo, meraviglioso stato è raggiunto con la rinuncia o con la giusta conoscenza, o con la rinuncia a tutte le azioni, deriva dal raggiungimento della conoscenza del Sé.

Nel verso V. 13, il Signore dice: "Mentalmente rinunciando a tutte le azioni, e autocontrollato, colui che ha un corpo riposa felicemente nella città dalle nove porte, né agendo, né inducendo gli altri (corpo e sensi) ad agire".

Ora il Signore nel verso successivo continua ad istruire su come un uomo che, avendo raggiunto la perfezione eseguendo i suoi doveri come servizio al Signore, come descritto nel verso quarantasei, può raggiungere la perfetta libertà dall'azione. Egli ottiene la discriminazione, pratica una costante e intensa meditazione e riposa nella conoscenza dell'immutabile Sé. (Cfr. III. 4 e 19).

50. Impara da Me in breve, Oh Arjuna, come colui che ha conseguito la perfezione giunge a Brahman (l'Eterno), quel supremo stato di conoscenza.

Commento: Quando un uomo ha la buona fortuna di ascoltare parole di saggezza da un maestro, dualismo ed egoismo svaniscono e la sua mente resta in unione

con l'Essere Supremo. Per un tale uomo non esiste più a lungo la necessità di agire; nulla gli rimane da fare. Egli è diventato un Kritakritya (un uomo dal completamento totale o uno che ha fatto tutto quello che doveva esser fatto).

L'aspirante ottiene la Grazia del Signore adorandoLo attraverso i suoi doveri correttamente eseguiti. Il Signore pieno di misericordia gli concede acuto distacco, discriminazione e devozione per la conoscenza. Il Signore rimuove il suo velo dell'ignoranza.

Nei versi X. 10-11, il Signore dice: "A coloro che sono sempre stabili, e Mi adorano con amore, Io concedo lo Yoga della discriminazione per cui essi vengono a Me. Per pura compassione per essi, Io, dimorando entro il loro Sé, distruggo l'oscurità nata dall'ignoranza con la luminosa lampada della conoscenza".

La perfezione è Jnana-Nistha o devozione alla conoscenza, per cui uno raggiunge la realizzazione del Sé quando il velo dell'ignoranza è strappato via. La via per il raggiungimento di questa devozione alla conoscenza è qui descritto solo brevemente. Il processo o metodo della realizzazione del Sé è descritto solo in breve nei versi seguenti.

La tecnica attuale deve essere imparata direttamente da un Guru.

51. Dotato di un puro intelletto, controllando il sé con fermezza, abbandonando il suono ed altri oggetti e tralasciando ambedue odio ed attrazione,

Commento: Il sé inferiore dovrebbe essere controllato con fermezza dal più elevato Sé o dal puro intelletto. I sensi turbolenti e la mente dovrebbero essere dominati con l'aiuto del puro intelletto o della ragione. La pura ragione è un grande potere quando i turbolenti e incontrollati sensi alzano le loro teste e soffiano, essi dovrebbero essere colpiti con il potente bastone del puro intelletto o ragione. La ragione è la facoltà della determinazione.

Puro intelletto: l'intelletto che è libero da passione, ira, avidità, orgoglio, dubbio ed equivoco. Può essere paragonato ad un chiaro specchio. Un puro intelletto è il Signore stesso; può essere facilmente immerso nel Sé. Quando questo accade, l'intelligenza riflessa, il Jiva, è anch'esso assorbito nel Sé. Diventa identico al Sé, proprio come l'etere in un vaso diventa uno con l'etere universale quando il vaso è rotto.

Il sé: l'aggregato del corpo e dei sensi.

L'aspirante sempre e continuamente ritrae i sensi dai loro rispettivi oggetti attraverso la ripetuta pratica dell'attrazione e dell'autocontrollo. Gradualmente i sensi sono fissati nel Sé; le loro tendenze verso l'esterno sono totalmente dominate. L'aspirante ottiene il supremo controllo dei sensi attraverso la costante meditazione.

Con la pratica del distacco egli conquista l'infatuazione, e con la pratica del puro amore o dell'amore cosmico, conquista l'odio.

Egli abbandona tutti i lussi; mantiene per sé solo quegli oggetti che sono necessari per il semplice mantenimento del corpo. Egli non ha né attaccamento, né odio anche per quegli oggetti che sono necessari per questo scopo.

52. Dimorando in solitudine, mangiando solo un po', con la parola, il corpo e la mente sotto controllo, sempre impegnato in concentrazione e meditazione, prendendo rifugio nel distacco,

Commento: La perfetta solitudine ha il suo proprio fascino. Le vibrazioni spirituali della solitudine sono meravigliosamente elevanti; in solitudine la meditazione viene di per sé senza troppo sforzo. Tutti i santi e saggi che raggiunsero la realizzazione del Sé rimasero in solitudine per un certo numero di anni. Avrete un'ottima meditazione se vi sedete sulla sponda di un fiume, in una caverna, o sulla sponda del mare o in una giungla. Durante le vacanze di Natale o di Pasqua potrete tutti godere la pace della solitudine. È molto necessario per un uomo di famiglia vivere in solitudine almeno per un mese o per due settimane in un anno. Invece di sciupare tempo, energia e denaro a Calcutta o in qualsiasi altra città durante le vacanze, vivete in luoghi santi come Rishikesh o Uttarkashi. Bevete il nettare della pace in questi luoghi facendo intensa, sistematica pratica spirituale e raggiungendo l'immortalità. Se una sola volta gustate la beatitudine della solitudine, non la dimenticherete mai; ogni anno farete un tentativo per gustarla di nuovo.

Colui che prende troppo cibo è completamente inadatto alla meditazione o a seguire il sentiero spirituale. Troppo cibo produce pigrizia, uno stato di sonnolenza e anche sonno molto profondo. Mangiate per vivere; mangiate con moderazione. Voi avrete allora un corpo leggero e un'allegria luminosa e serena mente. Questo vi aiuterà molto nella vostra pratica di meditazione.

Osservate Mouna o il voto del silenzio per una settimana o per un mese. Osservate il voto per due ore giornalmente. Controllate il corpo. Praticate Ahimsa e Brahmacharya. Meditate sul Sé o sul Signore Hari, sul Signore Krishna, sul Signore Rama o sul Signore Shiva.

Siate regolari nella vostra meditazione e gradualmente aumentate il periodo da quindici minuti fino a tre o sei ore ad ogni seduta. Se siete un aspirante a tempo pieno, utilizzate l'intero periodo in meditazione. Se non siete capaci di fare questo, fate Kirtan e praticate giornalmente la scrittura del Mantra su un quaderno. Studiate libri religiosi durante l'intervallo. Solo aspiranti avanzati possono meditare per un lungo tempo.

Osservate la mente e coltivate il distacco. L'energia si disperderà attraverso i sensi se siete trascurati e non vigilanti; voi allora non potrete avere una buona meditazione. Il distacco è l'indifferenza al godimento dei sensi qui e nell'al di là; è l'assenza di desiderio per oggetti visibili o invisibili. Voi dovete avere uno stabile, durevole e sostenuto distacco; questo dovrebbe essere un costante atteggiamento mentale; dovete essere totalmente stabiliti nel distacco.

Facendo un'intensa pratica spirituale per un periodo di 40 giorni, vivete di latte e frutta o seguite una dieta leggera. Scegliete solo tre o quattro tipi di cibo alla volta; prendete un solo pasto durante il giorno. Dormite sul pavimento; osservate il celibato e il voto del silenzio. Non venite fuori dalla vostra stanza; se non potete osservare il perfetto silenzio parlate poco. Praticate sulle rive del Gange o di ogni altro sacro fiume. Cercate di fare uno o più Purascharana (cicli di ripetizione) del vostro Ishta Mantra (Mantra della Divinità prescelta). Se nel Mantra ci sono cinque sillabe, allora 500.000 ripetizioni del Mantra costituiranno un Purascharana.

53. Avendo abbandonato egoismo, forza, arroganza, desiderio, ira e bramosia, libero dalla nozione di "mio" e pieno di pace, egli è adatto per diventare Brahman.

Commento: *Egoismo:* identificazione del Sé con il corpo ecc. Questo è l'errore di scambiare il corpo per il puro, immortale Sé.

Balam: quella forza che è combinata con passione, desiderio e attaccamento; non la forza fisica o qualsiasi altra forza. La forza fisica è naturale; non è possibile abbandonarla.

Darpam: un tipo di veemenza rajasica che si vuole affermare, arroganza, insolenza. Questo segue lo stato di esaltazione. La persona diventa arrogante quando possiede molta ricchezza o molta cultura. Quando diventa arrogante, viola il Dharma e commette cattive azioni.

Dopo aver abbandonato l'egoismo e il desiderio, l'aspirante abbandona anche le cose che sono necessarie per il semplice mantenimento del corpo, diventa un asceta itinerante. Egli non ha attaccamento per il suo corpo; sa che anche il corpo non gli appartiene.

Santa: pacifico, tranquillo, sereno.

Un tale aspirante che ha devozione per la conoscenza del Sé e che è dotato di queste virtù è adatto a diventare il Sé.

54. Diventando Brahman, sereno nel Sé, egli né si affligge né desidera; lo stesso verso tutti gli esseri, egli consegue suprema devozione a Me.

Commento: *Brahmabhutah*: l'aspirante è fermamente stabilito nell'idea che egli è il Sé, sebbene non abbia ancora raggiunto la diretta realizzazione del Sé. Il raggiungimento della sua perfetta libertà o unicità con il Supremo è descritta nel prossimo verso.

Egli è una persona dalla mente tranquilla; è in uno stato di equilibrio e di equanimità. Non c'è nulla di connesso con la piccola personalità che può causargli delle afflizioni, o spingerlo a sentire un desiderio. Quando questo stato è raggiunto, la molteplicità degli oggetti gradualmente scompare ed egli percepisce solo unità e unicità dappertutto. La coscienza di sogno e di veglia che danno luogo alla falsa conoscenza, gradualmente scompaiono.

Non si preoccupa delle necessità del corpo. Se sbaglia in qualcuno dei suoi compiti egli nemmeno si affligge; mantiene sempre serenità di mente in successo e fallimento; né ha desiderio per alcun oggetto che non è stato ottenuto.

Na sochati na kankshati: può essere anche interpretato come "egli né si affligge, né esulta".

Samah sarvesu bhutesu: può anche significare "si mette nella posizione degli altri e sente per gli altri".

Se qualcuno è in uno stato di acuta afflizione o angoscia, l'aspirante sente che egli stesso ne è influenzato. Il suo cuore è molto tenero e sensibile; egli è molto compassionevole e misericordioso. Considera che il piacere e il dolore di tutti gli esseri sono i suoi propri. Se gli altri gioiscono, egli anche gioisce. Se gli altri sono nel dolore anche egli è addolorato. Il suo cuore si espande talmente che egli sente per tutti. Gelosia, durezza di cuore, meschinità di mente, l'idea di separazione, tutte le barriere che dividono l'uomo dall'uomo, pregiudizi di ogni sorta e antipatia per gli altri – tutto questo svanisce *in toto*. Egli prova amore cosmico; è un benefattore cosmico; è l'amico di tutti. Questo stato di espansione è oltre ogni descrizione. Uno deve provarlo da se stesso. Un tale devoto ottiene la suprema devozione al Signore. Questa devozione è il quarto o il più alto dei quattro tipi di devozione menzionato nel verso VII. 16, cioè la devozione della conoscenza dell'uomo di saggezza. (Cfr. II. 70).

55. Con la devozione egli conosce Me in verità, cosa e chi Io sono; allora avendoMi conosciuto realmente, egli subito entra nel Supremo.

Commento: Il Mio devoto, Oh Arjuna, che ha raggiunto l'unione con Me attraverso una sincera, risoluta devozione è veramente il Mio reale Sé. La devozione culmina nella conoscenza. La devozione inizia in due e termina in uno. Suprema devozione e conoscenza sono una cosa sola. La devozione è la madre, la conoscenza è il figlio. Con la devozione egli sa che sono l'onnipervadente, pura

Coscienza; egli sa che sono non duale, senza declino, senza causa, autoluminoso, indivisibile, non nato, immutabile; egli sa che sono privo di tutte le differenze prodotte dalle aggiunte limitanti; sa che sono il supporto, la sorgente, il ventre, la base e il substrato di ogni cosa; sa che sono il governatore di tutti gli esseri; sa che sono il Supremo Purusha, il controllore di Maya, che questo mondo è solo una semplice apparenza. Così conoscendoMi in essenza, egli entra presto dentro di Me dopo aver raggiunto la conoscenza del Sé.

L'atto del "conoscere" e l'atto dell'"entrare" non sono due atti distinti. Conoscere è diventare. Conoscere è il raggiungimento del Sé. Conoscere il Sé è diventare il Sé. Entrare è conoscenza o diventare Brahman. Entrare è il raggiungimento della conoscenza del Sé. Tutti questi sono soltanto giochi di parole. Conoscere ed entrare, ambedue portano allo stesso significato. È molto difficile comprendere o capire materie spirituali trascendentali. I maestri usano vari termini o espressioni, analogie, similitudini, parabole, storie ecc. per far sì che l'aspirante afferri la materia con chiarezza e lucidità. Le parole sono imperfette e il linguaggio è insufficiente. Essi non possono esprimere adeguatamente le esperienze spirituali interiori. Il precettore una volta o l'altra esprime allo studente queste idee spirituali. Lo studente stesso deve realizzare il Sé che è al di là di parole, espressioni, analogie o similitudini. Come ci può essere una similitudine per il non duale Brahman? Queste parole sono aiuti od opportunità per l'aspirante su cui contare all'inizio, per riuscire ad afferrare il significato della materia spirituale. Quando realizza il Sé, queste parole non hanno più alcun valore per lui; egli stesso diventa una personificazione della conoscenza.

56. Facendo sempre tutte le azioni, prendendo rifugio in Me, per Mia Grazia egli ottiene l'eterna, indistruttibile dimora.

Commento: AdorandoMi con i fiori delle buone azioni egli, attraverso la Mia Grazia, raggiunge l'immortale luogo di Brahma di ineffabile splendore. Raggiunge l'unione con Me e gode suprema beatitudine. Se per caso commette una qualche azione proibita, tuttavia, come le acque degli scoli e delle strade si congiungono con il puro e sacro Gange, così anche il Mio devoto, diventando unito a Me per sempre, non è macchiato da queste azioni proibite.

L'adorazione del Signore attraverso i propri doveri purifica il cuore e prepara l'individuo per la devozione alla conoscenza, che alla fine conduce alla realizzazione del Sé. Qui viene elogiato lo Yoga della devozione.

Tutte le azioni: le buone e anche le azioni proibite. Colui che prende rifugio in Me, Vasudeva, il Signore, con il suo intero sé centrato in Me, raggiunge, attraverso la Mia Grazia, l'eterna dimora di Vishnu.

57. Mentalmente dedicando tutte le azioni a Me, avendo Me come la meta più alta, ricorrendo allo Yoga della discriminazione, fissa sempre la tua mente su di Me.

Commento: Abbandona, Oh Arjuna, tutte le tue azioni a Me, mentre allo stesso tempo fissa la tua mente sulla discriminazione. Poi attraverso quella discriminazione vedrai il tuo Sé come separato dal corpo e dalle sue attività, ed esistente nel Mio puro Essere.

Chetasa: mentalmente; con la fede discriminativa che la conoscenza alla fine porta alla liberazione quando il cuore è purificato attraverso azioni altruistiche fatte nello spirito di offrirle a Dio.

Sarvakarmani: azioni che producono risultati visibili e invisibili.

Me: il Signore. Come insegnato nel verso IX. 27: “Qualsiasi cosa fai, qualsiasi cosa mangi, qualsiasi cosa offri in sacrificio, qualsiasi cosa dai, qualsiasi cosa pratici come austerità, Oh Arjuna, falla come un’offerta a Me”.

Matparah: considerando Me, Vasudeva, come la meta suprema, e con il tuo intero sé centrato in Me.

Ricorrendo allo Yoga della discriminazione: prendendo Me come il tuo unico rifugio, essendo con la mente stabile.

58. Fissando la tua mente su di Me, tu supererai con la Mia Grazia tutti gli ostacoli; ma se per egoismo tu non Mi ascolterai, tu perirai.

Commento: Quando la tua mente, Oh Arjuna, è fissata su di Me tramite una schietta devozione, tu con la Mia Grazia supererai tutte le difficoltà e gli ostacoli. Ma se tu prendi a cuore il Mio insegnamento e poi a causa dell’orgoglio lo disprezzi, tu andrai in rovina.

Ostacoli: difficoltà, trappole, inganni, tentazioni sul sentiero della spiritualità e varie altre difficoltà dell’esistenza mondana, come ad esempio malattie ecc.

Egoismo: l’idea che tu sei un uomo colto. Non dovresti pensare: “Io sono indipendente; conosco ogni cosa; sono un uomo saggio. Perché dovrei ascoltare i suggerimenti di un altro?”.

59. Se, pieno di egoismo, tu pensi: “Io non combatterò”, vana è questa tua risoluzione; la Natura ti costringerà (a combattere).

Commento: Questa determinazione della tua mente verrà resa totalmente inutile dalla tua innata natura interiore; la tua natura ti costringerà; la tua natura di guerriero ti obbligherà a combattere. È una pura illusione della mente affermare che tu

sei Arjuna, che quelli riuniti per combattere contro di te sono tuoi parenti e che uccidere loro sarebbe in verità un grande peccato. (Cfr. XVIII. 27 e 33).

60. Oh Arjuna, legato dal tuo Karma (azione) nato dalla tua propria natura, quello che per l'illusione tu non vorresti fare, anche quello, contro la tua volontà, tu farai.

Commento: Tu sei dotato, Oh Arjuna, di qualità marziali, coraggio, valore e abilità; Tu sei quindi legato da queste tue innate qualità. Tu sarai forzato a combattere a causa della tua natura; essa ti costringerà a combattere in questa battaglia, anche contro la tua volontà.

61. Il Signore dimora nei cuori di tutti gli esseri, Oh Arjuna, facendo sì che tutti gli esseri ruotino, con il Suo potere illusorio, come se montati su una macchina.

Commento: *Ishvara*: il Signore; il Governatore dell'universo; Narayana.

Il Signore dimora nei cuori di tutti gli esseri; è Lui che vi ha concesso il dono di questa meravigliosa macchina che è il corpo umano. È per il Suo potere che tutti i corpi vivono e si muovono. Il Signore è il vero agente interiore.

Maya: il potere illusorio. Esso causa che tutti gli esseri ruotino come bambole di legno montate su una macchina. (Cfr. X. 20; XIII. 18).

62. Vola da Lui per rifugio con tutto il tuo essere, Oh Arjuna. Per Sua Grazia tu otterrai pace suprema ed eterna dimora.

Commento: Fa un completo e perfetto abbandono al Signore. Non mantenere alcun segreto desiderio per una silente gratificazione. Desiderio ed egoismo sono i due ostacoli principali che si trovano sulla via dell'autoabbandono; distruggili completamente.

Corri dal Signore per rifugio con tutto il tuo essere e così libera te stesso da problemi, afflizioni e angosce di questa mondana esistenza. Prendi l'onnimisericoordioso Signore come tua unica guida e rifugio. Allora, per Sua Grazia, otterrai pace suprema e raggiungerai l'eccelsa eterna dimora.

63. Così è stata questa saggezza, più segreta del segreto stesso, da Me dichiarata a te; avendo riflettuto pienamente su di essa, agisci poi come tu desideri.

Commento: Così, la saggezza più profonda di tutti i segreti è stata dichiarata a te da Me.

Questo insegnamento è conosciuto come la *Gita*, l'essenza di tutti i *Veda*. Se ognuno lo segue e vive nello spirito di questo insegnamento, certamente raggiungerà la più alta conoscenza, immortalità e suprema pace. Non c'è alcun dubbio su questo. Io ho rivelato questo segreto tesoro a te poiché tu sei caro a Me, Oh Arjuna.

Essa: la saggezza, l'insegnamento dichiarato sopra. Rifletti completamente su tutto quello che è stato insegnato a te.

64. Ascolta tu di nuovo la Mia suprema parola, più segreta di tutte; poiché tu sei molto caro a Me, Io ti dirò quello che è bene per te.

Commento: Ora ascolta una volta di più, con rapita attenzione, le Mie parole. Tu sei molto caro a Me; tu sei un sincero aspirante; quindi, Io dirò a te questa verità molto misteriosa. Ascolta da Me questo mistero di tutti i misteri; te lo dirò ripetutamente così da produrre una profonda impressione nella tua mente, sebbene sia stata già dichiarata più di una volta. Io non spero di ottenere alcuna ricompensa da te. Tu sei il mio più caro amico; quindi, Io ti dirò quello che è bene per te: i mezzi per raggiungere il Sé. Questo è per te il bene supremo.

65. Fissa la tua mente su di Me, sii devoto a Me, sacrifica a Me, inchinati a Me. Tu verrai a Me; in verità Io prometto a te, (perché) tu sei caro a Me.

Commento: Sviluppa una mente concentrata; fissa il tuo pensiero su di Me. Se la mente vagabonda, portala di nuovo e continuamente al centro o al punto o all'oggetto della meditazione attraverso una pratica costante. Offri tutte le tue azioni a Me. Fa che la tua lingua ripeta il Mio Nome, che le tue mani lavorino per Me, che i tuoi piedi si muovano per Me, che tutte le tue azioni siano per Me. Abbandona l'odio verso qualsiasi creatura vivente. Inchinati a Me. Allora tu Mi raggiungerai.

Il Signore fa ad Arjuna la sua definitiva promessa e solenne dichiarazione: "Avendo ricevuto la Mia Grazia, tu otterrai la completa conoscenza di Me e questo in verità ti condurrà al totale assorbimento nel Mio Essere".

"Oh Arjuna, guardando a Me soltanto come tuo scopo e unico rifugio, tu sicuramente verrai a Me".

Avete fede nelle parole del Signore e fate una solenne promessa. Prendete il Signore come vostro unico rifugio. Voi raggiungerete l'emancipazione finale.

Il segreto della devozione è fare del Signore il vostro unico rifugio.

Nel verso seguente il Signore parla del dono dell'autoabbandono. (Cfr. IX. 34; XII. 8).

66. *Abbandonando tutti i doveri, prendi rifugio in Me soltanto; Io ti libererò da tutti i peccati, non preoccuparti.*

Commento: Questa è la risposta data dal Signore alla domanda posta da Arjuna nel verso II. 7: “Il mio cuore è sopraffatto dalla pietà; la mia mente è confusa su cosa fare. Io domando a Te. Dimmi conclusivamente cosa è bene per me. Io sono tuo discepolo. Istruisci me che ho preso rifugio in Te”.

Tutti i peccati: tutte le azioni, corrette od errate; s’intende insegnare qui un’assoluta libertà da tutte le azioni.

Prendi rifugio in Me soltanto: questo implica la conoscenza dell’unità senza nessun pensiero di uguaglianza; sappi che qui non c’è null’altro eccetto Me, l’eterno, immortale Sé di tutti, che dimora ugualmente in tutti. Se tu sei completamente stabilito in questa fede, Io ti libererò da tutti i peccati, da tutti i legami di Dharma e Adharma, manifestando Me stesso come il tuo proprio Sé.

Osservare le forme è il Dharma dell’occhio. Il supporto o substrato di tutte le forme è il Sé. Quando voi guardate un oggetto, osservate il Sé, l’unica essenza in esso. Abbandonate la forma, poiché essa è illusoria e irreal.

Abbiate lo stesso atteggiamento verso gli oggetti che appartengono agli altri sensi.

Abbandonate il Jiva-Dharma: la nozione di “io sono l’agente delle azioni; io godo; io sono un Brahmana; io sono un Brahmachari; io sono dotato di conoscenza e potere”. Stabilitevi nella comprensione o conoscenza che voi siete il Sé. Questo è quello che significa prendere rifugio nel Signore Krishna, in accordo al Vedanta.

C’è un altro punto di vista. Lavorate incessantemente per il Signore, ma abbandonate i frutti di tutte queste azioni a Lui. Prendete il Signore come il vostro unico rifugio; vivete per Lui; lavorate per Lui; serviteLo in tutte le forme; pensate a Lui soltanto; meditate solo su di Lui; osservateLo dappertutto. AdorateLo nel vostro cuore. Consacrate la vostra vita, tutte le azioni, i sentimenti e i pensieri al Signore. Voi riposerete in Lui; raggiungerete l’unione con Lui. Otterrete suprema, immortale pace ed eterna beatitudine.

Sri Shankara rifiuta fortemente l’idea che la conoscenza in congiunzione con il Karma (azione) produce o conduce alla liberazione. Egli afferma che Karma e conoscenza non possono andare insieme nello stesso uomo; il Karma aiuta l’uomo ad avere la purificazione del cuore e soltanto la giusta conoscenza del Sé gli dà l’assoluta libertà da questa esistenza mondana. Egli dice che conoscenza e lavoro sono come luce e oscurità, che l’azione è possibile solo in questo universo di fenomeni illusori che è una proiezione dell’ignoranza; e che la conoscenza disperde questa ignoranza. (Cfr. III. 30; IX. 22).

67. Questo non deve esser mai detto da te ad uno che è privo di austerità, ad uno che non è devoto né ad uno che non rende servizio, né a uno che non desidera ascoltare, né ad uno che parla male di Me.

Commento: *Questo:* la scrittura che è stata insegnata a te.

Servizio: servizio al Guru.

La scrittura può essere insegnata a chi non parla male del Signore, che è un uomo di austerità, che è devoto, che è desideroso di ascoltare, che rende servizio al suo Guru.

Uno che parla male di Me: colui che considera Me come un uomo ordinario; a cui non piace ascoltare che Io sono il Signore.

68. Colui che con grande devozione a Me insegnerà questo supremo segreto ai Miei devoti, senza dubbio verrà a Me.

Commento: *Questo supremo segreto:* l'insegnamento della *Gita*, come riportato precedentemente sotto forma di dialogo tra il Signore Krishna e Arjuna. Perché è chiamato un supremo segreto? Lo è perché aiuta l'individuo a raggiungere la libertà dai cicli di nascita e morte.

Soltanto colui che ha devozione è una persona qualificata a ricevere gli insegnamenti della *Gita*.

Insegnare: con la fede che egli sta così facendo un servizio al Signore, il Supremo Maestro.

Senza dubbio: può anche significare: "libertà dai dubbi".

69. Non c'è nessuno tra gli uomini che fa un servizio a Me più caro, né ci sarà un altro sulla terra più caro a Me di costui.

Commento: Colui che trasmette questa *Gita* ai Miei devoti fa un immenso servizio a Me. Egli è estremamente caro a Me. Nella generazione presente non ci sarà nessuno al mondo più caro a Me, né ci sarà anche in quella futura.

70. E colui che studierà questo nostro sacro dialogo, da lui Io sarò stato adorato con il sacrificio della saggezza; tale è la Mia convinzione.

Commento: Ci sono quattro tipi di sacrifici. Essi sono: Vidi, Japa, Upamsu e Manasa.

Vidi è un rituale. Japa è la recitazione di un sacro Mantra. Upamsu è Japa fatto sussurrando. Dei quattro tipi, Jnana-Yajna, cioè il sacrificio della saggezza, fa parte

di Manasa, e quindi è il più elevato. La *Gita* viene elogiata come un Jnana-Yajni (sacrificio di saggezza). Colui che studia questa scrittura con fede e devozione ottiene il frutto che è uguale a quello di eseguire uno Jnana-Yajna o meditazione su una Divinità.

71. Anche l'uomo che ascolta questo, pieno di fede e libero da malizia, pure egli, liberato, raggiungerà i felici mondi di quelli dalle giuste azioni.

Commento: *Liberato:* liberato dal peccato.

Punyakarmanam: coloro che hanno eseguito Agni Hotra e tali altri sacrifici.

Egli, anche: e molto di più colui che comprende gli insegnamenti della *Gita*, che vive nel suo spirito e che pratica le sue validissime e inestimabili istruzioni spirituali.

72. Hai ascoltato tutto ciò, Oh Arjuna, con una mente concentrata? È stata distrutta l'illusione della tua ignoranza, Oh Dhananjaya?

Commento: È compito dell'insegnante spirituale o precettore far sì che l'aspirante comprenda l'insegnamento delle scritture, per renderlo capace di raggiungere l'obiettivo della vita – Moksha (liberazione). Se lo studente non ha afferrato correttamente il soggetto, l'insegnante lo deve spiegare a lui in qualche altro modo con adatte similitudini, analogie e illustrazioni. Per questa ragione il Signore Krishna chiede ad Arjuna se l'illusione della sua ignoranza è stata distrutta.

Hai tu ascoltato questo, Oh Arjuna, con una mente concentrata? Hai afferrato il Mio insegnamento?

Illusione dell'ignoranza: l'assenza di discriminazione, che è causata dall'ignoranza e che è naturale. La rimozione dell'illusione è lo scopo di tutto questo sforzo da parte tua di ascoltare le scritture, e lo sforzo da parte Mia come insegnante.

Arjuna disse:

73. Distrutta è la mia illusione, perché io ho ritrovato la mia memoria (conoscenza) attraverso la Tua Grazia, Oh Krishna. I miei dubbi si sono dileguati, io sono stabile. Agirò in accordo alla Tua parola.

Commento: *Moha:* illusione. Questa è l'arma più forte di Maya per mantenere l'anima nelle sue catene. È la causa di tutto il male del Samsara. È molto difficile da superare, come l'oceano stesso.

Smritih: ho raggiunto la conoscenza della vera natura del Sé.

Tutto lo scopo della Sadhana e dello studio delle scritture è l'annullamento dell'illusione e il raggiungimento della conoscenza del Sé. Quando uno ha raggiunto questo, i tre nodi dell'ignoranza, cioè: desiderio, ignoranza e azione, sono distrutti. Tutti i dubbi sono chiariti e tutti i Karma distrutti.

La *Isavasya Upanishad* dice: "Per colui che osserva il Sé in tutti gli esseri, quale illusione ci può essere, e quale angoscia?"

Agirò in accordo alla Tua parola: Arjuna intende dire: "Io sono fermo al Tuo comando. Attraverso la Tua Grazia ho raggiunto lo scopo della vita. Non ho più nulla da fare".

Sanjaya disse:

74. Così ho udito questo meraviglioso dialogo tra Krishna e la grande anima Arjuna, che fa rabbrivire.

Commento: *Meraviglioso:* in quanto tratta della pratica dello Yoga e delle materie spirituali e trascendentali che appartengono al misterioso, immortale Sé.

Qualsiasi sublime e pura emozione si manifesta nei cuori degli aspiranti spirituali, i capelli si drizzano tutti e si rabbrivisce; essi spesso sperimentano questa sensazione di "pelle d'oca".

75. Attraverso la Grazia di Vyasa ho udito questo supremo e segretissimo Yoga direttamente da Krishna, il Signore dello Yoga, dichiarato da Lui stesso.

Commento: *Attraverso la Grazia di Vyasa:* ottenendo l'occhio divino da Vyasa.

Yoga: questo dialogo tra il Signore Krishna e Arjuna. Sanjaya lo ha ascoltato direttamente dal Signore. Questo dialogo è chiamato Yoga perché tratta dello Yoga e porta al raggiungimento dell'unione con il Signore Supremo.

76. Oh Re, ricordando questo meraviglioso e sacro dialogo tra Krishna e Arjuna, io gioisco continuamente!

Commento: *Re:* il re Dhritarashtra a cui la *Gita* era narrata da Sanjaya.

Punyam: sacro, perché il semplice ascolto del sacro dialogo distrugge una moltitudine di peccati, rende l'ascoltatore puro, pio e timoroso di Dio, egli indirizza la sua mente verso il Signore.

77. E ricordando continuamente anche la meravigliosa forma di Hari, grande è il mio stupore o Re! E io gioisco di nuovo e continuamente!

Commento: *Forma:* la Forma Cosmica dell'onnipervadente Supremo Signore. (Cfr. XI).

78. *Dovunque c'è Krishna, il Signore dello Yoga, e ovunque c'è Arjuna, l'arciere, là c'è prosperità, vittoria, felicità e il buon governo; questa è la mia convinzione.*

Commento: Questo verso è chiamato la “*Ekasloki Gita*” (cioè la *Bhagavad Gita* in un solo verso). Anche la ripetizione di questo singolo verso concede i benefici della lettura dell'intera scrittura: [questo che segue è il verso traslitterato. *N.d.T.*].

*78. Yatra yogeshwarah krishno yatra paartho dhanurdharah;
Tatra shreervijayo bhootirdhruvaa neetirmatirmama.*

Yogeshwarah: il Signore dello Yoga. Sri Krishna è chiamato “il Signore dello Yoga” perché il seme di tutti i differenti Yoga deriva da Lui.

Dhanurdharah: colui che porta l'arco chiamato “Gandiva” (Arjuna).

Là: dalla parte dei Pandava.

HARI OM TAT SAT

Così nell'*Upanishad* della gloriosa *Bhagavad Gita*, la scienza dell'Eterno, la scrittura dello Yoga, il dialogo tra Sri Krishna e Arjuna, termina il diciottesimo discorso intitolato “Lo Yoga della Liberazione tramite la Rinuncia”.

OM SHANTI! SHANTI! SHANTI!

APPENDICI

APPENDICE 1

I COMANDAMENTI DEL SIGNORE NELLA GITA

1. Non cedere all'impotenza, Oh Parta (Arjuna)! Non si confà a te. Allontana questa vile debolezza d'animo! Sorgi, Oh Parantapa (terrore dei nemici)! (II. 3).

2. Il contatto dei sensi con gli oggetti, Oh figlio di Kunti, che causano caldo e freddo, piacere e dolore, hanno un inizio ed una fine; sono impermanenti; sopportali con coraggio, Oh Barata. (II. 14).

3. Questi corpi, ripieni del Sé, che è eterno, indistruttibile ed illimitato, si afferma che hanno una fine. Quindi combatti, Oh Arjuna! (II. 18).

4. Ucciso, tu otterrai il cielo; vittorioso tu godrai la terra; quindi, rialzati, Oh figlio di Kunti, risoluto a combattere. (II. 37).

5. Avendo fatto di piacere e dolore, guadagno e perdita, vittoria e sconfitta lo stesso, impegnati in battaglia per amore della battaglia; così non ti esporrai a nessun peccato. (II. 38).

6. Il tuo diritto è di lavorare soltanto; ma mai per i suoi frutti; fa che i frutti dell'azione non siano il tuo motivo, né che il tuo attaccamento sia per l'inazione. (II. 47).

7. Esegui le azioni, Oh Dhananjaya, essendo stabile nello Yoga, abbandonando l'attaccamento ed equilibrato in successo e fallimento. La serenità di mente è chiamata Yoga. (II. 48).

8. Dotato di saggezza (serenità di mente), uno abbandona in questa vita sia le buone che le cattive azioni; quindi dedicati allo Yoga; lo Yoga è abilità nell'azione. (II. 50).

9. Quindi, senza attaccamento esegui sempre le azioni che dovrebbero essere fatte; perché, eseguendo le azioni senza attaccamento, l'uomo raggiunge il Supremo. (III. 19).

10. Dedicando tutte le azioni a Me, con la mente centrata sul Sé, libero da speranza ed egoismo, libero dalla febbre (mentale), combatti. (III. 30).

11. Quindi, Oh migliore dei Barata, controllando dapprima i sensi, uccidi questo peccaminoso (desiderio), il distruttore di conoscenza e realizzazione. (III. 41).

12. Così, conoscendo colui che è superiore all'intelletto e controllando il sé con il Sé, sconfiggi tu, Oh potente guerriero, il nemico sotto forma di desiderio, difficile da conquistare. (III. 43).

13. Quindi, con la spada della conoscenza, taglia il dubbio del sé nato dall'ignoranza, che risiede nel tuo cuore, e prendi rifugio nello Yoga. Risollevalti, Oh Barata! (IV. 42).

14. Per qualsiasi causa l'irrequieta ed instabile mente corre via, da lì egli la trattenga e la porti sotto il controllo del Sé soltanto. (VI. 26).

15. Lo Yogi è considerato superiore agli asceti, ed anche superiore agli uomini di conoscenza (ottenuta tramite lo studio delle scritture); egli è anche superiore agli uomini di azione; quindi, sii tu uno Yogi, Oh Arjuna. (VI. 46).

16. Quindi, in ogni momento ricorda Me soltanto e combatti. Con la mente e l'intelletto fissi (o assorbiti) in Me, tu senza dubbio verrai solo a Me. (VIII. 7).

17. Conoscendo questi sentieri, Oh Partha, nessuno Yogi è deluso; quindi in ogni momento sii stabile nello Yoga, Oh Arjuna. (VIII. 27).

18. Chiunque Mi offre con devozione una foglia, un fiore, un frutto, acqua, quello Io accetto offerto da una pura mente, con devozione. (IX. 26).

19. Quanto più facilmente poi i santi Brahmana ed i devoti re santi (raggiungono la mèta)! Avendo raggiunto questo mondo impermanente ed infelice, tu adora Me! (IX. 33).

20. Fissa la tua mente su di Me; sii devoto a Me; sacrifica a Me; inchinati a Me; avendo così unito tutto il tuo sé a Me; prendendo Me come il Supremo Obiettivo, tu verrai a Me. (IX. 34).

21. Ma tu non sei capace di osservare Me con questi tuoi occhi soltanto; Io ti do l'occhio divino; contempla il mio Yoga regale! (XI. 8).

22. Quindi, alzati e conquista la gloria. Sconfiggi i nemici e godi un regno senza rivali. In verità essi sono stati già sconfitti da Me; sii tu un semplice strumento, Oh Arjuna! (XI. 33).

23. Drona, Bhishma, Jayadratha, Karna ed altri coraggiosi guerrieri che sono stati già sconfitti da Me, uccidili; non essere angosciato dalla paura; combatti e conquisterai i tuoi nemici in battaglia. (XI. 34).

24. Fissa la tua mente su Me soltanto; il tuo intelletto su di Me; (allora) d'ora in poi, tu senza dubbio vivrai in Me soltanto. (XII. 8).

25. Quindi fa che le scritture siano la tua autorità, nel determinare quello da fare e quello da non fare. Conoscendo quello che è detto nei precetti delle scritture, così (in questo mondo) dovresti agire. (XVI. 24).

26. Mentalmente dedicando tutte le azioni a Me, avendo Me come la mèta più alta, ricorrendo allo Yoga della discriminazione, fissa sempre la tua mente su di Me. (XVIII. 57).

27. Vola da Lui per rifugio con tutto il tuo essere, Oh Barata; per la Sua Grazia tu otterrai pace suprema ed eterna dimora. (XVIII. 62).

28. Fissa la tua mente su di Me, sii devoto a Me, sacrifica a Me, inchinati a Me. Tu verrai a Me; in verità Lo prometto a te, perché tu sei caro a Me. (XVIII. 65).

29. Abbandonando tutti i tuoi doveri, prendi rifugio in Me soltanto; Io ti libererò da tutti i peccati, non preoccuparti. (XVIII. 66).

APPENDICE 2

UN AIUTO PER RICORDARE

Il Signore Krishna introduce le seguenti similitudini nel Suo discorso:

1. Proprio come un uomo che depone i vecchi vestiti e ne indossa dei nuovi, così anche il Sé incarnato dismette i vecchi corpi ed entra in altri che sono nuovi. (II. 22).
2. Per il Brahmana che ha conosciuto il Sé, tutti i Veda hanno la stessa utilità di quella di un serbatoio d'acqua in un luogo dove c'è un'inondazione. (II. 46).
3. Quando come la tartaruga che ritrae i suoi arti da tutte le direzioni, egli ritrae i suoi sensi da tutti gli oggetti sensuali, allora la sua saggezza diventa stabile. (II. 58).
4. Raggiunge la pace colui nel quale tutti i desideri entrano come le acque entrano nell'oceano e che, riempito da tutti i lati, rimane immobile; ma non l'uomo che è pieno di desideri. (II. 70).
5. Come l'uomo ignorante agisce per attaccamento all'azione, Oh Bharata, così il saggio dovrebbe agire senza attaccamento, desiderando il benessere del mondo. (III. 25).
6. Come il fuoco è avvolto dal fumo, come lo specchio dalla polvere e come un embrione dalla membrana, così questo (la conoscenza) è avvolto da quello (desiderio). (III. 38).

7. Sapendo questo gli antichi ricercatori della libertà ugualmente eseguivano azioni; quindi tu pure compi azioni come fecero gli antichi in tempi andati. (IV. 15).

8. Come il fuoco fiammeggiante riduce il combustibile in cenere, Oh Arjuna, così il fuoco della conoscenza riduce tutte le azioni in cenere. (IV. 37).

9. Colui che esegue le azioni offrendole a Brahman, abbandonando l'attaccamento, non è macchiato dal peccato, come la foglia di loto dall'acqua. (V. 10).

10. Come una lampada posta in un luogo senza vento non oscilla, a questa si può paragonare lo Yogi dalla mente controllata, praticante lo Yoga nel Sé (o assorbito nello Yoga del Sé). (VI. 19).

11. La mente è veramente irrequieta, turbolenta, forte ed ostinata, Oh Krishna; la stimo difficile da controllare, come controllare il vento. (VI. 34).

12. Decaduto da entrambi, non perisce, egli, senza sostegno come una nuvola lacerata, Oh Potente Krishna, ingannato sul sentiero di Brahman? (VI. 38).

13. Non c'è alcuna cosa più alta di Me, Oh Arjuna. Tutte le cose sono legate a Me come gruppi di gemme su un filo. (VII. 7).

14. Come il potente vento, muovendosi ovunque dimora sempre nell'Akasa (etere), anche così, sappi che tutti gli esseri dimorano in Me. (IX. 6).

15. Se lo splendore di mille soli divampasse all'improvviso (simultaneamente) nel cielo quello sarebbe lo splendore di quell'essere potente. (XI. 12).

16. In verità, così come molte acque di fiumi fluiscono verso l'oceano, così questi eroi del mondo degli uomini entrano nelle Tue bocche fiammeggianti. (XI. 28).

17. Come le falene si precipitano in un fuoco fiammeggiante per (la propria) distruzione, così anche queste creature si precipitano nelle Tue bocche per (la propria) distruzione. (XI. 29).

18. Questo corpo, Oh Kaunteya (Arjuna) è chiamato il Campo; colui che lo conosce è chiamato il conoscitore del Campo (Ksetrajna) da quelli che lo conoscono, cioè dai Saggi. (XIII. 1).

19. Come l'onnipervadente etere non è contaminato a causa della sua sottigliezza, così il Sé, dimorante ovunque nei corpi, non è contaminato. (XIII. 32).

20. Proprio come l'unico sole illumina l'intero mondo, così anche il Signore del Campo illumina l'intero Campo, Oh Barata. (XIII. 33).

21. Essi (i Saggi) parlano dell'indistruttibile Asvattha che ha le sue radici in alto ed i rami in basso, le cui foglie sono i metri o gli inni; chi conosce questo è un conoscitore dei *Veda*. (XV. 1).

22. In alto e in basso si estendono i suoi rami nutriti dai Guna; gli oggetti dei sensi sono i suoi germogli; ed in basso nel mondo degli uomini si prolungano le radici che originano l'azione. (XV. 2).

23. Quando il Signore prende un corpo e quando lo lascia, Egli prende questi e va con essi come il vento prende i profumi dalle loro sedi, i fiori. (XV. 8).

24. Uno non dovrebbe abbandonare, Oh Kaunteya, il dovere per cui è nato, sebbene imperfetto; perché, tutte le opere sono avviluppate dal male, come il fuoco dal fumo. (XVIII. 48).

25. Il signore dimora nel cuore di tutti gli esseri, Oh Arjuna, facendo sì che tutti gli esseri ruotino, come il Suo potere illusorio, come se montati su una macchina. (XVIII. 61).

Nota: i punti 11, 12, 16 e 17 sono le parole di Arjuna al Signore Krishna.

APPENDICE 3

LE PROMESSE DEL SIGNORE

La *Bhagavad Gita* porta all'umanità un messaggio di felicità, pace, libertà, pienezza e prosperità. La *Gita* è l'unico libro che porta aiuto al Sadhaka (aspirante spirituale) in ogni momento e offre protezione da ogni paura. Nella *Gita* il Signore fa le seguenti promesse:

II. 40. In esso (Yoga) nessuno sforzo è perduto, né c'è alcun danno (la produzione di trasgressioni o di risultati contrari). Anche un po' di questa conoscenza (anche una piccola pratica di questo Yoga) protegge da grandi timori.

IV. 36. Anche se tu sei il più malvagio di tutti i peccatori, anche tu in verità supererai tutti i peccati con la zattera della conoscenza.

VI. 40. Oh Partha! Né in questo, né in quell'altro mondo c'è distruzione per lui; in verità nessuno che fa del bene, o figlio Mio va incontro al male.

IX. 22. A quegli uomini che adorano Me soltanto, pensando a null'altro, a coloro che sono sempre uniti, Io assicuro quello che non è già posseduto e preservò quello che già posseggono.

IX. 31. Presto egli diventa virtuoso e raggiunge la pace eterna; Oh Kaunteya, sappi per certo che un Mio devoto non è mai perduto.

XII. 7. Per coloro le cui menti sono fissate su di Me, Oh Partha, in verità diventerò tra breve il salvatore dall'oceano di questo mortale Samsara.

XVIII. 65. Fissa la tua mente su di Me, sii devoto a Me, sacrifica a Me, inchinati a Me. Tu verrai a Me; in verità lo prometto a Te (perché) tu sei caro a Me.

XVIII. 66. Abbandonando tutti i compiti, prendi rifugio in Me soltanto; Io ti libererò da tutti i peccati; non preoccuparti.

OM TAT SAT

INDICE DEGLI ARGOMENTI

- ARJUNA:** esprime angoscia: I. 28-36; II. 4-8; esortato a stare in piedi con coraggio: II. 2-3; prega il Signore: XI. 15-31, 36-46.
- ATMA:** natura dell': II. 11-30; il suo proprio amico e nemico: VI. 5-6.
- BRAHMAN:** (l'oggetto della Conoscenza), descrizione di: XIII. 12-17.
- CONOSCENZA:** nessun compito per l'uomo di: III. 17-18; la gloria della: III. 42-43; IV. 9-10, 19, 33, 35-39; V. 17, 29; X. 3, 7; XIII. 28-29, 34; XIV. 1-2; XV. 19; come acquisire: IV. 34, 39; V. 16; VII. 29; X. 10-11; quando è possibile acquisire: IV. 38; XIII. 30; definizione di: XIII. 2, 7-11, 27; XV. 1.
- CREATORE:** la regione del, è deperibile: VIII. 5-6, 10, 12-13.
- DELUSIONE:** (ignoranza, illusione), causa della: V. 15; VII. 13; come superarla: VII. 14; potere della: VII. 25, 27; XV. 10-11; XVIII. 16.
- DEMONIACA:** natura descritta: VII. 15; IX. 11-12, 24; XVI. 4-5, 7-20; XVII. 5-6.
- DEVOTI:** divisione dei: VII. 16-18; adatti a diventare: VII. 28; caratteristiche dei: XII. 13-20.
- DEVOZIONE:** il metodo della: IV. 11; VI. 47; IX. 22, 26-30, 34; XVIII. 55, 65-66; utilità di forme diverse di: IX. 23; potere della: IX. 30-32; all'Essere senza forma: XII. 3-5.
- DIMORA:** la Suprema, descrizione: VIII. 21; XV. 6.
- DISTACCO:** condizioni del: II. 52.
- DIVINO:** la natura descritta: IX. 13-15; X. 8-9; XVI. 1-3, 5.
- DUBBIO:** causa di miseria e caduta: IV. 40; IX. 3; da eliminare tramite la conoscenza: IV. 42.
- EVOLUZIONE:** e involuzione, il processo di: VIII. 18-19; IX. 7-8, 10; XIV. 3-4.
- GODIMENTO:** sorgente di dolore: V. 22.
- GUNATITA:** (chi si è liberato dai legami dei Guna), caratteristiche: XIV. 22-25.
- IGNORANTE:** l', da non disturbare: III. 26, 29; destino dell': VII. 20-24; XVI. 23.
- INFEDELTA':** condannata: XVII. 28.
- INFERNO:** tre porte per: XVI. 21.
- JIVA:** natura e funzioni del: XV. 7-9.
- KARMA:** analisi del: III. 27-29; inscrutabile natura del: IV. 16-18; cinque cause del: XVIII. 14; impulso e basi del: XVIII. 18.
- KARMA YOGA:** principi del: II. 38, 47-48; III. 30; V. 8-9; VI. 2; XVI. 24; XVIII. 6, 11, 17, 49, 56-57; gloria e necessità del: II, 40; III. 4-9, 16, 19-25; IV. 15, 18; V. 2, 6, 11-13;

- VI. 1; XVII. 58-60; vantaggio del: II. 51; IV. 32; come sacrificio agli dei: III. 10-15; non lega: IV. 20-25, 41; V. 3, 10.
- KSHETRA:** descrizione di: XIII. 5-6.
- MALE:** forme del: III. 37-40.
- MENTE:** equilibrio della: V. 18-20; VI. 7-9; astrazione della: V. 21; metodo per controllarla: VI. 35-36.
- MOKSHA:** immortalità, libertà, liberazione: vedere *PERFEZIONE*.
- MORTE:** pensiero al tempo della: II. 72.
- NIRVANA:** raggiungimento del: II. 72; V. 24-26; VI. 15, 27-28; chi è adatto per: XVIII. 51-53; gloria del: XVIII. 54.
- OGGETTI:** effetti del pensare agli: II. 62-63.
- OM TAT SAT:** gloria del: XVII. 23-27.
- PACE:** effetto della pace interiore: II. 65; chi è adatto per raggiungere la: II. 70-71.
- PERFEZIONE:** difficoltà nel raggiungere la: VII. 3, 19; XI. 47-48, 52-53; come raggiungere la: VIII. 7-10, 14, 22; XI. 54-55; XIII. 18, 23; XIV. 26; XVI. 22; necessità per la: XIII. 15; è libertà dai Guna: XIV. 19-20; chi è adatto per: XV. 5, 11.
- PRAKRITI:** supremazia di: III. 33; XVIII. 40; duplice natura di: VII. 4-5.
- PRAKRITI-PURUSHA:** natura e funzione di: XIII. 19-22, 26.
- PURUSHA:** i due: XV. 16-17.
- RAJAS:** caratteristiche di: XIV. 7, 9-10, 12, 15-18; XVII. 4, 9, 12, 18, 21; XVIII. 8, 21, 24, 27, 31, 34, 38.
- RINUNCIA:** caratteristiche della: XVIII. 2, 5, 9-11.
- RETRIBUZIONE:** la legge della: IV. 11; VII. 21; IX. 25.
- SAMADHI:** descrizione del: VI. 19-22; trascende i desideri dei sensi: II. 59.
- SAMARA:** descrizione dell'albero del: XV. 2, 3; come essere liberi dal: XV. 3-4.
- SATTWA:** caratteristiche di: XIV. 6, 9-11, 14, 16-18; XVII. 4, 8, 11, 17, 20; XVIII. 9, 20, 23, 26, 30, 33, 37.
- SCHIAVITÙ:** causa della: XIV. 5.
- SENSI:** e mente, controllo di: II. 60-61, 67; III. 34, 41, 43; V. 23.
- SENTIERO:** (Ayana), duplice: VIII. 23-27.
- SIGNORE:** il, (Dio), gloria degli insegnamenti del: III. 31; XV. 20; XVIII. 67-71; è il tutto in tutto, assoluto e supremo: VII. 6-7; IX. 4-6; XI. 32-33; XV. 17-18; XVIII. 61; il destino di coloro che odiano il: III. 32; XVI. 16, 19; è onnisciente: IV. 5; VII. 26; prende incarnazioni: XIV. 6-8; è il non agente e inattaccato: IV. 13-14; V. 14-15; IX. 9; XVIII. 31-32; glorie del: VII. 8-12; IX. 16-19, 24; X. 2, 4-6, 20-42; XIV. 27; XV. 12-15; è imparziale: IX. 29; mostra la Sua Forma Cosmica: XI. 5-13.
- STHITAPRAJNA:** caratteristiche di: II. 55-58, 61, 64, 68.
- SVADHARMA:** lodato: II. 31-37; III. 35; XVIII. 45-48; dei Brahmana: XVIII. 42; degli Kshatriya: XVIII. 43; dei Vaisya: XVIII. 44; dei Sudra: XVIII. 44.
- TAMAS:** caratteristiche di: XIV. 9, 10, 13, 15, 18; XVII. 4, 10, 13, 19, 22; XVIII. 7, 22, 25, 28, 32, 35, 39.
- TAPAS:** triplice: XVII. 14-16.
- VEDA:** Karmkanda dei, condannati: II. 42-44; IX. 20-21; subordinati allo Yoga: II. 45-46.
- VISIONE:** unicità della: VI. 29-32.
- YAJNA:** sacrificio, varietà di: IV. 25-30; necessità dell'esecuzione di: IV. 31.
- YOGA:** definizione di: II. 48, 50; condizione dello: II. 53; esaltazione del buddhi: II. 49-50; necessità della pratica dello: II. 66; VI. 23, 46; VIII. 27-28; della saggezza e del-

l'azione non sono contraddittori, ma ugualmente buoni: V. 2, 4-5; spiegato in poche parole: V. 27-28; VI. 4, 18; principali principi dello: VI. 2; due significati dello: VI. 3; processo dello, descritto in dettaglio: VI. 10-14, 24-26; chi è adatto a praticarlo: VI. 16-17; gradi nella pratica dello: XII. 9-12; varietà dello: XIII. 24-25.

YOGABHRASHTA: (seguace dello Yoga), destino del: VI. 40-45.

YOGI: in contrasto con il mondano: II. 69.

UPANISHAD

Spunti di meditazione per i cristiani

Testi scelti e commentati da Bettina Bäumer

Publicare una selezione delle *Upanishad* tradotte e commentate non è certo cosa facile né tantomeno, all'interno del vasto panorama editoriale, nuova. Tutti o quasi hanno sentito nominare almeno una volta questo libro, uno dei più importanti documenti dello spirito umano, molti però non vi si sono mai avvicinati, spaventati dalla gran quantità di nomi, di storie, dalla difficoltà di comprendere concetti così distanti dal mondo occidentale. La presente edizione critica delle *Upanishad* rovescia proprio quest'ultima idea, quella di una presunta distanza tra il monumentale testo di riferimento della religione induista – paragonabile per importanza alla Bibbia – e la maggiore religione d'Occidente, e ne fa una guida alla meditazione verso una più ricca e più profonda esperienza dei contenuti di fede cristiani. L'interpretazione di questo testo come *locus theologicus*, come fonte cioè di conoscenza teologica e di rivelazione del sacro *tout court*, ha guidato la traduttrice nella scelta dei brani. Bettina Bäumer appartiene, inoltre, a quella categoria di studiosi che credono che per comprendere alla lettera un testo non se ne debba uccidere lo spirito, ma neppure che, sopraffatti dalla sua bellezza, si debba rinunciare alla propria capacità di giudizio critico. I versi delle *Upanishad* sono quindi comprensibilissimi e il loro senso non è stato per niente alterato; il lettore si può rivolgere alle spiegazioni in calce in merito alla traduzione soltanto per un maggiore approfondimento. Oltre a valorizzarne la bellezza, la trasposizione evidenzia il carattere esistenziale delle *Upanishad*, vero condensato di saggezza, terreno di meditazione e percorso di purificazione quanto mai indispensabile in un'epoca soffocata dall'economia, dalla politica, dalla tecnologia, dal dogmatismo, dal brutto.

Edizioni Mediterranee - Via Flaminia, 109 - 00196 Roma

tel. 06/32.35.433- Fax 06/32.36.277

ordinipr@ediz-mediterranee.com - www.ediz-mediterranee.com - www.edizioni mediterranee.it

S.N. Dasgupta

IL MISTICISMO INDIANO

A distanza di tempo, quest'opera non ha perso assolutamente nulla del suo fascino; anzi, sembra assumere oggi un interesse ancora più ampio, a causa della maggiore familiarità che l'Occidente ha acquisito verso il pensiero orientale. Il misticismo indiano si pone come un cardine per la conoscenza. Infatti, la sua esperienza diretta dei principi universali che regolano il divenire della materia rappresenta un dato soggettivo, in grado di essere convalidato e allo stesso tempo di convalidare gli altri metodi di conoscenza. Il pensiero indiano ha sempre considerato l'esperienza mistica soggettiva come uno degli elementi indispensabili per attuare una somma di tutti i diversi sistemi filosofici e giungere così ad un sapere immortale, eterno, onnicomprensivo, che trascende ogni limite e contingenza per tramandarsi intatto attraverso i secoli. La conoscenza è dunque una e una soltanto, anche se le strade per arrivarci possono essere molteplici. Nella vita dei veri mistici, la fede esercita una grande influenza. Ciò in cui si crede non è mera registrazione intellettuale di opinioni o di esperienze temporanee, ma rappresenta la dinamica, il tono dominante della loro personalità, man mano che questa si sviluppa e si perfeziona. Il misticismo non è una teoria intellettuale, ma è, fondamentalmente, un principio di vita attivo, formativo, creativo, esaltante ed elevante. Questo è il misticismo vero, perché è diretto alla liberazione dello spirito e all'ottenimento della felicità. L'Autore approfondisce e descrive i cinque tipi di misticismo fondamentale: quello sacrificale, quello delle *Upanishad*, quello dello Yoga, quello del Buddismo e quello Bhakti, oltre a numerose loro derivazioni.

Edizioni Mediterranee - Via Flaminia, 109 - 00196 Roma

tel. 06/32.35.433- Fax 06/32.36.277

ordinipr@ediz-mediterranee.com - www.ediz-mediterranee.com - www.edizioni mediterranee.it

Vyasa

BHAGAVAD GITA - CANTO DEL BEATO

Interpretazione lirica di Giulio Cogni

La *Bhagavad Gita* («Canto del Beato») è il famoso canto del *Mahabharata* del leggendario Vyasa in cui Arjuna, prima della battaglia con i cugini traditori nel campo di Kurushetra, pieno d'angoscia per il male che si prepara a compiere, interroga il grande re Krishna. Questi gli risponde incitandolo all'azione, che egli ritiene un aspetto del divino Brahman. Il dialogo tra Arjuna e Krishna si svolge in 18 capitoli, e costituisce da secoli il Vangelo dell'India, per i sublimi concetti etici e religiosi che espone con un'altissima intuizione lirica. La *Bhagavad Gita* è certamente il massimo canto epico-didascalico del mondo. La fondamentale dottrina unitaria che domina tutto il pensiero filosofico indiano, quella cioè per la quale ogni aspetto del mondo è soltanto manifestazione dell'Uno, dell'Io trascendentale, del Sé, Atman universale, viene qui espressa nell'esposizione dell'essenza dello Yoga che troviamo nel VI capitolo. E da queste prime spiegazioni prende avvio un discorso profondissimo, che abbraccia ogni aspetto dell'agire umano e universale; un discorso, però, che non perde mai il suo altissimo valore poetico. Il commento e la traduzione lirica di uno dei più profondi studiosi della materia fanno di questa nuova versione italiana un'opera di particolare pregio, grazie alla perfetta conoscenza della pronuncia e della metrica indiana che ha permesso, per la prima volta, un'esposizione in versi che rispetta perfettamente il ritmo e la rapidità sintetica della lingua originale.

Edizioni Mediterranee - Via Flaminia, 109 - 00196 Roma

tel. 06/32.35.433- Fax 06/32.36.277

ordinipr@ediz-mediterranee.com - www.ediz-mediterranee.com - www.edizioni mediterranee.it

Sri Aurobindo

LO YOGA DELLA BHAGAVAD GITA

Questo libro è forse il più bello che sia mai stato scritto da mano umana. Mai era stato enunciato con più forza il principio di Unità degli esseri e delle cose, essenze e punto culminante della filosofia indiana. Negli *Essays on the Gita* Sri Aurobindo compie uno degli studi più profondi e completi su questa importante Scrittura, illuminandoci sulla complessità del pensiero filosofico-religioso indù.

Il nostro consiste nella traduzione dei versetti originali della *Gita*, seguiti dal commento, costituito dai passaggi relativi tolti dai Saggi sulla *Gita*. Ne risulta un'opera conseguente e profonda, che tocca i più svariati aspetti dell'esistenza, mantenendo sempre vivo l'interesse del lettore. In tal modo una delle maggiori opere della spiritualità indiana viene riproposta a un pubblico moderno, con un nuovo impulso innovatore e dinamico.

«Dall'epoca della sua apparizione, la *Bhagavad Gita* ha avuto un'immensa azione spirituale; con la nuova interpretazione data da Sri Aurobindo, il suo influsso è notevolmente aumentato ed è divenuto decisivo» (Mère).

Edizioni Mediterranee - Via Flaminia, 109 - 00196 Roma

tel. 06/32.35.433- Fax 06/32.36.277

ordinipr@ediz-mediterranee.com - www.ediz-mediterranee.com - www.edizioni_mediterranee.it

Mahatma Gandhi
GANDHI COMMENTA LA BHAGAVAD GITA
Una grande opera spiegata da un grande Maestro

Il Mahatma Gandhi, il padre dell'indipendenza dell'India, è autore di questa personalissima «lettura» della *Bhagavad Gita*, uno dei più importanti testi della filosofia sapienziale dell'India. Il volume raccoglie la trascrizione eseguita da due allievi dell'Ashram di una serie di conversazioni sulla *Gita* che Gandhi tenne dal 24 febbraio al 27 novembre 1926 presso l'Ashram Satyagraha di Ahmedabad. Il fatto che si tratti di un testo ricostruito dagli appunti presi nel corso di vere e proprie «lezioni» di commento alla *Gita* rende vivo e spontaneo il linguaggio dell'opera, cosicché sembra al lettore di partecipare di persona all'ascolto delle spiegazioni del Mahatma. Non si può non rilevare come una perfetta rispondenza tra dottrina e vita pratica abbia sempre ispirato l'esistenza dell'apostolo della non-violenza. Nella vita e nelle azioni quotidiane – e anche nell'adempimento della sua missione di «liberatore dell'India» – Gandhi riuscì sempre a coniugare i sublimi ideali espressi dalla *Gita* con l'opera alla quale si era votato. Il libro contiene così continui richiami e confronti tra il proprio agire e l'insegnamento della *Gita*, esprimendo una assoluta e davvero unica sintonia tra i principi e la pratica. La battaglia va comunque combattuta, nella vita quotidiana come sul campo di Kurukshetra: ciò che cambia è lo spirito, è il modo, sono i propositi e gli scopi per i quali si scende in campo. Mai, nell'espone, Gandhi si allontana da una profonda umiltà. Egli afferma: «Le mie conclusioni non sono definitive, posso cambiarle domani. Non ho nulla di nuovo da insegnare al mondo. La Verità e la non-violenza sono antiche come le montagne». Ma di quest'uomo Einstein scrive: «Gandhi è l'unica figura veramente grande della nostra epoca; le generazioni future a stento crederanno che un uomo simile, in carne ed ossa, abbia realmente calcato il suolo del nostro pianeta».

Edizioni Mediterranee - Via Flaminia, 109 - 00196 Roma

tel. 06/32.35.433- Fax 06/32.36.277

ordinipr@ediz-mediterranee.com - www.ediz-mediterranee.com - www.edizioni mediterranee.it

LA BHAGAVAD GITA

SAR 09241/10

Questa è la traduzione, o meglio, la versione italiana della traduzione dal sanscrito in inglese e del commento della *Bhagavad Gita* di Swami Sivananda Saraswati, Gurudev, fondatore e primo presidente della Divine Life Society di Rishikesh, in India.

Non è un lavoro di analisi o di interpretazione, ma intende semplicemente far conoscere al lettore italiano la versione della *Gita* di un grande saggio e santo che ha spaziato in tutti i campi dello Yoga, da quello fisico fino alle più elevate vette della filosofia, e anche al di là.

La sua *Gita* è straordinaria per chiarezza e semplicità, e la traduzione italiana è rimasta volutamente aderente allo stile di Gurudev, semplice e pieno di ripetizioni - che hanno lo scopo di far entrare bene in mente i concetti in essa espressi - anche a scapito, talvolta, della forma italiana.

SWAMI SIVANANDA, 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 del richiamo della ricerca spirituale, approdò a Rishikesh, alle pendici dell'Himalaya, dove nel 1932 fondò lo Sivananda Ashram e nel '36 la Divine Life Society. Scomparso nel 1963 ha lasciato più di 300 libri sullo Yoga traducendo oltre alla Bhagavad Gita anche i Brahma Sutra, il Bhagavatam, molte Upanishad e scrivendo numerosissimi altri titoli su tutti gli aspetti pratici dello Yoga, del Vedanta e della Sadhana spirituale. Pieno d'amore e di devozione, ma allo stesso tempo estremamente pragmatico, cosa che gli deriva dalla Sadhana fatta per oltre 12 anni a Rishikesh, sperimentando su se stesso tutte le pratiche spirituali, Gurudev invoglia il lettore a mettere in atto i suggerimenti del Signore Krishna per raggiungere l'obiettivo e la meta della vita, la Realizzazione di Dio.

Design: STUDIO DEF



ISBN 88-272-1791-6



9 788827 217917

€ 23,50