

Che cos'è l'Illuminazione? Intervista ad Avasa

Siddhi Dafna Moscati



È difficile spiegare la sensazione, era come se il mio normale modo di ragionare si fosse spostato e fosse diventato più globale. Vedevo le cose da un punto molto più globale. Sapevo che qualcosa stava per accadere. Lo potevo sentire. Tutto quanto fuori era in sincronicità con ciò che sentivo dentro.... Tratto da "Che cos'è l'illuminazione, Le interviste integrali a 10 maestri Illuminati Viventi" di Siddhi Dafna Moscati - Macro Edizioni.

Intervista ad Avasa (Amarti, Toscana, 2005)
Che cos'è l'Illuminazione?

È svegliarsi finalmente alla realizzazione che “non c'è nessuno nel corpo”, e che quella cosa a cui ti riferivi come “me” o “io” non c'è, non è ciò che credevi fosse. È risvegliarsi all'improvviso al fatto che, quando usi la parola “me” o “io”, il “tu” che la sta usando è in realtà la Sorgente dell'Universo stesso che si riferisce a se stessa. Questo è il perché “Me”, “Io”, sono il sacro nome, la parola sacra. In tutte le scritture è detto che solo Dio può nominare il sacro nome di Dio. L'uso della parola “Me”, “Io”, si riferisce al vuoto che è il corpo e in cui vive, il vuoto della mente che appare. L'illusione è che ci sia qualcuno all'interno del corpo-mente che si riferisca a stesso con queste parole. Ma noi non siamo qualcuno, noi siamo nessuno che vive attraverso i “qualcuno”, che gioca con loro, danza con loro... Quindi, la risposta alla tua domanda è che l'Illuminazione è quel momento in cui la Consapevolezza si risveglia al fatto che c'è solo la Consapevolezza che vive attraverso la forma umana, e che la Consapevolezza stessa originariamente credeva di essere qualcuno, qualcosa all'interno di questa forma. Questi sono dei tubi sacri (toccando il suo corpo e il mio N.d.A.), questi sono tubi sacri! Il respiro del Divino scorre attraverso essi tutto il tempo... Esiste solo il Divino qui, che vive la vita attraverso la forma umana, per il divertimento della vita.

Non so nulla di te: com'era la tua vita prima dell'Illuminazione? Questo incuriosisce molte persone, perché nella mente di molti c'è l'idea che ci sia una certa strada da percorrere per arrivare “là”, ed essere consapevoli che naturalmente ognuno può arrivare “là” in un modo molto diverso.

Questo è il problema con la parola “Là”, non è vero? “Là” è sempre “qua”! Penso che molte persone abbiano avuto un'infanzia molto difficile, ciò confonde molto... E c'è stata molta sofferenza là... Penso che questo sia vero per la maggior parte delle persone. Io ho dovuto veramente mettere in discussione molto fin dall'infanzia, molte cose... E questo è vero per molte persone che arrivano al Satsang, o che partecipano a dei ritiri... Questo investigare è già l'inizio del cammino spirituale, non è un cammino che scegli. È già predisposto...

All'età di 15 anni ho lasciato casa: ero perso... disilluso verso mia madre, il mio patrigno e il resto della mia famiglia, non mi fidavo di nessuno. Mi sono arruolato

nella marina mercantile e ho fatto ciò che fanno i marinai. Sono finito in un uragano e la nave si stava quasi spezzando a metà, e ho realizzato che tutti quei grandi e robusti marinai in quel momento stavano pregando, dicendo qualcosa come: «Portaci al porto salvil!». Quindi ognuno ha questo sapere intuitivo che c'è qualcosa a cui rivolgersi... Perfino il capitano aveva il mal di mare!

Quindi ho lasciato la marina mercantile e ho trascorso 12 mesi letteralmente trasportato dalla corrente, in giro per l'Inghilterra. Non ero un hippy o qualcosa del genere, ma gli hippies erano in giro in quel periodo. Semplicemente mi sono lasciato trasportare in giro e lavoravo ovunque fossi e poi mi muovevo di nuovo. Durante quel periodo ero completamente senza scopo. Poi, quando sono tornato nella città dove vivevano i miei parenti, avevo ancora molta rabbia che si muoveva a causa della confusione della mia infanzia. Un giorno, mi sono trovato in una situazione in cui avevo bisogno di difendermi: la rabbia è venuta fuori e ho steso a terra la persona che mi stava minacciando. Dopo questo episodio, in città sono stato considerato una persona di cui aver paura: all'improvviso mi sono ritrovato ad essere il capo della banda degli skinheads... Così ho pensato: «Beh! È un ruolo migliore da avere, ora sono qualcuno!». Ma c'era molta sofferenza presente, avere questo ruolo mi dava anche molta sofferenza perché, in realtà, a livello interiore, volevo veramente solo essere amico di tutti; e allora la sofferenza è diventata sempre e sempre più intensa, il porsi domande era senza fine, non c'era alcuna risposta, c'erano solo molte domande, altre domande apparivano ogni momento... Così mia moglie mi ha lasciato, in realtà l'ho mandata via io perché ho realizzato che la stavo danneggiando; ero molto innamorato di lei, ma i miei stati d'animo oscillavano e questa mia rabbia costante la stava distruggendo. L'ho mandata via e ho mandato via i miei bambini e sono andato a vivere sui monti lavorando part time con un amico commerciante di antichità. Andavo in giro con lui a bussare alle porte della gente per comprare antichità, poi ho raggiunto un punto di grande depressione... Letteralmente non potevo vedere più i colori, ero così depresso che tutto ciò che potevo vedere erano le ombre grigie, nere e bianche. Potevo sedermi, guardare i fiori e vedere la forma, ma difficilmente ero in grado di registrare il verde, il giallo o il bianco... E il suicidio era qualcosa che avevo sempre nella mia mente. Ma c'era questo sapere intuitivo che sapeva che da qualche parte esisteva una via di uscita a tutto questo, ma non sapevo dove fosse...

Per che cosa eri arrabbiato?

All'età di nove anni avevo avuto già quattro patrigni e tutti erano soliti picchiarmi; penso che la rabbia sia presente in diversa misura in molte persone, specialmente negli adolescenti, ma, in realtà, non è là per la ragione che crediamo. Quando nasciamo, non siamo consapevoli di essere in un corpo fino all'età di due anni e mezzo, quando inizia il condizionamento. Così, durante questi primi anni, non è che tu non sia consapevole di essere in un corpo, tu non sei in un corpo! Fai esperienza della vita attraverso un corpo, ma fai esperienza attraverso di lui, non dentro di lui; poi accade che il condizionamento sociale ti porta a credere, perché questo è ciò che la società crede, che tu sei qualcosa solo nella misura di un corpo, per la durata di una vita. Naturalmente non è vero, così da quel momento soffri per un'illusione, vivi una bugia dall'inizio. Da bambino non sei in grado di concepire ciò, non sei in grado di concepire in alcun modo, non puoi concettualizzare. Quella parte della mente che concettualizza è la mente psicologica, la parte che appartiene alla memoria, al futuro. Il bambino vive il

momento, quindi la mente del bambino vive semplicemente tutto il tempo nella percezione, vede solamente ciò che è. I bambini vedono un albero e, una volta appreso il nome, sanno che è un albero, ma si fermano lì. Non lo qualificano in nessuno modo, non lo paragonano all'albero di ieri o a quello che sarà diventato domani. E poi, ciò che accade, è che un giorno loro scivolano via totalmente dalla percezione, e tutto ciò che percepiscono è immediatamente trasformato in un concetto. Naturalmente, se concettualizzi te stesso, sembri essere quello che tutti gli altri

sembrano essere, quello che tutti sono impegnati a dire a se stessi di essere. Tu credi che questo sia vero, ma non è vero, non lo sei mai stato. Ciò che tu sei non è mai stato in un corpo umano, lo attraversa semplicemente. In continuazione fa esperienza del corpo umano; e ciò che passa attraverso il tuo corpo passa anche attraverso questo mio corpo. È lo stesso Essere. Sta danzando, giocando, muovendosi attraverso tutti questi corpi, perfino il corpo di un albero o di un fiore. In realtà è così semplice, così semplice che c'è bisogno solo di vedere per un attimo. Anche se quel vedere dura solo un secondo, in quel momento tu sai tutto, lo vedi... lo vedi esattamente nel modo in cui è.

Sei questo spazio, sei vasto, sei immenso, sei la Libertà stessa e sei ristretto in questo piccolo corpo, sei pressato in lui. Con tutto il sistema di "credo" che ricevi, tutti i condizionamenti. C'è una grande ragione per essere arrabbiato! E tutti hanno questa rabbia una volta intrappolati. Mi hai intrappolato! E perfino questo è la Consapevolezza che si intrappola, perché quando la Consapevolezza scorre semplicemente libera attraverso una nuova forma, lo fa con ignoranza... Quello sguardo innocente di un bambino... lo vedrai negli occhi di un Buddha o di un saggio ma con dietro la saggezza, non l'ignoranza. Quindi in questo senso il condizionamento è una parte necessaria della Consapevolezza che si risveglia a se stessa, perché nel momento sei intrappolato in questo. L'Essere consapevole all'interno del corpo sente la restrizione. La sua natura è la Libertà. Inizia a domandarsi: "Perché sono ristretto? Perché sono limitato qui?". Arrivano le domande e in molti casi arriva anche la depressione. Molte persone che vengono qui hanno sofferto di una grande depressione! Sembra che sia il modo in cui l'umanità arrivi, se arriva a questa conclusione che è l'Illuminazione. È solamente la conclusione finale: non si conclude con la mente, ma con qualcosa oltre la mente. La maggior parte delle persone che sono qui hanno attraversato tremende depressioni, e indichi loro che questo è buono, è il modo in cui accade, è ciò che crea il fuoco... E il fuoco brucia i concetti e irrompe! C'è un momento in cui vedi che nelle persone si apre una breccia. Accade durante il Satsang. A volte, dopo un'ora del primo Satsang, le persone semplicemente si aprono. Accade molto in Italia. Sanno come ricevere ciò che si condivide nel cuore! Non devono farlo passare prima attraverso la mente: "Non ho alcuna idea di ciò di cui stai parlando, ma mi fa sentire bene". E poi la comprensione arriva. Questo, direi, è il modo migliore di riceverlo. Quindi abbiamo il diritto di essere arrabbiati. Siamo arrabbiati perché ci siamo intrappolati. Ci siamo limitati. E questa sensazione di restrizione, di limitazione, è la rabbia che prova a uscire fuori dalla struttura concettuale che abbiamo costruito e cerca di tornare alla percezione. Perché quando percepisci le cose, non c'è "io" e "il fiore", ma c'è solo "il fiorire" che accade, non c'è colui che percepisce qui un oggetto percepito. C'è solo il percepire: il "me" è presente solo quando lo concettualizziamo.

Quindi tu hai dovuto attraversare una depressione estrema per saltare?

Devi farlo! Non deve essere per forza la depressione, questo è ciò che enfatizzo ora tutto il tempo. Questo è fuori moda! Ora è attraverso la gioia, per amor di Dio, fai che sia un cammino di gioia!

Ma per te è stato un momento dopo una grande depressione?

Direi che se c'è stato un momento in cui la scala si è spostata nell'altra direzione, è stato quando mi sono trovato sull'orlo di un burrone decidendo per la milionesima volta se suicidarmi o meno. Mi sono detto: "OK! Se esiste un Dio là fuori che ha creato tutto ciò, non so dove diamine Tu sia e non so che aspetto Tu abbia, cosa Tu senta, ma devi aver fatto tutto questo di te stesso, quindi questo deve essere presente in te. Forse puoi sentire ciò che sto dicendo e se vuoi che io salti giù, salterò!". "Ed è iniziato a soffiare il vento, è arrivato da dietro e il mio istinto immediato è stato quello di gettarmi indietro. Mentre cadevo, ancor prima che toccassi terra, ho iniziato a ridere, perché in quel momento ho realizzato che la decisione di saltare era stata presa dall'esterno. Era ovvio che non volevo veramente saltare giù da quella rupe. La mente era semplicemente così confusa. La mente mi ha portato a quel momento e, nella settimana successiva, sono accadute delle strane circostanze. Il giorno dopo il mio buon amico e padrone di casa si è alzato, mi ha detto di non fargli domande, ma di prendere le mie cose e andarmene.

Cosa?" gli ho detto. "Per cortesia – mi ha risposto – non farmi domande. La scorsa notte mi è stato detto in sogno di mandarti via". E così sono andato via, e tutto ciò che avevo era un cambio di vestiti e una tenda.

Ho piantato la tenda sulla spiaggia e, quando mi sono svegliato al mattino, qualcuno aveva rubato la mia tenda. Tutto ciò che mi rimaneva erano la mia borsa e il mio sacco a pelo. Ma quel giorno, un giovane ragazzo che poteva avere 9 anni mi ha fatto conoscere una donna: lui mi disse che conosceva una bella donna che mi sarebbe piaciuta. Cosa? Nove anni?! "Cosa stai facendo?!" – gli ho detto. Ma lui mi ha risposto: "No, no, sicuramente ti piacerà!". Mi ha portato da questa donna che lavorava sulla spiaggia... sai, era una zona di case di vacanza. Stava lavorando lì temporaneamente, e a un certo punto della giornata è arrivato il suo ragazzo. C'è stata una grande discussione e mi sono ritrovato ad andare con loro nel luogo dove lei viveva. Ho incontrato sua madre che era paralizzata dal collo in giù. Viveva su una sedia a rotelle e aveva un respiratore sotto. Ebbene, questa era la donna più piena di estasi che avessi mai incontrato! Era così tanto in pace! Poi siamo andati a prendere suo padre che doveva uscire dalla chiesa e, mentre aspettavo seduto nella macchina, ho avuto la sensazione che tutto ciò che mi era accaduto in quella settimana mi avesse portato a quel momento. Uscita dalla chiesa, mi ha detto che il padre non era ancora pronto ma, se volevo, potevo entrare a prendere una tazza di tè; e così sono entrato e ho visto due o tre cristiani che avevano appena finito una grande messa e ho pensato: "Oh, oh!!". E quando hanno iniziato a parlare con me, ho sentito che queste persone avevano trovato qualcosa di molto più solido di ciò che io avevo. Ho avuto un'esperienza molto forte in quel posto! Poco dopo sono andato in una comunità cristiana e ho iniziato a vivere lì, cercando di tenere stretto quel poco che avevo provato alla presenza di queste persone. E, un mattino, andando a far colazione, mi sono

sentito così appagato da non poter mangiare. Non mi andava di bere caffè o tè, ho bevuto solo dell'acqua. Questa cosa è andata avanti per tre giorni, e durante quei giorni sentivo una dolcezza incredibilmente forte nel mio corpo; e, ogni volta che respiravo consciamente dentro questa dolcezza, questa diventava sempre più forte...

È difficile spiegare la sensazione, era come se il mio normale modo di ragionare si fosse spostato e fosse diventato più globale. Vedevo le cose da un punto molto più globale. Sapevo che qualcosa stava per accadere. Lo potevo sentire. Tutto quanto fuori era in sincronicità con ciò che sentivo dentro. Un giorno, mi sono svegliato alle tre del mattino e probabilmente mi aspettavo che Gesù apparisse nella stanza, battendomi le mani sulla testa e dicendomi che tutto era OK, che avrei trovato il paradiso alla mia morte e che non mi preoccupassi di nulla, perché avevo superato il test... E ciò che è accaduto è che mentre osservavo gli oggetti della stanza, tutto ha iniziato a irradiare questa specie di luce interna che è diventata sempre più forte e ne ero affascinato perché potevo sentire questa luce interna dentro di me. Alla fine è diventata così forte che non potevo più vedere i contorni degli oggetti. C'era solo questa luce interna che si irradiava. Ho chiuso gli occhi per andare via da lei e naturalmente era anche lì! E alla fine è diventata così forte che non potevo vedere la stanza, era veramente come se ci fosse un flusso molto nebuloso di luce, semplicemente un flusso di Consapevolezza e in quel momento mi sono chiesto cosa fosse. E subito la mia stessa voce mi ha risposto dicendomi che questa era la luce della Creazione; e mi sono detto: "Io chi sono?", Be', Io sono Te. Qualcosa allora ha avuto un impatto, qualcosa è semplicemente passato attraverso il mio corpo... Questa Realizzazione... "Wow! Questo è ciò che sono! Questo è il Me!". Poi mi ricordo di aver pensato: "Oh mio Dio! Questo è ciò che tutti cercano! Questo è ciò che ci spinge a fare qualsiasi cosa, è tutto qui! Questo è ciò che aspiriamo a realizzare!". E potevo anche cogliere che, se avessimo saputo, avremmo potuto vivere da Ciò, e la ragione per cui vivere sarebbe stata semplicemente la gioia di vivere. Era così chiaro per me! Invece accade che la vita diventi un impegno, un problema, perché non sappiamo cosa siamo o chi vive attraverso queste forme.

Quindi siamo in questa ricerca spirituale per scoprire chi siamo e questo è difficile, questo è problematico ed è in un certo senso la ragione della vita. La vera ragione è trovare, realizzare cosa sta vivendo attraverso le forme, così vivi semplicemente per la gioia di farne esperienza. Ho visto questo veramente in modo chiaro e ho pensato: "Oh, Dio, sarebbe bello tornare indietro e condividere ciò con tutti!... Nooo...". Ho semplicemente lasciato andare quello era solo l'ultimo velo ed è tornato: non potevo decidere e c'era il desiderio di tornare indietro nel mondo in quel momento, in altre parole il desiderio di ricreare il sogno era molto forte e, allo stesso tempo, potevo vedere che era un sogno. Alla fine non importava più e mi sono detto: "Che sia! La tua volontà, non la mia".

C'era ancora una minima sensazione di separazione e all'improvviso sono stato preso e l'ultimo velo si è dissolto e tutto è sparito... Io sono sparito... Quello è sparito e mi sono ritrovato per una frazione di tempo semplicemente consapevole del fatto che "io" era la Consapevolezza. Ed è sparita anche la Consapevolezza di ciò. In quel momento erano circa le quattro del mattino e il ricordo seguente che ho, il successivo ricordo consapevole, era il suono della sveglia che smetteva di suonare; sono saltato fuori dal letto, ho infilato i jeans e, mentre andavo a

mungere le mucche, improvvisamente ho realizzato che non c'era nessuno nel corpo. Ho guardato le mani muoversi, guardavo l'azione del pensiero che arrivava: spegni l'allarme, apri la porta, lavati i denti, vai nella stalla ma queste erano solo azioni, accadevano con me, non c'era nessun "me" che le pensava, c'era solo la presenza di pensare in questo vuoto e l'identificazione con il vuoto era solida... Naturalmente, appena uscito fuori dalla porta della stanza, ho realizzato ciò che avevo lasciato sul gradino della soglia della porta. Era questo piccolo appunto che diceva: "Sarebbe bello se potessi tornare indietro e condividere questo con gli altri!". Ecco, lì c'era solo l'immenso desiderio di condividere con gli altri e la prima persona con cui l'ho condiviso è stata la mucca. Abbiamo avuto una vera connessione quel giorno! Infatti ha spinto via il secchio che era sotto di lei e ha dato un calcio alla mosca che le stava pungendo il dorso; poi ho messo di nuovo il secchio sotto di lei e ho pensato: "Wow! Sono veramente in sintonia oggi!". E poi tutto si è semplicemente dispiegato. Quel giorno nella Comune ho parlato con qualcuno che si è semplicemente aperto a questo. Ha avuto un assaggio là. E poi da allora è andato avanti così.

Perché se è così semplice ed è il nostro stato naturale solo poche persone sono in grado di ricevere questo dono? La mia sensazione è che si tratti di un processo e dal momento che inizi anche intuitivamente a riconoscere chi sei...

Sì, sembra essere un processo perché tu lo realizzi nel tempo, ma in realtà come può essere il senza tempo un processo? Quando arrivi a questo realizzi: "Wow! Questo è ciò che io sono tutto il tempo, non ciò che sono stato. Sono sempre stato questo!". Ciò che accade quindi è che è la mente che cerca di andare attraverso il processo, è la mente che sta creando il processo quindi la mente lo crea nel tempo. Ciò che accade è che è la mente che ti trattiene nel fascino dell'oggettività nella mente! – Oh! Sto raggiungendo una conclusione. Tu arrivi a una conclusione e dici: "OK, lo capisco E niente è in realtà diverso". Ciò che intendo è che sì, hai una comprensione più elevata, ma non sei ancora arrivato nel posto giusto!

È semplice, ma è qualcosa che ci sfugge di cogliere, tutto qui! È presente sempre ma sfugge perché non si può descrivere. Puoi solo esserlo. Puoi solo conoscerlo essendolo. Se provi a descriverlo... OK, se provo a descrivere me stesso ora, mi vedo così: non ho un colore, non ho una forma, non ho un gusto, non ho un profumo, non sono una sensazione... non c'è una descrizione. Non posso descrivere ciò che sono, eppure so cosa sono e so che Questo è ciò che sei anche tu. Tu sei lo stesso "me". Quando questo corpo dice quel corpo, dice "me", si sta riferendo alla stessa cosa di cui non possiamo dare una descrizione.

Naturalmente è difficile perché proviamo a realizzarlo con la mente e la mente è ciò che viene dopo Questo. È ovvio che l'annullamento, la cancellazione della mente rende questo implicito. Ciò che accade è che tutti stanno cercando, tutti coloro che nascono cercano, a meno che non siano persone molto fortunate come Shakespeare, che forse aveva genitori un po' pazzi, o un po' incondizionati, o un po' eccentrici. Esistono persone come Shakespeare che non sono condizionate, non hanno questa idea di essere qualcuno in un corpo. Lui, all'età di 16 anni, ha iniziato a scrivere perché aveva realizzato che tutti si muovevano in un mondo problematico, e che lui era presente in esso nella sua libertà. Quindi ha condiviso nel modo in cui lui divideva. È molto raro che questo accada, perché veniamo

condizionati. Fin da piccoli ci dicono cosa siamo: sei un bambino piccolo, una bambina piccola, sei cattivo, sei buono... Così tu prendi tutte queste etichette e le attacchi sul vuoto, e lentamente costruisci questa identità; poi devi mantenere questa identità, e allora rimettere a posto queste etichette sul Vuoto diventa un'attività costante. Un giorno, improvvisamente, non puoi più farlo: semplicemente leggi le etichette e dici: "Io non sono questo, io non sono questo, io non sono questo".

Arrivi a questo centro vuoto e in molti casi lo sforzo di riattaccarle semplicemente ti rende esausto, loro cadono e tu arrivi... Wow l'assaggio! Vedi, sembrerebbe essere un processo, si sono d'accordo ma in realtà ciò a cui arrivi è già ciò che sei sempre stato al 100%.

Ma questa è la cosa assurda che sento: stai parlando di qualcosa di cui non è possibile parlare eppure io lo sento molto chiaramente...

Va compreso intuitivamente e se l'intuizione è chiara, l'intuizione è l'aspetto femminile dell'energia che determina la comprensione. Se questo è chiaro, allora l'aspetto maschile, l'intelletto, si mette alla pari; e una volta che l'intelletto ha la chiarezza che ha l'intuizione, allora questo può essere condiviso. E ovviamente questa è, intendo nel mio caso, la funzione di questo corpo: di condividere con i Satsang. Ma alcune persone lo fanno come l'ha fatto Shakespeare, con la scrittura, diventando uno dei grandi letterati; altre persone lo fanno attraverso la pittura, la poesia, insegnando ad altri a ballare... Perché una volta che riconosci intuitivamente cosa sei, il movimento che viene attraverso il corpo è fluido, non viene bloccato o intrappolato o filtrato attraverso i concetti, e così sorge puro in azioni spontanee, e così può essere condiviso... Tutti sappiamo di cosa si tratta, tutti noi, non c'è alcun dubbio su questo.

Sento che c'è una differenza, sebbene non ci sia, tra una persona che "non c'è più" e una persona che ancora...

La persona che "non è più qui" e pensa ci sia un "là" dove essere... Dove sei tu in questo momento? Sei "là" o "qua"? [Risate]

Mi sto sforzando di essere "qua" o il contrario..n.

Io penso che tu sia "qua"... È uno sforzo lo stare "là"

Sì lo è... la mente ha ancora molte domande.

Ma finché le domande non avranno ricevuto una risposta, la mente non starà ferma. Perché è la mente che porta la mente a fermarsi... Quando la mente ha informazioni sufficienti, allora si orienta e arriva alla conclusione finale. La ragione per cui non posso concludere questo è perché continuo ad attivarmi per arrivare a una conclusione, e l'assenza di questa attivazione rimuove l'ultima increspatura sulla quiete: la mente vede ciò chiaramente e dice a se stessa: "OK, mi arrendo, non posso arrivare a questo...". Vede questo come un risultato della comprensione, non è un arrendersi "fatalistico". La mente dice a se stessa: "Vedo questo, non posso arrivarci con questo. Perché allora non devi fare delle pratiche o usare una tecnica per provare a tenere le domande a bada, perché questo è ciò che fanno le tecniche, trattengono le domande, trattengono quell'attività che

ancora vuole entrare in gioco, le trattengono in ombra. Ciò che ottieni in realtà è una mente calma che viene raggiunta attraverso la concentrazione, e quella mente calma, quella descrizione, sembra molto simile al silenzio... Ma il silenzio è l'assenza di una mente calma, è un posto completamente diverso. Non puoi arrivarci con la concentrazione, arrivi là con la tensione aperta, quando tutte le domande hanno finalmente avuto risposta e ti ritrovi in questo silenzio; e a volte la mente è presente in questo chiacchierio, quel pazzo pappagallo sullo sfondo che ti dice cosa stai facendo, quando tu puoi già vedere che lo stai facendo, mandando avanti commentari tutto il tempo. E a volte quella mente è calma e tu diventi improvvisamente consapevole della mente che è calma.

Il modo in cui divieni consapevole della mente calma è precedente alla mente calma. È il silenzio. Questa è la differenza. Non puoi arrivare al silenzio con una pratica o un metodo o una tecnica. Buddha ci ha provato probabilmente più duramente di ogni altro. Un giorno si è svegliato nella giungla e ha detto basta! Basta! Si è seduto sotto a un albero, ha lasciato andare tutte le tecniche che non funzionavano e in quel momento è arrivato alla realizzazione. Ha visto la futilità. Ha compreso che non c'era alcun metodo... non ne aveva bisogno.

Ordina i libri con InternetBookshop

Siddhi Dafna Moscati, Che cos'è l'illuminazione, Le interviste integrali a 10 maestri Illuminati Viventi, Macro Edizioni 2007, EAN 9788875077952

Il presente articolo è tratto dal libro. Che cos'è l'illuminazione, Le interviste integrali a 10 maestri Illuminati Viventi, di Siddhi Dafna Moscati – edito da. Macro Edizioni, www.macroedizioni.it per gentile concessione.

Siddhi Dafna Moscati, Che cos'è l'illuminazione, Le interviste integrali a 10 maestri Illuminati Viventi, Macro Edizioni 2007, EAN 9788875077952

10 Settembre 07 [Maestri]