



Oltre il desiderio, oltre il ricordo...

Quale può essere oggi la necessità primaria dell' uomo?

La salute? I soldi? Il successo? Il benessere? La compagnia? L'amore? Avere dei figli? Fare viaggi? Un bell'aspetto? Conoscere gente nuova? Stare il silenzio? Fare Yoga? Meditazione? Evitare il dolore e il malcontento? La fortuna?

Queste sono solo alcune delle necessità che di volta in volta si alternano e che qualche volta sono anche soddisfatte. Ma come mai... nessuno può veramente dirsi felice?

Cos'è realmente la felicità? Acquisizione di qualcosa o assenza di qualcosa?

Su questo varrebbe davvero la pena di fermarsi e riflettere.

Questo andrebbe chiarito e capito. Se anche potessimo soddisfare tutte le necessità sopra elencate e volessimo considerarle come fonte di gioia, dovremmo poi constatare che molti di noi hanno, se non tutte, ma almeno in parte già soddisfatto e ottenuto tali necessità. Eppure, ancora anelano ad altro.

Si chiama "desiderio" quel motore propulsivo della mente che invita sempre a guardare lontano verso qualcosa che non c'è, ma che facilmente si idealizza. E non è colpa di nessuno, in quanto è il desiderio è inerente alla natura, "prakrti".

Nel frattempo potrebbe accadere che "maya", il potere oscurante e velante di questo Universo, non permetta di cogliere ciò che già abbiamo. Qualcuno la chiamerebbe stupidità, ottusità, altri la chiamerebbero ignoranza o avidya.

Un esempio è dato dal fatto che nessuno basta a se stesso. Pochissimi gioiscono di quello che sono. Ancora meno sono coloro che fanno di essere Anima immortale in un corpo.

Il desiderio spinge la mente avanti. Il ricordo la spinge indietro.

Tra queste due oscillazioni continue si crea quella frizione che si chiama sofferenza. Quando invece la spinta del desiderio e il richiamo del ricordo allentano la loro presa, allora si entra nel "riposo", dove la sensazione di pace e di profonda quiete, viene chiamata in moltissimi nomi: Se, Beatitudine, Buddha, Shiva, Quello, Liberazione, Samadhi, Nirvana, Appagamento Supremo, Yoga, Satcitananda.

L'unico problema è, che questo tipo di "riposo" dura dai 5 ai 10 minuti, nei casi più fortunati, meno negli altri, dove la mente corre, corre, corre, in ogni possibile direzione, fuorché in quella del riposo.

Yoga è quello strumento che se capito, porta l'oscillazione della mente a trovare quel giusto equilibrio tra la necessità di desiderare e quella di ricordare, in cui il "riposo" diventa una condizione naturale come lo stesso respiro.

A quel punto, la mente non è più un ostacolo sulla via della Realizzazione.

Pranidhana