

795. I Quattro Stati della Coscienza di Sri Sathya Sai Baba

Scritto da Rosario Castello

Domenica 05 Novembre 2017 00:00 - Ultimo aggiornamento Domenica 05 Novembre 2017 10:45

*Il Brahman è l'Uno che sfugge ad ogni identificazione o descrizione positiva,
l'Uno che può essere indicato solo mediante negazioni e dinieghi;
l'Uno Eterno ed Infinito: assoluto Essere-Consapevolezza-Beatitudine.*

Il Brahman onnipervasivo permea l'intero Universo degli oggetti animati ed inanimati. Il Brahman onnicomprensivo ha assunto la forma percepibile del suono primordiale AUM.

Nel Supremo Parabrahman ci sono quattro aspetti inseparabili:

Vishva - L'universale

Tajasa - Splendore

Prājña - Consapevolezza divina

Turiya - Stato di pura Consapevolezza che trascende gli stati di veglia, sogno e sonno profondo.

Lo stato di veglia è l'ordinario stato di coscienza ed è correlato al mondo grossolano della materia. Esso trasmette la conoscenza empirica del mondo fenomenico acquisita attraverso la sensibilità e la percezione, e possiede i seguenti strumenti di conoscenza:

Karmendriya (i cinque organi di azione: mani, piedi, lingua, retto, organi di riproduzione), *Jñāne ndriya*

(i cinque organi di percezione: orecchie, pelle, occhi, lingua e naso), i cinque

Prāna

(energie vitali),

Manas

(la mente),

Buddhi

(l'intelletto),

Citta

ed

Ahamkāra

(il senso dell'«io» e del «mio»).

Nello stato di veglia questi diciannove aspetti della conoscenza empirica o percepibile sono integrati, ed è questa conoscenza che desidera fortemente i piaceri del mondo materiale. Lo stato di sogno ha la facoltà subconscia di riconoscere e di avere una vaga idea della sacra esperienza della Divinità e della santità. Connesso con gli aspetti più sottili della conoscenza e

dell'esperienza umana, porta in sé le impressioni più sottili delle esperienze dello stato di veglia.

Prāñña e *Turīya* assumono caratteristiche diverse. *Prāñña* è uno stato trascendentale di coscienza in cui la separazione fra il grossolano ed il sottile svanisce nel superconscio. È pura consapevolezza della Divinità; in questo stato la facoltà di differenziazione e di diversificazione della mente diventano inefficaci ed inoperanti, ed è per questo motivo che si afferma: «

Pr

āñña

na

Brahma – la Consapevolezza divina è Brahman, la Realtà Suprema

».

Per aiutare l'uomo a raggiungere l'apice della Divinità, Krishna ha esposto nella Bhagavad Gītā la disciplina della meditazione. Nello stato di *Prāñña*, tutti i desideri materiali e le cose sognate vengono sublimati nella beatitudine dell'esperienza spirituale. In questo stato di coscienza superiore, la radiosa luce di *Prāñña*, la Consapevolezza Divina, risplende stabile.

Turīya è lo stato di coscienza più alto, in cui si fa esperienza della natura essenziale dell'*Ātma*; l'aspirante spirituale sperimenta

Shāntam

(imperturbabilità),

Shivam

(bontà) e

Advaitam

(non-dualità).

Turīya

è uno stato di supercoscienza pura, serena e stabile in cui tutti i

guna

(attributi) che causano discriminazioni e differenziazioni sono trascesi e dissolti nella Realtà eterna ed assoluta del Brahman.

La sacra sillaba OM è la fusione dei tre suoni primordiali A, U, M. Queste tre lettere rappresentano rispettivamente gli stati di coscienza della veglia, del sogno e del sonno profondo e simboleggiano anche Brahmā, Vishnu e Maheshvara. Questa trinità rappresenta la personificazione delle tre realtà corrispondenti ai tre stati di coscienza sopra citati. In una coroncina il filo passa attraverso i grani e li tiene insieme. In modo simile, il Brahman passa attraverso tutti i *Jīva* (anime individuali) e li rende interdipendenti e mutuamente correlati.

795. I Quattro Stati della Coscienza di Sri Sathya Sai Baba

Scritto da Rosario Castello

Domenica 05 Novembre 2017 00:00 - Ultimo aggiornamento Domenica 05 Novembre 2017 10:45

Sākshātkāra è la comprensione immediata, intima ed unitaria della Realtà assoluta, suprema ed integrale del Brahman, è un'esperienza mistica al di là della mente, dello spazio e del tempo. La meditazione è di aiuto a conseguire lo stato *Sākshātkāra*.

L'occhio non può vedere sé stesso. Allo stesso modo, anche l'*Ātma*, il Sé, non può vedere sé stesso. Se una bambola di sale viene immersa nel mare per misurarne la profondità, la bambola si dissolve nell'acqua e non può più essere recuperata. In modo simile, il

Jīvātma

[il Sé incarnato nel corpo umano] nella ricerca del

Paramātma

[il Sé Supremo incondizionato] perde la propria individualità ed identità. Il Brahman è un oceano insondabile. Un

Jīva

che vada alla ricerca del Brahman diventa uno con il Brahman. L'

Ātma

ed il

Paramātma

sono, in senso ontologico [nella loro essenza], identici e non-duali, sono solo aspetti del più alto stato di consapevolezza.

Nella meditazione, la mente, l'intelletto ed i vari sensi vengono trascesi per mezzo dell'autocontrollo. Nello stato meditativo superconscio scompaiono tutte le dualità, le separazioni, le differenze e le relatività. La meditazione è sinonimo di conoscenza unificante della Divinità, è una visione del Divino, una via verso il Divino; la meditazione conduce a *Sat-Cit-Ānanda*

, la Realtà integrale di Verità-Consapevolezza-Beatitudine, concede la Beatitudine eterna e conferisce la Beatitudine del Sé, inoltre aiuta l'uomo a raggiungere la Beatitudine Suprema e l'estasi della non-dualità.

Krishna disse: «*Ahamātma Gudakesha – Io sono l'Ātma, Gudakesha.*» Krishna che è *Hrishikesha*, il

Signore, il Padrone di tutti i sensi, si rivolse ad Arjuna chiamandolo

Gudakesha

, colui che ha acquisito il controllo dei sensi.

Gudakesha

è il discepolo di

Hrishikesha

. Il Signore dei sensi è il Supremo Guru e colui che ha conquistato il controllo dei sensi è il Suo

795. I Quattro Stati della Coscienza di Sri Sathya Sai Baba

Scritto da Rosario Castello

Domenica 05 Novembre 2017 00:00 - Ultimo aggiornamento Domenica 05 Novembre 2017 10:45

discepolo. Krishna è il Maestro Supremo ed Arjuna è il Suo sincero discepolo. Arjuna è *Narottama*

, l'essere umano ideale e Krishna è

Purushottama

, la Persona Suprema, Dio. Oggi possono esserci dei buoni maestri, ma non ci sono discepoli sinceri; ciò è dovuto all'influenza che

Kali

esercita sugli esseri umani. La gente ricorda e ripete il nome di Krishna, ma non mette in pratica i Suoi insegnamenti.

Una volta c'era un nobile *guru* che aveva un discepolo. Un pomeriggio il Maestro, dopo essersi assentato, fece ritorno a casa sotto un sole cocente, proprio mentre il discepolo stava compiendo il rito di adorazione del *guru*. Il Maestro era sotto il sole in quel caldo torrido ed i suoi piedi nudi si bruciavano sul terreno rovente. Egli chiese al discepolo di aprire la porta e di lasciarlo entrare, ma il giovane che stava recitando i 108 Nomi del suo *guru* disse che non poteva essere disturbato durante il rito di adorazione, perciò non aprì la porta finché non ebbe finito. Il povero

guru

perciò dovette restare sotto il sole infuocato finché il discepolo non ebbe completato il suo rituale. Oggi, molti sono i discepoli così stolti. A cosa serve adorare il

guru

se poi gli si causa dolore? Ci sono molti devoti che adorano Krishna senza però curarsi dei Suoi insegnamenti.

Ogni individuo deve riconoscere la verità che c'è un solo Signore Supremo per tutti. Si può immaginare Dio in molti modi, Egli può essere concepito sia come '*saguna*' [dotato di qualità ed attributi] sia come '*ni*

rguna

' [privo di ogni attributo]. Il

Sagunabrahman

è Dio con attributi, il

Nirgunabrahman

è Dio senza attributi. Fra i due non ci sono differenze essenziali, esattamente come non c'è una differenza sostanziale fra un pezzo di stoffa ed il cotone. Dio senza attributi è come il cotone, la sostanza di base; mentre Dio con attributi è come il tessuto, il derivato.

Il *Sagunabrahman* ed il *Nirgunabrahman* sono solo due livelli di Realtà.

Un raggio di luce che cade su un prisma viene rifratto. Per effetto della rifrazione noi vediamo i vari colori dello spettro, i quali sono diversi benché la luce sia una sola. Allo stesso modo si

795. I Quattro Stati della Coscienza di Sri Sathya Sai Baba

Scritto da Rosario Castello

Domenica 05 Novembre 2017 00:00 - Ultimo aggiornamento Domenica 05 Novembre 2017 10:45

possono avere molti nomi e forme della Realtà Ultima. Il Brahman è Uno, e le Sue manifestazioni sono molte.

L'aspirante spirituale avrà numerose esperienze durante la meditazione. Mentre è immerso nel Divino, sente numerosi suoni e sviluppa una specie di percezione extrasensoriale. Egli avverte il suono di strumenti musicali come la *vīṇā*, il tamburo ed il flauto. Queste dolci melodie musicali simboleggiano il *Sākāra Brahman* (Dio dotato di Forma) e rappresentano i primi risultati della meditazione. Durante le fasi preliminari, tutti gli organi di senso diventano ipersensibili. Questa acuta sensibilità permette all'aspirante di reagire positivamente a visioni e suoni fuori dell'ordinario.

Col tempo, questa facoltà di ipersensibilità o di percezione extrasensoriale evolve nella più alta facoltà di sentire la Voce stessa del Silenzio. C'è il suono nel silenzio, il suono primordiale OM, il suono di Dio. Il devoto percepisce la ripetizione del suono primordiale OM e sperimenta la beatitudine ineffabile ed indescrivibile di *Turīya*, lo stato Superconscio.

Durante la meditazione profonda molti aspiranti provano la sensazione che il loro corpo diventi molto pesante e che non sia loro possibile muoversi liberamente. Altri hanno una sensazione di estrema leggerezza e vanno in levitazione. Alcuni hanno sensazioni di tremito e brividi. Un devoto tenace e dalla mente stabile non si lascerà turbare da questi fenomeni paranormali, ma continuerà la sua pratica senza lasciarsi ostacolare da queste fantastiche esperienze.

Rāmakrishna Paramahansa passò attraverso tutti questi stadi meditativi, dal *Sākāra* al *Nirākāra* [dal Divino dotato di Forma al senza Forma]. Durante la sua evoluzione spirituale, la Madre Divina si rivelò a lui come *Kālī*

. Tuttavia il Sé è privo di forma ed è per questo che si suggerisce all'aspirante di lasciarsi alle spalle tutte le forme ed i nomi e di sforzarsi di fare l'esperienza di Dio Informale. L'Assoluto privo di forma e di attributi dona l'estasi spirituale più elevata. Il devoto rimane estasiato e rapito dall'ispirazione divina dell'Assoluto Informale e ne trae perfetta beatitudine. Questo stadio meditativo superconscio trascende ogni dualità, è uno stato di conoscenza unificante del Divino, è permanente e va al di là di ogni attributo e sentimento.

Il novizio deve cominciare meditando sull'aspetto di Dio dotato di attributi e deve rispettare tutte le restrizioni. Egli deve essere regolare e puntuale nella pratica della disciplina. Un giovane virgulto deve essere protetto dagli animali, perciò bisogna mettergli attorno una recinzione finché non diventerà un grande albero; poi ogni riparo sarà superfluo. Allo stesso modo, norme e regole sono necessarie ai principianti della disciplina spirituale. Chi invece è già ad uno stadio

795. I Quattro Stati della Coscienza di Sri Sathya Sai Baba

Scritto da Rosario Castello

Domenica 05 Novembre 2017 00:00 - Ultimo aggiornamento Domenica 05 Novembre 2017 10:45

avanzato non ha bisogno di supporti esterni, ma può conseguire lo stato d'estasi ogni volta lo desidera.

In tal modo la meditazione diventa spontanea ed abituale.

Si deve fare una distinzione fra concentrazione e meditazione. Lo stadio iniziale della concentrazione deve essere seguito dalla contemplazione e dall'assorbimento; quest'ultimo condurrà poi alla meditazione, la quale non è monopolio di una particolare religione, ma è un programma universale e pratico per acquisire la conoscenza unificante del Divino.

Sri Sathya Sai Baba (1926-2011)