

BRAHMACHARYA (il Celibato)

Una intervista di Swami Chidananda
raccolta da
Bill e Susan Eilers



Estratto da "What Is Enlightenment?" - Spring/Summer 1998 - Rivista dell'Associazione Filosofica
fondata e diretta da Andrew Cohen
California - USA.

ASSISI - Luglio 1998

Questo piccolo lavoro è offerto con devozione, amore e rispetto a Gurudev Swami Sivananda e al nostro Maestro Swami Chidanandaji in occasione del Gurupurnima 1998.

Prima Edizione USA - Marzo 1998
Prima Edizione Italiana - Luglio 1998

Traduzione Italiana di " Brahmacharya" by Swami Chidananda,
intervista raccolta da Bill e Susan Eilers per la Rivista
"What Is Enlightenment?" - Spring/Summer 1998,
a cura di L & L Porpora.

© Swami Chidananda Saraswati
President of Divine Life Society - Rishikesh - India

©COPYRIGHT:
ALL THE RIGHT RESERVED by
The Divine Life Trust Society
P.O. Shivanandanagar - 249192
Rishikesh - U.K. - India

Stampato in Assisi-Santa Maria degli Angeli-Tipolitografia Properzio

PRESENTAZIONE

Il celibato, *brahmacharya*, è un argomento estremamente controverso tra i sinceri ricercatori spirituali, monaci o laici che siano.

Le varie scuole di pensiero religioso e filosofico, trattano il delicato argomento in modo molto diverso e talvolta contrastante.

In questa lunga intervista raccolta da Bill e Susan Eilers, padre e figlia, due monaci che vivono da lungo tempo nello Sivananda Ashram a Rishikesh, Swami Chidananda tratta in modo magistrale l'argomento dipanando l'aggrovigliata matassa con la Sua illuminante saggezza.

Tutti gli aspetti della sessualità, nel contesto della ricerca spirituale e non solo, vengono toccati e illustrati con chiarezza ed alla fine vengono date le soluzioni per risolvere il problema.

Abbiamo ritenuto l'argomento molto importante per il ricercatore spirituale italiano e per questo motivo gli proponiamo questa traduzione, nella speranza di essere di aiuto a molti.

Offriamo questo piccolo lavoro ai Santi Piedi di Gurudev Swami Sivananda e dell'amato Maestro Swami Chidananda, in occasione del Sacro Gurupurnima 1998, con rispetto, devozione e amore.

I TRADUTTORI
Assisi - Gurupurnima, Luglio 1998

PRESENTATION

(translation from Italian)

Celibacy, *brahmacharya*, is a extremely controversial argoment among earnest spiritual seachers, monks or laymen.

Many religious philosophical schools of thought, deal with this thoughtful argument, in many different way, often opposite.

In this long interview, recorded by Bill and Susan Eilers, father and doughter, two monks living from many years at Sivananda Ashram in Rishikesh, Swami Chidananda deal with this argument in a very fine way disentangling the skein with His brilliant wisdom.

Every aspects of sex force, in the contest of spiritual quest, and not only, are touched and make clear, and at the end solutions to solve the problem are given.

We have considered the subject very important for the Italian spiritual aspirants, and for this reason, we have thought to suggest this translation to them, hoping to be helpful to many.

We offer this little work at Holy Feet of Gurudev Swami Sivananda and Beloved Master Swami Chidanandaji, in occasion of Holy Gurupurnima 1998, with respect, devotion and love.

The Translators
Assisi - Gurupurnima, July 1998

PREGHIERA UNIVERSALE

O 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

INTRODUZIONE

di
Bill e Susan Eilers (*)

Quando Andrew Cohen (*filosofo e conferenziere Americano per la cui rivista Swamiji ha rilasciato questa intervista - ndt*) ci telefonò dall'Australia e ci chiese se potevamo intervistare Swami Chidananda sul ruolo del celibato nella vita spirituale, la nostra prima reazione fu: "Come Swamiji troverà mai il tempo?" Ma la nostra seconda reazione fu anche: se c'è qualcuno in questo mondo che ha una comprensione pratica del celibato, questo è Swamiji e quindi avremmo almeno dovuto fare la richiesta.

Così, quando Swamiji ritornò all'Ashram alcuni giorni più tardi per la celebrazione dei cinque giorni del *Navaratri*, gli facemmo pervenire la nostra richiesta scritta. Quella sera, dopo il *satsanga* (incontro con un maestro spirituale) egli si girò verso di noi e disse che, mentre non sarebbe stato possibile trovare tempo durante i prossimi giorni, se per noi ciò non fosse stato un inconveniente, avremmo potuto incontrarlo tra un paio di settimane vicino Delhi. Il luogo era una nuova casa di campagna che gli era stato richiesto di inaugurare e benedire e dove poi avremmo potuto passare alcuni giorni di riposo. Fummo immediatamente d'accordo e così, verso la fine di Ottobre, durante quattro giorni pieni, non solo potemmo passare del tempo con lui informalmente, ma riuscimmo anche a registrare cinque ore di dialogo relativo al soggetto di questo numero di "What Is Enlightenment?".

Pensavamo di dover cominciare la nostra intervista nella tarda mattinata del primo giorno, ma Swamiji era molto stanco e così non lo vedemmo che all'imbrunire, quando si unì a noi per una passeggiata. Stavamo camminando lentamente lungo una strada di campagna quando incontrammo una guardia vicino ad un cancello. Swamiji si fermò e si mise a chiacchierare con l'uomo per circa quindici minuti.

Non comprendemmo molto del discorso in Hindi, ma abbastanza per capire che Swamiji si stava informando circa la famiglia dell'uomo e dove viveva. Come continuammo ad andare avanti, ci rendemmo conto che un'altra vita era stata toccata da uno che ancora rimane nel cuore un semplice monaco, il cui scopo nella vita è fare il maggior bene possibile a quanta più gente è possibile.

Quando ritornammo dalla passeggiata e stavamo salendo le scale, Swamiji si volse verso di noi e disse: "Il soggetto del *brahmacharya*, o del celibato, o dell'autocontrollo non ha necessariamente, nella società Hindù, una qualche connessione con la vita spirituale, o con la *Sadhana* (pratica spirituale) e con l'Auto-realizzazione. Non viene normalmente trattato o raccomandato solo con lo scopo di promuovere la vita spirituale". Dopo che ebbe salito tutte le scale e ci raggiunse nella sua stanza, Swamiji continuò descrivendo la tradizionale vita sociale Hindù e come essa si correla al soggetto di *brahmacharya* e di vita sessuale, così che potessimo comprendere il più ampio contesto in cui *brahmacharya* è visto nella tradizione Hindù.

Nell'antica India, egli ci ha spiegato, la vita di una persona era stimata di circa cento anni, divisa in quattro periodi. Il primo era quello dello studente, o lo stadio del *brahmacharya*, dove i giovani dovevano studiare duramente, costruirsi un buon fisico ed in ogni maniera prepararsi alla futura vita da adulti. Durante questo stadio ci si aspettava che osservassero uno stretto celibato.

Il secondo stadio era quello dell'uomo di famiglia (householder) dove l'esercizio dell'attività sessuale era concesso e riconosciuto come parte legittima della vita umana; era considerato un compito fondamentale di una famiglia offrire prole per formare la prossima

generazione. Swamiji continuò: "Naturalmente ciò non significava che il suo esercizio fosse senza freni, altrimenti sarebbe stato degradante. Ma gli veniva data la piena approvazione della società".

"Il terzo stadio della vita era lo stadio del ritiro, quando la coppia lasciava tutti i problemi economici riguardanti la vita ai propri figli e volgeva la loro mente verso cose più elevate," Swamiji spiegò, "qui nuovamente essi riprendono la pratica del *brahmacharya* come parte della loro *sadhana*".

"Poi, durante il quarto periodo, la propria vita doveva essere dedicata a Dio. Uno diventava un *sannyasin* o un monaco, e allora, naturalmente, il celibato era automatico. Così, vedete, il concetto di *brahmacharya* era parte integrante della tradizione sociale Indiana-Hindù. Nel suo senso più ristretto *brahmacharya* significa un completo celibato, nel suo senso più ampio, come quando può essere applicato ad un uomo di famiglia, significa autocontrollo, non abuso della funzione sessuale e stretta fedeltà al proprio partner."

La nostra conversazione poi si rivolse al ruolo delle pratiche spirituali ed a come esse aiutano a sollevare la coscienza incoraggiando le tendenze più elevate dentro di noi. "La stragrande maggioranza degli esseri umani sono solo animali umani" disse Swamiji. "Essi sono totalmente radicati nella coscienza corporea. Non hanno nessuna idea di essere qualche cosa di diverso. Anche le loro funzioni mentali, sono istintive. Sono tutte una reazione a qualcosa che accade loro, non un utile e indipendente esercizio delle loro facoltà intellettive. Essi non hanno tempo per questo. Dal momento che si svegliano, sono tutti assorbiti dalle loro attività giornaliere".

"Mentre l'essenza della vita spirituale," egli continuò, "è una graduale eliminazione, sradicamento, dell'animale interiore ed il raffinamento o purificazione ed educazione dell'intera natura umana così che perda i suoi movimenti in tutte le direzioni e cominci a muoversi nella direzione verticale ascendente. Una volta che all'umana natura viene data questa direzione verso l'alto, simultaneamente inizia il risveglio della Divinità dormiente dentro di noi con l'aiuto di tutte le proprie pratiche spirituali. Se uno sa che il processo spirituale, la vita spirituale, è l'eliminazione della parte animale, il raffinamento e la direzione verso l'alto della parte umana, il risveglio e lo sviluppo di quella Divina, allora tutte le pratiche spirituali, incluso il ruolo del *brahmacharya*, trovano il loro proprio posto."

Swamiji sembrò avere apprezzato la nostra prima conversazione. Egli sorrise e disse: "Così dobbiamo ringraziare Andrew Cohen per questo, perché, alla fine, egli è alla base di tutto ciò. Domani cominceremo a discutere le domande una per una."

I nostri dialoghi che si svolsero nei giorni successivi, hanno rivelato un aspetto di Swamiji che non è spesso visibile. Normalmente uno vede in lui quello che uno si aspetterebbe da un Santo - dolcezza, santità, gioia, costante considerazione per gli altri, grazia nei movimenti ed una presenza che viene sottilmente sentita nel cuore di coloro che attraversano il suo sentiero. L'intervista che segue mostra di quale natura un Santo è effettivamente fatto ed aiuta a completare la sua immagine.

(*) *Nati in Canada, Bill Eilers e Susan Eilers - noti ora come Swami Atmaswarupananda e Swami Amritaswarupananda - sono ambedue residenti nello Sivananda Ashram di Rishikesh ed ambedue hanno preso i voti monastici per tutta la vita. Tra le altre attività, essi lavorano insieme nel preparare per la pubblicazione gli insegnamenti di Swami Chidananda.*



BRAHMACHARYA (il Celibato)

Domanda: Al celibato o *brahmacharya* è stato dato sempre un posto preminente nella vita spirituale e sappiamo che ambedue, Swami Sivananda e Lei stesso, avete confermato questa importanza. Perché dunque il celibato è così importante e qual'è il suo ruolo nella vita spirituale?

Swami Chidananda: Una delle ragioni per la sua importanza è che abbiamo ricevuto dalla nostra eredità spirituale l'opinione che il celibato è una necessità di base, un prerequisito per la vita spirituale. Questa opinione ha continuato ad essere riconosciuta valida per molti, molti secoli durante i quali la società Indiana è cambiata e molti vecchi concetti sono stati abbandonati.

L'Hindù normale è sempre stato progressista. Non ha mai esitato a cambiare se sentiva che il cambiamento avrebbe accresciuto la sua conoscenza e l'avrebbe messo in una posizione migliore. Venendo in contatto con visioni e conoscenze provenienti da altre società c'è stata una nuova rivalutazione dei nostri antichi concetti ed opinioni. Nonostante ciò, troviamo che il concetto di *brahmacharya* ed il fatto di avere un ruolo importante nella vita spirituale è rimasto inalterato. Ha superato la prova del tempo, è stato onorato dal tempo. Se non fosse stato qualcosa di valore durevole, anch'esso sarebbe stato modificato. Ma non è stato così. Come soleva essere considerato migliaia di anni fa, così viene stimato ancora oggi tra i maestri spirituali, Gurus e Yogis - con lo stesso atteggiamento, come una cosa necessaria ed importante.

Un'altra ragione per cui sono stato sempre un sostenitore del celibato è che le grandi personalità spirituali che hanno avuto un'enorme influenza nella mia vita fin da quando posso ricordare - personalità come Ramakrishna Paramahansa, Swami Vivekananda, Sri Aurobindo Gosh, come anche Gurudev Swami Sivananda stesso - erano tutte persone che credevano nel celibato. Erano tutte personalità che avevano detto che questo è molto importante, indispensabile. Così naturalmente, quando questa gente, che era la sorgente della mia vita spirituale, era così sincera e assolutamente chiara - essi sembravano non avere alcun dubbio su questo - dissi: bene allora questo è così, e questo decise per me, nel mio approccio alla vita spirituale.

Brahmacharya o celibato, è un processo razionale di preservazione e conservazione di preziosa energia, così che essa possa essere utilizzata in altre molto essenziali ed indispensabili funzioni. Se è così conservata, può essere convertita, proprio come l'acqua liquida che possiamo toccare, viene trasmutata nel sottile vapore. Allora può fare cose straordinarie. Un fiume può non avere molta potenza di per se stesso. Voi potete facilmente traversarlo a remi od a nuoto. Ma se viene sbarrato e le sue acque conservate, allora acquista la potenza, quando propriamente incanalato, per far girare grandi turbine. Il caldo sole, anche in estate, normalmente non produce un fuoco, ma se concentrate i suoi raggi con una lente, quei raggi bruceranno immediatamente qualsiasi oggetto su cui sono stati focalizzati. Questo è quello che è attualmente il celibato.

Ora, la domanda interessante è: qual'è l'origine, la sorgente di questa energia? Dopo anni ed anni di teorie e di scoperte, i moderni fisici sono arrivati alla conclusione che tutto

quello che esiste in natura non è una materia solida o palpabile come tale, ma energia che riempie l'intero cosmo, tutto lo spazio.

I nostri antichi avi hanno detto che questa è l'energia cosmica che sostiene i corpi celesti nel loro corso. Essi sono tutti tenuti in movimento da questa misteriosa, inesplicabile, indescrivibile, inimmaginabile energia cosmica. Ed essi consideravano quell'energia come qualcosa di divino, qualcosa che non ha né inizio né fine, è eterna e pervade tutto. Non c'è luogo dove non sia presente. Ed è questa energia che è presente negli esseri viventi come forza sessuale. Così gli Hindù consideravano questa energia come sacra, qualcosa degna di essere adorata, da non sperperare. Essi dissero che questa energia non era altro che la manifestazione della Madre Divina, l'Energia Cosmica, quindi doveva essere considerata con riverenza.

Questa forza cosmica si manifesta nel nostro sistema come *prana* (energia vitale, forza vitale). Il *prana* è la preziosa riserva del ricercatore. Ogni attività dei sensi o esperienza dei sensi, consuma una quantità di *prana*. E l'attività che consuma la più grande quantità di *prana* è l'atto sessuale. Il più alto di tutti gli obiettivi della vita umana, la conquista spirituale, richiede la massima disponibile energia *pranica* su tutti i livelli: mentale, intellettuale ed emozionale. Il *prana* è richiesto per la riflessione spirituale e la discriminazione. Il pensiero deve essere acuto e l'intelletto penetrante. Per comprendere le implicazioni più sottili delle istruzioni del Guru, si richiede uno speciale tipo di intelligenza. Voi potete essere una persona molto intellettuale, e potete immediatamente afferrare il significato di qualcosa che il Guru vi sta dicendo, ma se il Guru sta parlando di un soggetto astruso al di fuori della vostra normale ordinaria umana esperienza, voi avete bisogno di un tipo speciale di comprensione. E quella comprensione si sviluppa attraverso il *brahmacharya*. Così come ho detto, tutte queste diverse pratiche richiedono l'uso del *prana*, e il celibato assicura che un'abbondante riserva di *prana* sia disponibile al ricercatore. Così, visto da questa angolatura, questo è un processo razionale e molto positivo.

Questa è la parte razionale dietro il celibato. Se conservate l'energia vitale e la dirigete verso il processo spirituale della contemplazione, lo studio filosofico, la riflessione e la meditazione, queste vengono coronate da successo, perché avete concentrato la vostra energia e siete stati capaci di dirigere questa forza concentrata focalizzandola sulle vostre pratiche spirituali. Se è conservata, concentrata e diretta in un canale specifico, opera meravigliosamente.

C'è un'altra ragione per cui *brahmacharya* è importante. Io non sto ora parlando di persone eccezionali che hanno una illuminazione improvvisa e poi sono, una volta per tutte, sollevate dal piano fisico grossolano della coscienza corporea in un altro più elevato, senza ritornare indietro. In un momento di illuminazione Ramana Maharshi si stabilì nello stato: "Io non sono né corpo né mente. Io sono il Sé Immortale. Io non ho né tempo né spazio. Io non sono mai nato". In un breve istante - un momento, egli era solo un ordinario studente e poi improvvisamente seppe che egli era quello che la **Bhagavad Gita** descrive come quello che: "Il fuoco non può bruciare, l'acqua non può bagnare; le armi non possono ferire, il vento non può seccare. Tu sei non nato, sei permanente, eterno, al di là del tempo. La morte non ti appartiene". Egli si stabilì una volta per tutte in quella dimensione e mai si mosse da quello stato. In tutta la sua vita, non importa cosa stesse accadendo attorno a lui, nulla lo toccò, nulla lo influenzò. Ma non sto parlando di gente come lui.

Il Vedanta molto tempo fa investigò il soggetto della situazione umana ed i saggi videro chiaramente che 9.999 individui su 10.000 erano completamente invischiati nello stato: "Io sono questo corpo". Essi conoscevano la loro identità solo come entità fisiche, un essere con mani e piedi, orecchie ed occhi, che mangia, beve, dorme, parla e agisce. Così essi erano totalmente legati al corpo. La loro coscienza era mantenuta al livello del corpo fisico. Questa

è la situazione anche ora. Ma l'obbiettivo del ricercatore spirituale è la coscienza cosmica, che è la sua realtà interiore al di là di tempo, spazio, nome e forma. Così quando confrontate il loro presente stato di coscienza e l'esperienza che desiderano raggiungere, potete proprio immaginare quanto questo sarebbe impossibile se continuassero a perpetuare questa totale identificazione con il corpo fisico e tutti i suoi processi.

Di tutti questi processi corporei, molti sono diventati meccanici. Molta gente non è più completamente consapevole di mangiare, bere, dormire, evacuare. Tutte queste cose sono diventate automatiche. Ma il solo processo in cui la maggior parte di essi si impegna deliberatamente, con grande desiderio - volendolo, pensandoci, pianificandolo e andando alla ricerca - è il godimento del sesso; ciò significa che questo è un processo che concentra la loro intera coscienza, l'intera mente, l'intera attrazione sull'aspetto fisico, la loro identità fisica. Da una certa visuale, l'atto sessuale è l'acme della materialità o animalità. E' un processo che dirige obbligatoriamente la vostra intera attenzione sopra il materiale ed anche di più, la totale focalizzazione del vostro desiderio e attenzione sopra quella parte della vostra natura fisica che voi condividete in comune con l'intero regno animale. Viene questo ad essere in qualche modo utile per raggiungere la coscienza cosmica?

Così, qui, c'è un essere umano, la corona e la gloria della creazione di Dio, più elevato di tutto il resto delle specie viventi, che si immerge nel grossolano, fisico, materiale livello animale e dedica sé stesso totalmente ad esso: cercandolo, desiderandolo, ricercandolo, indulgendo in esso facendo ogni cosa possibile per ottenerlo e volendolo avere sempre disponibile. Questo significa che uno si sta volontariamente legando ad un livello di coscienza materiale.

Se voi siete ricercatori spirituali, non vedete che state lavorando contro voi stessi? Dovete liberare la vostra coscienza dai livelli inferiori ed andare sù, sollevandola verso livelli progressivamente più elevati di stati più sottili e più raffinati. Perché, se la totalità del processo spirituale dell'illuminazione è un processo di sollevamento verso un più elevato stato di coscienza, ciò implica automaticamente il liberare voi stessi da uno stato di coscienza inferiore. Se volete andare verso Nord, questo significa allontanarsi dal Sud. Ed una delle cose che vi aiutano a liberarvi da questo livello fisico materiale è il celibato. La Coscienza Cosmica, la Coscienza Assoluta è molto lontana se non riconoscete la necessità di liberarvi dalla vostra completa identificazione con il corpo.

DOMANDA: Ci sono stadi particolari nella vita spirituale quando il celibato diventa particolarmente importante e anche essenziale?

SWAMI CHIDANANDA: Sì e no. Da un punto di vista, il celibato forma la vera fondazione. E' realmente il primo stadio, l'A,B,C. Così possiamo dire che non è che diventa importante o indispensabile ad un certo stadio, ma che è essenziale proprio a livello iniziale.

Se la vostra aspirazione è autentica e genuina, e se questa aspirazione prende la forma di un impegno totale verso l'esperienza spirituale ed è uno sforzo completo di muoversi verso quella direzione, allora voi dovete muovervi solo in quella direzione. Non potete correre dietro a due cose. Perché poi questo vi porterà a fare un passo avanti ed uno indietro e non progredirete mai veramente.

La vita spirituale inizia con il riconoscimento che fino a quando voi continuate ad andare a capofitto nella ricerca della soddisfazione dei sensi e del piacere, non vi state muovendo di un passo. Così tutto sarà teorico e accademico. La nostra aspirazione, il nostro desiderio di vita spirituale, lo sarà solo in teoria - una fantasia, un'emozione. Voi non avete iniziato. Così lo stesso stadio iniziale della vita spirituale è un allontanarsi dall'esperienza dei sensi, dall'indulgenza dei sensi e iniziare a muoversi nella direzione opposta.

Swami Sivananda soleva dire: "*Brahmacharya* è la base dell'immortalità". In molti punti nelle Upanishads si dice: "L'esperienza della saggezza non può venire a chi non tiene a freno i sensi e non ha controllato i capricci della sua mente vagabonda." Così io credo che il celibato non si riferisca ad un qualche stadio, ma riguarda tutta la vita spirituale. Perché la vita spirituale è una trascendenza della vostra natura umana, dell'umana coscienza. E se è una trascendenza, voi dovete lasciarvi alle spalle tutto quello che costituisce la vostra natura umana, la vostra materialità. Voi dovete cominciare con esso e continuare con esso. Dovete vedere il celibato in una maniera positiva, non come qualcosa che è contro natura. Non dovete pensare affatto che state facendo una qualche violenza a voi stessi.

Finalmente, da un punto di vista puramente scientifico e tecnico, uno degli Yoga dove il celibato è assolutamente essenziale e indispensabile è il Kundalini Yoga (la pratica di risvegliare l'energia vitale). Non c'è compromesso con questo Yoga. Proprio dall'inizio il celibato è assolutamente essenziale e indispensabile. Altrimenti può essere pericoloso. E questa è la parte "no" della risposta.

La parte "si" è per affermare che nel contesto totale della vita spirituale in India, ci sono certi stadi e stati dove uno può essere altamente spirituale e ancora allo stesso tempo condurre una normale vita sessuale. Questo è vero specialmente nel sentiero del *Bhakti Yoga* (lo Yoga della devozione). Gente che segue il sentiero dell'amore di Dio, devozione, preghiere ed adorazione, il canto del Nome Divino, il canto delle Sue glorie. Questo sentiero non fa nessuna distinzione tra un celibe *brahmachari*, un capo di famiglia sposato ed una coppia che si è ritirata per vivere una vita spiritualmente orientata, dopo aver portato a termine i propri obblighi come membri di famiglia. Il sentiero della devozione sembra essere in India, una dimensione della vita spirituale dove il totale celibato, nel suo senso di assoluta astinenza, non è richiesto espressamente. Non è guardato con disapprovazione, ma non è richiesto assolutamente. Ma a causa del fatto che l'atto sessuale consuma una grande quantità di energia pranica, naturalmente l'autocontrollo è anche importante. La promiscuità sessuale non è stata mai approvata, mai considerata con favore. Così un certo tipo di freno, nella forma di autocontrollo e fedeltà nella vostra relazione sessuale con il vostro partner legalmente riconosciuto, può anche essere considerato come una forma di *brahmacharya*.

Questo è stato il caso di molti devoti, amanti di Dio e l'India spirituale non manca di esempi di essi. Da un capo all'altro dell'India abbiamo visto il fenomeno di grandi comunità di estatici devoti di Dio, molti dei quali sono state persone sposate, che vivevano una normale vita sessuale, ma ciononostante, erano assorbiti nel divino amore per Dio. Così questa è la parte "si" della risposta. A questo stadio la sessualità sembra che non sia in alcun modo proibita o incompatibile con la vita spirituale.

DOMANDA: Suppongo che l'indagine Vedantica, l'approccio più intellettuale alla vita spirituale, non sarebbe incompatibile con una normale vita matrimoniale.

SWAMI CHIDANANDA: Sì, sì, ma nel tipo di vita Vedantico, gradualmente, inconsciamente, senza neanche proporselo come scopo, nel corso del tempo, la persona cambierebbe gradualmente fino a quel livello di coscienza dove il sesso comincerebbe a sembrare superfluo. Esso contraddice proprio la tesi di base del Vedanta: "Io non sono questo corpo. Io non sono i cinque elementi, non sono gli elementi aggiuntivi limitanti." E per quel differente, distinto qualcosa, il sesso non ha significato. Perché esso non è dentro il regno della coscienza fisica, del funzionamento materiale.

DOMANDA: Il celibato è spesso visto nel moderno Occidente come qualcosa fuori moda, una pratica di vecchio tipo. Spesso è vissuto come repressivo, che nega la vita -

anche antitetico a quello che alla fine è il significato totale della pratica spirituale. In Occidente molte autorità spirituali stanno ora insegnando che per realizzare la nostra totale potenzialità come esseri umani, dobbiamo abbracciare, piuttosto che evitare in ogni modo o reprimere, la nostra sessualità. Queste opinioni sono in netto contrasto con quello che le grandi tradizioni hanno sempre insegnato. Qual'è il suo pensiero su questo?

SWAMI CHIDANANDA: Io non sono d'accordo con l'atteggiamento generale che è stato appena espresso. Essi non hanno afferrato il ruolo del *brahmacharya* nella vita spirituale. Non è fuori moda; non è affatto un vecchio stile e non è un concetto repressivo o che nega la vita. Al contrario, è usato come base per una vita eterna, per una vita senza fine. La loro visione della vita sembra essere una visione molto limitata, una ristretta visione della vita. Questa non è la sola vita che c'è. Quando cominciate ad avere un piccolo barlume o idea di quello che è la vita reale, allora rimarrete proprio stupefatti. Questa vita presente è senza significato. E' una piccola cosa di poco conto, un niente, se non è compreso come una strada per decollare ed essere catapultati in una vita più grande. Questa vita è un mezzo per quel grande, glorioso obiettivo e scopo dell'umana esistenza, che è entrare in una vita che è la vita di Dio, che è unità con la vita di Dio, il regno del Cielo. Questo è il grande scopo dell'umana esistenza. La vita umana ci è stata data come un corridoio verso la divinità, una via di transito verso la vita eterna.

Così *brahmacharya* non è né reprimere la sessualità, né evitare la sessualità. E' solo baypassare la sessualità, facendo uso di quel potenziale sessuale per qualcosa dieci volte, cento volte più grande. Quindi la questione della repressione o della soppressione è una definizione poco appropriata. Ed è dovuta alla mancanza di una esatta comprensione di quello che è la reale ricerca spirituale. Se questa è ben compresa, allora questi termini non verranno usati. Noi non siamo solo esseri umani; noi siamo molto di più che esseri umani. Il nostro status di umani è solo un pallido riflesso di quello che veramente siamo.

Il solo motivo per cui il nostro stato umano acquista una qualche ragione e significato, è perché se propriamente utilizzato, può sollevarci e portarci in quello che è il nostro regno, portarci in quel reame sul quale abbiamo un diritto di nascita.

Però da un certo punto di vista, l'idea dell'Occidente che *brahmacharya* può essere una soppressione non è completamente sbagliata. Se uno reprime o sopprime una qualche facoltà naturale, ciò può portare a qualche indesiderabile cambiamento della personalità. Se *brahmacharya* è forzata su un individuo contro la sua volontà e le sue inclinazioni naturali, ne possono derivare conseguentemente delle condizioni anormali, perché la persona è stata obbligata a fare qualcosa che nel profondo di se stesso o se stessa, non vuole fare - obbligata da altri, dalle costrizioni sociali o prendendo dei voti che lui o lei non avrebbe dovuto prendere se non dopo aver ben considerato esattamente cosa ciò avrebbe implicato.

Ma se una persona intelligente, dopo aver profondamente considerato l'intera base della vita, dice: "Quando voglio acquisire qualcosa di grande, qualcosa di importante, non posso permettermi di sciupare le energie che ho. Più le conservo, più le posso orientare in quel conseguimento ed ancora più grandi sono le possibilità di successo". Pensando così ed avendo compreso l'aspetto logico di esso ed apprezzando totalmente l'obiettivo finale a cui porterebbe, se lui o lei volontariamente, decisamente e con grande entusiasmo cominciasse a praticare il celibato, da dove verrebbe poi la questione della soppressione? Al contrario, quello che sembra essere una specie di negazione sta attualmente dando piena espressione ad una più alta dimensione del vostro essere in cui ora avete messo voi stessi. Così, lontano dal negare l'autoespressione, ciò significa dare piena espressione a voi stessi perché non siete più identificati con l'aspetto inferiore della vostra personalità totale. E' una specie di

liberazione e di evoluzione verso un livello superiore. E' qualcosa di positivo, creativo e non qualcosa di negativo. Non è una negazione ma l'attuale espressione di voi stessi.

Quando si presenta un tale processo, allora Freud e gli altri sono completamente fuori bersaglio. Essi non hanno mai preso in considerazione una tale situazione, una tale possibilità. Ma non è solo una possibilità, è una tradizione di secoli, di millenni - qualcuno pronto a fare qualsiasi cosa, a dare qualsiasi cosa, pagare qualsiasi prezzo per il raggiungimento dell'obbiettivo più alto.

DOMANDA: Perché pensa che anche soltanto l'idea del celibato spesso porta l'Occidentale a reagire con ira o con insulti?

SWAMI CHIDANANDA: Io direi che Andrew Cohen sarebbe in una posizione migliore e più competente di me per rispondere a questa domanda. Mentre per me questa è una domanda accademica e teorica, per lui è una situazione sperimentale. Forse questo concetto è per gli Occidentali inaccettabile perché negherebbe loro di perseguire il piacere, l'approccio edonistico che hanno nella propria vita. E' qualcosa che la persona ordinaria in Occidente non vuole sentire. E' un ostacolo al loro modo di vivere. Se essi hanno l'impressione di stare facendo qualcosa di sciocco, si sentono colpevoli. Allora sono molto contrariati e naturalmente diventano pieni d'ira. Sono sicuro che ci sono anche altri i quali considerano che il celibato è contro il comandamento Biblico: "andate e moltiplicatevi". Così se si parla del brahmacharya in senso estremo, allora sembra che stiate pregando contro il comandamento di Dio.

DOMANDA: Il *Tantra*, o la pratica della "sessualità sacra", sta diventando molto popolare oggi in Occidente. Pensa che questi insegnamenti offrano un autentico sentiero spirituale?

SWAMI CHIDANANDA: No, non penso che questi insegnamenti offrano un sentiero spirituale autentico. Perché? A causa dell'umana fragilità, dell'umana debolezza. La mente umana è fatta così, prende sempre la via di minore resistenza. Vuole sempre la via più facile.

Il *Tantra* è un approccio a Dio attraverso ogni tipo di godimento dei sensi. Ogni cosa è offerta a Dio, così tutto diventa santificato, nulla è profano. L'individuo gioisce della soddisfazione dei sensi e vede anche questo come parte della beatitudine di Dio. C'è un punto di vista particolare che ha qualcosa di questa beatitudine. Mentre in tutte le esperienze persiste la dualità - c'è il sentimento: "lo sto godendo di questo oggetto" - nella estrema esperienza sessuale tra un uomo veramente pieno d'amore, intensamente innamorato di una donna e totalmente ricambiato da lei, non c'è coscienza della propria individualità. C'è una totale fusione delle separate coscienze di ognuno e c'è solo la consapevolezza dell'esperienza. Non c'è lo sperimentatore. I sostenitori del *Tantra* dicono che questa è una possibilità quando l'esperienza è portata alla sua perfezione. I due cessano di essere e c'è solo una esperienza non duale, l'esperienza dell'Assoluto, la coscienza *brahmica*. Così essi sostengono che il corpo umano è uno strumento che, se usato appropriatamente, può portare al superamento della coscienza corporea.

Per un individuo su un milione ciò può accadere.

Il conseguimento del piacere è parte dello stile di vita Occidentale, non la sua negazione. Un insegnante su dieci può essere un autentico maestro che offre genuinamente qualcosa di adatto al temperamento Occidentale. Ma nove di essi sono persone molto scaltre. Essi sanno che c'è un mercato per questo, e sono attenti ad esso. L'approccio è: "Tu puoi avere il dolce e puoi anche mangiarlo".

Fate attenzione, questo era un vero sentiero spirituale che molto tempo fa esisteva in India specialmente nella parte Orientale ed anche ora esiste. Ma si è corrotto in maniera grossolana. La gente è diventata irretita in esso. Dicono che stanno praticando il *Tantra*, ma è soltanto mangiare, bere e piaceri sessuali. Non li porta da nessuna parte, ma suppongo che li porti proprio dove essi vogliono andare. Così, la gente illuminata di quel tempo gli conferì il nome di "sentiero pervertito". Due sentieri vennero allora in esistenza: il sentiero autentico che venne chiamato "il sentiero della mano destra" ed il sentiero depravato che era soltanto per il godimento e fu chiamato "il sentiero della mano sinistra".

C'è un episodio nella vita del grande Sri Ramakrishna, il Guru di Swami Vivekananda. Egli praticò tutti i sentieri dello Yoga come anche il Cristianesimo, l'Islam ed altri e scoprì che tutti portavano alla stessa finale esperienza di Dio. Durante un periodo della sua vita spirituale egli praticò anche il *Tantra*. Una donna che praticava il *Tantra* lo avvicinò e gli disse: "sono stata inviata qui da Dio per iniziarti al sentiero *tantrico* per raggiungere la Divinità. Giorno dopo giorno ella gli illustrava la via *tantrica*. Ma quando arrivò allo stadio finale, Sri Ramakrishna, che aveva fatto voto solenne di *brahmacharya*, replicò che con il corpo che possedeva ciò sarebbe stato impossibile. Così ella disse: "Allora avrai ogni aspetto rappresentato dinanzi a te". Fece venire una coppia *tantrica* per rappresentare la consumazione finale della pratica di fronte a lui. E come egli stava osservando stadio dopo stadio, ella andava avanti descrivendogliela: "Osserva attentamente. Ora vedi come sono in estasi; sono in uno stato estatico. Essi hanno perduto la loro coscienza personale." A quello stadio, improvvisamente Ramakrishna perse tutta la sua coscienza. Si immerse in un profondo *samadhi* (uno stato estatico di coscienza non duale). Così egli indirettamente provò a sé stesso che quella esperienza sessuale finale poteva sollevare una persona in uno stato al di là di tutta la dualità."

Così si può dire che la scienza come tale esiste, ma che ci sono pochissimi autentici Gurus, e questo sentiero deve essere seguito rigidamente sotto la personale supervisione di un vero Guru. Io posso essere accusato verosimilmente di essere poco caritatevole, ma credo che la maggior parte dei seguaci della moderna sacra sessualità sono interessati piuttosto a trarne un profitto per loro stessi.

Come vi dissi, la forza sessuale è sacra, il sesso è sacro. E' una delle più sacre di tutte le cose. Ma sessualità sacra è una definizione errata. Una volta che venite irretiti nella sessualità, date l'addio alla sacralità. Questo è dovuto alla fragilità e alla debolezza dell'uomo. Quindi non mi vado a presentare come un suo avvocato.

DOMANDA: Considerando il numero delle cadute e delle aberrazioni in coloro che hanno preso un voto di celibato che dura tutta la vita, sia in Oriente che in Occidente, pensa che forse l'impegno di intraprendere la pratica dovrebbe essere ristretto a individui che prima hanno raggiunto un certo grado di maturità spirituale?

SWAMI CHIDANANDA: Io non vorrei sottoscrivere completamente questo punto di vista perché, soprattutto, coloro che hanno raggiunto un certo grado di maturità spirituale, lo avrebbero raggiunto, almeno parzialmente, attraverso *brahmacharya*. Proprio il fatto che hanno raggiunto un certo grado di maturità spirituale indica che *brahmacharya*, almeno nel senso più ampio del termine, deve essere stato parte della loro formazione o parte della via per cui sono saliti a quel grado di maturità. E non ho esitazione a dire che, in ogni modo, le cadute e le aberrazioni a cui vi riferite non possono diminuire la validità del concetto e della tradizione di *brahmacharya*. Esse sono dovute soltanto alle imperfezioni delle persone.

D'altra parte, prima che uno prenda un voto di celibato che dura tutta la vita, deve essere sicuro di avere una reale vocazione; ci deve essere una chiamata interiore alla vita

spirituale e ad abbracciare il celibato. Non può essere una decisione basata sul sentimento o su una euforia, piuttosto è un giudizio attraverso una razionale e logica valutazione della vita. Insisto anche sul fatto che non si dovrebbe prendere il voto di monachesimo finché non si è abbastanza adulti per comprendere la propria biologia e non si è avuta una qualche esperienza di quello che si ha dentro se stessi, di quello con cui si deve trattare. Si deve affrontare questo con coraggio. Vorrei suggerire che ad una persona dovrebbe essere concesso di prendere il voto del celibato per tutta la vita, solo dopo che è stata tenuta sotto osservazione e tutela per un certo periodo di tempo. Per esempio, la Ramakrishna Mission accetta un individuo come tirocinante per un intero anno. Poi la stessa persona va attraverso un periodo di prova per un minimo di otto anni. Solo allora la stessa è eleggibile alla richiesta di essere uno *swami* (monaco) a pieno titolo. Così questo tipo di accettazione, selezione e osservazione potrebbe forse ovviare a molte di quelle cadute e aberrazioni. Si permette ad una persona di prendere tale voto solo dopo un certo periodo nella vita spirituale. Però, anche quando tutte le condizioni che ho menzionato sono soddisfatte, occorre esercitare una estrema cautela fino a che si è raggiunto lo stadio dove *brahmacharya* è la propria normale e naturale condizione.

Brahman, l'Assoluto, è il *brahmachari* più elevato perché Egli è Uno senza secondo e se voi siete stabiliti in *Brahman*, voi siete in quello stesso stato - dove non c'è un secondo, dove non c'è nessun altro. E' uno stadio dove uno diventa totalmente privo o libero dall'idea del sesso. Non c'è sesso, o uomo o donna o questo o quello perché la propria visione è cambiata. Completamente separati da tutto quello che ci circonda - il mondo in cui uno sta vivendo - si è totalmente cambiati. La propria coscienza non è più a lungo tenuta su quel livello dove tutte le cose hanno un qualche significato o rilevanza. Quando la coscienza è in un altro luogo, tutte le cose sono viste e percepite, ma esse non fanno nessuna differenza. Guardate questo, guardate quello, state guardando ogni cosa, ma questo non porta nessun cambiamento nello stato della vostra coscienza che rimane sempre lo stesso. Questa è la trascendenza finale, che è una possibilità e che è un ideale per cui ci si dovrebbe sforzare e che dovrebbe essere raggiunto. Questo è quello che il Guru vuole per il discepolo. Questo è quello che i santi vogliono per l'uomo ordinario. Ma prima di questo c'è ancora il rischio di una caduta. Così i nostri santi dicono che fino all'ultimo respiro uno deve essere sempre molto cauto.

DOMANDA: Qual'è la chiave del successo in *brahmacharya* ?

SWAMI CHIDANANDA: E' come guardate ad esso!

Prima di tutto è come lo comprendete! *Brahmacharya* è l'indirizzare verso un più alto scopo, è l'utilizzazione della basica, essenziale energia potenziale dell'universo localizzata nell'essere individuale. E' l'aspetto individualizzato o microcosmico dell'illimitabile, infinito, primordiale potere cosmico, che è il macrocosmico aspetto dell'unica realtà non duale. Come sapete, l'aspetto statico è *Brahman*, che è la trascendentale, non duale realtà; il suo cinetico o dinamico aspetto è quella stessa cosa in manifestazione o espressione, in movimento.

E l'aspetto individualizzato di questo potere primordiale, situato in tutti gli esseri, è quel potenziale necessario per l'ininterrotta continuità dell'esistenza. Questo potenziale è praticamente ovunque. Solo perché voi possiate essere in grado di descriverlo, di definirlo o di spiegarlo in termini della moderna fisica o chimica, ciò non altera in nessun modo l'attuale fatto metafisico o filosofico della sua reale natura. Fisicamente potete spiegarlo in termini di pressione o altro, ma questa è soltanto una spiegazione di qualcosa che è già un processo che avanza trasformandosi continuamente in essere e divenire, essere e divenire. Questo potenziale creativo, questo potere creativo è presente in tutto il regno botanico e animale. E'

questo soltanto che si manifesta come tutte le differenti forze nell'essere umano: il potere di agire, quello di pensare, l'abilità di vedere, sentire, odorare, gustare, digerire, respirare, ogni cosa. Ed è questo che è ugualmente presente in ambedue i sessi come energia sessuale. Quindi, essendo questa la chiave della vita, si può immaginare la sua importanza e si possono anche immaginare le sue preziose qualità.

Se uno può comprendere ciò in questo modo, e realizzare la sua reale, sacra cosmica natura come il microcosmico aspetto della macrocosmica *shakti* o potere cosmico - si assume un corretto atteggiamento di reverenza per esso. Non è qualcosa da gettar via come un nocciolo di ciliegia. Una persona può sciupare delle monetine di nickel o di rame, ma se ha delle monete d'oro non si separa facilmente da esse. Così la riverenza e il rispetto sono il frutto di questa comprensione. Successivamente l'aspirante riconosce e vede chiaramente: "C'è qualcosa di molto importante che devo fare. Ho un grande obiettivo da raggiungere e ciò richiede tutta l'energia a mia disposizione da impiegare nella mia ricerca spirituale. Non posso permettermi di deviarla in altri canali per ottenere un conseguimento inferiore." Come Swami Krishananda usa dire: "E' meglio mirare ad un leone e mancarlo che mirare ad uno sciacallo e colpirlo".

Così la **prima** chiave per il successo in *brahmacharya* è riconoscere e comprendere la sacra e preziosa natura dell'energia potenziale che uno possiede. Quando si ha la chiara percezione che questa energia deve essere conservata, preservata e diretta verso il più grande di tutti i raggiungimenti, allora uno ha il **desiderio** di essere *brahmachari*. E questo è visto come un processo molto positivo.

Una **seconda** chiave per il successo, ed un modo di guardare ad ambedue, *brahmacharya* e funzione sessuale, è anche più fondamentale, ed è uno dei due fattori che in larga parte è stato personalmente utilizzato da me. E' quello di percepire chiaramente che innanzi tutto quello che viene chiamato l'organo sessuale maschile non è affatto un organo sessuale, è solo un condotto di scarico dell'urina. Questo è quello che è, e quella è la sua principale funzione dal momento in cui il bambino esce dal grembo della madre fino a quando lascia questo mondo.

Attualmente, se osservate con attenzione, il sesso non è affatto una parte della nostra anatomia. Il sesso non è nell'organo urinario, il sesso è nella mente della persona. Così è una questione del vostro atteggiamento mentale. Se siete convinti e allenate la vostra mente a pensare ad esso in una sana e razionale maniera - è solo un oggetto per eliminare; il suo scopo principale non è quello che domina il mondo e lo conduce alla follia - allora voi siete già liberi da esso. Non vi ossessionerà più a lungo, perché non ci penserete nella maniera in cui la maggior parte della sfortunata società umana viene costretta a pensare.

Quando voi pensate ad esso, la principale funzione dell'atto sessuale, il più importante, è l'indispensabile processo di procreazione. Da un punto di vista metafisico più elevato, il marito e la moglie stanno cooperando con il Creatore per la perpetuazione della specie così che la creazione continui. Questa è la sua funzione principale, non l'esperienza di godimento che l'accompagna. Quest'ultima è un derivato secondario. Allora perché questa funzione è stata fatta così piacevole? Così deve essere. La funzione della procreazione, la perpetuazione della specie, fu fatta attraverso l'atto sessuale e se non fosse stata combinata con una super esperienza di piacere e godimento, nessuno si lascerebbe andare ad essa ed il suo scopo sarebbe stato reso vano. Così Madre Natura, in tutta la sua saggezza, mise le due cose insieme.

Ma se la mente è orientata verso cose più elevate, automaticamente *brahmacharya* diventa facile. Potete riuscire in *brahmacharya* se la mente è totalmente presa da qualcosa di così meraviglioso, così grande, che vi assorbe e vi eleva e la mente è semplicemente afferrata da essa. Quando volete un godimento infinitamente più grande, allora dite: "La mia rinuncia

non è una rinuncia qualsiasi. La mia rinuncia al piacere inferiore dell'aspetto fisico del mio essere, non è affatto la mia rinuncia a cantare vittoria". Al contrario, voi state agendo da saggi perché volete raggiungere qualcosa di infinitamente più bello. E' come gettare via pezzi di vetro se qualcuno vi dice: "Te li sostituirò con diamanti". Questo è un altro modo di guardare all'intero fenomeno del celibato dal punto di vista della vita spirituale e del più alto raggiungimento, dell'illuminazione.

La **terza** chiave per il successo è anche qualcosa che io stesso ho usato proprio dagli inizi e penso che sia la risposta finale.

Il vero segreto del successo in *brahmacharya*, la vera chiave è quello che sto per affermare. Il momento in cui cominciate a pensare: "io sono *atman*, non nato, senza nome, senza forma - io non sono né questo corpo, né questa mente; io sono *satchidananda* - esistenza, conoscenza, beatitudine Assoluta; Autosufficiente - io sono la vera natura della beatitudine Assoluta"; se voi trasferite la vostra coscienza nella vostra realtà, nella vostra essenziale, eterna, vera identità, allora tutto è finito! *Brahmacharya* non è più un problema. Il problema di *brahmacharya* cessa di esistere eccetto una volta ogni tanto dovuto a vecchie impressioni. Se qualche fattore esterno a voi accade che agisca come stimolo, allora una idea può venire. Fate attenzione, non è solo quello che il vostro meccanismo mentale-intellettuale pensa di voi stessi, è anche il vostro sentimento di voi stessi. Se ambedue, il vostro pensare ed il vostro sentire sono elevati ad una tale altezza, elevati a quella dimensione - non è soltanto una questione di altezza, è complessivamente una diversa dimensione - e voi vi muovete in quella dimensione, allora questa dimensione inferiore cessa di essere importante, cessa di avere un qualsiasi impatto su di voi. E' lì presente, può essere in funzione, ma voi non siete in alcun modo influenzati da essa. Una volta che voi iniziate a coltivare l'abitudine di restare immersi nella coscienza della vostra vera identità, allora *brahmacharya* non è più un problema; è risolto.

Così l'**ultima** chiave per avere successo in *brahmacharya* è *atma-bhav* (il sentimento di essere *atman*), diventare assolutamente convinti che siete qualcosa totalmente al di là del corpo, della mente, dei sensi, di qualsiasi altra cosa. La mente, a causa del suo abituale pensare errato, può sostenere l'idea che: "io sono questo e quello". Siate differenti da questo, scartatelo come un non senso, rifiutatevi di considerarlo. Non dategli nessuna attenzione. Siate soltanto. Risiedete nel vostro proprio Sé. Questa è la chiave, più che qualsiasi altra cosa.

Se volete guardarla dal punto di vista della terminologia devozionale c'è una graziosa piccola composizione di Swami Yogananda che dice presso a poco così: "io sono l'onda, Tu sei il mare. Fa che io finisca di essere un'onda e rendimi mare". E il devoto prega così Dio: "io sono Tuo figlio; quello che Tu sei, quello io sono. Tu sei divino, anch'io sono divino. Tu non hai corpo, anch'io non ho un corpo. Io sono puro spirito, onnipervadente come Te. Prendimi nel Tuo stato di coscienza". Così il devoto lo considera in un modo differente. Ma la chiave **finale** per riuscire in *brahmacharya* è il processo Vedantico di spostare la vostra coscienza - rigettando la coscienza corporea - diventando stabiliti nella consapevolezza del vostro vero Sé, come qualcosa dove non c'è né maschio, né femmina, né corpo, né sesso, né personalità.

OM TAT SAT



IL SEGRETO DI UNA VITA FRUTTUOSA

Il segreto di una progressiva e fruttuosa vita è di essere interiormente sempre legati a Dio, uniti con l'Essere Cosmico.

Quando non c'è connessione, quando separi te stesso dalla sorgente del tuo essere, allora la tua vita sarà piena di dolore e sofferenza, miseria e paura e le negatività prevarranno.

Se vuoi porre fine a questo, il solo modo è quello di legare te stesso a Dio, che è la tua sorgente, la tua origine. Mantieni questa connessione sia attraverso l'indagine e la discriminazione, sia attraverso il costante ininterrotto ricordo e la devozione per Dio, sia attraverso la meditazione ed il continuo pensiero di *Brahman*, che attraverso la costante adorazione e dedicando tutte le attività a Lui. Allora, giorno dopo giorno il tuo spirito comincerà a svilupparsi, crescerà, si svilupperà, progredirà, si espanderà e tu raggiungerai l'esperienza divina.

Così ricorda che la separazione da Dio è la causa principale di tutte le miserie umane. Poni fine a questo; sforzati seriamente di raggiungere quello stato supremo di essere costantemente in unità ed in sintonia con il Supremo e di superare le angosce del *Samsara*.

Possa Dio benedirti.

Swami Chidananda

La Grazia di Dio e le benedizioni del Guru saranno di una qualche utilità se sono seguite dal vostro sincero e serio autosforzo. Perché non facciamo ciò che è necessario? Non lo facciamo perché siamo impegnati in una dozzina di cose eterogenee, cose qualsiasi, eccetto l'unica cosa per cui siamo venuti a questo mondo.

Dobbiamo fare il necessario. La Grazia di Dio è qui. Io ve lo assicuro. Nella vita di ciascuno e di ognuno di voi la Grazia di Dio c'è, abbondantemente. Io affermo questa verità: Voi siete benedetti. Voi avete la grazia di Dio in abbondanza nella vostra vita. Ed avete la mano con le benedizioni di Gurudev e il suo sguardo compassionevole su di voi. Non c'è dubbio su questo. Ora sta a voi riconoscere la presenza della sua Grazia e delle sue benedizioni e fare il necessario.

Swami Chidananda