

Permeata di GIOIA

*Mâ Anandamayî nel racconto del discepolo Vijayânanda:
non aveva altri insegnamenti che quello dei rishi e dei muni
e sapeva comunicarli con amore e saggezza*

di Vigyanananda (Jacques Vigne)

Oggi giorno, molti ricercatori spirituali in Occidente s'interrogano in quanto alla tradizione: fino a che punto è necessaria per lo sviluppo interiore, in che misura può anche diventare una limitazione, un condizionamento, se non addirittura una causa di oscurantismo e di fondamentalismo? Mâ Anandamayî è l'esempio stesso di una tradizione vissuta nella gioia, la piena coscienza e che si è aperta per Lei nella Liberazione. È questo che mi ha portato, senza dubbio, a seguire il suo insegnamento per diciotto anni, tramite il suo vecchio discepolo francese, Vijayânanda. Il nome stesso di Mâ significa "impregnata, penetrata" e Jean-Claude Marol lo traduce "Saturata di gioia" in un libro che è uscito in Italia con il titolo *Permeata di gioia (ânanda)*. Diceva Lei stessa che non aveva altri insegnamenti che quello dei *rishi* e dei *muni*, e cioè degli antichi saggi dell'India. Sapeva comunicare quest'insegnamento che aveva realizzato con gioia, amore e saggezza. Incarnava l'India interiore.

È nata nel 1896 in un villaggio dell'attuale Bangladesh, Kheora. Sposata all'età di tredici anni, come si usava a quell'epoca, ne aveva quarantuno quando morì suo marito. Primo testimone della sua trasformazione interiore, quest'ultimo era presto diventato suo discepolo. Essendo stata precocemente e totalmente assorta nella sua *sâdhanâ*, il suo matrimonio non fù mai consumato. Dopo qualche tempo, lo sposo decise di adottare una delle proprie pronipoti, Maroni, di cui Mâ si occupò spesso

dall'età di cinque anni fino all'età di quindici, quando la fanciulla si sposò. Per anni ho visto Maroni all'*ashram* di Kankhal, dove ha trascorso la sua vecchiaia fino alla sua morte nel 1998. Era l'esempio stesso della semplicità e si sentiva in lei

Mâ Anandamayî



una grande dolcezza accompagnata da una vera presenza.

Da giovane, Mâ ha lavorato molto per la sua famiglia intesa in senso lato, come vuole l'usanza per le giovani spose nella società indiana. Eppure per cinque anni è rimasta nel silenzio, pur continuando a servire il suo *entourage*, cosa non proprio banale. Non ha mai avuto un *guru* e non dava iniziazione. Quando, per via eccezionale, dava un *mantra*, non mancava di precisare ai nuovi iniziati, che non era il loro *guru*. C'era dietro a quest'attitudine, alla base, l'esperienza vedantica dell'unità completa con gli altri, dove non è più questione di differenze gerarchiche, di dualità tra *guru* e discepolo. C'è anche una psicologia sottile: troppo spesso in India l'iniziazione è sentita come una specie di nomina a un posto di funzionario a vita e la gente pensa che con un rituale formale uno si assicura il cielo. Invece di stimolare la loro *sâdhanâ*, quell'iniziazione tende piuttosto ad addormentarla. Mâ voleva evitare questo scoglio facendo notare alla gente che il fatto di essere discepolo suo non era un rituale. Dovevano impegnarsi a seguire il suo insegnamento giorno per giorno e avere un comportamento all'altezza di quello che Lei chiedeva. Non faceva mai discorsi e se le si chiedeva qual

**Jacques Vigne
al Convegno Sarva
Yoga di Assisi**



era il suo messaggio, rispondeva che non ne aveva. In compenso impegnava molto del suo tempo a rispondere alle loro domande. Il livello delle domande generava sempre in modo spontaneo in Lei una risposta adatta, allo stesso modo in cui il suono che esce da uno strumento musicale dipende dalla maniera di suonare quello strumento. All'età di trent'anni circa, smise di nutrirsi con le proprie mani. Erano i suoi familiari ad alimentarla. Tutti questi punti indicano uno stesso centro, l'assenza dell'ego, espressa nello spessore stesso della vita e l'insieme delle relazioni quotidiane. A questo proposito l'immergersi nei numerosi aneddoti della vita di Mâ, costituisce un'esperienza che arricchisce particolarmente: aiuta a capire come si possono concretizzare le grandi verità del *Vedânta* nella vita pratica. Si spostava spesso e aveva per abitudine di non rimanere a lungo nello stesso posto. Come diceva Lei stessa, era come "l'uccello sul ramo". Scompariva per periodi più o meno lunghi, in genere accompagnata da una o più persone, e ricompariva in qualche altro luogo. In India è difficile, per una donna, viaggiare da sola.

Mâ ha lasciato il suo corpo nel 1982. Prima, quando le si chiedevano delle direttive per il futuro, non rispondeva. Lasciava ai principali discepoli la libertà di scegliere la linea d'azione da seguire in funzione dell'evolvere delle circostanze, quel che era giusto da fare, poiché ad ogni modo essi sentivano chiaramente la sua presenza nel loro cuore. Spesso i ricercatori spirituali riflettono per anni prima di trovare quale via devono seguire, tra quella della devozione e quella della conoscenza. Però Mâ esprimeva in termini molto semplici la confluenza delle due vie: «Quando uno conosce se stesso realizza Dio e quando realizza Dio, conosce se stesso».

Mâ, in fondo, era totalmente libera; non si prosternava, per esempio, davanti alle statue degli dei. E nell'ambiente vedantico dell'India, questo non urtava la gente anche se pia. Spesso i capi di scuole religiose indù le facevano visita, però Lei non aveva bisogno di nessuno. «Non cadete mai sotto l'influenza di qualcuno» raccomandava. Il suo discepolo francese Vijayânanda ha passato diciassette anni praticamente solo in Himalaya, dedicandosi a una pratica

spirituale intensiva. Ha passato sei anni nell'eremitaggio dove sto scrivendo queste righe, non leggendo, ma meditando e camminando. Mâ è andata a trovarlo una sola volta per due giorni. Gli occidentali rinfacciano al sistema indiano del *guru* d'incoraggiare la dipendenza, ma molti di loro non sarebbero neanche capaci di passare nemmeno una settimana da soli di fronte a loro stessi senza rischiare qualche complicazione psicopatologica.

Mâ non chiedeva mai agli occidentali di convertirsi. Non li spingeva a praticare dei rituali mentre lo consigliava spesso agli indù. Parlava loro direttamente del Sé. Però non chiedeva neanche agli indù di convertirsi a un'altra religione, non ne vedeva l'utilità. Un giorno un prete cattolico era venuto a trovarla a Vrindâvan e avevano parlato del rapporto tra le religioni. Mâ gli aveva detto: «Qui a Vrindâvan ci sono diversi gruppi di adoratori di Krishna, i Goswâmi, i Vallabhâchârya, etc... ma non sentono di appartenere a una religione diversa. Dal mio punto di vista, le differenze tra religioni sono così relative come le sfumature tra le sette di Vrindâvan».

Mâ aveva un cognato che era sparito quando era adolescente, portato via da un gruppo protestante. Era riapparso trent'anni più tardi, completamente "pastorizzato", se così posso dire, cioè era diventato un pastore convinto... Malgrado questo percorso piuttosto delicato per la famiglia – in Francia si sarebbe di certo gridato alla setta –, Mâ ebbe un buon rapporto con lui quando si sono rivisti a Calcutta.

Globalmente il movimento di Mâ non è missionario. Di fatti è questo che mi ha attirato all'inizio. D'altro canto è stato solo quindici o vent'anni dopo la sua morte che i membri hanno pensato di stendere una lista delle persone che avevano preso l'iniziazione e cioè che si erano impegnate ufficialmente nel movimento. Il sistema degli *ashram* di Mâ è monastico. Si viene a visitarli quando lo si vuole. Quando un discepolo si sposta è solo in seguito all'invito di fedeli di qualche altro luogo.

Mâ diceva qualcosa di molto semplice ma severo a proposito della febbre che spinge molti a diventare insegnanti spirituali: «Quando si comincia a insegnare, si smette di progredire». In altri termini, il vero insegnante è quello che è in grado di

dimenticare che è insegnante: non è facile...

Da ciò che conosco della storia dell'India, Mâ è stata la prima donna maestro spirituale conosciuta a sviluppare un movimento e una rete di *ashram* in senso proprio.

Non era una riformatrice, ha preso la tradizione dell'India così come l'ha trovata, non ha agito alla bell'e meglio, come ha anche affermato il sociologo delle religioni Frédéric Lenoir. Aveva una doppia vocazione: in ciò che riguarda gli indù, in particolare i bramini, trasmettere questa tradizione che era stata provata nella sua forma completa, e in ciò che riguarda tutti gli altri, inclusi gli occidentali, ha rappresentato una possibilità di contatti diretti, tramite suo, con la realtà del Sé.

Quando uno s'immerge nella vita e nel pensiero di Mâ, si accorge che è un mondo. È uno studio senza dubbio formativo, quando ci si sente attratti. Ad ogni modo, anche se non è più nel suo corpo e la vita ci porta a conoscere altri maestri spirituali, questo studio ci darà la preparazione importante per fare realmente tesoro del suo insegnamento.

Ci sono due fattori, al di là delle parole, che fanno la qualità di una risposta: da una parte, l'energia e la presenza fondate sull'esperienza e la sincerità di colui che risponde, e d'altra parte, la pertinenza della risposta, in funzione delle circostanze, del livello e dello stato emozionale di colui che fa la domanda. Bisogna riconoscere che tutto ciò è difficile da rendere in un libro, anche se lo percepiamo quando siamo con Vijayânanda.

Riassumendo, si può affermare che Mâ Anandamyî consigliava ampiamente la pratica individuale dell'*hatha yoga* per il bene del corpo e per mantenere la salute. Per contro, era molto più prudente nel consigliarlo come *sâdhanâ* esclusivo e intensivo. In effetti *hatha* significa "della forza" e non è così facile e privo di rischi agire con la forza sul proprio sistema fisico, psichico e spirituale per tre, cinque o dieci ore al giorno per lunghi periodi. Mâ a volte faceva questo bel paragone: «Il corpo è come la carta di un regalo: bisogna saperla aprire dolcemente senza strapparla».

(dalla conferenza tenuta al Convegno di Sarva Yoga – fine prima parte)



JACQUES VIGNE

ha ottenuto, come psichiatra, una borsa di studio per ricerche sul rapporto tra la guarigione psicologica e l'insegnamento tradizionale dello yoga in India. Segue l'insegnamento di Swami Vijayananda, discepolo di Ma Ananda Moyi. Attualmente divide la sua esistenza fra un ashram sulle rive del Gange e un eremitaggio in Himalaya. Nei suoi scritti egli è attento a stabilire un ponte fra la psicologia moderna e la spiritualità e fra pratiche di saggezza indiane e il cristianesimo.