

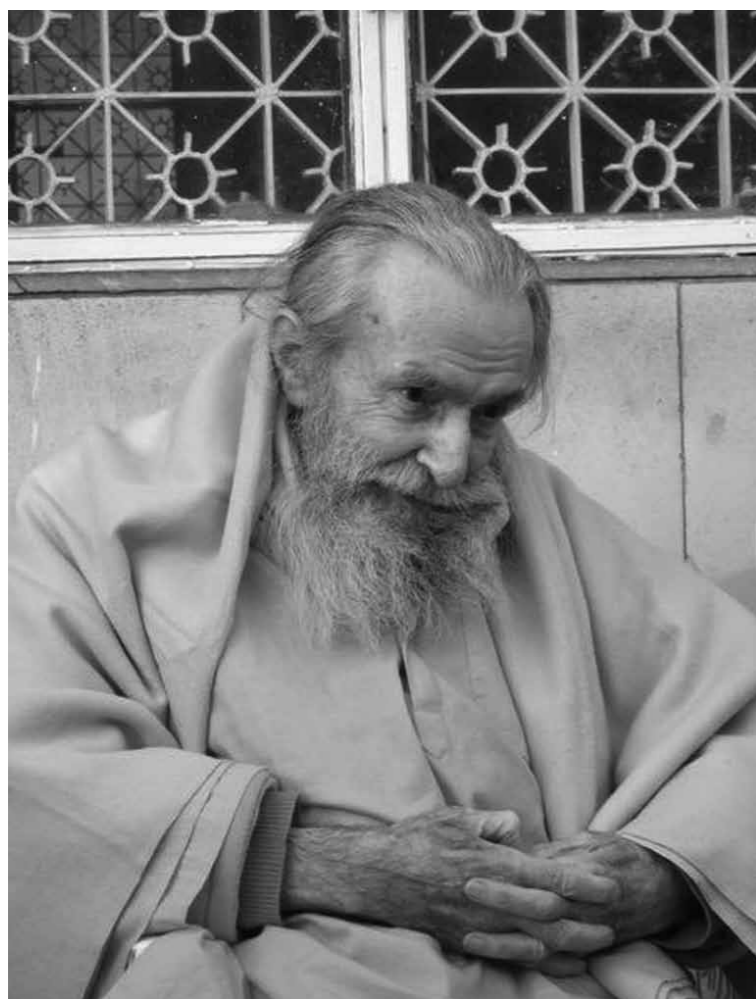
II MAESTRO risponde

Un gruppo di 60 pellegrini della Federazione accompagnato da Eros Selvanizza e Antonietta Rozzi ha incontrato il 24 febbraio Vijayânanda e gli ha posto numerose domande

di **Vigyânânanand (Jacques Vigne)**

Il 24 febbraio il *satsang* con Vijayânanda si è riempito di un'energia insolita: la Federazione Italiana Yoga è venuta con il suo presidente, Eros Selvanizza, e sua moglie Antonietta. Egli è discepolo di

Vijayânanda



Swami Chidânanda, che è stato fino alla sua morte il successore di Sivânanda alla guida della Divine Life Society ed è stato anche molto vicino a Mâ Anandamayî. Il gruppo era formato da più di 60 persone. In 25 anni non avevo mai visto un gruppo così grande ai piedi di Swamijî e avremmo potuto avere qualche apprensione a causa della voce debole di Swamijî e del fatto che continuava a voler fare il *satsang* nel momento più rumoroso della giornata, quello della *pûja* nel tempio di Mâ, con gli altoparlanti che sono sempre a pieno volume. Eppure ci sono state numerose domande e, visto che ripetevo a voce alta ciò che diceva Swamijî, ovviamente con la traduzione di Antonietta, il gruppo ha potuto seguire agevolmente quello che si diceva, porre delle domande e avere delle risposte...

Ecco a voi gli appunti del dialogo tra Vijayânanda e gli insegnanti della Federazione Italiana Yoga, appunti che ho preso subito dopo la conclusione del *satsang*.

La paura è un ostacolo sulla via spirituale?

Vijayânanda (con una veemenza inconsueta): la paura è un ostacolo molto grande, bisogna eliminarlo completamente. Io stesso, a Dhaulchina, mi ero posto come obiettivo, nei sette od otto anni di solitudine che vi ho trascorso, di eliminarla completamente e sono riuscito a far scom-

parire anche le tracce più piccole di paura. *Avete affermato in alcune occasioni che la paura durante la meditazione è come un semaforo rosso: essa indica che non si è ancora pronti per determinate esperienze e che non bisogna aver fretta...*

Anche se una paura si manifesta in modo molto forte durante la meditazione, bisogna (affrontarla) e guardarne la sua origine e così alla fine anche essa sarà eliminata.

Come si può mettere in pratica il non ego nei dettagli della vita quotidiana?

Mi ricordo che, quando ero a Bénarès, guardavo la gente per strada; mi sono accorto che inizialmente lo sguardo si fermava all'abbigliamento e da questo ne deduceva degli elementi sulla condizione sociale della persona, se si trattava di un viaggiatore povero, di un borghese etc... In seguito, l'attenzione si rivolgeva al viso e in quello si poteva osservare la sofferenza della persona, la sua storia affettiva. Infine, l'attenzione si dirigeva allo sguardo e in esso si poteva scoprire il Sé di quella persona, che di fatto è comune a tutti. Quando si realizza che questa coscienza divina, che è alla base di noi stessi, è allo stesso modo alla base degli altri, non c'è più ragione di restare dentro l'ego. La sua radice stessa è eliminata.

Come si colloca il saggio nei confronti della sofferenza del mondo?

Il saggio è compassione: quando vede la sofferenza attorno a sé, cerca di prestare aiuto. Ma dopo dimentica, perché se portasse dentro di sé tutte le sofferenze del mondo, sarebbe troppo.

Come può il saggio far comprendere agli altri il senso della sofferenza?

Può spiegare alle persone che è un frutto del loro *karma*. Altrimenti può pregare il Creatore perché è solo Colui che ha istituito la legge del *karma* che la può modificare. [Si tratta di una riflessione che Vijayânanda faceva molto spesso durante l'ultimo anno di *satsang* e lo stesso vale per la risposta successiva]

Come si prega?

Pensate ai bambini: ogni tanto non fanno altro che mormorare «mamma, mamma!», ma in certi momenti gridano veramente ed esclamano con intensità «mamma!». In quel momento, lei comprende che c'è qualcosa di serio e accorre immediatamente. Dio si comporta allo stesso modo:

non comprende le parole ma l'emozione che sta dietro a esse. Se sapete pregare gridando veramente, sarete esauditi immediatamente.

Noi arriviamo dall'Occidente: come ci vede?

Vedo la condizione interiore di ciascuno. Guardando il viso di qualcuno, ci si può rendere conto della sua condizione mentale. [È sopraggiunto un momento di silenzio in cui il gruppo è sembrato essere ansioso, addirittura un po' imbarazzato. Vijayânanda se n'è accorto immediatamente e ha aggiunto con un sorriso, rivolgendosi alla traduttrice Antonietta Rozzi: «Non avremmo dovuto parlare di questo, adesso hanno paura...». Ha aggiunto un po' di commenti più generosi per rassicurare il pubblico, probabilmente sul fatto che non aveva alcuna intenzione di giudicare e condannare tutti i loro difetti dopo un solo sguardo]

Perché le nadi, i canali energetici, sono chiuse nelle persone comuni?

[Vijayânanda ritornava molto spesso su questo argomento]. È a causa delle loro emozioni negative. Il movimento delle *nadi* induce delle emozioni: quando le controlliamo, controlliamo la base delle emozioni e dunque i movimenti del mentale. Nel mio caso è stata Mâ che mi ha aperto le *nadi*, ancora prima che partissi per un ritiro di un anno ad Almora verso il 1953-1954. Era solita farlo a molte persone, ma in tanti non erano in grado di sopportarlo e allora lei le 'richiudeva'. Per farlo, poteva agire direttamente, in maniera sottile, oppure indirettamente domandando loro di svolgere un lavoro. Per esempio, poteva affidare a qualcuno la direzione di un *ashram*...

Lo *yoga* è molto difficile: bisogna essere guidati da un *guru* competente che vi indichi quali sono le pratiche indicate per voi. Anche il *karma yoga*, che sembra essere il più facile per chi vive nel mondo, è molto difficile. In effetti, stando nella vita ordinaria si hanno tutti i fattori di agitazione e di disturbo che ci accompagnano. Eppure quando si fa uno *yoga* difficile, bisogna considerare che tutti gli ostacoli fanno parte integrante della strada. Si ha una riuscita per cento tentativi, ma non bisogna scoraggiarsi.

(traduzione di Claudio Andrea Klun)

“
Lo *yoga* è molto difficile: bisogna essere guidati da un *guru* competente che vi indichi quali sono le pratiche indicate per voi. Anche il *karma yoga*, che sembra essere il più facile per chi vive nel mondo, è molto difficile.”

“