

L'arte e la scienza della Liberazione

(tratto da "kundaliniresearchinstitute.org" © The Teachings of Yogi Bhanjan)

Quella che segue è la traduzione e l'adattamento in italiano della prima "lecture" tenuta da Yogi Bhanjan negli Stati Uniti (Alhambra – YMCA – Southern California), il 5 gennaio 1969.

Yogi Bhanjan a Los Angeles Chi è un essere liberato? E qual è la ragione per cui soffriamo nelle mani del tempo? Ogni persona ha due lati. Un lato è spensierato. L'altro è imprudente. Quando una persona vive nel suo lato spensierato, è guidata dalla sua facoltà divina. Quando vive nel suo lato imprudente, è guidata dalla sua forza animale. Non è l'imprudenza del rompere un bicchiere o nel buttare via qualcosa che voi intendevate tenere. Materialmente, noi siamo considerati imprudenti quando non siamo in grado di scaricare le nostre responsabilità materiali. Ma, in realtà, noi siamo davvero imprudenti quando perdiamo la nostra personalità divina – quando quel "qualcosa" che è davvero prezioso, oltre il valore, è perso solo per passione.

L'emozione e la passione sono due compratori della nostra personalità spirituale. Se voi analizzate questo pensiero, realizzerete che un tale affare è troppo costoso. Per che cosa stiamo barattando il nostro Sé spirituale? Il nostro mondo rappresenta una fase transitoria della vita. Non è permanente, ma noi associamo sempre noi stessi con esso come se gli appartenessimo ed esso appartenesse a noi.

Subconsciamente, dietro ogni azione c'è il desiderio di essere riconosciuti. Ma se classificate il vostro desiderio di riconoscimento e il modo in cui provate a essere riconosciuti, troverete che volete il riconoscimento senza la maturità. Voi volete essere riconosciuti come esseri maturi, ma non avete sviluppato l'attitudine matura degli esseri spensierati.

L'unico essere spensierato è colui che è libero dalla negatività. Lui è liberato. È per una Legge Cosmica che a tale persona non manca mai nulla. Un individuo spensierato non conosce alcuna sofferenza. Può essere umile, ma ciò non significa che sia triste. Sempre saggio, affronta il tempo indisturbato. Non ha bisogno di alcuna correzione dalle mani del tempo. Il suo comportamento tranquillo e la calma della personalità sono i segni che si tratta di un essere liberato. In poche parole, è la persona più felice sulla Terra.

Questo non significa che dovrete essere esclusi dall'averne beni terreni. La questione è il mezzo. Questo non può essere creato e non può essere distrutto. Similmente, l'emozione e il coinvolgimento nel desiderio sono anch'essi mezzi, ma la loro soddisfazione è temporanea, non è eterna. Se voi comprendete come ha inizio la dipendenza dagli alcolici, capirete questa Teoria del Coinvolgimento.

Funziona in questo modo: una persona che non beve va sotto pressione e non sa cosa fare. Va a casa di un amico per essere confortato, poiché l'essere umano è un animale sociale, e avendo qualcuno che partecipa al suo dolore, si sente sollevato. L'amico offre del whisky per un effetto rilassante e la persona è persuasa a farsi un drink. L'alcol entra nel corpo e pone in essere la sua azione chimica. Calma i nervi e dà energia ai centri energetici, così che l'atteggiamento della persona diventa rilassato e più flessibile. È solo un sollievo temporaneo, ma il ricordo del primo sapore rimane impresso nella sua mente. Non può più, mai più recuperare la tranquillità di quel primo sapore di liquore, ma per il desiderio di quel gusto e per rinnovare quella esperienza, le persone diventano bevitrice abituali – alcolisti. Credono che il modo migliore per fuggire dalla pressione della vita sia di continuare a bere e, in questo modo, il bere diventa un bisogno per il corpo.

Similmente, ogniqualevolta coinvolgete voi stessi in qualsiasi modalità di vita, state entrando in un canale nel quale voi andrete sempre più avanti e non potrete più tornare indietro al punto dal quale siete in origine partiti. Quando noi dimentichiamo le nostre basi d'azione originarie e diventiamo coinvolti, diventiamo schiavi.

È stato visto nel nostro intero concetto di vita che noi siamo per il 15% schiavi della routine, dell'abitudine. L'essere umano deve avere alcune abitudini, perché senza queste la sua vita non può andare avanti. Ma può raggiungere la liberazione cambiando il carattere di quelle minime abitudini necessarie. Ci sono due tipi di abitudini: abitudini costruttive e abitudini distruttive. Le abitudini distruttive vi rendono infelici a livello fisico, mentale e spirituale. Le abitudini costruttive vi rendono felici a livello fisico, mentale e spirituale. Nella vostra vita, se coltivate tutte le abitudini costruttive, finirete con l'essere persone liberate, divine. Se avete abitudini distruttive, finirete sempre per essere dei rottami fisici, dei folli e defunti spirituali.

L'abitudine è un obbligo, è una parte naturale della vostra personalità e della vostra mente. Quando agite secondo un'abitudine distruttiva, siete completamente nella personalità negativa. È anche un dato di fatto che, se entrate in un'abitudine negativa, au-

automaticamente attrarrete le sue quattro sorelle, perché esse amano restare insieme. Queste cinque abitudini di comportamento distruttive sono l'avidità, la rabbia, la cupidigia, l'attaccamento e l'ego negativo (orgoglio). Quando una sorella entra in casa, chiama le altre a unirsi a lei. Ogni abitudine è sostenuta da due cavalletti: 1) fisico, mentale e spirituale; 2) passato, presente e futuro.

Ci sono due istinti guida in un essere umano. O sta migliorando il suo futuro o sta bloccando il suo miglioramento futuro. Se siete consci di questo, e avete un onesto e sincero bisogno di migliorare il vostro futuro, voi avrete sempre abitudini costruttive. "Oh essere umano, se non ti interessa neanche di Dio, almeno interessati al futuro". Quando il vostro futuro vi interessa abbastanza da avere abitudini costruttive, diventerete persone liberate.

Una persona liberata è sempre una persona felice. Non le manca alcun conforto materiale. Non conosce alcun potere sulla Terra che possa insultarla. Vive nella grazia in questo mondo e quando lascia il corpo è rispettata per le generazioni a seguire. Tutti possono essere così. Il più grande peccatore di ieri può essere un santo in questo istante. L'unica cosa necessaria è una decisione. "Custodirò il mio futuro e sceglierò di essere una persona liberata o bloccherò il mio futuro e seguirò l'aspetto fisico-materiale del mondo?". Per qualsiasi persona che blocca il proprio futuro, è garantito il fatto che soffrirà in futuro. Chiunque approfitta del "momento presente" e causa la perdita a qualcun altro, blocca il proprio futuro. Chiunque approfitta del "momento presente" invita guai da parte del Signor Futuro.

Mantenete un'attitudine positiva con abitudini costruttive per 40 giorni, e potrete cambiare il vostro destino. Il concetto psicologico del comportamento umano è uno schema che può guidarvi verso quell'obiettivo che è descritto nelle nostre Scritture come "Paradiso".

Nel Sé bisogna seminare il seme delle vibrazioni divine e con il potere di queste vibrazioni si deve dimorare nel Supremo che è una Verità, una realtà e una forza originaria sempre viva. Questa forza originaria è stata chiamata Dio dai Cristiani, Paramatman dagli Indu e Allah dai Musulmani. Alcuni nomi le sono stati dati da tutti, ma la Coscienza Universale di questo Spirito Universale ha un nome, che è Verità, perciò noi la chiamiamo "Sat" e ce ne ricordiamo come "Sat Nam". "Sat" nella lingua degli dei, il Sanscrito, significa "Verità". "Nam" significa "Nome". Quindi, senza creare controversie, noi possiamo

dire che la Coscienza Universale, quello Spirito Universale, quella forza creativa in noi, ha un nome universale e questo è “Sat Nam”.

Tutti coloro che vogliono liberare se stessi e cercano di dimorare nel Supremo devono pulire il proprio sé fisico e dirigere il proprio essere mentale verso il Sat Nam, l’essere degli esseri. Chi dimora nelle vibrazioni di questo Santo Nam, Sat Nam, nelle prime ore del giorno, prima dell’alba, quando i canali delle vibrazioni sono molto puliti e chiari, realizzerà il concetto dell’Essere Liberato attraverso la grazia di questo Bij Mantra che risveglia la Divinità della Consapevolezza nell’individuo. Allora può vivere come individuo liberato sul pianeta Terra.

*Traduzione e adattamento in italiano
a cura di Nimrita Kaur e Sujan Singh*