

Le stagioni della mente

TIM BOYD

Ne *La Dottrina Segreta*, prima di introdurre l'argomento principale, H.P. Blavatsky focalizza la nostra attenzione in una direzione particolare, affermando che tutti i concetti che seguiranno devono essere basati su un intendimento fondamentale: la stesura de *La Dottrina Segreta* deriva dalle *Stanze di Dzyan* e, affinché il lettore abbia un qualche apprezzamento riguardo a queste, l'autrice delinea alcune idee chiave che chiama Proposizioni Fondamentali.

La prima Proposizione espone “un PRINCIPIO onnipresente, eterno, illimitato e immutabile sul quale è impossibile speculare”, descritto come “inconcepibile e indicibile”. La seconda parla della periodicità ed è quella di cui vorrei trattare. La terza riguarda “l'inevitabile pellegrinaggio” di ogni anima. Questa si trova più vicino alla nostra esperienza e al livello della nostra comprensione attuale.

Nella seconda Proposizione Fondamentale H.P.B. afferma esserci una costante osservabile in ogni aspetto della Natura, un fatto innegabile e universale, la Legge della Periodicità e propone alcuni dei molti esempi possibili come l'alternarsi del giorno e della notte, della vita e della morte, del sonno e della veglia e così via. Questi eventi ciclici sono talmente universali da farle definire la periodicità come “una Legge assoluta dell'Universo”.

Anche noi facciamo esperienza delle fasi, combinazioni maggiori di giorno e notte, e abbiamo il periodo dell'anno, il ciclo in cui la Terra compie un'orbita completa attorno al

Sole. Comincia in un punto, ritorna nello stesso punto rispetto al Sole; e questo è un anno solare, durante il quale avvengono molte altre alternanze più brevi, come 365 periodi di giorno e notte. Lo stesso concetto di fasi si applica a tutti i livelli, dal piccolo al grande. Così esistono giorni e notti del cosmo, il giorno e la notte di Brahma. Possiamo intendere la vita di un pianeta come uno di questi “giorni” e la sua eclisse come una di queste “notti”. Si tratta di vasti intervalli di tempo di cui la nostra comprensione è inevitabilmente limitata.

Quest'idea è espressa in diversi modi in tutte le tradizioni spirituali del mondo. Nel libro *Ecclesiaste* delle Sacre Scritture è spesso citata una formulazione di questa seconda Proposizione Fondamentale. Si legge in un passaggio: “Ogni cosa ha la sua stagione e ogni azione il suo tempo sotto il cielo”. Quindi l'autore fornisce un lungo elenco di alcune di queste “stagioni”: “un tempo per nascere e un tempo per morire, un tempo per la semina e un tempo per mietere ciò che si è piantato, un tempo per uccidere e un tempo per guarire, un tempo per abbattere e un tempo per costruire, un tempo per piangere e un tempo per ridere, un tempo per il lutto e un tempo per la danza...”. Ogni cosa ha il suo tempo. Finché ci sarà manifestazione, ci sarà alternanza. Molto di ciò che conosciamo come ciclico nella Natura si riflette anche nella nostra ciclicità psicologica. Questi moti interiori sono, nelle Scritture e negli approcci spirituali del mondo, il soggetto delle esplorazioni più profonde nella natura dell'esperienza umana.

Esiste un particolare ciclo su cui la vita e gli insegnamenti del Buddha si concentrano particolarmente, una ruota che ritorna eternamente e nella quale l'umanità è intrappolata; attraverso di essa passiamo senza cedere – il cosiddetto ciclo del *samsāra* – la ruota che guida dalla nascita fino alla morte, passando per la vita e ancora alla rinascita. Intimamente connesso al *samsāra* vi è un altro ciclo psicologico noto come i Dodici Anelli (*Dodici Nidāna*), cioè i legami (cause/effetti) interdipendenti del divenire, che ci conducono nel mondo della trasformazione e lì ci trattengono saldamente. Questo ha come suo inizio l'ignoranza e come sua conclusione la morte e la rinascita, portando al rinnovarsi del paradigma nell'ignoranza. In assenza di qualunque altro fattore, questi cicli condannebbero l'umanità a una ripetizione senza fine di un insoddisfacente stato di esistenza.

Tuttavia un altro fattore entra in gioco: la *consapevolezza*, in particolar modo quella *consapevolezza* che ha ottenuto un certo grado di autocoscienza. La possibilità di interrompere il circuito e “saltar fuori dalla giostra” si presenta per ciascuno in quel preciso momento in cui l'affermazione “Ogni uomo è il legislatore assoluto di se stesso” comincia ad assumere significato. Piuttosto che un continuo ripetersi del ciclo senza sosta, l'applicazione di una *consapevolezza* rivelata innalza dal piano di questa costante iterazione di un'esistenza alimentata dall'ignoranza. Guardando dall'alto vediamo un cerchio, osservando da un'altra prospettiva, grazie allo schiudersi della *consapevolezza*, ciò che vediamo è più simile a una spirale. Lo schema è ancora circolare, ma più articolato. Prende piede su più livelli. Qualcosa di più profondo vi si aggiunge quando la *consapevolezza* si dispiega.

Le stagioni del processo interiore sono state sancite tramite le pratiche sociali, religiose e spirituali del mondo. In India esiste una famosa struttura per le fasi della vita nota come i quat-

tro *āśrama*, le quattro fasi di ogni incarnazione. Comincia con la giovinezza, il *brahmācarya āśrama*, durante la quale imparare, udire e ascoltare sono le attività adatte a questa stagione della vita. È propedeutica nel senso che questo periodo di apprendimento permette di esprimere quel sapere durante la stagione successiva. Ciò non differisce da quanto percepiamo dalle stagioni in Natura. L'una prepara gli eventi della seguente. Dopo la fase di studio viene l'applicazione di quanto si è appreso con la stagione del capofamiglia, *grhastha*, nella quale vengono enfatizzate la famiglia, la carriera e le responsabilità sociali. Una volta conclusa questa arriva un periodo di ritiro, molto simile al modo in cui la primavera conduce all'estate, che a sua volta conduce all'autunno. È un periodo in cui la forza generata durante la vita comincia a scendere verso le radici in un momento di quiete, di contemplazione, di rinuncia al mondo dell'attività. Nell'India classica questo tempo era visto come la stagione dell'abitante della foresta o eremita (*vānaprastha*).

Il tempo del ritiro permette all'esperienza di dirigersi verso un centro fondamentale, la cui completa espressione è soffocata durante il normale corso della vita. Questo periodo dell'abitante della foresta porta alla possibilità, solitamente non colta da molti né ora né in passato, del rinunciante, il *sannyāsi*, colui che interrompe *tutte* le connessioni con la vita mondana, per concentrarsi soltanto sull'unificazione con il Divino. Queste sono espressioni di età mentali entro una incarnazione – un ciclo all'interno di un altro ciclo – di cui siamo consci.

Il grande interrogativo “Chi sono io?” posto da Ramana Maharshi è la nostra domanda costante. Come vi rispondiamo determina il nostro comportamento nel mondo. Ci sono molti modi in cui ciò si esprime. “Chi sono io”, da definizione occulta, significa che ogni essere umano è un'espressione del più alto spirito e della più bassa materia, collegati assieme dalla

mente. Questo non è semplicemente l'essere umano individuale, ma lo stadio umano; tutti noi condividiamo questa triplice natura, le sue leggi e i poteri che la governano. Il nesso di connessione tra lo spirito supremo e la gretta materia è sempre la mente. È fondamentale giungere alla comprensione dei meccanismi della mente relativamente agli altri due canali; ciò sembra essere l'investigazione su cui siamo impegnati ogni qual volta reagiamo in maniera illuminata.

Lungo il nostro processo di apertura della consapevolezza la mente è sempre la componente *primaria* coinvolta. Sono necessarie comprensione e capacità di lavorare con le sue facoltà (della mente) se vogliamo essere efficaci. La mente ha le sue età. A cosa dovrebbero assomigliare queste stagioni? Come dovrebbero essere descritte e, aspetto più importante, come dovremmo esperire queste fasi e interagire con la natura stagionale della mente? Le Scritture sacre del mondo ci vengono in aiuto in vari modi. Uno dei gioielli spirituali del genere umano è una breve sezione del celebre poema epico *Mahābhārata*, all'interno del quale troviamo la *Bhagavadgītā*. Questo testo è una fonte inesauribile di descrizioni accurate, significative e utilizzabili di alcune di queste stagioni della mente umana e del potenziale sviluppo delle sue facoltà. Il potenziale della mente umana è descritto ne *La Dottrina Segreta* come la "mente che abbraccia l'universo". Nella *Gītā* troviamo il dialogo tra il principe guerriero, Arjuna, e il suo cocchiere, Krishna, il Divino interiore, che è un tentativo di comunicarci qualcosa di questo potenziale superiore. Il significato viene diluito, se consideriamo la conversazione storicamente. Ma, come per *tutte* le verità profonde, c'è di più nell'essenza di un mito, un grandioso racconto che attinge a immagini simboliche, collegate agli aspetti più profondi della consapevolezza, la quale ci concede poi un'esperienza a un livello più completo.

Ogni volta che troviamo un principe in una

storia, necessariamente egli non è ancora un re. Benché di natura regale, l'apertura richiesta per la sua vera statura di sovrano di un regno non si è ancora verificata; pensiamo che molto altro debba ancora arrivare. Il racconto della *Bhagavadgītā* comincia col principe Arjuna al prelude di una grande battaglia. Il primo capitolo parla di un'età mentale particolarmente intensa per il suo potenziale, anche per il modo in cui ci influenza a cercare di evitarne l'esperienza. Non è il luogo in cui scegliamo di andare durante la vita quotidiana o durante le nostre fatiche per raggiungere lo sviluppo e la comprensione.

Questo perché il primo capitolo della *Gītā* narra l'intensa e trasformativa esperienza dello sconforto di Arjuna, la sua disperazione e la sua depressione. Soltanto attraverso questo suo iniziale stato mentale il dialogo poteva verificarsi. Senza la sconvolgente esperienza dell'abbattimento, nessun dialogo avrebbe avuto luogo tra il sé esteriore e il Divino. Questo va considerato. Nessuno che possa dirsi sano di mente andrebbe cercando disperazione o depressione. Parimenti noi non cerchiamo la primavera, l'estate o l'inverno. Questi hanno il loro tempo e ci giungono, a prescindere dalla nostra ricerca.

Il normale ingegno ci richiederebbe di essere preparati per ciò che sappiamo verrà dopo. Proprio come durante la vita ci prepariamo per il momento in cui non saremo più qui: regaliamo i nostri effetti personali, doniamo la nostra casa, redigiamo un testamento. Questo è un comportamento normale e preparatorio. A un livello più profondo, ci rendiamo pronti per quel momento anche lungo l'arco della vita, facendo esperienza di ciò che significa per la coscienza operare al di fuori del corpo. Ci prendiamo del tempo per meditare, per avere una prospettiva autentica del rapporto della coscienza col suo involucro e, durante questo processo, accadono esperienze che, se correttamente comprese, tendono a facilitare il trapasso. Chiunque abbia

provato la vita che si trova oltre il corpo (OBE, dall'inglese *out of body experience*) difficilmente si trova a bramare la limitazione, la pena e la sofferenza corporee nel momento della morte. Ciò fa parte della pratica.

Nel caso di Arjuna, egli era pronto per qualcosa cui era stato preparato da tutta la sua esistenza. Come membro della casta dei guerrieri, la sua formazione, il suo addestramento ed esperienza dicevano che la sua stessa vita, il suo *dharma*, era il lottare. Quando una così giusta e nobile battaglia si presentava di fronte a lui, la scelta in termini di *dharma* risultava ovvia. Ma la scelta nei confronti di questo particolare periodo mentale era in contraddizione con la sua vera formazione, il suo *dharma*, e così ebbe luogo il dialogo. Ovviamente la natura di questa conversazione trascese la battaglia che lo attendeva. È un po' come accade tra genitore e figlio, quando il figlio prova un attimo di paura o incertezza dovuta a una sbagliata visione del mondo. E cosa succede? Prendiamo il piccolo tra le nostre braccia e gli parliamo. Da genitore divino quale egli è, Krishna dice al suo bimbo agitato: "Va tutto bene, non preoccuparti, c'è più di quanto vedi. Verrà un tempo in cui capirai che nessuna delle persone con cui stai per combattere morirà e nemmeno verrà in vita. Niente è nato, niente muore, *tutto* ciò è un modo in cui si mostra la natura del Divino". Quando la mente di Arjuna diviene calma, allora si presenta una possibilità (di comprensione) più profonda e gli insegnamenti della *Gītā* cominciano a rivelarsi. Ma per i nostri scopi, questo aspetto stagionale delle fluttuazioni della nostra stessa consapevolezza è ciò che dovremmo analizzare. Quando diveniamo consci di qualcosa, allora dobbiamo averci a che fare.

Avevo un maestro attorno al quale un gruppo di noi, da giovani, era solito raccogliersi in ascolto. Egli affrontava discorsi profondi, molti dei quali legati alle proprie esperienze vissute, essendo significativamente più vecchio di noi.

Alle volte si interrompeva per chiederci: "Capite cosa voglio dire?". Talvolta lo chiedeva direttamente a *me* e, dato che io mi sforzavo di ascoltare intensamente ciò che diceva, la mia risposta era: "Sì, certo, lo capisco". Lui si interrompeva per un attimo, mi guardava e diceva: "No, non lo sai!". "Sì, lo so" e ripetevo esattamente le sue parole appena pronunciate. Guardando verso di me scuoteva la testa e diceva: "No, mi hai ascoltato, ma non compreso. Ma lo farai. Arriverà il tempo in cui la conoscenza che sta dietro a queste parole e l'aprirsi della tua stessa consapevolezza e della tua capacità di comprensione faranno il proprio corso e a un certo punto queste due qualità si incontreranno; allora capirai. Per ora, possiedi la conoscenza. In quell'istante dinanzi giace la possibilità di comprensione, qualcosa che eccede la conoscenza, così come lo spazio supera il cielo".

Questa è la possibilità. Ora il nostro lavoro, la nostra capacità ci permette di tentare di capire, sapendo che alcune cose possono essere ottenute con fatica; tuttavia la comprensione non è una di queste e nemmeno la saggezza. Nel momento in cui ci troviamo facciamo fatica. La nostra responsabilità, il nostro *dharma*, in un percorso spirituale che abbia significato, è di provarci. Ancora e ancora nelle *Lettere dei Mahatma*, negli scritti di H.P.B. è costantemente enfatizzato un punto chiave: noi dobbiamo provarci. Il successo non è garantito, ma tentare e sforzarsi sono alla portata di ogni persona, senza eccezioni. Negare questa fatica vorrebbe dire comportarsi poco seriamente. Una certa affidabilità, che non equivale alla mancanza di umorismo, è richiesta in ogni età mentale.

Tim Boyd è il Presidente internazionale della Società Teosofica.

Tratto da *The Theosophist*, organo ufficiale della Società Teosofica internazionale, dicembre 2017.

Traduzione di Tobia Buscaglione.