

Perle di Joy



Prefazione

Perle di Joy è il titolo di questo scritto dedicato alla memoria di Joy Mills, grande teosofa e insegnante. Coloro che hanno avuto la fortuna di conoscerla, lavorare con lei o studiare sotto la sua guida saranno d'accordo con me quando affermo che non ci sono parole per descrivere questa grande, compassionevole e meravigliosa persona.

Questo testo comprende una lunga e approfondita intervista e alcune citazioni.

Joy è stata Presidente della Società Teosofica negli U.S.A. dal 1965 al 1974 e poi Vicepresidente Internazionale ad Adyar, in India, dal 1974 al 1980. Nei suoi 75 anni di affiliazione alla S.T. ha tenuto corsi e conferenze in più di 50 Paesi e ha scritto numerosi libri.

Relatrice eccellente, con la sua voce sonora e riconoscibile è stata in grado di parlare al cuore delle persone; come insegnante ha condiviso con i suoi studenti ciò che aveva imparato durante i molti anni di studio approfondito.

Desidero ringraziare sentitamente Kathy Gann, Janet Kerschner e Anton Rozman per aver reso possibile la pubblicazione di questo testo.

Jan Nicolaas Kind

Perle di Joy

Katryn Gann, assistita da Dave Ely, ha intervistato Joy Mills tra il marzo e il maggio del 2009. Questa è la trascrizione delle loro conversazioni.

Domanda 1: Attraverso la Società Teosofica hai speso la tua esistenza al servizio degli altri. Hai mai avuto ripensamenti rispetto alla vita che hai scelto?

Risposta 1: Assolutamente nessuno. È stato un privilegio, perché ho sempre sentito come un onore il poter lavorare per la Società Teosofica e le opportunità che mi sono state offerte sono state enormi. Non è sempre stato facile, naturalmente, perché molte volte il lavoro è stato difficile, soprattutto quando i dubbi mi assalivano e il cammino diventava solitario. Ma ci sono stati anche momenti meravigliosi, amicizie profonde, sodalizi che mi hanno ispirato e relazioni preziose. Riflettendo su tutti questi anni mi rendo conto che non vorrei cambiare nessuna di queste esperienze, ho imparato tanto anche nei momenti più bui!

Domanda 2: Sei entrata nella Società Teosofica americana nel 1940; qual era l'atmosfera in quel periodo, proprio mentre il mondo si preparava alla guerra?

Risposta 2: La mia prima visita ad Olcott [il Quartier Generale della S.T. a Wheaton, Chicago, N.d.T.] avvenne alla fine del 1938 o nella primavera del 1939, non sono sicura della data. Avevo appena iniziato a leggere e a studiare alcuni libri di Annie Besant, trovati nella biblioteca del college. Nel nostro gruppo di giovani teosofi avevamo già studiato *La Chiave della Teosofia*

di H.P.B. e anche *Il mistero della vita e della forma* di Jinarajadasa. Per pura coincidenza una mia professoressa del college era iscritta alla S.T. e, verso la fine del 1938 o agli inizi del 1939, portò un gruppo di studenti ad Olcott (guidando da Milwaukee) per assistere a una conferenza pubblica. Come ho già detto mi sono iscritta alla S.T. nell'estate del 1940, ma nei due anni precedenti avevo partecipato agli incontri, studiato e visitato la sede di Wheaton.

Qual era l'atmosfera? Beh, ovviamente, la guerra era già scoppiata (verso la fine del 1939), anche se gli USA non intervennero fino al fatidico 7 dicembre 1941, giorno in cui Pearl Harbor venne bombardata. Ad ogni modo, in quel periodo nella S.T. c'era un clima di impegno per la causa degli alleati. Eravamo consapevoli che i leader della S.T. – George Arundale era il Presidente Internazionale; Sidney Cook quello nazionale [statunitense] – seguivano da vicino lo sforzo bellico.

Il dr. Arundale – persona estremamente dinamica ed entusiasta dei giovani nella Società Teosofica, sempre pronto ad incoraggiarli – scriveva editoriali e si occupava persino della pubblicazione di un piccolo bollettino (oltre a essere l'editore della rivista *The Theosophist*); invitava, in particolare noi giovani teosofi, a capire che avremmo potuto contribuire alla causa diventando “aiutatori invisibili” di notte (mentre dormivamo) per sostenere coloro che erano stati uccisi in guerra a svegliarsi al di là del velo. Ovviamente la mia generazione fu quella coinvolta nel primo arruolamento del mio Paese e, con la quasi “chiamata alle armi” del Dr. Arundale, fu un periodo molto esaltante per la S.T. In un modo o nell'altro, eravamo tutti coinvolti.

Dopo essermi iscritta alla S.T., forse un paio d'anni più tardi, divenni Presidente dei Giovani Teosofi Americani; pubblicammo una piccola rivista (in quel periodo facevo già parte dello staff ad Olcott, essendovi entrata nel giugno del 1942). Un progetto aveva lo scopo di mettere in contatto i soci arruolati (nell'esercito, nella marina, etc.) con quelli rimasti a casa (soprat-

tutto donne); una sorta di accordo tra “amici di penna”.

Il dr. Arundale promuoveva sempre qualche nuova iniziativa: ricordo la “Campagna per la Fratellanza”, ma ce n'erano tante altre. In quanto Giovani Teosofi tutti sognavamo, e perfino pianificavamo, di andare un giorno ad Adyar. Beh, la persona che mi fece conoscere la Teosofia, Caroline Tess, che poi cambiò il suo cognome in Ross, ci riuscì e vi rimase per alcuni anni. Anch'io ce la feci, ma questa è un'altra storia.

Domanda 3: Hai studiato e insegnato Teosofia per tutta la vita; qual è il tuo argomento teosofico preferito?

Risposta 3: La natura dell'essere umano; il potenziale umano, il dispiegarsi della coscienza, la vita che dev'essere vissuta. H.P.B. affermava che bisogna vivere la vita, se si vuole arrivare alla saggezza. Come deve agire una persona? Da qui l'importanza del *dharma*, ovvero adempimento delle proprie responsabilità nell'aiutare gli altri.

Domanda 4: Hai tenuto conferenze in più di 60 nazioni. A volte ci sarà voluto molto coraggio; ci sono state occasioni in cui ti sei sentita in pericolo?

Risposta 4: Non proprio, anche se durante i miei spostamenti in alcuni momenti mi sono sentita a disagio, essendo una donna bianca che viaggiava da sola. La situazione più spiacevole si è verificata in Africa Occidentale in occasione della mia visita a Lagos in Nigeria, quand'ero da sola in albergo, come anche a Monrovia in Liberia. Naturalmente i soci venivano a trovarmi e a Monrovia un piccolo gruppo ogni sera si presentava con tante domande da pormi, affollando la mia camera d'albergo. È stata davvero un'esperienza che mai dimenticherò. Però durante il giorno ero da sola (dovetti rimanere quattro giorni in più perché avevo perso il volo programmato per Buenos Aires e ce n'erano solo due alla settimana). Visto che il cibo dell'hotel non era di mio gradimento, uscivo alla ricerca di ristoranti nella zona che potessero offrire un menù migliore. Sono sicura che ci sono stati parecchi sguardi indagatori sul per-

ché una donna bianca e sola girovagasse per la città.

Domanda 5: Fra tutti gli scrittori e insegnanti teosofi chi ti ha ispirata maggiormente?

Risposta 5: La prima ad ispirarmi è stata Mary K. Neff con i suoi racconti sulla vita ad Adyar, con il suo entusiasmo per le *Lettere dei Mahatma* (compilò una delle prime cronologie che, anche se non accuratissima, fu di grande utilità; Virginia Hanson, le cui successive ricerche portarono alla cronologia ancor oggi in uso, trovò la versione di Neff molto valida). Ella ha certamente suscitato il mio interesse per la storia della Società Teosofica nonché per lo studio!

Di fondamentale importanza è stata anche Clara Codd, arrivata negli Stati Uniti (a Olcott) nel 1946, poco dopo la fine della guerra; aveva trascorso gli anni del conflitto in Sud Africa. Diventammo presto amiche e Clara fu la persona che mi disse: "Joy, tu devi donare la tua vita alla Società Teosofica!". Mi ispirò a lavorare per la S.T., era una persona meravigliosa, che parlava con il cuore. Il suo entusiasmo per i Maestri era intenso e profondo! Sicuramente molte altre persone ebbero un'influenza positiva su di me: in seguito, dopo averlo conosciuto, Sri Ram, ovviamente e anche Krishnaji [Jiddu Krishnamurti], che certamente ampliò la mia visione della Teosofia ed espanse la mia coscienza.

Domanda 6: Qual è il tuo desiderio più grande per il futuro della Società Teosofica?

Risposta 6: Ho fiducia nel fatto che la Società Teosofica non perderà mai di vista le sue radici nella Tradizione-Saggezza e che non si allontanerà mai dalla direzione e dagli scopi così magnificamente delineati dai suoi fondatori, Blavatsky e Olcott, e da quei Grandi Esseri, i Maestri di Saggezza, cui essi accordarono la loro piena lealtà.

Mentre l'espressione della Saggezza può cambiare con il tempo, io spero che l'essenza del suo messaggio rimanga la stessa, così che chi sta cercando un senso della vita più profondo, che sta tentando di comprendere se stesso e il mondo che lo circonda possa scoprire tale Saggezza.

Domanda 7: Nel 1875, al momento della sua fondazione, la Società Teosofica aveva, tra i suoi ruoli, anche quello di far conoscere al mondo occidentale gli insegnamenti della saggezza orientale. Secondo te quale dovrebbe essere la funzione della S.T. oggi e nel futuro?

Risposta 7: Continuare il lavoro così nobilmente iniziato dai nostri Fondatori e portato avanti dalle generazioni successive, far conoscere le grandi verità della saggezza eterna, lavorare per l'ideale della fratellanza universale dell'intera umanità, aiutare coloro che soffrono portando alla luce le cause dei problemi dell'umanità, non solo i sintomi.

Domanda 8: Quale consiglio daresti a un nuovo studente di Teosofia?

Risposta 8: Di studiare la letteratura originaria della Società Teosofica così da comprendere i principi chiave della filosofia teosofica e, soprattutto, scoprire come queste grandi verità si possano applicare alla vita. Vivendo la Teosofia possa egli diventare un esempio per coloro che potrebbero essere alla ricerca del significato e dello scopo dell'esistenza!

Domanda 9: Quando è avvenuto il tuo primo incontro con la Teosofia?

Risposta 9: Agli inizi del 1938 ero una matricola al college (allora si chiamava Milwaukee State Teachers College, oggi è l'Università del Wisconsin-Milwaukee). Frequentavo il secondo anno di lingua tedesca, un corso con pochi allievi; legai con un'altra studentessa che si era appena iscritta alla Società Teosofica. La nostra amicizia è iniziata grazie alla scoperta dell'interesse di entrambe per la poesia e la filosofia e, condividendo quest'interesse, presto scoprii che stava studiando la Teosofia. Mi invitò a un incontro del Gruppo di Milwaukee (è una storia troppo lunga da raccontare ma, in breve, avrebbe dovuto esserci una trasposizione dell'opera *Rubaiyat* di Omar Khayyam, spettacolo che si rivelò un fiasco). La biblioteca del college aveva un certo numero di libri di Annie Besant, quindi iniziai a leggerli. In quel periodo vivevo con mia madre (mio padre era morto da alcuni mesi) e, quando le parlai del mio nuovo interes-

se, si mostrò decisamente contraria, ma anche questa è un'altra storia. In ogni caso continuai la lettura e lo studio dei testi teosofici reperibili in biblioteca, iniziando a partecipare agli incontri pubblici del gruppo di Milwaukee. La prima relatrice importante che ascoltavi fu Mary K. Neff, un'americana appena tornata in patria dopo vari anni di lavoro e di studio ad Adyar (diventammo buone amiche e, alcuni anni dopo, al momento della sua morte qui ad Ojai, mi lasciò i suoi diari che, insieme ai suoi libri, sono attualmente custoditi negli archivi e nella biblioteca ad Olcott).

Quindi, anche se in realtà non aderii alla Società Teosofica fino al 1940, studiavo Teosofia già da due anni prima, prendendo parte agli incontri del gruppo e impegnandomi coi Giovani Teosofi, che erano molto attivi a Milwaukee.

Domanda 10: Il tuo nome, "Joy", si adatta molto bene alla vita che hai vissuto e al lavoro che hai svolto. Come mai i tuoi genitori hanno deciso di chiamarti così?

Risposta 10: La storia dietro il mio nome è molto semplice. Joy era un appellativo di famiglia irlandese e poi il nome completo di mia madre era Mary Joy, ma è sempre stata chiamata "Mary". Mi chiamarono come lei, tanto che il mio nome completo è Mary Joy e, all'inizio, venivo chiamata col mio nome completo. Ben presto, però, venne abbreviato al solo Joy.

Domanda 11: Molte persone hanno notato come, nonostante l'età avanzata, la tua mente sia aperta e il tuo pensare si mantenga fresco e agile. Qual è il segreto per rimanere così, in modo che il pensiero non diventi troppo rigido e fisso?

Risposta 11: Penso sia essenziale mantenere una mente aperta in tutti i campi e ho sempre incoraggiato le persone a indagare, a studiare in modo approfondito qualsiasi argomento fosse di loro interesse. Io ho sempre cercato di imparare il massimo sui temi per me più significativi. Per quanto possibile bisogna mantenere la mente attiva e fresca. Questo non significa che possiamo permetterle di vagabondare in tutte le direzioni! Ho le mie ferme convinzioni ma mi

piace ascoltare gli altri, esaminare i loro punti di vista per capire cosa possano aggiungere o in cosa possano differire dalla mia percezione delle cose. Leggo testi sui più svariati argomenti e forse questo mi ha aiutata a conservare una mente aperta.

Domanda 12: Secondo te qual è il modo migliore per introdurre i neofiti alla Teosofia? Tu da dove inizi?

Risposta 12: Molto dipende dalla persona con cui sto parlando. Se qualcuno che non conosco mi chiede cos'è la Teosofia per prima cosa cerco di capire quale possa essere la natura del suo interesse. Per esempio, se si tratta di semplice curiosità, la mia risposta sarà molto generica. Se l'interesse scaturisce da un problema personale, cercherò di sottolineare come la Teosofia e i suoi ideali mi abbiano aiutato nella mia vita. Se la persona è particolarmente interessata a un argomento specifico, per esempio la reincarnazione, risponderò con alcune affermazioni che riguardano questo tema. Se è uno scienziato, cercherò di mettere in evidenza la logica dei concetti teosofici. Naturalmente, quando tenevo corsi di Teosofia di base, di solito usavo i testi introduttivi, cercando sempre di rendere i concetti nel modo più pratico possibile in relazione alla vita di tutti i giorni.

Domanda 13: C'è una meditazione particolare che suggerisci ai neofiti?

Risposta 13: Consiglio semplici esercizi di respirazione, di respirazione consapevole come, per esempio, quelli di Thich Nhat Hanh e della tradizione buddhista. Suggesto anche di prendere un "pensiero seme", ovvero un'idea o una frase di un testo spirituale e di prestarle attenzione, focalizzandosi su di essa (per imparare a concentrarsi), tenendo la mente più ferma possibile.

Ma, di nuovo, molto dipende dalla persona che ho davanti. Nelle mie lezioni di meditazione ho utilizzato diversi metodi, suggerendo ai partecipanti di provarli tutti fino a trovare quello che sembrava loro il più adatto.

Domanda 14: Spesso si dice che viaggiare amplia le proprie prospettive e tu hai certamen-

te viaggiato tantissimo e incontrato persone di molte culture diverse. In che modo questa diversità culturale ha influenzato il tuo punto di vista in merito all'insegnamento teosofico della fratellanza universale?

Risposta 14: Viaggiare per il mondo amplia e rende più profonda la propria percezione della vita e io sono stata estremamente privilegiata nell'aver visitato così tante nazioni in quasi tutti i continenti (eccetto l'Antartide!). Spesso sono stata ospite nelle case dei membri dei vari Paesi e così ho avuto l'opportunità di sperimentare la cultura del luogo in modo molto diretto e intimo. Tutte le mie esperienze di viaggio, incontrando persone con culture, *background* etnici e religiosi diversi, mi hanno reso ancor più consapevole di quanto importanti siano la fratellanza, il bisogno degli esseri umani di comprendersi reciprocamente e la necessità di agire di conseguenza. Dobbiamo essere aperti alla comprensione dei punti di vista altrui. Penso che l'ideale della fratellanza, della vera fratellanza, sia fondamentale nel lavoro teosofico.

Citazioni da Joy Mills

Da *One True Adventure* [Una Vera Avventura]

“Dobbiamo imparare a parlare la lingua dell'uomo, dell'umanità, così da poter comunicare l'uno con l'altro non riguardo le cose, i risultati tecnici e le innovazioni tecnologiche, ma nel vero linguaggio umano del cuore. Tale comunicazione ovviamente non è fatta solo di parole, è il linguaggio che dà espressione alla parte più profonda del nostro essere, nella comunicazione totale con gli altri” (p. 60).

“Siccome non conosciamo appieno il potenziale di cui siamo capaci, non saremo mai in grado di definire completamente, e certamente non potremo mai delimitare, i confini del sé. Tale è la visione teosofica: lo Spirito e l'Anima come suo riflesso, agendo attraverso il corpo, sono un centro di coscienza la cui crescita e il

cui splendore non hanno limiti”. (nel capitolo “The Mystery of Human Identity” [Il Mistero dell'Identità Umana], p. 103).

“Questo è il compito supremo dell'uomo: vedere le cose per come sono realmente, liberarsi dalle illusioni indotte da fini egoistici, innalzarsi dal falso mondo dell'ipocrisia e della dissimulazione, rafforzare i propri valori e, attraverso il risveglio del potenziale creativo interiore, generare una nuova visione di un mondo in cui pace e fratellanza siano le regole dell'esistenza” (nel capitolo “The Extraordinary nature of the ordinary mind” [La straordinaria natura della mente ordinaria], p. 124).

“È la mente equilibrata, la mente limpida, che riflette la luce della saggezza, la mente che attraverso l'esercizio di natura straordinaria può visualizzare e dare alla luce la nobile società che noi sogniamo” (p. 124).

“Creiamo il nostro mondo della stessa 'sostanza' delle immagini, proprio come noi fummo 'immaginati' per proiezione dalla 'sostanza' della Mente Universale nello spazio e nel tempo” (p. 125).

“Attraverso il pensiero creiamo la realtà virtuale in cui viviamo e, quando il pensiero è sgombro, libero, non ostacolato dal desiderio e dall'egoismo, la realtà virtuale che creiamo è più vicina all'unica vera realtà da cui tutta l'esistenza è emersa” (p. 123).

“Amore, fratellanza e premura infinita: qualunque nome le si attribuisca è questa la coscienza che deve prevalere affinché il mondo sia sanato” (p. 165).

“Abbracciamo con entusiasmo la filosofia teosofica nello sforzo di liberare noi stessi dai condizionamenti del passato, poiché questi studi ci aprono nuove prospettive che promettono vera libertà di pensiero” (p. 170).

“I principi teosofici che riguardano l’universo e l’uomo, enunciati da tempo immemore, devono essere validati e autenticati dalle nostre vite” (p. 177).

“Ecco il grande lavoro della teurgia che noi siamo chiamati a fare, il vero lavoro dell’Occultismo che è altruismo” (p. 179).

“Potremmo non essere sempre in grado di tradurre in parole quanto abbiamo conseguito interiormente o di comunicare agli altri la profondità della nostra comprensione, ma le nostre vite devono infine rispecchiare ciò che conosciamo” (p. 198).

“Soltanto quando saranno abolite le visioni sbagliate e distorte su di noi e sul mondo saremo in grado di prestare attenzione alla realtà che sta alla base di tutto il labirinto fenomenico dell’esistenza” (p. 200).

“Grandiosi traguardi sono stati posti dinanzi a noi. L’obiettivo degli scopi è chiaro: ricordarci costantemente il motivo per cui siamo qui, non solo come membri della Società Teosofica ma come uomini e donne che percorrono le strade del genere umano verso gli dei” (p. 229).

“Il viaggio eroico, la grande avventura che abbiamo intrapreso è il viaggio della nostra anima, attraverso la nostra umanità, verso il regno degli dei; è il viaggio che dalla schiavitù dell’ignoranza ci conduce alla libertà nirvanica della saggezza luminosa; è l’avventura dello spirito, che prevede sia una discesa negli inferi sia un’ascesa in paradiso. Tappe simbolizzate in tutte le scuole mistiche e rivissute nei momenti dolorosi e felici della nostra vita prodotti dai nostri pensieri, dai nostri sentimenti e dalle nostre azioni” (p. 231).

Da *From Inner to Outer Transformation* [Dalla trasformazione interiore a quella esteriore].

“A volte sentiamo che, se siamo in grado di

trasformare il mondo, allora tutto andrà bene ma, a meno che non sia avvenuto un cambiamento dentro di noi, non ci potrà essere una trasformazione esteriore; quindi, in un certo senso, il progresso consiste nel vivere quello che crediamo. Noi lo rendiamo vivo” (pp. 7-8).

“La coscienza riflette su se stessa solo nello stadio umano e pertanto la decisione e l’impegno autocosciente non solo diventano possibili ma rappresentano la scelta privilegiata e l’atto responsabile di ogni essere umano. Noi dobbiamo scegliere: è lì che giace la responsabilità” (p. 9).

“Parte della nostra responsabilità umana risiede pertanto nel cambiamento degli atomi vitali che compongono il corpo fisico e anche nella loro trasformazione, poiché noi li stiamo costantemente emettendo o li stiamo scambiando con altri di nuovi. Siamo immersi l’uno nel brodo protoplasmatico dell’altro” (p. 11).

“Il nostro compito immediato è quello di attuare dentro noi stessi una trasformazione tale da generare un nuovo essere, un nuovo individuo: solo allora saremo in grado di mettere in atto quella trasformazione globale che porterà a un nuovo mondo. La naturale conseguenza di qualsiasi trasformazione interiore sarà nella nostra condotta e nel nostro comportamento esteriore perché, inevitabilmente, noi agiamo in base a ciò che crediamo e a ciò che siamo. Inoltre, la nostra percezione degli altri e del mondo che ci sta intorno influenza ciò che vediamo. Se la nostra visione cambia, anche il mondo cambierà” (p. 13).

Forse non è tanto la saggezza a dover essere risvegliata ma noi dobbiamo risvegliarci a noi stessi, alla saggezza che esiste, affinché diventiamo una cosa sola con essa. Quindi il processo consiste nello sgombrare il campo perché possiamo risvegliarci. Non ci sono più la nebbia, l’oscurità, le nuvole” (p. 22).

“Il nostro compito lungo questo cammino

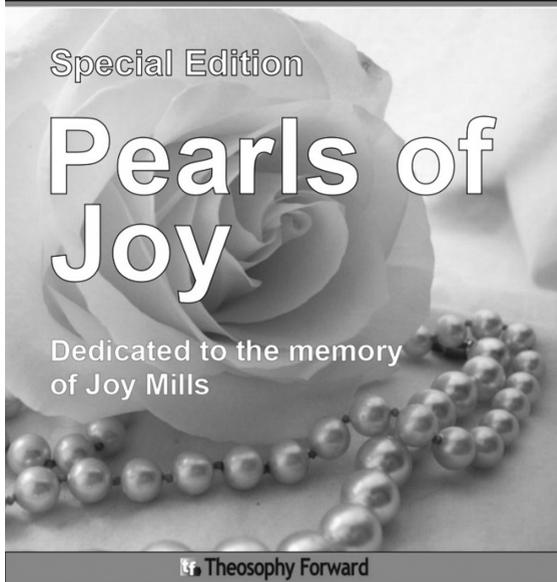
di trasformazione è di giungere a quella consapevolezza più profonda, a quella natura fondamentale che è dentro di noi, quando riusciamo a sentire una Voce nel Silenzio. Quanto spesso, però, ci addormentiamo prima di riuscire a sentire quella voce!” (p. 28).

“Ogni livello dell’indifferenziato è presente nel differenziato. Perciò *Atma* è presente tanto nel livello fisico quanto in qualsiasi altro. È qui, non da qualche altra parte. Pensiamo di arrampicarci sulla scala della coscienza ma tutto è presente qui. Per vederlo, per vederlo davvero, bisogna avere una mutata visione del mondo e di tutti i suoi esseri. Come avremo modo di vedere, tale visione mutata conduce a un modo diverso di agire nel mondo” (p. 30).

“I sentieri che dobbiamo ricercare risiedono dentro di noi, anche se ne parliamo come se fossero al di fuori. Possiamo partire solo dal punto in cui ci troviamo, ma l’obiettivo di ciò che dovremo essere o, detto in altre parole, l’obiettivo-*Bodhisattva*, deve essere volutamente sempre presente dinanzi a noi e deve dirigere tutte le nostre azioni. Non dobbiamo rinnegare la nostra umanità perché, come vedremo, lo stato di *Bodhisattva* rappresenta la piena fioritura dell’uomo” (p. 39).

“Vivere veramente, comunque, implica essere liberi dal desiderio e dall’attaccamento, diventare un’unica cosa con il sentiero o con il processo che conduce a una tale trasformazione della coscienza che dà vita ad un essere completamente nuovo” (p. 40).

“Qui, nella nostra condizione di non-conoscenza, iniziamo a risvegliarci; è qui, nell’incarnazione fisica, nel buio della nostra ignoranza, che percepiamo un barlume di luce. Ecco perché gli insegnamenti, così come sono esposti ne *La Dottrina Segreta* e in altri testi, indicano l’importanza dell’incarnazione fisica dove si deve intraprendere ogni passo. L’immortalità sarà il nostro premio” (p. 41).



La copertina dell’edizione speciale del Theosophy Forward dedicata a Joy Mills.

“La saggezza non si acquisisce facilmente; infatti si compra pagando un prezzo e il prezzo è l’esperienza dell’incarnazione in cui impariamo a distinguere il reale dall’irreale, il vero dal falso. Il discernimento si ottiene solo quando ci sono delle scelte” (p. 43).

“Fratellanza significa che siamo tutti buoni amici e quindi dovremmo agire come tali” (p. 55).

“A volte potremmo non essere in grado di fare molto per aiutare un’altra persona. Per esempio, potremmo sentire di avere mezzi limitati e di non poter fare granché. Ma chiunque può essere un buon amico, sia nel pensiero sia nei fatti. Sappiamo pensare come nostri amici persino coloro che sembrano negare la fratellanza o l’amicizia?” (p. 56).

“L’azione è il compimento del nostro *dharma* come esseri umani, quando quell’azione scaturisce naturalmente dalla consapevolezza che tutta la vita è veramente una” (p. 63).

“Poiché l’azione è propria del mondo manifesto e nessun essere è mai inattivo, il nostro compito è quello di imparare a spostarci da questo centro interiore della nostra natura per allinearci al Sé Immortale, *Alaya*, il raggio cristallino che è dentro di noi” (p. 64).

“Ricordate che dentro di noi c’è il seme di Buddha, il Buddha-seme se preferite e, quando emerge in noi ciò che è conosciuto come *Bodhicitta*, il pensiero dell’illuminazione, quel seme si risveglia. Perciò, proprio qui, possiamo anche manifestare l’universale, l’ideale e l’individuale” (p. 68).

“La sofferenza ci fa aprire gli occhi sulla nostra condizione e risveglia in noi un sentimento di comprensione empatica e compassionevole verso tutti coloro che conoscono il dolore e le avversità. Questo è il gioiello prezioso che dobbiamo riconoscere nelle sofferenze e nelle tribolazioni che entrano nelle nostre vite” (p. 73).

“Il centro dell’Universo è gioia, *ananda*, oltre che essere e consapevolezza” (p. 75).

“Siamo eredi della tradizione più grandiosa mai esistita, quella della Saggezza senza tempo. Coloro che l’hanno custodita ci sono sempre stati e a tutt’oggi ne sono i guardiani. Cercano le mani di quei pochi disposti a prendere la torcia per diventare parte di quel muro protettore di uomini che difende l’umanità da ulteriori sofferenze e patimenti. Solo noi possiamo intraprendere il lavoro di autotrasformazione. Ed è per questo che ci siamo incarnati e che possiamo partecipare alla grandiosa Celebrazione Cosmica che è la vita stessa, cessando di mangiare il ‘pane dell’avversità’ e di bere ‘le acque dell’afflizione’, ma condividendo con tutto ciò che esiste le benedizioni di luce, amo-

re, comprensione, pace e compassione. In ogni momento siamo chiamati a sederci alla tavola rotonda dell’Universo per godere della Celebrazione Cosmica, che è la vita, ed è per questo motivo che ci siamo incarnati” (p. 78).

“Uno dei grandi misteri è che la trasformazione compiuta dall’individuo è unica e individuale ma, una volta che egli l’ha acquisita, tutto si trasforma, l’umanità intera si trasforma. Solo quando siamo completamente risvegliati abbiamo la libertà di scegliere il cammino che desideriamo seguire; altrimenti ci lasciamo guidare da forze e impulsi che sembrano essere esterni e perfino fuori controllo” (pp. 79-80).

“Quando ci rendiamo conto della nostra condizione, le nostre scelte si caricano di significato e diventano propositive, con una volontà che non deriva dai nostri bisogni psicologici o desideri personali, ma dal più profondo substrato del nostro essere” (p. 80).

“Prendiamo parte a tutto ciò che accade nel mondo e abbiamo la responsabilità di parteciparvi in maniera significativa, contribuendo con l’essenziale trasformazione della coscienza che porterà pace e armonia in tutto il mondo” (p. 82).

“Al centro dell’Universo c’è l’amore, non inteso come un sentimento superficiale, una piacevole emozione. È un’energia positiva che deve passare attraverso l’uomo” (p. 82).

“Il mondo è davvero come uno specchio: se trattiamo gli altri con dolcezza, gentilezza, disponibilità e amicizia riceveremo altrettanto in cambio. Se invece esprimiamo freddezza, rifiuto, rabbia e odio è questo che ci ritornerà, come una smorfia nello specchio. Se la nostra mente è soddisfatta, felice e in pace saremo in grado di esprimerci in modo più chiaro e sensibile e, quali che siano le nostre azioni, le svolgeremo in maniera più gioiosa, efficiente ed efficace” (p. 83).

“A volte è stato detto che il nostro lavoro è quello di spiritualizzare noi stessi e l’umanità. Io suggerirei che dobbiamo prima renderci umani perché, quando impareremo cosa voglia dire esserlo pienamente e veramente, conosceremo anche cosa significhi essere spirituali” (pp. 83-84).

“In ciascuno di noi c’è il seme della buddhità. L’insegnamento o indicazione è che ci sono infiniti Buddha tanto quanto sono infiniti i fili d’erba. Ognuno è unico. Ed è questa unicità che noi doniamo. È fare la cosa giusta al momento giusto e con una purezza di azione che fluisce naturalmente da un cuore colmo d’amore. Ogni parola e ogni azione sono in sintonia con il bisogno del momento” (p. 86).

“Un’esperienza non si verifica quando ci succede qualcosa ma quando accade d’esservi presenti. Questa è un’esperienza genuina. Ogni momento è un evento. Si trasforma in esperienza quando siamo noi ad accadervi, quando siamo totalmente presenti ad essa. Allora, non c’è fretta” (p. 87).

“La pazienza sta proprio nello stabilire una relazione d’amore con gli altri e con il mondo. Si dice che il *Bodhisattva* non scateni mai una reazione perché è in grado di adattarsi alle esigenze della situazione del momento. Lascia a se stesso uno spazio in cui ciò che è giusto fiorirà, perché egli nutre con amorevoli cure ogni situazione. Pazienza, però, non significa indolenza e nemmeno indifferenza o pigrizia: è prontezza al momento giusto” (p. 88).

“Una vera generosità di spirito, unita a una condotta giusta o armoniosa, richiede una pazienza che non si aspetta mai nulla, che si accontenta di attendere il momento giusto e che non teme mai nuove situazioni” (p. 88).

“Tutto ciò che viene da noi, ogni nostra espressione deve provenire da un cuore puro, da una perfetta equanimità, dall’imparzialità.

La mente deve trovarsi in uno stato di equilibrio, imperturbabile da qualunque cosa si trovi dinanzi ad essa” (pp. 88-89).

“Quando si è interiormente svegli in qualunque momento, con quella che si potrebbe definire consapevolezza globale della vita, vi è un’incessante contemplazione interiore del reale e si agisce secondo questa” (p. 90).

“Iniziamo da dove siamo perché non esiste altro posto da dove cominciare. Dobbiamo farlo ora perché non c’è un altro momento. Bisogna intraprendere il viaggio dalla trasformazione interiore a quella esteriore. L’obiettivo è certo perché questa è la promessa che ci è stata fatta in tutte le sacre scritture” (p. 91).

“Tutti siamo in grado di essere compassionevoli e ciò è relativamente semplice se le condizioni sono favorevoli; tuttavia è altrettanto facile essere aggressivi, irritati, infastiditi se sono presenti condizioni tendenti a questo tipo di atteggiamento. Il problema è che dobbiamo sapere come generare compassione e gentilezza costanti, a prescindere dalle condizioni esterne” (p. 92).

“Per ciascuna nascita è necessaria una morte e il grande arco della vita, perfino in una singola incarnazione, comprende molti momenti di rinascita, se siamo disposti ad affrontare e sopportare le innumerevoli morti che il piccolo sé deve sperimentare se vuole trasformarsi nel veicolo del Sé Uno (p. 92).

*Traduzione di Paolo Parini (intervista)
e Roberta Formisano (citazioni).*