

# L'ABBANDONO AL BRAHMAN

## Note di Soham

- Se non si è raggiunto il Brahman, anche il *savikalpa samadhi* è mente. Se invece lo si è raggiunto, una volta vi saranno gli oggetti e l'altra no, comunque è sempre, in ogni caso Brahman.

- Il Brahman è la vera realizzazione, tutto il resto sono chiacchiere, cioè MENTE! Le dispute tra essere o non essere, esistenza o non esistenza sono per gli ignoranti. Senza il Brahman è tutto mente. Però c'è la mente affine al Brahman che ti conduce a vederlo, e la mente piena di falsi concetti che ti ingoia in essa. La Verità è quella da cui non possono sorgere parole, se non quelle, piene d'amore e devozione, in Lode al Signore, riconosciuto tale in tutti i suoi molteplici aspetti.

- Come accedere al Brahman?

Tutti voi avete avuto un'esperienza del Divino senza oggetti, né corpo, né pensieri. Riportatela alla memoria e contemplatela, abbandonandovi ad Essa. Deve diventare normale come adesso è per voi normale lo stato di veglia. Poi tutto il resto viene da sé ☐

- Stamattina ho praticato con V. per telefono.

— Abbi un'idea del Brahman. Immergiti e dimora in Esso.

Non andava, allora ho detto: — Immergiti e dimora nella Pura Coscienza —.

Ora stava funzionando.

— La differenza tra un principiante e te nel fare questa pratica, è che tu sai che la Pura Coscienza è la Realtà, e allora non cerchi altro, sei come il fiume che sta sfociando nell'oceano; un principiante invece sente che la Pura Coscienza è un aspetto insieme molti altri. Questa differenza è fondamentale, perché praticando nel primo modo si dissolve la mente, il mondo e il corpo. Tutto senza sforzo; lo sforzo sta solo nel programmare le sessioni e continuarle.

— Se V. vuole, può aggiungere qualche sua considerazione —.

V.: — Praticando in questo modo, mi sono reso conto che lo sforzo mi riporta nella mente. Rilassandomi nella Coscienza, la meditazione diventa più semplice e piacevole.

- Questa pratica è l'unica che conduce all'Abbandono Definitivo al Divino, alla non-separazione e alla scomparsa di un ego-agente. In Essa confluiscono Bhakti e Jnana. Bhakti è il fondersi all'Amato, Jnana è la chiara consapevolezza che Quello. il Brahman, è l'Unica Realtà.

Cosa vuol dire Abbandonarsi al Divino? Equivale a dire "Sii Tu l'agente, non io". Quando praticando così l'ego-agente scompare, abbiamo la Grazia di contemplare l'Opera di Dio. Da tale naturale contemplazione scaturisce estasi, amore e pace.

[Uso 'scaturisce' al singolare perché non si tratta di tre cose diverse, ma di diverse tonalità del medesimo eco del Cuore al Divino].

- Questo ego è uscito da Brahman e deve rientrare in Brahman. Per farlo bisogna abbandonarsi al Brahman. QUESTA È LA VERA VIA DIRETTA!

Quando l'aspirante non può ancora concepire di abbandonare i pensieri, siamo ancora ai preliminari, nella fase cioè di purificazione della mente affinché si possa giungere ad abbandonarsi al Brahman. Ramana era pronto e tutta la sua sadhana durò soltanto due ore.

- L'abbandono al Brahman significa passare dal testimone, pratica piuttosto noiosina e asfittica, al riconoscere che anche 'quello', qualsiasi cosa sia, è Brahman. Vi rendete conto del salto?!

- Attraverso l'Abbandono al Brahman ti rendi conto che tutto quello che pensavi fosse separato da te, in realtà è il Brahman! Non esiste nessun non-sé, neanche l'idea.

- Tutta questa diversità, tutta questa molteplicità che vedi, è solo il Brahman. Sei acqua nell'oceano e senti separazione con qualcosa?