

## Vivere la via del discepolato (dell'amore in abbandono e della grazia che redime)

Di Roy Eugene Davis – CSA Press 1992

Perché è necessario essere un discepolo



Roy Eugene Davis (nella foto all'estrema destra) vicino a Paramahansa Yogananda (1951)

Le parole "discepolo" e "disciplina" provengono dal latino "discipulos". Questa parola, a sua volta, deriva da "discere", ossia "imparare". Fintanto che non sappiamo di cosa abbiamo bisogno per essere pienamente funzionali e per ristabilire la nostra consapevolezza nel suo puro stato, abbiamo bisogno di imparare. Ora sapete perché è necessario essere un discepolo.

Desiderare di essere un discepolo o fare finta di esserlo non sarà sufficiente per raggiungere i nostri scopi. Ciò di cui abbiamo bisogno è di essere dedicati (al percorso spirituale) e di vivere con tutto il cuore in modi compatibili con l'apprendimento e la crescita spirituale. Trasformazione psicologica e correzioni necessarie in comportamenti e stili di vita, coincidono con gli episodi di crescita. Non possiamo focalizzarci con successo sulla crescita del nostro spirito, ignorando le questioni pratiche che la facilitano e che richiedono la nostra attenzione. Un discepolo è una persona che segue volontariamente precetti e processi con lo scopo di diventare più competente e funzionale. Come dobbiamo imparare a *seguire*, prima di poter assumere un ruolo di leadership, così dobbiamo diventare competenti, prima di riuscire a raggiungere scopi che richiedono conoscenze e abilità specifiche. Andiamo a scuola, prima di seguire una vocazione particolare, quindi continuiamo ad imparare quando l'esperienza ci rivela che è necessario farlo. Se abbiamo una sana curiosità circa il mondo che ci circonda, indaghiamo sugli oggetti di tale curiosità e ci informiamo meglio. Possiamo, però, non essere altrettanto attenti nell'imparare le cose su noi stessi, ossia su come stare perfettamente bene al livello dello spirito e non. Questi ultimi fattori determinano la qualità delle nostre vite e ci danno pace e libertà da dolore e illusione; risultati certi di una vita centrata nel (piccolo) sé e orientata al materialismo. Non avremo mai piena soddisfazione, fino a quando non saremo centrati nell'anima e coscienti di Dio. Non saremo mai pienamente felici senza la consapevolezza spirituale, perché il nostro desiderio innato ci spingerà al risveglio e alla trascendenza. Negare questo bisogno, significa invitare (nelle nostre vite) frustrazione, conflitti interiori di vario genere e disordine, poiché, facendolo, reprimeremo l'inclinazione dell'anima verso lo sviluppo e la crescita. E' veritiero affermare che la maggior parte dei problemi umani ha origine nella mancanza di consapevolezza dello spirito, pertanto le soluzioni

a tutti i problemi umani sono la crescita spirituale e la realizzazione di Dio. Il punto di vista della persona comune in riguardo a Dio e ai processi del mondo è scorretto, a causa della credenza errata dell'esistenza individuale. L'anima individuale non esiste, poiché le anime sono luci riflesse della coscienza di Dio. Dio è la sola Realtà manifesta e noi siamo semplicemente espressioni della Sua luce, identificate temporaneamente con i processi mentali e fisici. Quest'identificazione culmina nella convinzione che Dio sia qualcosa di differente da noi stessi e che il mondo abbia una realtà permanente, quando invece non ne ha.

L'analisi introspettiva e la contemplazione filosofica sono utili per ottenere un certo grado di comprensione e un'intuizione parziale. Ciò che è ancor più necessario, è una modifica radicale di pensieri e comportamenti, in modo che gli atteggiamenti mentali possano essere corretti e che si possano sfruttare le opportunità per la crescita spirituale. Vivere sfruttando il nostro potenziale più elevato, aspirando ad un risveglio maggiore, facilita il nostro progresso spirituale. Per farlo occorrono il discepolato, l'apprendimento e l'esperienza di prima mano. Accontentarsi di ascoltare altri parlare di possibilità di crescita spirituale e di conoscenza della realtà di Dio, significa accontentarsi di informazioni di seconda mano. Queste cose non accontenteranno il desiderio dell'anima di esperienza diretta e di realizzazione. La sola via per essere un discepolo è di dire "sì" alla dedizione. Anche se non comprendiamo bene la procedura, con la dedizione siamo decisi in modo positivo e pienamente risolti. A quel punto, possiamo procedere con l'acquisizione della conoscenza e testarla, applicandola nella vita di tutti i giorni. Farlo è essenziale, perché la conoscenza non è realmente "nostra" fino a che non è provata dall'esperienza. Cosa facciamo quando vogliamo imparare qualcosa per migliorare la nostra performance nel mondo? Cerchiamo la fonte di informazioni più competente e le migliori procedure possibili, giusto? Dobbiamo farlo anche nel percorso del discepolato. Non perdetevi tempo impegnandovi in attività di fantasia, relazioni non pratiche e attività poco importanti. Rinunciate a tutti i comportamenti, inclusi quelli di natura psicologica, che non contribuiscono in nessun modo alla vostra crescita spirituale e allo sviluppo delle vostre capacità innate. Comportandovi in questo modo, focalizzerete la vostra vita ed eviterete distrazioni (e problemi) che potreste avere associandovi con le persone sbagliate e/o con circostanze incompatibili con i vostri scopi più alti.

Alcune delle ragioni grazie alle quali molti aspiranti discepoli non sperimentano i risultati desiderati, è che essi persistono nel nutrire umori autodistruttivi, non chiariscono la loro mente, non focalizzano i loro scopi e si associano con persone confuse e centrate nel (piccolo) sé. Indipendentemente dalla vostra situazione nella vita, affermate interiormente: "Sono un essere spirituale e un riflesso perfetto della luce di Dio. Sono radicato nell'infinito e dedicato alla crescita spirituale e all'illuminazione della coscienza". Imparate a calmare la mente, siate certi di quali siano gli scopi che volete raggiungere nella vita e focalizzate attenzione e sforzi su di essi. Rispettate tutte le persone, ma scegliete compagni e amici per le loro qualità spirituali e la loro dedizione alla vita sana e centrata nell'anima. In molti casi la crescita spirituale è impedita dall'immaturità emotiva, che contribuisce a dipendenze, comportamenti condizionati, atteggiamenti – e sentimenti – di incompetenza e altre condizioni debilitanti. Le persone emotivamente immature spesso indulgono in comportamenti autodistruttivi, tendono a giudicare gli altri e a voler trovare errori nei loro comportamenti, nutrono sentimenti di inadeguatezza, sono competitive e si attaccano alle cose. Si dovrebbe rinunciare a tutte queste caratteristiche. Il discepolato richiede – tra le altre cose – umiltà, voglia di apprendere, salute ragionevolmente buona, integrità psicologica, intelligenza, lealtà alla causa del discepolato e coraggio. La lista potrebbe andare avanti, ma queste sono le cose essenziali. Senza umiltà e voglia di imparare, si può essere difensivi e perversi, si può tendere a proteggere gli stati psicologici esistenti e a giustificare le circostanze. Se non si supera la resistenza all'apprendimento, ci può essere la tendenza di distorcere le informazioni per adattarle a nozioni preconcepite. Se ci si comporta in questo modo, difficilmente si seguiranno le procedure raccomandate, poiché queste saranno ignorate o alterate in base all'umore del momento.

Benché non sia un requisito essenziale per dedicarsi al sentiero spirituale, una vita lunga e in salute è utile, perché permette al devoto di raggiungere i suoi scopi più facilmente e libera

attenzione e risorse per gli sforzi creativi e la pratica spirituale. Solitamente, quando la salute è buona, la vita è più godibile. Se c'è bisogno di salute, la si può ottenere. Bisognerebbe avere un giusto equilibrio di attività, riposo, esercizio e dieta naturale corretta. E' necessaria una ragionevole integrità psicologica per comportarsi in modo responsabile e per addestrarsi nel discepolato. Con la crescita spirituale, la maturità psicologica si svilupperà naturalmente. Problemi importanti come forti depressioni, fissazioni, ossessioni, ecc. che possono richiedere assistenza da parte di un terapeuta professionista, dovrebbero essere affrontati e guariti. Per evitare di aggravare condizioni psicologiche già disturbate, si dovrebbe scegliere uno stile di vita naturale ed equilibrato - quando possibile - e si dovrebbe evitare la meditazione introspettiva, fino a quando non si è raggiunta una ragionevole integrità psicologica.

Il discepolato richiede l'utilizzo dell'intelligenza, ossia la capacità di essere determinati e di fare scelte utili. Bisogna essere in condizione di comprendere i principi di base della verità e la ragione per cui entrare nei processi della crescita spirituale. Quando la concentrazione migliora, si accetta la volontà di affrontare la vita e si diventa maggiormente calmi a livello mentale ed emotivo, i poteri dell'intelletto aumentano. Bisognerebbe comprendere bene le definizioni delle parole, poiché il linguaggio è il veicolo che si utilizza per la trasmissione delle informazioni e la verità dietro le parole. Mentre le realtà più elevate sono comprese direttamente o intuitivamente, si possono capire le cose relative attraverso il giusto utilizzo della facoltà dell'intelligenza. Quando l'intelligenza è chiarita, si può inoltre utilizzare facilmente ciò che si è appreso intuitivamente. E' vero che la devozione a Dio e la dedizione al percorso spirituale sono influenze potenti per la crescita spirituale, ma il devoto deve sviluppare le capacità intellettuali per mantenere un apprezzamento razionale dei processi della vita e per evitare illusioni e fantasie. Quando si conosce chiaramente la via del discepolato, si dovrebbe entrare in essa con convinzione, devota partecipazione e attenzione. Iniziare con propositi elevati per poi cadere all'indietro ritornando ai vecchi comportamenti distruttivi, perdere tempo, interessarsi di altre faccende, provare un sistema di pratica spirituale dopo l'altro, mancare di fede nel processo o nella tradizione, ecc. sono alcuni dei sintomi della mancanza di lealtà verso se stessi. Se abbiamo rispetto per noi stessi e siamo di buon carattere, saremo leali al sentiero del discepolato, dopo esserci dedicati ad esso. Il nostro motto deve essere: "una volta decisi, pienamente dedicati". Giurate a voi stessi di non ritornare più indietro e di non abbandonare mai. In qualità di discepoli di Dio, siete sulla strada "verso l'alto" e la conclusione destinata del processo è la liberazione eterna della coscienza (eterna libertà in Dio). Non esiste nulla che possa anche solo moderatamente essere comparata con un destino così glorioso. Il discepolato può essere per la persona umile e di temperamento moderato, ma non può essere vissuto con successo da chi non ha coraggio. Se Dio è la nostra vita, che cosa ci può minacciare?

Quando le tempeste occasionali e circostanziali ci minacciano o sono in piena forza, quando ci sono delle sfide da affrontare, o anche quando le condizioni sembrano disperate, valutate ogni situazione come un'opportunità per crescere spiritualmente e per imparare come le influenze superiori prevalgano sempre, quando aiutiamo noi stessi rimanendo ancorati nella consapevolezza di Dio. Un discepolo dovrebbe studiare parole di verità, leggendo gli scritti di uomini e donne illuminati e dovrebbe ascoltarle, quando possibile. Facendolo, si può acquisire una comprensione intellettuale dei principi universali di causazione, della natura dei livelli elevati di coscienza, di Dio e della via per raggiungere la salvezza (liberazione della coscienza). Il percorso del discepolato è diretto e focalizzato, e si dovrebbe acquisire quanta più conoscenza valida possibile su cosa si può realizzare e su come procedere. Bisognerebbe evitare di essere illusi, malinformati e di prestare attenzione alle questioni irrilevanti. L'approccio raccomandato è di iniziare, esaminando la natura e i processi di Dio, perché da Dio stesso si esprimono i mondi. Non si può conoscere la realtà di Dio, esaminando gli aspetti mondani della natura. Questo processo ci può far dedurre che Dio esiste, ma non può darci conoscenza su di esso. In ogni caso, quando si conosce Dio almeno a livello parziale, si comprendono anche più facilmente i processi della manifestazione del mondo e della vita umana. Esiste anche la possibilità che esaminando le realtà più elevate, si sperimentino

intuizioni improvvisate e un'immediata illuminazione della coscienza. Entrambe culmineranno nella comprensione chiara e in episodi di realizzazione diretta (e di consapevolezza) di Dio.

Poiché siamo esseri spirituali, tutta la conoscenza di Dio e dei processi cosmici è dentro di noi. Bisogna acquisire conoscenza relativa, perché le circostanze oggettive sono in continuo cambiamento, ma si può sperimentare direttamente la conoscenza delle realtà soggettive, poiché sono permanenti. Durante i primi tempi del discepolato, acquisire conoscenza valida di Dio e dei processi cosmici è utile, poiché almeno si può avere un'idea di ciò che è vero. Contemplando la conoscenza valida, ci sarà una risposta dal nostro interno che farà sviluppare la conoscenza innata. Quest'ultima culminerà nell'intuizione e nella realizzazione. Essendo il discepolato un processo interiore, è adatto a tutti. Non è solamente per le persone religiose o per gli individui che vivono in certe parti del mondo. La via interiore non ha nulla a che fare con la geografia e le condizioni sociali e/o culturali. Il solo ostacolo per il discepolato è l'egocentrismo, che conduce a false assunzioni quali: sono unico, sono un individuo, sono diverso, la mia via non è come quella degli altri, ecc.

Ci sono molti tipi di adorazione e diversi destini dell'anima, ma esiste solo una via per la realizzazione di Dio ed è quella del risveglio spirituale, della dissoluzione dei limiti dell'ego, dello sviluppo degli stati supercoscienti, di coscienza cosmica, di coscienza di Dio e di trascendenza. Poiché il discepolato è un processo interiore, ogni stile di vita completo è adatto per praticarlo. Il consiglio essenziale è che il proprio stile di vita supporti totalmente il soddisfacimento dei bisogni personali e della società, e che contribuisca allo stesso tempo alla crescita spirituale personale e al benessere altrui. Tutti i nostri comportamenti e intenzioni dovrebbero essere motivati da scopi puri, espressi appropriatamente e sperimentati con risultati interamente benefici per tutte le persone coinvolte.

Dovunque siamo e qualunque siano i nostri doveri e le relazioni che abbiamo scelto, possiamo vivere con efficacia in modo appropriato, mantenendo una prospettiva cosmica. In questo modo, ci godiamo la vita, compiamo i nostri doveri e raggiungiamo gli scopi, evitando allo stesso tempo tutti i problemi sperimentati da così tante persone che vivono negli stati mentali condizionati e i cui valori sono relazionati solo alle questioni mondane. Anche se possiamo scegliere un modo semplice di vivere, non possiamo sperimentare la crescita spirituale se non siamo disposti a mettere da parte atteggiamenti provinciali e comportamenti rozzi. Ugualmente dannosa per la crescita dello spirito è l'espressione dell'emotività, che culmina in comportamenti non appropriati e senza un fermo fondamento nella consapevolezza dell'anima e nel senso di giusto scopo. Possiamo osservare questo tipo di comportamento, drammatizzato dalle persone che sembrano compulsive nei loro sforzi di provare - a se stesse e ad altri - di essere in grado di creare una realtà personale ed uno stile di vita, che mancano di ogni senso circa il vero scopo della vita e di cooperazione con lo stesso. Queste persone spesso utilizzano parole come "sinergia, acquisizione di potere ed esperienza". Quando non sono attive, si sentono sole e infelici, e lo sono realmente, poiché la loro comprensione è superficiale e non si sono ancora radicate nella consapevolezza dell'anima. Essendo agitate e insoddisfatte, hanno l'impulso di cercare esperienze esteriori e relazioni che possono dar loro almeno un senso illusorio di valore. Per fortuna, la grazia di Dio fa per noi ciò che non possiamo fare da soli e spesso fa ciò che non facciamo per noi stessi. L'attività della Grazia è il risultato dell'impulso innato della vita di Dio per esprimere e sviluppare le sue inclinazioni. Contribuisce alla trasformazione dei processi universali e al risveglio delle anime. Per queste ragioni, le sue influenze sono sempre benefiche, sempre per il bene più alto e costantemente una benedizione.

Quando le nostre vite sono ragionevolmente ordinate e siamo ricettivi alle esperienze della crescita, le operazioni della Grazia sono quasi sempre riconosciute e accettate come le azioni redentriche che realmente sono. Sperimentiamo a quel punto: pace interiore, calma anticipazione di buona fortuna vicina e lontana, salute fisica migliorata, benessere psicologico, relazioni e rapporti spontanei, godibili e di supporto. Ci saranno comuni anche: intuizioni, chiare capacità di

determinazione e il senso di essere "nel flusso degli eventi" sistemati armoniosamente. Potremo osservare anche la semplicità dell'avere a disposizione tutte le risorse per soddisfare i nostri bisogni. La vita si sviluppa e fiorisce quando è assente la resistenza ai suoi movimenti. Quando le nostre vite non sono sempre ben ordinate o quando subiamo la sfida delle circostanze, qualcosa di diverso dai nostri sforzi ci fa superare quella condizione o situazione. Quel "qualcosa" è la Grazia di Dio. La Grazia, alla fine, ci aiuterà anche se non ne siamo consapevoli o se resistiamo ad essa. La Grazia ispira idee creative, risveglia la speranza, mette a posto le circostanze in modo che noi si possa prevalere (in una determinata situazione) e, a volte, arrangia le cose in modo che noi si debba osservare noi stessi e la nostra presente situazione nella vita per diventare più onesti e responsabili. Anche le circostanze difficili possono celare opportunità di crescita spirituale. Il nostro progresso spirituale è determinato parzialmente dalle nostre azioni costruttive e per il resto (la maggior parte) dalla Grazia di Dio. Se facciamo la nostra parte per aiutare noi stessi, l'influenza redentrice della Grazia farà il resto. Per questo motivo, andando avanti sul sentiero del discepolato con dedizione, consigliamo alle persone di coltivare la devozione e di abbandonarsi a Dio.

Guardiamo con tenero affetto a tutto ciò che amiamo. Il nostro amore per Dio dovrebbe essere così. E' un amore senza qualifiche, senza ego e in abbandono. Pensate a voi stessi e alla vostra vita. Non siete esseri indipendenti buttati lì nell'universo. Non avete creato il mondo, non avete messo voi stessi in un corpo fisico e non avete sistemato il tutto per essere comodi e per esprimervi. A meno che non siate perfettamente realizzati, non sapete cosa vi succederà nel futuro o che cosa vi accadrà quando morirete. La vostra vita non è determinata dal senso dell'ego, ma dalla Grazia di Dio. Sapendo questo, non ha più senso venire a patti con i fatti della vita? Non ha più senso dissolvere i limiti dell'ego e aprirvi alle opportunità di crescita spirituale? Nel vostro cuore (il punto più profondo dell'essere n.d.t.) volete farlo, perché dunque non farlo per davvero? Non ci sarà mai un momento migliore di adesso per aderire alla via dell'amore in abbandono e del discepolato dedicato.

Il nostro universo è in manifestazione per lo meno da quindici miliardi di anni. Gli esseri umani sono su questo pianeta da un milione di anni o più. Mentre le ere degli eventi cosmici si susseguono nei corridoi del tempo, le anime entrano nel mondo e presto se ne vanno. Ogni cento anni circa, praticamente tutte le anime sono "nuovi arrivi" sul pianeta e i precedenti abitanti sono andati in altre dimensioni o sfere di esistenza. Solo alcuni tra i tanti pensano alle possibilità più elevate e pochi tra questi fanno qualcosa per risvegliarsi dal sogno di Dio della mortalità. Potete risvegliarvi, se volete. Le forze dell'evoluzione sono più pronunciate oggi di quanto non lo fossero in precedenza. Osserviamo le loro influenze intorno a noi, poiché un numero crescente di persone si sta risvegliando ad un discreto livello di consapevolezza spirituale. E' possibile sperimentare una crescita spirituale accelerata in questo momento a causa delle influenze cosmiche favorevoli, delle opportunità personali di apprendimento e dello sviluppo dell'anima. Non pensate in termini di possibilità future di illuminazione. Accettate l'opportunità di sperimentare la totalità di Dio, la totalità della conoscenza disponibile e della libertà dell'anima nell'esperienza di tutti i giorni. E' solo questione di lasciar andare ciò che non è compatibile con il vivere ideale e accettare ciò che è compatibile e di supporto. Vivete una vita semplice e naturale con chiara intenzionalità e scopo. Decidete come utilizzare al meglio il vostro tempo disponibile. Decidete quanto tempo ed energia dedicare a lavoro, relazioni familiari, attività ricreative, interazione sociale, comunità, cultura, studi filosofici e pratiche spirituali. Vivete il tipo di vita che decidete di vivere, perché sapete che è il migliore.

Comportandovi in questo modo, ogni cosa che farete produrrà effetti benefici e vedrete ogni problema come un impedimento di poca importanza da risolvere o trascendere facilmente. La maggior parte dei problemi umani sono dovuti all'egocentrismo e alle preoccupazioni circa gli effetti delle cause, che si possono conoscere e cambiare. Espandetevi ed entrate in uno stato supercosciente, cosmicamente cosciente e cosciente di Dio. Vedrete ogni cosa in modo differente e la vita come realmente è. Fate in modo che la vostra esistenza sia una benedizione per gli altri. Lasciate che la bontà di Dio si esprima attraverso i vostri pensieri, umori, comportamenti e azioni

disinteressate. Rispettate e inviate le vostre benedizioni a tutti, ma non lasciatevi distogliere dalla via del discepolato che avete scelto. Fate ciò che dovrete (e potreste) fare, e il mondo sarà benedetto come lo sarete voi.

Traduzione e note a cura di Furio Scano  
ottobre 2006