

## Strofe sulla mente e la meditazione III

*Viveka Chudamani, Strofa 362*

La beatitudine dell'unità

निरन्तराभ्यासवशात्तदित्थं  
पक्वं मनो ब्रह्मणि लीयते यदा ।  
तदा समाधिः सविकल्पवर्जितः  
स्वतोऽद्वयानन्दरसानुभावकः ॥

*nirantarābhyāsavaśāttadittham  
pakvaṃ mano brahmaṇi līyate yadā ।  
tadā samādhiḥ savikalpavarjitaḥ  
svato 'dvayānandarāsānubhāvakaḥ ॥*

Quando la mente, maturata grazie alla pratica ininterrotta,  
si fonde nell'Assoluto, allora c'è il *samadhi*—  
l'assorbimento profondo nella meditazione, al di là di [tutti] i concetti,  
nel quale si assapora spontaneamente la beatitudine dell'unità.



© SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

Il *Viveka Chudamani*, (*Il gioiello supremo del discernimento*), è attribuito ad Adi Shankaracharya, un autorevole saggio che introdusse gli insegnamenti dell'Advaita Vedanta in tutta l'India nell'VIII secolo. Questa scrittura, un testo fondamentale della filosofia, espone l'insegnamento centrale secondo cui il Sé più profondo di una persona

è un tutt'uno con l'Assoluto ed è, quindi, intrinsecamente perfetto. Inoltre, indica come un cercatore possa raggiungere questa esperienza elevata grazie ad una pratica costante di meditazione. Una volta che la mente diventa silenziosa, arriva a riposare nel vero Sé.

Vivekachudamani, strofa 382; trad. Swami Madhavananda, Vivekachūdāmani of Śri Śaṅkarācārya, 8<sup>a</sup> ed. (Calcutta: Advaita Ashrama, 1970), pag. 137.