

Vivekachudamani

Versetto 22

Quando la mente si concentra sulla meta più alta e la contempla—essendosi ripetutamente distaccata dalla miriade di oggetti dei sensi, grazie a un processo di osservazione continua delle loro imperfezioni—quello è lo stato tranquillo della mente.

Vivekacūḍāmaṇi, versetto 22

Traduzione © 2019 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

In questo versetto del *Vivekacūḍāmaṇi* (*Il gioiello supremo del discernimento*), Adi Shankaracharya insegna che la via per una mente tranquilla si trova nella pratica di *viveka*, che significa “discernimento” o “giudizio”. Ciò che Shankaracharya ci fa discernere è la differenza tra “la meta più alta” della vita spirituale e “la miriade di oggetti dei sensi”, con le loro “imperfezioni.”

Le “imperfezioni” che il saggio ci chiede di osservare sono relative alla transitorietà delle cose del mondo. La giovinezza e la bellezza fisica svaniscono inevitabilmente. Le ricchezze e i possedimenti materiali vengono e vanno. Le relazioni personali non durano. Questi tipi di conseguimento non ci potranno mai dare una soddisfazione duratura, e in definitiva pensare a questi piaceri passeggeri non farà che agitare la mente. È volgendo l’attenzione oltre l’effimero che la mente trova pace.

Adi Shankaracharya ci dice che quando ci concentriamo “sulla meta più alta”, cioè l’eterno stato di unità con la Coscienza suprema, allora la mente diventa tranquilla, pura.

Quindi, in questa strofa troviamo uno strumento efficace per mettere in pratica il Messaggio di Gurumayi del 2019. Guidando la mente a “concentrarsi sulla meta più alta e contemplarla”, arriviamo a conoscere la natura essenziale della mente, sperimentiamo “lo stato tranquillo della mente”, che riflette con purezza la luce della

Coscienza suprema, la vera fonte della mente. Concentrandoci ripetutamente su ciò che è duraturo, gioiamo continuamente nella pura luce del nostro vero Sé.



© 2019 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.