

# Il mio Signore ama un cuore puro di Gurumayi Chidvilasananda

## *Estratto 5*

Nel *Mahabharata* è scritto:

Esistono sei tipi di persone sempre infelici:

coloro che invidiano gli altri,  
coloro che odiano gli altri,  
coloro che sono insoddisfatti,  
coloro che vivono alle spalle altrui,  
coloro che sono sospettosi  
e coloro che sono collerici.

In realtà è la collera che produce le altre cinque condizioni. Ci sono molte persone qui, in questa sala e in tutto il mondo, che desiderano portare la pace sulla terra. Tantissime persone offrono un simbolo di pace durante il *darshan*: una bandiera bianca o un fiore di una certa specie. Quando siamo andati in Messico la scorsa primavera è venuto al programma serale un gruppo di persone. I suoi componenti hanno detto di appartenere a un'organizzazione pacifista, e avevano un certo simbolo che volevano offrire e una certa canzone che volevano cantare. Come molti altri, anche loro desiderano portare pace al mondo. Riflettete su questo. Come potete portare pace al mondo se nutrite pensieri pieni di collera?

Come potete aspettarvi che gli altri siano dolci se le vostre parole sono amare? Come potete aspettarvi che gli altri siano aperti con voi se vi aggrappate a un antico risentimento? Come potete aspettarvi che gli altri si fidino di voi se parlate sempre con cattiveria alle loro spalle? Come potete aspettarvi che gli altri vi trattino gentilmente se vi inalberate per ogni sciocchezza? Come potete aspettarvi che gli altri vi amino con

innocenza se vi offendete per tutto ciò che fanno? Come potete aspettarvi che gli altri si confidino con voi se siete sempre di malumore?

Vedete quante forme può prendere la collera? Irritazione costante, malanimo, fastidio, animosità, astio, sgarbatezza, scatti di nervi, accessi d'ira, rancori — per citarne solo alcune — tutte queste forme esprimono i diversi volti della collera.

In essenza la collera è un tiro mancino che giocate a voi stessi e agli altri per far andare le cose a modo vostro. Pensateci. Nella vostra vita. Non pensate agli altri, lasciateli in pace. Nella vostra vita, quando vi siete adirati? Perché vi siete adirati? Come vi siete adirati? A quale scopo avete usato la collera? Che risultati avete ottenuto?

Cominciamo tutti da piccoli, non è vero? Quando le cose non vanno a modo nostro andiamo in collera. Non appena iniziamo ad adirarci i nostri genitori ci dicono: "Oh, sì, sì, sì... Come vuoi tu, tesorino".

E noi pensiamo: "Aaah, funziona".



© 2022 SYDA Foundation®. Tutti i diritti riservati.

Swami Chidvilasananda, "Libertà dalla collera – Seconda parte", cap. 6 in *Il mio Signore ama un Cuore puro: lo Yoga delle virtù divine* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1999), pagg. 78-79.