

Jayashri Gaitonde

# MEDITARE

con

# NISARGADATTA MAHARAJ

*I discorsi originali in marathi*

Se ci si avvicinerà alle parole di Nisargadatta con la giusta concentrazione, sembrerà di essere seduti alla sua presenza e di ascoltare il suono vibrante della sua voce: i suoi discorsi conservano nel tempo il potere di trasformare chi legge.

Ubalдини Editore - Roma

## *Nota dell'autrice*

Per oltre due decenni Sri Nisargadatta Maharaj tenne discorsi nella sua residenza di Mumbai, quasi ogni giorno; negli ultimi tre anni, solo il giovedì e la domenica. Trovavo i suoi discorsi così interessanti che facevo di tutto per non mancare mai a nessuna sessione. Allora non esistevano magnetofoni all' Ashram, per cui i discorsi non venivano registrati. Cominciai così ad annotare per mio conto le parole del Maharaj, una per una, e dopo la sua morte le trascrissi in un quaderno. Shri Narayan, fratello maggiore di mio marito, ebbe modo di leggere quelle trascrizioni e ne rimase molto colpito. Mi diede le sue benedizioni con queste parole: "Un giorno questi tuoi appunti verranno raccolti in un volume, che sarà prezioso per tutti coloro che amano il Maharaj".

I discorsi erano tenuti in marathi, e siccome non c'era nessuno che li traducesse non venivano stranieri ad ascoltarli, ma solo discepoli e visitatori indiani. Il Maharaj non si curava che gli ascoltatori fossero pochi o molti; anche se c'era una sola persona, non cancellava la sessione. In questo mi ricordava il signore Kṛṣṇa, che declamò l'intera *Bhagavad Gītā* per un solo ascoltatore, Arjuna.

Ascoltare parole che escono dalla bocca del *paramātman* è un evento raro, e mi considero fortunata a esserne stata testimone. La loro efficacia è la stessa anche per chi le legge stampate in un libro come questo. La presenza del Maharaj è tuttora viva e innegabile; non era mai soltanto il suo corpo, ed è quindi presente in ciascuno di noi. È il nostro stesso essere. Il beneficio che possiamo trarre dalla lettura delle sue parole dipende solo dalla nostra fede e dalla nostra concentrazione. Le parole del Maharaj hanno una forza tale da poter trasformare chi le legge. Poiché egli è dentro di noi, l'unico possibile ostacolo alla realizzazione è la mancanza di interesse.

Una volta domandai al Maharaj se potevo realizzare la mia vera natura in questa vita. Mi rispose con una domanda: “Sei pronta a morire per questo?”. Ora sono una donna anziana, e la morte non mi turba; ma a quell’epoca ero ancora giovane e desideravo vivere. Volevo conservare intatta la mia natura individuale, aggiungendovi la realizzazione come un compimento ulteriore. È la solita abitudine mondana di chiedere sempre di più senza mai voler pagare il prezzo dovuto. Non ero pronta ad arrendermi al Maharaj con la mia identità fondata sul corpo, per cui preferii non sacrificare nulla e rimanere nell’ignoranza. Ora so che il fatto di frequentarlo non era veramente una mia scelta, ma dipendeva più che altro dall’attrazione che il suo magnetismo esercitava su di me: lo stato libero da paura e desiderio in cui il Maharaj viveva mi attirava fortemente, ma raggiungerlo andava al di là delle mie capacità. Il saggio Tukaram una volta disse che l’unico suo desiderio era incontrare il signore Vitthala (Kṛṣṇa), senza curarsi se poi il suo corpo sarebbe rimasto in vita o no. Era pronto a pagare il prezzo, e ottenne quello che voleva.

Il Maharaj era una persona molto semplice. Non si dava arie e non faceva nulla per distinguersi dagli altri. Cercava sempre di dimostrarci che eravamo come lui, non come ci immaginavamo di essere. Siccome la nostra ignoranza dipende dall’accettazione passiva di una conoscenza errata, con le sue parole cercava di eliminare quell’ostacolo in modo che la verità potesse riemergere. Dovevamo solo ascoltare nel modo giusto: non c’era bisogno di nient’altro, nemmeno di pratiche o rituali di qualsiasi genere. L’unica cosa che voleva dai suoi ascoltatori era che si liberassero totalmente dell’ignoranza, e offriva loro tutta la sua conoscenza, senza riserve. Il Maharaj diceva spesso che quella conoscenza semplice e diretta era presentata in modo complicato dai ‘commercianti spirituali’, che non potevano permettersi di perdere la clientela dicendo la semplice verità. Chi si avvicinava al Maharaj per alimentare il proprio ego restava frustrato, vedendo che trattava tutti i visitatori nello stesso modo. Non credo che ci sia bisogno di mostrare come l’insegnamento del Maharaj si distinguesse da quello di altri guru, perché risulta evidente dalla lettura di uno qualsiasi dei suoi libri.

Un giorno, durante un discorso, il Maharaj notò alcuni ricercatori occidentali nel pubblico. Invece di dire loro che era inutile che restassero poiché non c’era nessun servizio di traduzione, mosso da compassione, chiese a mio marito di tradurre il discorso per loro. Mohan<sup>1</sup> però non si sentiva a suo agio e rispose che non era in grado di farlo perché l’argomento era nuovo per lui, e come traduttore era ancora un apprendista. Ma il Maharaj insistette e Mohan cominciò a tradurre il discorso, una frase alla volta, a beneficio dei visitatori. Il maestro pronunciava una frase e poi si interrompeva, aspettando che Mohan la traducesse in inglese prima di continuare con la frase successiva. Arrivati al termine del discorso, i visitatori erano molto soddisfatti del trattamento di favore che era stato loro riservato. A quel tempo non potevamo immaginare che lo stesso procedimento si sarebbe ripetuto tante volte, e persino negli anni successivi alla morte del Maharaj. Qualche anno fa Narayanswami Vanaja, uno stretto discepolo del Maharaj, chiese a Mohan di tradurre dal marathi all’inglese i discorsi registrati del Maharaj.<sup>2</sup> Mohan ne fu lieto e tradusse ben cinquantadue discorsi, scegliendoli tra le registrazioni in cui la voce del Maharaj si sentiva meglio, e facendola seguire frase dopo frase dalla sua voce con la traduzione inglese. Ascoltando quelle registrazioni pare di rivedere la scena in cui il Maharaj parlava e Mohan gli faceva da interprete, frase dopo frase. Ciò che il Maharaj aveva fatto una volta a beneficio dei visitatori occidentali venuti ad ascoltarlo, ora poteva ripetersi a volontà a beneficio di Vanaja e di tanti altri ricercatori.

In un’altra occasione il Maharaj notò che c’erano due uomini seduti tra le discepole donne. In India, tradizionalmente gli uomini e le donne siedono in aree separate durante i *satsang*. Il Maharaj interruppe il suo discorso e chiese a quei ricercatori occidentali di andare a sedersi tra gli uomini. Anch’io mi ero accorta della loro presenza, perché erano seduti proprio accanto a me. Tuttavia, alla fine risultò che si

<sup>1</sup> Mohan Gaitonde, che in seguito divenne uno dei principali interpreti e traduttori di Sri Nisargadatta. [N.d.T. Anche tutte le note a seguire sono a cura del traduttore].

<sup>2</sup> Quel lavoro produsse la traduzione inglese del volume *Atmaprem*, o *Self-Love*. (Trad. it. *L’amore di sé*, Astrolabio-Ubaldini, Roma 2018).

trattava di ragazze che si erano travestite da uomini per evitare di essere disturbate dai perditempo sugli affollati marciapiedi di Mumbai. Si erano truccate così bene che nessuno, nemmeno il Maharaj, si era accorto che fossero donne. Poi, notando che indossavano una *mālā*, un rosario di grani di *rudrākṣa* con appesa la foto del loro guru, il Maharaj disse loro che non era appropriato allontanarsi dal proprio guru per andare a cercarne un altro. Quando queste gli dissero che il loro guru le aveva autorizzate a fargli visita, consigliò loro di non indossare le loro *mālā* quando venivano ad ascoltare i suoi discorsi.

Solo dopo aver incontrato il Maharaj mi resi conto dello scopo della mia esistenza. Se non lo avessi incontrato, la vita mi sarebbe apparsa priva di significato e non avrei mai saputo il perché. Mi è difficile spiegarlo a parole, così come è difficile per un bevitore spiegare a un astemio la leggerezza e libertà che sente dopo un buon bicchiere. I discepoli di un saggio sono fortunati perché ricevono la più alta benedizione che un essere umano possa ricevere, da qualcuno che veramente ha scoperto la propria identità con Dio.

Incontrare il Maharaj era come incontrare Rāma o Kṛṣṇa, che ora sono venerati nei templi come divinità, ma quando erano esseri umani sulla terra avevano dovuto affrontare i problemi legati al vivere quotidiano, come tutti noi. Il fatto che avessero realizzato il sé non significa molto per la gente comune; vengono accettati come grandi uomini solo perché hanno lottato contro la malvagità.

Frequentare il Maharaj ha cambiato la nostra vita e le ha dato un senso. Oggi non ho dubbi di essere nata proprio per sedere ai suoi piedi. Quei cinque anni in compagnia del Maharaj sono stati celestiali e colmi di benedizioni. Avendo avuto la fortuna di incontrarlo, resto profondamente toccata nel vedere la fede e la devozione di molti che non l'hanno mai incontrato di persona, e tuttavia sono stati trasformati dalla semplice lettura dei suoi libri o dall'ascolto dei suoi discorsi registrati. Questa, per me, è la prova che il Maharaj è tuttora accessibile per noi, poiché è il nostro stesso essere. Sono convinta che questi discorsi abbiano la potenzialità di trasformare la nostra vita e aiutarci a ottenere lo stato più elevato che l'essere umano possa raggiungere.

Bertrand Russell ebbe a dire una volta che trovava il concetto indui-

sta di 'liberazione' impossibile da accettare. Quando gli domandarono il perché, rispose che un tale stato sarebbe stato terribilmente noioso. È una sfortuna che il signor Russell non abbia avuto un maestro che potesse fargli da guida in queste cose. La nostra esperienza con il Maharaj può far capire quale sia la condizione di uno *jñāni* o essere liberato.

Di solito facevamo visita al Maharaj alle cinque del pomeriggio. Un giorno l'autobus si fece aspettare meno del solito, e arrivammo all'Ashram una mezz'ora prima. Trovammo il Maharaj che sedeva da solo, con gli occhi spalancati. Quando gli toccammo i piedi,<sup>3</sup> subito parlò e disse che era diventato consapevole della propria esistenza solo quando l'avevamo toccato. Uno *jñāni* non ha il senso 'io sono', che è la causa di tutti i problemi. Nel grembo materno e nella prima infanzia non c'era nessun 'io sono' e, di conseguenza, nessun problema. Nel sonno profondo troviamo la pace perché non abbiamo nessuna coscienza di esistere. Non ci è mai successo di vedere il Maharaj annoiato, perché in lui non c'era nessun senso di esistere. Una volta ci fece intendere che ciascuno di noi ha esperienza dello stato in cui si è ignari di esistere.

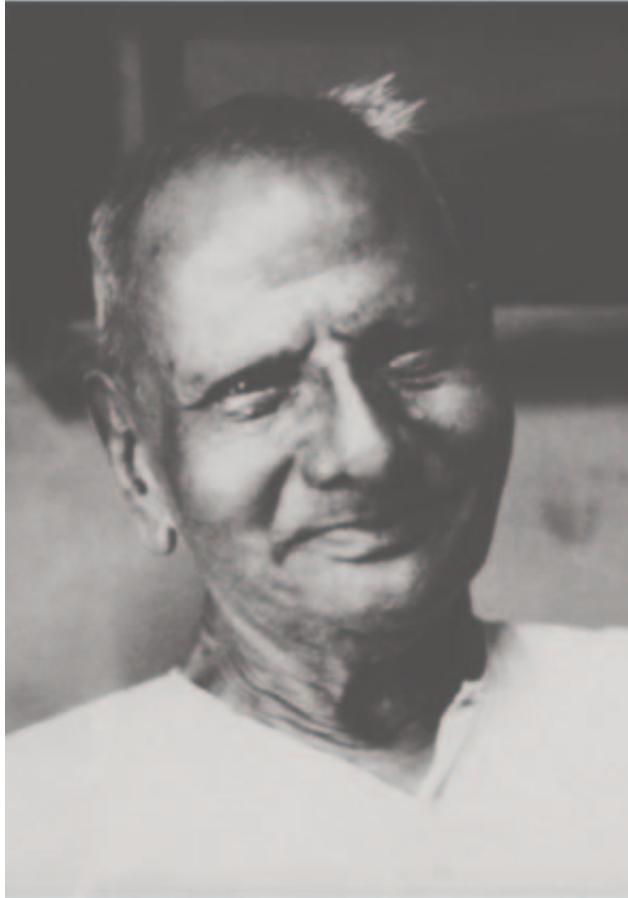
Che cosa eravamo prima di essere concepiti? Eravamo l'assoluto, il nostro eterno essere. Ci annoiavamo mai allora? Per nulla. Per noi la noia ha avuto inizio solo intorno all'età di cinque anni, con l'arrivo del senso 'io sono'. L'insegnamento del Maharaj non serve ad altro che a liberarci di questo falso senso 'io sono'. La nostra vera natura è intera e unica, ovvero un unico intero.<sup>4</sup> In quello stato non ci sei 'tu' e gli 'altri'. Se non c'è un 'tu' qual è il senso dell'esistenza di un 'io'? Le parole del Maharaj hanno la potenzialità di purificare la coscienza, cancellare ogni menzogna ed eliminare la sofferenza. Egli dimora in ciascuno di noi per guidarci. Cantiamo insieme *Jay guru*<sup>5</sup> e godiamo della sua 'pioggia di grazia'.

JAYASHRI M. GAITONDE  
*Lonavala*

<sup>3</sup> In India, chinarsi a toccare i piedi di qualcuno è il massimo segno di rispetto.

<sup>4</sup> Gioco di parole in inglese tra *alone* e *all-one*.

<sup>5</sup> 'Vittoria al guru'.



L'attaccamento all'esistenza svanisce  
con la realizzazione del sé

Tutte le forme viventi, da quelle inferiori, come ad esempio un verme, fino alla più alta, l'essere umano, esultano sentendo pulsare in sé la vita. Questo perché sono convinte che il corpo sia la loro vera natura. La mente, l'intelletto, l'ego e la coscienza-io che sorgono in noi sono aspetti della forza vitale (*prāṇa*). Colui che è testimone del *prāṇa* è in verità senza nome e ineffabile.

Chi crede fermamente negli insegnamenti di un maestro realizzato e conosce la verità attraverso la propria esperienza intuitiva è sul retto sentiero della liberazione. Costui è sempre il sé oltre il tempo. Proprio come nessuno ha bisogno che gli si rammenti se è maschio o femmina, nello stesso modo chi possiede una tale certezza non dovrebbe aver bisogno che qualcuno gli rammenti di essere il principio immutabile che è testimone di tutti i fenomeni, compresa la sua stessa individualità. Dobbiamo dimorare nella comprensione profondamente radicata della nostra vera natura, in tutte le circostanze della vita.

La recita del mantra realizza l'unione col *prāṇa*. La conoscenza primordiale è la pura consapevolezza di essere, il puro senso 'io sono'. Quando questa consapevolezza assume un nome e una forma, diventa soggetta alla nascita e alla morte. Il sincero aspirante, o serio ricercatore della conoscenza, non è vincolato da nomi e forme, poiché è stabile nella pura consapevolezza che viene prima della mente. Quello che precede la consapevolezza di se stessi è chiamato *nirguṇa*: l'Uno libero da attributi.

L'esperienza di esistere nel corpo non appartiene al corpo o alla mente, ma alla pura consapevolezza che è anche chiamata Dio o Vā-

sudeva.<sup>1</sup> Il ‘profumo’ di tale consapevolezza di sé viene dal *paramātman*, il sé supremo. Nei termini dell’assoluto, l’esperienza del mondo esterno non è altro che un sognare da svegli. La consapevolezza di sé è la sorgente degli stati chiamati ‘veglia’ e ‘sogno’: là dove non c’è nessun sognare, non c’è nessun mondo esterno. Dove c’è un’esperienza ‘io sono’, il mondo inevitabilmente appare. Una volta che a un individuo sia stata rivelata la sua vera natura, questi non è più un *sādhaka*, uno che aspira a unirsi al sé. L’esperienza di essere, ‘io sono’, è limitata nel tempo perché ha bisogno di questo corpo mortale, che è un mero prodotto dei cinque elementi necessari al suo sostentamento. Chi conosce tale verità trascende il tempo. La costante consapevolezza che la nostra coscienza è l’Īśvara<sup>2</sup> è la vera adorazione di Dio, la sola *sāadhanā* realmente efficace. Il nostro attaccamento all’esistenza è dovuto all’ignoranza: questa ignoranza, alla fine, trova la sua conclusione come conoscenza del sé.

## Indice

<i>Nota dell’autrice</i> . . . . .	pag. 7
1. L’attaccamento all’esistenza svanisce con la realizzazione del sé . . . . .	» 13
2. Prestare attenzione alla coscienza è meditazione . . . . .	» 15
3. La nostra coscienza brama di continuare a esistere . . . . .	» 18
4. Colui che tutto percepisce non può essere a sua volta percepito . . . . .	» 20
5. L’attenzione si trasforma in assenza d’attenzione . . . . .	» 22
6. Che cos’è <i>jñāna</i> ? . . . . .	» 24
7. Il <i>paramātman</i> è il vero testimone . . . . .	» 26
8. Nulla è più sacro e puro della coscienza . . . . .	» 27
9. La coscienza è la vostra ricchezza . . . . .	» 28
10. Né io né l’altro esistiamo . . . . .	» 29
11. La consapevolezza di essere è Dio: adoratela . . . . .	» 31
12. La nostra coscienza è i piedi del guru . . . . .	» 33
13. Ram Navami (anniversario della nascita di Rāma) . . . . .	» 34
14. Cercate la verità finché siete vivi . . . . .	» 36
15. Il <i>dhyāna yoga</i> conduce allo <i>jñāna yoga</i> . . . . .	» 38
16. Alla fine, la mente si dissolve . . . . .	» 39
17. Per riconoscere la propria vera natura, la mente deve essere libera dai pensieri. . . . .	» 41
18. Lo <i>jñāni</i> sa che la coscienza è Dio . . . . .	» 44
19. <i>Manana</i> conduce alla consapevolezza della coscienza . . . . .	» 45
20. Dimorate nel silenzio. . . . .	» 47
21. <i>Samādhi</i> significa dimenticare la propria consapevolezza . . . . .	» 49
22. Ora è il momento di conoscere la coscienza . . . . .	» 52
23. Mantenete la coscienza assorta in se stessa . . . . .	» 55
24. La costante ricerca della verità vi rende illuminati . . . . .	» 56
25. L’illuminato è il vero <i>saṁnyāsin</i> . . . . .	» 58
26. Il <i>jīva</i> parla, ma a parlare è Śiva . . . . .	» 59

27. Il mondo nasce dal senso di essere . . . . .	pag. 61	64. La coscienza deve abituarsi alla luce dell' <i>ātman</i> . . . . .	pag. 137
28. Nello <i>jñāni</i> , l'esperienza del mondo giunge a cessazione . . . . .	» 62	65. La meditazione mostra l'universalità della coscienza . . . . .	» 139
29. Liberi dal senso di esistere, gli <i>yogin</i> attingono la beatitudine . . . . .	» 63	66. Meditate sulla consapevolezza di voi stessi . . . . .	» 141
30. La meditazione aiuta a rendere stabile la conoscenza del sé . . . . .	» 65	67. La presenza di Dio è antecedente alle parole . . . . .	» 143
31. Riconoscere la coscienza appaga il bisogno di esistere . . . . .	» 67	68. Dovete realizzare tutto questo . . . . .	» 145
32. Siate persuasi che la vostra coscienza è Dio . . . . .	» 70	69. Vedrete che il mondo si trova al vostro interno . . . . .	» 148
33. Il detentore della coscienza è il <i>paramapurusa</i> . . . . .	» 71	70. La consapevolezza di sé contiene l'annuncio dell'esistenza di Dio . . . . .	» 150
34. La sensazione di benessere è un autoinganno . . . . .	» 73	71. Non dimenticatevi che esistete come coscienza . . . . .	» 152
35. La memoria di esistere è il signore Nārāyaṇa . . . . .	» 75	72. L'illuminazione ha la natura dell'amore . . . . .	» 154
36. Conoscete la vostra coscienza attraverso la meditazione . . . . .	» 77	73. Giungete al sostrato dell'esistenza . . . . .	» 156
37. La consapevolezza di essere è Dio . . . . .	» 79	74. Liberazione è quando la consapevolezza di sé riconosce se stessa . . . . .	» 157
38. La coscienza che dimentica se stessa è la morte . . . . .	» 81	75. Dimorate nello stato spontaneo . . . . .	» 159
39. Il senso di essere è un segno di quello che è puro . . . . .	» 84	76. Si deve ricercare la sorgente . . . . .	» 161
40. Contemplare la coscienza è contemplare Dio . . . . .	» 86	77. Dopo il riconoscimento iniziale, acquisite familiarità attraverso la meditazione . . . . .	» 163
41. Il nostro yoga è l'unione con chi è dentro di noi . . . . .	» 88	78. Tutti i concetti svaniranno . . . . .	» 165
42. Credere alle mere apparenze è un segno dell'ignoranza . . . . .	» 91	79. Un saggio è la pace in persona . . . . .	» 167
43. Che cos'è la meditazione? . . . . .	» 94	80. Alleatevi con la vostra coscienza . . . . .	» 168
44. Smarriamo la coscienza nella sua vastità . . . . .	» 97	81. Il vostro guru e Dio sono il vostro sé . . . . .	» 169
45. Adorare il sé conduce all'illuminazione . . . . .	» 100	82. <i>Nirguṇa</i> è non sapere se esistiamo o no . . . . .	» 171
46. Tutte le idee si fondono e si pacificano . . . . .	» 101	83. La sua sensazione è che nulla debba essere fatto . . . . .	» 173
47. Vedere il sé anche negli altri . . . . .	» 103	84. È la consapevolezza di sé a nascere, non il suo testimone . . . . .	» 174
48. Liberazione è essere il sé . . . . .	» 105	85. <i>Brahmacarya</i> significa vivere come il <i>brahman</i> . . . . .	» 177
49. Risvegliate la vostra coscienza e siate una divinità beata . . . . .	» 107	86. Tutto questo non è altro che Quello . . . . .	» 179
50. Meditate su ciò che siete in realtà . . . . .	» 109	87. Dimorate nella presenza del sé . . . . .	» 181
51. Solo chi ha la mente rivolta alla rinuncia è ammesso al servizio del guru . . . . .	» 111	88. La cosa più importante è la coscienza . . . . .	» 183
52. Aspettatevi che nulla vada bene in questo mondo . . . . .	» 113	89. Liberazione significa che nulla rimane . . . . .	» 185
53. <i>Jñāna</i> dev'essere libera . . . . .	» 115	90. Conoscere la coscienza è l'illuminazione . . . . .	» 187
54. Il concetto di esistere svanisce . . . . .	» 117	91. La consapevolezza di sé precede il mondo . . . . .	» 189
55. Vedrete il <i>brahman</i> dovunque guardiate . . . . .	» 119	92. L'illuminato dà tutto il credito al <i>brahman</i> . . . . .	» 192
56. Il senso di esistere è l'Īśvara . . . . .	» 120	93. Quell'intelligenza cosmica, riconoscetela . . . . .	» 193
57. Conoscete voi stessi senza nome né forma . . . . .	» 122	94. <i>Svarūpa</i> : la nostra vera natura . . . . .	» 195
58. Possiamo conoscere colui che diviene cosciente? . . . . .	» 125	95. Trovate la pienezza dell'appagamento in voi stessi . . . . .	» 196
59. Domandatevi 'che cosa sono?' e non 'chi sono?' . . . . .	» 127	96. Devozione è conoscere la propria vera natura . . . . .	» 197
60. La consapevolezza di esistere si deve al <i>parabrahman</i> . . . . .	» 129	97. La coscienza è la stessa per tutti . . . . .	» 199
61. Turbamenti e pensieri si estingueranno . . . . .	» 131	98. Siate l'immagine del vostro stesso sé . . . . .	» 200
62. La nostra esistenza s'è accesa . . . . .	» 133		
63. Dopo la realizzazione, non c'è nessuno che continui a vivere . . . . .	» 135		

99. <i>Jñāna</i> è onnipervadente . . . . .	pag. 202
100. È il discernimento ad apportare la conoscenza del sé . . . . .	» 203
101. L' <i>ātman</i> c'è prima del nostro senso di esistere . . . . .	» 204
102. Non c'è fine, solo crescita . . . . .	» 205
103. Contemplate la vostra vera natura, che è il <i>parabrahman</i> . . . . .	» 207
104. È il <i>puruṣa</i> ad avere l'esperienza della coscienza . . . . .	» 209
105. La coscienza amorevole è Lakṣmīramaṇa . . . . .	» 210
106. Fede è conoscere la nostra esistenza . . . . .	» 212
107. Il mondo si trova nella consapevolezza di noi stessi . . . . .	» 214
108. La vostra esistenza è coscienza . . . . .	» 215
109. La nostra coscienza è Bhagavan . . . . .	» 216
110. Rivolgete l'attenzione a ciò che viene prima dei concetti . . . . .	» 218
111. Restate soli con la coscienza . . . . .	» 220
112. Nella <i>OM</i> la vostra presenza è implicita . . . . .	» 222
113. Dio è la nostra certezza di essere . . . . .	» 223
114. La differenza tra <i>saguṇa</i> e <i>nirguṇa</i> svanisce . . . . .	» 224
115. Stabilitevi nella conoscenza del sé con la pratica . . . . .	» 225
116. Yoga significa perdere il senso di esistere . . . . .	» 226
117. Si resta senza parole . . . . .	» 227
118. Per la nostra natura niente è nostro . . . . .	» 228
119. La coscienza è alla base di tutto . . . . .	» 230
120. Chiarite tutti i dubbi riguardo alla coscienza . . . . .	» 232
121. L'ascoltatore fa parte della natura del <i>sadguru</i> . . . . .	» 234
122. Sviluppate la certezza profonda . . . . .	» 235
123. La fede vacilla se è fondata sul corpo . . . . .	» 236
124. L'entusiasmo di vivere si placa . . . . .	» 237
125. La consapevolezza del sé è ininterrotta e imperitura. . . . .	» 238
126. Una coscienza libera non dipende da sofferenza e piacere . . . . .	» 239
127. Nessuno sa che farsene degli altri . . . . .	» 240
128. Il testimone del corpo è il vostro sé . . . . .	» 242
<i>Glossario</i> . . . . .	» 243

JAYASHRI GAITONDE  
MEDITARE CON  
NISARGADATTA MAHARAJ  
*I discorsi originali in marathi*

In un'epoca in cui non esisteva la possibilità di registrare i discorsi di Nisargadatta, un ruolo di fondamentale importanza ebbero le persone che si occuparono di trascrivere le parole del Maharaj. Per circa vent'anni Nisargadatta parlò quasi tutti i giorni ai discepoli presso la sua casa, divenuta il suo ashram, e Jayashri Gaitonde, assieme al marito Mohan, non mancò mai a un incontro. Colpita profondamente dalla forza penetrante di quelle parole, iniziò ad annotarle, portando avanti per anni un instancabile lavoro di trascrizione. Dopo la morte del maestro, riportò quegli appunti su un quaderno e si rese conto di aver raccolto un materiale di inestimabile valore.

Il ruolo di discepoli come Mohan e Jayashri Gaitonde fu determinante anche per la diffusione dell'insegnamento Advaita Vedanta di Nisargadatta al di fuori dell'India. Inizialmente, poiché Nisargadatta parlava esclusivamente in marathi, ad assistere erano solo visitatori indiani. Fu il Maharaj stesso a chiedere a Jayashri e Mohan Gaitonde di tradurre le sue parole in inglese, in simultanea, non appena cominciarono a giungere all'ashram discepoli stranieri.

L'ignoranza, spiegava il Maharaj, dipende dall'accettazione passiva di una conoscenza errata: con le sue parole cercava di eliminare quell'ostacolo in modo che la verità potesse riemergere. Bisognava solo ascoltare nel modo giusto: non c'era bisogno d'altro, nemmeno di pratiche o rituali. L'unica cosa che voleva dai suoi ascol-

tatori era che si liberassero totalmente dell'ignoranza, e offriva loro tutta la sua conoscenza, senza riserve.

Secondo Jayashri Gaitonde, il beneficio che si può trarre ancora oggi dalla lettura delle parole di Nisargadatta dipende solo dalla propria fede e concentrazione: esse hanno una forza tale da poter trasformare chi le legge.

\* \* \*

JAYASHRI GAITONDE fu, assieme al marito Mohan, tra i primi traduttori di Nisargadatta. A partire dalla fine degli anni settanta del secolo scorso, si immerse completamente nell'insegnamento del Maestro, seguendo ogni incontro e trascrivendo tutti i suoi discorsi in marathi. Solo dopo la morte di Nisargadatta trasse un libro da tali trascrizioni. Oggi vive con il marito Mohan a Lonavala, nei pressi di Mumbai.