Sri Bhakti-Tattva-Vigyaana

(Conoscenza sacra essenziale della *Bhakti*)

Di 108 Sri Srimad Ananta dâs Bâbâji Mahârâj
(Mahant e Pandit di Sri Radhakund)
Tradotto dal bengalese all'inglese da Madhumati dasi e editato da Sangita Sangai
Tradotto dall'inglese all'italiano da Karunamayi dasi

Indice

Cos'è la *Bhakti*?
Bhakti è il mezzo
Chi è qualificato per la *Bhakti*?
Cos'è la fede?
64 regole della *Bhakti*
Graduale progresso nella Bhakti

Cos'è la *Bhakti*?

Cos'è la *Bhakti*? Quando *Rishi* come Sanak Muni formularono questa domanda, Gopâl-Tâpani Shruti rispose:
"*bhaktirasya bhajanam tadihâm-utra-upâdhi-nairâsyena amusmin manah kalpanam-etad-eava hi naishkarmyam."*
"*Bhakti* significa 'servire Sri *Bhagavân*'. Quando siamo liberi da ogni desiderio materiale e impegnamo la psiche e tutti i sensi nel servizio di Sri *Bhagavân*, questo è chiamato *'bhajan'* e soltanto questo *bhajan* è '*naishkarmya* (azione che non porta frutto e che non ha come conseguenza la rinascita)'."
Queste parole delle *Shruti* provano che *bhajan* e *naishkarmya* sono sinonimi. Significa che quando iniziamo il *bhajan* tutti i nostri desideri materiali sono distrutti e il nostro cuore diventa immacolato. Siamo semplicemente immersi nel gustare la *sevâ-rasa* di Sri *Bhagavân*.
Tâpani Shruti ha definito la *bhakti* ed ha descritto il modo con cui la *bhakti* conquista Sri Krishna.
Afferma: "*vigyâna-ghana ânanda-ghana sachchidânandaika-rase bhakti-yogec tishthati."*
"Sri Krishna è l'intensa speciale conoscenza personificata. E' rivelato dallo *yoga* della Bhakti che è eterna, cosciente e gioiosa *rasa*."
Da questa dichiarazione impariamo tre concetti:
Che cosa è la *bhakti:* è eterna, cosciente e gioiosa *rasa*
Che cosa fa la *bhakti:* rivela Sri Krishna, il che significa che Lui è sotto il controllo della *bhakti*
La forma originale di Sri *Bhagavân:* speciale intensa conoscenza.
Il Sri Nârada-Pancharâtra dice:
"*surarshe vihitâ shâstre harim-uddishya yâ kriyâ,*
Saiva bhaktir-iti prokta taya bhakti parâ bhavet.'
"La *Bhakti* comprende tutte le attività che svolgiamo per servire Sri Krishna. Eseguendo tali attività otteniamo la *bhakti* suprema chiamata *prema*."
Qui, 'tutte le attività che svolgiamo per servire Sri Krishna' indica le azioni che Lo soddisfano, come l'ascolto, la glorificazione ecc.
'Bhakti' trae la sua origine dalla radice *'bhaj'*.
bhaj ityesha vai dhâtuh sevâyâm parikirtitah: "la radice '*bhaj*' significa '*sevâ*'."

Che cosa significa '*bhaj*'?

– (Garuda Purâna)
Dobbiamo rilevare che se pratichiamo il *bhajan* con qualsiasi altro desiderio che non sia la soddisfazione di Sri *Bhagavân*, non otterremo l'amore divino eterno.
"Anche se ci dedichiamo alle pratiche devozionali non otterremo *prema* fino a che i desideri materiali e il desiderio per la liberazione dimoreranno nel nostro cuore." (C.C.Madhya.19.152)
Bhakti è la principale caratteristica delle potenze interne *Hlâdini* e *Samvit* di Sri *Bhagavân*. *Hlâdini* ha una sola funzione: dare soddisfazione a Sri *Bhagavân.* Perciò se abbiamo qualsiasi altro desiderio che non sia il compiacere Sri Krishna, *Bhakti* non apparirà mai nel nostro cuore. Ecco perché dobbiamo innanzitutto apprendere la verità su Sri *Bhagavân* e sulla *bhakti.* In seguito dobbiamo intraprendere il cammino del *bhajan*. Allora il nostro ascolto, le nostre glorificazioni ecc. daranno risultati. Sri Shândilya Rishi ha dichiarato nel suo Bhakti-Sutra *"sâ parânuraktireeshware":* "*Bhakti* significa amore supremo per Sri *Bhagavân*."
Sripâd Swapnâchârya ha spiegato come segue questa dichiarazione:

"In questo verso '*anu*' indica che la *bhakti* consiste nel profondo attaccamento che otteniamo per Dio dopo aver acquisito conoscenza della Sua vera forma, delle Sue glorie e della *Bhakti*." Srimat Rupa Goswâmipâd ha analizzato le sovramenzionate dichiarazioni delle *Shruti* e delle *Smriti* e ha scritto un verso all'inizio del suo bellissimo testo Bhakti-Rasâmrita-Sindhu. In tale verso ha espresso la completa definizione della **Bhakti**, strettamente in accordo con le *Shruti* e le *Smriti*. Tale definizione è valida per *vidhi-marga*, *râga-mârga*, *sâdhanabhakti, sâdhya-bhakti, bhâva* o *prema*. Il verso è:
anyâbhilâshitâ-shunyam gyâna-karmâdi-anâvritam,
ânukulyena krishnânusheelanam bhaktiruttamâ.
"La *bhakti* eccellente è il non avere altro desiderio che quello di compiacere Sri Krishna; non è abbinata a *gyân (strada della conoscenza che conduce alla liberazione)* e a *karma (*strada che *conduce ai piaceri paradisiaci materiali)*. E' favorevole a Sri Krishna." (B.R.S.1.1.11)

Spiegazione di **Srimat Jiva Goswâmipâd e Srila Vishwanâth Chakravartipâd del verso *'anyâbhilâshitâshunya'* del B.R.S.**

Srimat Jiva Goswâmipâd e Srila Vishwanâth Chakravartipâd hanno chiarito molto bene questo verso. Gustiamoci la loro spiegazione. La *'Bhakti'* comprende attività che conducono al servizio a Sri Krishna. Questa è la vera caratteristica o principale definizione di *Bhakti.* La parola '*anusheelan*' nel verso origina dalla radice '*sheel*'. '*Sheel'* significa '*sheelan*' (seguire qualche regola) ed ha due aspetti:
Fare: Dobbiamo fare alcune cose con il corpo, la mente e la lingua.
Con il corpo dobbiamo servire la Divinità, con la mente dobbiamo meditare sui Suoi passatempi divini e soddisfarLa con i nostri pensieri; con la lingua possiamo glorificare il Suo Santo Nome, le Sue qualità e i Suoi passatempi.
Non fare: Dobbiamo evitare le offese nella *sevâ* (servizio alla Divinita') e al Santo Nome.
'*Krishnânusheelan*' indica tutto ciò che dobbiamo fare o non fare per servire e compiacere Sri Krishna. Comprende tutto, cominciando con la sottomissione ai piedi di loto di Sri Gurudev e la pratica di *sthâyi-bhâv* (sentimento permanente, nel caso dei Goudiya Vaishnava è quello di una Manjari) e *vyâbhichâri-bhâv* (sentimenti transitori come la gioia)
In questo modo se diamo soddisfazione a Sri Krishna con corpo, mente e parole, possiamo affermare che stiamo praticando la *Bhakti*.
Possiamo praticare la *Bhakti* in due modi:
Con impurità
Senza impurità
Le 'impurità' nella *Bhakti* comprendono
a) Altri desideri
b) Adulterazione.
Quando la *bhakti* è libera da altri desideri e adulterazioni, è chiamata 'pura *bhakti*'.

'Altri desideri' e 'adulterazione'

'Altri desideri' significa desiderare oggetti materiali, liberazione, poteri mistici, denaro, potere, posizione, fama ecc.
'Adulterazione' indica la presenza di *'gyân'* (conoscenza) e *'karma'* (azione). Qui *'gyân'* si riferisce all'adorazione del Brahman Impersonale e '*karma*' implica attività come fare sacrifici, carità e adorazione per scopi materiali – come menzionato nelle *smriti shâstra* (scritture che trattano principalmente l'aspetto ritualistico*)*. Ovviamente la conoscenza che concerne la *bhakti* e Sri *Bhagavân* è vera conoscenza ed è sicuramente nostro dovere acquisirla. E' anche necessario compiere attività come adorare, glorificare e ascoltare a proposito di Sri Krishna. Queste sono parti del 'Sri Krishna-*anusheelan*' (servire Sri Krishna). Se compiamo queste attività senza il desiderio per il profitto materiale e/o per la liberazione stiamo praticando la pura *bhakti*. Tale *bhakti* possiede anche molti altri nomi come: *nirgunâ* (libera dalle impurità), *kevalâ* (unica), *mukhya* (principale), *ananyâ* (esclusiva), *akinchanâ* (priva di desideri) e *swarupsiddhâ* (autoindipendente o vera forma).

Spiegazione di *'ânukulya'*

Qui Srila Rupa Goswâmipâd ha usato la parola '*ânukulya*' o favorevole. Se serviamo Sri Krishna in modo sfavorevole per Lui, tale servizio non è *bhakti*. Capiamolo meglio. E' possibile servire Sri Krishna in modo sfavorevole. Anche Kamsa, Shishupâl e Jarâsandha servirono e diedero

piacere a Sri Krishna; tuttavia le loro attività non Gli erano favorevoli, avevano piuttosto lo scopo di colpirLo. Quindi non le cataloghiamo come '*bhakti*'.
Se pensiamo che, seguento il dizionario, '*ânukulya*' abbia anche il significato di 'compiacendo' siamo in errore. Per esempio, anche se Sri Krishna provò piacere nel misurarSi in battaglia con gli *asura* e gustò con piacere la *rasa* del combattimento, non possiamo affermare che gli *asura* stessero praticando la *bhakti,* per il semplice fatto che non agivano per il Suo bene. Contrariamente a loro, Madre Yashodâ lasciò l'affamato Krishna e si affrettò per salvare il latte che stava per traboccare. Lui non lo gradì, ma noi identifichiamo come *bhakti* le attività di madre Yashoda perchè lei si stava impegnando per il Suo benessere (poichè il latte era per Lui). Quindi *ânukulya* significa 'privo di invidia nei confronti di Sri Krishna'.

Cosa intende Srila Rupa Goswâmipâd con il termine '*uttamâ bhakti*'

Srila Rupa Goswâmipâd ha chiarito cos'è' *uttamâ*' *bhakti*' o 'devozione ideale' con questo verso del Nârad-Pancharâtra:
sarvopâdhi vinirmuktam *tat-paratvena nirmalam,*
hrishikesha hrishikesha-sevanam bhaktiruchyate
"*'Bhakti*' è servire Sri Krishna senza impurità, con organi (mani, bocca ecc..) purificati dal fatto che Lo stanno servendo con affetto."
Constatiamo che i termini seguenti di questo verso sono sinonimi di quelli del verso di Srila Rupa Goswâmipâd.

Nârada-Pancharâtra	**Srila Rupa Goswâmipâd**
'*sarvopâdhi vinirmuktam'* (libero da impurità)	*anyâbhilâshitâ-shunyam* (libero da altri desideri
tat-paratvena	*ânukulyâtmak* (favorevole a Lui)
nirmalam	*gyâna-karmâdi-anâvritam* (non nascosto da *gyân* e karma)
sevanam	*anusheelanam* (servire)

"*Prema* sorge dalla pura *bhakti*. Descrivo quindi le caratteristiche della pura *bhakti:*
Abbandonare altri desideri, altri tipi di adorazione, *gyân* e *karma.*
Compiere attività per Sri Krishna con tutti gli organi del corpo in modo tale che Gli siano benefiche.
Questa è la pura *bhakti* e praticandola otteniamo *prema*. Il Pancharâtra e lo Srimad-Bhâgavatam espongono lo stesso concetto." (C.C. Madhya.19.147-149)
Abbiamo già sentito la versione del Pancharâtra. Qual è quella dello Srimad-Bhâgavatam?
Sri Kapildev disse a Madre Devahuti: "Oh madre, Io sono la Persona suprema e sono nel cuore di tutti. Quando qualcuno dopo aver sentito parlare delle Mie eccellenze ha il cuore che si precipita continuamente verso di Me come il Gange verso il mare, se non cerca altro ed è privo degli ostacoli chiamati *gyân* e karma, tutto questo è *bhakti* priva di impurità. I Miei devoti non accettano altro che la Mia *seva*. Non accettano *sâlokya* (vivere con Me nella stessa dimora), *sârshti* (un'opulenza pari alla Mia), *sârupya* (una bellezza come la Mia), *sâmipya* (essere vicini a Me) e *sâyujya (*fondersi in Me) neanche se offerte da Me" (S.B.3.29.11-13)
Tale pura devozione si risolve in *prema*. Sriman-Mahâprabhu istruì Srila Rupa Goswâmi sul metodo di ottenere *prema* come risultato della pratica della pura devozione.
La Sri Chaitanya-Charitâmrita lo spiega in modo semplice.

Come la pura devozione risulta in *prema*

"Dopo aver girovagato in tutto l'universo alcune creature benedette, per la misericordia di Sri Gurudev e Sri Krishna ottengono il seme di *Bhakti-latâ (Bhakti* è paragonata a *latâ*, una pianta rampicante poichè è molto tenera e fragile. Questo vuol anche indicare che dobbiamo nutrirla con cura). Lui (il *sâdhak)* diventa il giardiniere e semina tale seme. Lo nutre innaffiandolo con l'ascolto e la glorificazione della bellezza, delle eccellenze e dei passatempi di Sri Krishna. Il seme diventa un alberello, cresce ed alla fine perfora l'involucro dell'universo. Attraversa il Fiume Virajâ e raggiunge la dimora trascendentale. Arriva a Golok Vrindâvan e si arrampica sui piedi di Sri Krishna che sono come un albero dei desideri. Giunto là si espande ed alla fine fruttifica in *prema*. Il giardiniere innaffia quotidianamente la pianta rampicante con l'acqua dell'ascolto, della glorificazione ecc. Se commette l'offesa al Vaishnava, che è come un elefante pazzo, la pianta e' sradicata e si secca. Perciò il giardiniere sta molto attento a non commettere *Vaishnava aparâdh*. E' anche possibile che erbacce crescano sulla pianta. Cosa sono queste 'erbacce'? Sono i desideri per il piacere materiale, la liberazione ed innumerevoli altri. Queste piante comprendono anche attività proibite, disonestà, violenza, profitto monetario e potere.

L'acqua nutre queste piante parassite al posto del cespuglio della Bhakti che crescono incessantemente mentre la pianta principale arresta la sua crescita. Quindi dobbiamo innanzitutto tagliare queste altre piante. Soltanto allora la pianta principale crescerà e si dirigerà verso Vrindâvan. Fruttificherà in *prema*, maturerà, cadrà e il giardiniere potrà gustarla. Salirà con il supporto di questa pianta e raggiungerà l'albero dei desideri (i piedi di loto di Sri Krishna). Là servirà tale albero dei desideri e godrà con gioia la *rasa* del frutto di *prema*. Questa è la massima ricompensa e il traguardo supremo della vita umana. Tutti gli altri traguardi in paragone sono insignificanti." (C.C. Madhya.19.143-146)

Di cosa è costituita la *bhakti*?

Quando analizziamo la *bhakti* dal punto di vista filosofico, constatiamo che non contiene altro che realizzazione e *rasa*. Le persone ordinarie hanno molti dubbi del fatto che la *bhakti* sia piena di gioia. Srimat Jiva Goswâmipâd ha scritto nel Priti-Sandarbha (65): "Le *Shruti* affermano: 'La *Bhakti* conduce i devoti a Dio e Lo rivela. *Bhakti* sottomette Sri *Bhagavân* ed è la via migliore e più sicura per raggiungerLo.'

La *Bhakti* è così grande che è in grado di far impazzire di gioia Sri *Bhagavân*, lo stesso Sri *Bhagavân* che e' gioia personificata! Quindi che cosa contiene la *bhakti*? Gli esponenti di *Sânkhya*, che non credono nell'esistenza di Dio, affermano che non c'è gioia più grande dell'essere situati nella virtù. Sri Jiva dice: la *Bhakti* non è come la gioia che sorge dalla virtù poiché l'influenza (ci sono tre attributi della natura materiale: virtù, passione e ignoranza) della virtù è materiale. Leggiamo nelle scritture che la *bhakti* sottomette Sri *Bhagavân* e niente di materiale è in grado di controllarLo. Inoltre Lui è pieno di gioia in Se Stesso ed è autosoddisfatto. Non sente la necessità di alcun piacere materiale. Perciò la *bhakti* non è un sinonimo di virtù. Quando gli adoratori del Brahman Lo realizzano, la Sua felicità si trasmette in essi, facendo loro provare un certo piacere. Nonostante questo Bhakti non e' neanche questa Sua felicita', dato che procura piu felicita' di quella che deriva dalla realizzazione del Brahman. *Bhagavân* è più felice con la *bhakti* di quanto lo sia con Se Stesso. La *Bhakti* non è sicuramente la gioia interna che sorge dalle entità viventi (se non deriva da Sri *Bhagavân*, come può derivare da noi visto che noi siamo parte di Lui?)

Noi siamo piccoli come atomi e anche la nostra felicità è minuscola. E' impossibile far delirare Sri *Bhagavân* con tale piccolo piacere. Come può chi possiede un milione di *kâma-dhenu* (paradisiache mucche che soddisfano tutti i desideri) essere attratto da una capra?

Dhruva Maharaj afferma (nel Vishnu-Purân): "Oh mio Signore, Tu sei la sorgente di tutto. Le tre potenze, *Hlâdini*, *Sandhini* e *Samvit* risiedono in Te. Tu sei al di là di tutte le influenze materiali della natura. Perciò il *sattva*-guna apportatore di pace e i fastidiosi *tama*-guna e *raja*-guna non esistono in Te".

Ora sorge la domanda: com'è possibile per *Hlâdini shakti* dare tale immenso piacere a Sri *Bhagavân* quando dopo tutto è già presente in Lui? Esaminiamo il caso seguente: c'è un uomo che si chiama Devadatta. Se affermiamo:'Anche se non mangia durante il giorno Devadatta è grasso' questo vuole sicuramente indicare che mangia durante la notte. Allo stesso modo riscontriamo che Sri *Bhagavân* trae immenso piacere dalla *bhakti* e allo stesso tempo non è possibile per *Hlâdini shakti* renderLo così felice dal momento che già esiste in Lui. Abbiamo precedentemente stabilito che quando pratichiamo la *Bhakt*i questo Gli dà molta più gioia della realizzazione del Brahman.

Perciò concludiamo che *Bhakti* non è un sinonimo di *Hlâdini shakti*. Proprio come Devadatta non può ingrassare senza cibo. Se non mangia durante il giorno, deve per forza mangiare di notte, per cui se *Hlâdini shakti* di per sè non è in grado di dare a Bhagavan così tanta felicità, ne consegue logicamente che Gli deve dare tale immenso piacere prendendo qualche altra forma. Qual è questa forma? Concludiamo che, quando è assistita dal devoto, *Hlâdini shakti* ottiene un potere speciale ed elargisce persino a Sri *Bhagavân* (Che ne è la sorgente) un'estrema felicità che è in grado di incantarLo.

Una proprietà di *Hlâdini* è la felicità estrema. Entra continuamente nei devoti ed esiste in loro come 'amore per Dio'.

Quando Sri *Bhagavân* sente tale amore, è estremamente soddisfatto dei Suoi santi devoti. *Bhakti* è un'**intensa combinazione** di *Hlâdini* e *samvit shakti*.

Entra nel cuore di un devoto e dà immenso piacere a Sri *Bhagavân*. Perciò è così potente che è in grado di controllare Sri *Bhagavân*. Qui **intensa combinazione significa** *tat-sâratvancha tannitya-parikarâshrayak tad-ânukulyâbhilâsha-visheshah*': '*Bhakti* è il desiderio sempre esistente nei Suoi eterni associati e beneficia Sri *Bhagavân*. Tale *bhakti* scorre come il fiume

Mandâkini **(Mandâkini** è un affluente del fiume Alaknandâ. Ha origine dal ghiacciaio Charabari vicino a Kedârnath nell' Uttarâkhand, India. Ha come affluente il fiume Vâsukigangâ a Sonprayâg. Raggiunge Alaknandâ a Rudraprayâg, quindi procede verso Devaprayâg dove si congiunge con il fiume Bhâgirathi per formare il Gange) dagli eterni associati attraverso la successione disciplica ininterrotta di devoti (Guru-*paramparâ*) nel mondo materiale.
A questo punto sorge una domanda. La *Bhakti* è trascendentale. E' l'intensa combinazione di *Hlâdini* e *samvit*. E' opposta alla natura materiale. Persino Sri *Bhagavân* la esperimenta e ne prova una gioia immensa. Come può allora apparire nel mondo materiale nel minuscolo essere vivente? La risposta è la seguente: la misericordia del puro devoto porta la *bhakti* dal mondo trascendentale e la colloca nell'essere vivente, senza che lui se ne accorga. In seguito questa bhakti ne attrae il cuore e crea una situazione tale che il seme della sua pianta (la pianta rampicante dei desideri) vi possa essere seminato. Questo seme germina nel desiderio di servire Sri *Bhagavân* in modo favorevole. Una madre amorevole prende il suo bambino che si sta rotolando nella polvere, lo pulisce e lo allatta. Anche *Bhakti* devi è amorevole. Noi, che ci siamo allontanati da Dio, abbiamo polvere dentro di noi. Questa polvere consiste nei dubbi su Dio e in molti desideri materiali. Lei toglie la polvere e semina con attenzione il seme della pianta della *Bhakti* che è favorevole a Sri *Bhagavân* e al *bhajan*. Quindi *Bhakti* Devi ci rende inquisitivi sul *bhajan*, ci dà la conoscenza della *bhakti*, la ferma fede scritturale favorevole alla *bhakti* e il disinteresse per gli oggetti materiali. Quando la nostra *chitta* (cuore) viene pulita in questo modo, il devoto pensa: sia che i miei attaccamenti materiali diminuiscano o aumentino, anche se troverò centinaia di ostacoli nel *bhajan*, non abbandonerò mai il cammino della *bhakti.* Il devoto è fermamente determinato, gradualmente le sue offese e i suoi *anartha* scompaiono ed è benedetto da *rati* e infine da *prema*.

Bhakti è il mezzo

Prema è il benessere più desiderato ed è il traguardo supremo dell'essere vivente. E la *bhakti* è il mezzo per ottenerla. Perciò indichiamo la pratica devozionale come '*abhidheya*' (mezzo o processo). Non possiamo ottenere la misericordia di Sri *Bhagavân* seguendo alcun cammino, che sia *karma*, *gyâna* o *yoga,* se non possediamo *bhakti.* "*Gyâna*, *karma* o *yoga* non possono sottomettere Sri Krishna; Lui può essere controllato soltanto dalla r*asa* dell'amore e dalla devozione." (C.C)
Sri Krishna disse a Sri Uddhav:
"O Uddhav, neanche *yoga,sânkhya*, *dharma,* lo studio dei Veda, l'austerità e persino la rinuncia possono sottometterMi come la ferma devozione a Me." (S.B.11.14.20)
"La devozione a Sri Krishna è il mezzo più importante per raggiungerLo. Se vogliamo ottenere il successo in karma, *yoga* o *gyâna* dobbiamo ricorrere alla *bhakti.* Queste pratiche non possono produrre i loro frutti senza l'assistenza della *bhakti."* (C.C.)
La *Bhakti* è l'unico mezzo per raggiungere il traguardo spirituale. In effetti la *bhakti* è l'unica via per l'essere vivente e può aiutare tutti ad ottenere la felicità. Perciò gli *shâstra* e i Mahâjan hanno indicato la *bhakti* come il supremo *dharma*, il supremo *yoga* e il benessere supremo. Lo Srimad-Bhâgavatam afferma: quando Sri Brahmâ analizzò pazientemente tre volte tutti i Veda, capì che le scritture hanno un unico messaggio: la devozione per Dio. Non soltanto questo, solo la *Bhakti* è il traguardo supremo per l'essere vivente. La pratica devozionale è universale. Tutti possono seguirla, ovunque e in ogni situazione. I *Chatuhshloki* (I Chatuhshloki (quattro versi) del Bhâgavatam, condensano l'essenza dei Purâna. Fu impartita da Sri Bhagavân a Brahmâji che stava per mettere in atto la creazione ma aveva dubbi sulla natura di ciò che stava per creare. Questi quattro versi si trovano nel nono capitolo del secondo skandha dello Srimad-Bhâgavatam) dello Srimad-Bhâgavatam dicono:
"*etâvadeva jigyâsyam Tattva-jigyâsunâtmanah,*
anvaya-vyatirekâbhyâm yat syât sarvatra sarvadâ."
"O Brahmâ, chi desidera conoscere la verità confidenziale sull'amore per Me, accetterà il cammino della pratica devozionale che contiene le istruzione su cosa fare e cosa non fare; è universale ed eterno. Porrà domande a questo proposito al suo Maestro Spirituale."
Sri *Bhagavân* fornisce la prova che la pratica devozionale è il mezzo per raggiungere il nostro traguardo. Nonostante anche karma*, gyâna* e *yoga* abbiano delle regole, non è scritto da nessuna parte che il non ricorrere a loro sia un'offesa. Anzi sono criticati in alcune parti delle scritture. D'altro lato troviamo innumerevoli asserzioni che proclamano la necessità della *bhakti.* Lo Srimad-Bhâgavatam dichiara:
"Sri Chamas Yogindra disse a Mahârâj Nimi: 'Oh re, i Bramini sono nati dalla bocca di Sri

Bhagavân e sono influenzati dalla virtù. Gli *Kshatriya* (guerrieri) derivano dalle Sue braccia e sono influenzati dalla passione. I *Vaishya* sono nati dalle Sue cosce e sono influenzati in modo combinato dalla passione e dall'ignoranza. I *shudra* sono nati dai Suoi piedi e sono influenzati dall'ignoranza. Allo stesso modo i quattro âshram (capofamiglia, celibato, *vânaprastha* e *sannyâs*), sono nati rispettivamente dalle Sue cosce, dal Suo cuore, dal Suo petto e dalla Sua testa. Vediamo quindi che Sri Hari è il padre dei quattro *varna* e stadi nella vita. Se un membro della società umana non adora Sri Hari, Che è il genitore, Gli manca di rispetto. Cade quindi dalla sua posizione." (S.B.11.5.2-3)

Sri Krishna ha detto nella Gita con le Sue sante labbra:

"*na mâm dushkritino mudhâh prapadyante narâdhamâh,*
mâyayâpahrita-gyâna âsuram bhâram-âshritâh."

"Oh Arjuna, coloro che sono peccaminosi, stupidi, che a causa di *Mâyâ* hanno perso l'intelligenza, che sono in una condizione infernale, sono i più bassi della specie umana e non si sottomettono a Me."

Constatiamo che coloro che sono privi di *bhakti* sono sottoposti a diversi tipi di sofferenza. Ma non troviamo mai alcuna scrittura che critica il processo devozionale. La pratica devozionale è veramente universale. La troviamo:

In tutte le scritture

Lo Skanda Purân stabilisce:

âlochya sarva-shâstrâni vichârya cha punah punah,
idamekam sunishpannam dhyeyo nârâyano sada.

"Dopo aver analizzato tutte le scritture e dopo ripetute riflessioni concludiamo che Sri Nârâyan è sempre l'Unico Oggetto di meditazione."

E' adatta a tutti

Sri Brahmâ ha detto a Sri Nârada:

"Anche esseri caduti, donne, *shudra, unni* e *shabar* possono prendere rifugio in Sri Hari. Se si sottomettono a Lui, Che è l'unico rifugio per i devoti, seguendo la loro natura e attività, possono conoscere la verità su di Lui. Anche loro possono attraversare la Sua potenza illusoria (*mâyâ*). Persino se gli animali si associano con i devoti e seguono la loro condotta e natura, possono imparare la verità su Sri *Bhagavân* e trascendere l'oceano materiale.

La *Bhakti* è così universale che è adattabile in modo assoluto ad ogni essere vivente, peccaminoso o virtuoso, erudito o privo di conoscenza, rinunciato o con profondi attaccamenti, in lotta per la liberazione o già liberato, che abbia o meno raggiunto il successo nella *bhakti* diventando un eterno associato del Signore dopo l'averla praticata. La *bhakti* è per tutti, va bene per tutti e diffonde gioia ovunque. Non ci sono restrizioni o requisiti per seguire questo cammino. Perciò tutti noi dovremmo senza alcun dubbio praticare la *Bhakti*

Ci rimane quindi un qualsiasi dubbio sul fatto che possiamo imparare la verità su Sri *Bhagavân* e attraversare la barriera materiale dopo aver ascoltato le istruzioni del Santo Maestro Spirituale sul *Japa*, aver sentito parlare di Lui, averLo glorificato e aver meditato su di Lui?" (S.B.2.7.46)

E' vero che anche **coloro che hanno commesso crimini atroci ottengono** la pace suprema praticando la *bhakti.* Sri *Bhagavân* Stesso lo ha garantito nella Bhagavad-Gita:

"O Arjuna, anche se qualcuno commette le attività più abominevoli ma è Mio servitore, consideralo un santo perchè a causa dell'impatto della *bhakti,* molto presto diventerà onesto ed otterrà la pace eterna. Caro Kounteya (figlio di Kunti), in questo contesto puoi dichiarare pubblicamente che il Mio devoto non perirà mai." (B.G.9.30-31)

Se qualcuno che indulge in azioni disoneste può ottenere il benessere praticando la *bhakti,* possiamo immaginare quanto più facilmente la otterrà chi segue le regole della *bhakti* ed ha una buona condotta?

Sri *Bhagavân* ha detto a Uddhav:

"Oh Uddhav, le persone che vivono in paesi e tempi impuri, se servono Me Che sono l'anima in tutti gli esseri viventi, se adorano esclusivamente Me sapendo o meno che Io sono *sat-chit-ânanda*, sono considerate da Me i migliori dei Miei devoti." (S.B.11.11.33)

Questo prova che tutti **con o senza conoscenza** possono praticare la devozione.

Lo Srimad-Bhâgavatam menziona chiaramente che anche coloro che sono molto **profondamente attaccati ai piaceri materiali** sono qualificati per la pratica devozionale.

Sri Krishna disse a Uddhav: “Caro Uddhav, la *Bhakti* è molto potente. Anche se all’inizio della pratica devozionale il Mio devoto è molto materialista, con la pratica (per l’impatto della *bhakti*) sicuramente trascende le tentazioni del materialismo.” (S.B.11.14.18)
Quindi è inutile affermare che per effetto della *bhakti*, coloro che sono già staccati dal materialismo non saranno sicuramente più soggiogati dal suo fascino.
Sia coloro che sono già liberati che coloro che si sforzano per ottenere la liberazione possono avere la tendenza per la *bhakti,* lo sappiamo dallo Srimad-Bhâgavatam:
“*mumukshavo ghora-rupân hitvâ bhuta-pati-natha,*
Nârâyana-kalâh shântâ bhajanti hi-anasuyavah.’
Sri Suta Muni disse: “Oh Shounak, coloro **che desiderano essere liberati** dalla schiavitù dell’ignoranza devono evitare l’adorazione di forme terribili come Bhairav ecc. e adorare le forme serene di Sri Nârâyan.”
Sri Suta Muni ha descritto come le persone che sono già liberate servono Sri Hari:
âtmâ-râmashcha munayo nirgranthâ apy-urukrame,
kurvanty-ahaitukim bhaktim-itthambhuto guno harih.”
"Oh Shounak, le eccellenze di Sri Hari attraggono persino i **saggi** a*tmârâm* che sono liberati dalla schiavitù del falso io e Lo servono disinteressatamente.” (S.B.1.7.10)
Al devoto piace praticare la *bhakti* indipendentemente dal fatto che abbia raggiunto lo stadio di *rati.*
“Sri Shukadev disse a Mahârâj Parikshit: Oh Re, alcune grandi persone che sono devote a Vâsudev distruggono immense quantità di peccati praticando la pura devozione, proprio come i raggi del sole annientano la nebbia.” *(S.B.6.1.15)*
Questo indica il devoto *ajâta-rati* (**che non ha raggiunto *rati***).
La dichiarazione seguente prova che anche **chi ha raggiunto lo stadio di *rati*** gradisce la pratica devozionale: “Sri Havi Yogindra disse a Nimi Mahârâj: ‘Oh Re, Brahmâ e altri *devatâ* si sforzano di ottenere i piedi di loto di Sri *Bhagavân* ma non li ottengono. Ma la mente del devoto è paralizzata in quegli estremamente rari piedi di loto e non vacilla neanche per un attimo nemmeno se gli viene offerta la ricchezza dei tre mondi. Quello è il migliore dei Vaishnav.’” (S.B.11.2.53)
Riscontriamo che i devoti che sono diventati **associati del Signore** per mezzo della *sâdhanâ* continuano a praticarla.
Sriman-Nârâyan disse al grande saggio Durvâsâ: “Oh Muni, i Miei devoti che sono liberi da tutti i desideri materiali non accettano i quattro tipi di liberazione (Sâlokya: vivere nella stessa dimora del Signore. Sârshti: possedere le stesse opulenze del Signore. Sâmipya: vivere vicino a Lui. Sârupya: avere un aspetto simile al Suo) nonostante vengano loro offerte su di un piatto d’argento poiché sono sempre assorti nella gioia che deriva dal servirMi. Questo è l’effetto della loro *Bhakti*. Se non desiderano la liberazione che è apportatrice di grande felicità è inutile dire che non hanno alcuna inclinazione per i temporanei oggetti materiali.” (S.B.9.46.7)
Anche gli **eterni devoti** (come Laxmi Devi) praticano la *bhakti:*
Sri Brahmâ disse ai *devatâ* “Oh *Deva*, i laghi di Vaikuntha contengono acqua estremamente chiara e pura. Ha il gusto del nettare. Le sponde di questi laghi sono circondate da coralli. Laxmi Devi si siede sulle sponde con le sue servitrici e adora Sri Vishnu con foglie di Tulasi. Allora vede il suo riflesso nell’acqua del lago e scruta il suo volto grazioso circondato da riccioli e il suo nobile naso. In meditazione vede che Sri Nârâyan bacia il suo volto.” (S.B.3.15.22)
Tutti gli organi di senso sono felici di praticare la *bhakti*.
Per esempio:
“mânasopachârena paricharya harim mudâ
pare’vâm-manasâ gamyan tam sâkshât pratipedire.”
"Le persone estremamente fortunate hanno avuto il reale *darshan* di Sri Hari servendoLo in meditazione nonostante Lui sia indescrivibile e inconcepibile.”
E naturalmente tutti noi sappiamo come servirLo con i sensi esterni. In effetti *Bhakti* significa servirLo con tutti i nostri sensi. Il Signore benedetto ha detto nella Sri Gita:
“*patram pushpam phalam toyam yo me bhaktyâ prayachchhati*
tad-aham bhaktyupahritam-ashnâmi prayatâtmanah.”
"Oh Arjuna, se qualcuno Mi offre con amore una foglia, un fiore o un po’ d’acqua, io accetto l’amorevole offerta di tale puro devoto.”
Possiamo praticare la devozione con varie attività.

Devarshi Nârad dice a Sri Vâsudev: “Caro Vâsudev, se qualcuno ascolta, legge, medita, rispetta o semplicemente sostiene (approva) il Bhâgavat dharma, anche se fosse nemico di tutto l’universo è immediatamente purificato da tali azioni.” (S.B.11.2.12)

Possiamo praticare la *bhakti* con tutte le attività.
Il Signore disse ad Arjuna: “Oh Arjuna, qualsiasi cosa tu faccia, mangiare, offrire in sacrificio, fare la carità, sottoporti ad austerità, offri tutto a Me.” (B.G.9.27)
Non soltanto questo, vediamo che anche la semplice ombra della *bhakti* (non *bhakti* pura) produce frutto, come l’esempio di Ajâmil.
Ajâmil ebbe paura dei mandanti di Yama (il Signore della morte) e pietosamente chiamò suo figlio Nârâyan. La conseguenza fu che in seguito raggiunse Vaikuntha. Tutti noi abbiamo sentito questa storia dello Srimad-Bhâgavatam. Troviamo un altro evento nei Purâna.
Una volta un topo viveva in un *Mandir*. Ogni giorno si portava via lo stoppino per mangiare il ghee di cui era impregnato. Un volta mentre si stava affrettando dopo aver preso lo stoppino, toccò accidentalmente una lampada accesa. Il topo cercò di lasciar cadere lo stoppino che gli stava bruciando la bocca. Ma poichè gli si era impigliato nei denti non riusciva a liberarsi dal fuoco. Il Signore accettò quei suoi movimenti come se lui stesse facendo l’a*rati.* Nella vita successiva quel topo prese nascita come una regina. Diresse un festival di luci per il Signore, Lo soddisfò e raggiunse la Sua dimora.
Questo racconto mostra che il topo aveva commesso un’*aparâdha* rubando lo stoppino con il ghee. Aveva anche fatto un *ârati* in modo tale da non poter essere considerato vera *bhakti* ma solo un’ombra della medesima (*bhakti-âbhâsa*). Eppure, Sri *Bhagavân* non lo considerò come un’offesa (poichè il topo era ignorante), anzi fu soddisfatto della sua *bhakti* (offerta della lampada) e ne condusse l’anima alla Sua dimora.
Lo Srimad-Bhâgavatam ci dice che Sri Bhakti Devi può elargire ogni tipo di risultato in risposta alla Bhakti.
Per esempio:
“Coloro che non desiderano altro che servire il Signore, coloro che hanno tutti i desideri materiali e coloro che aspirano alla liberazione, se sono intelligenti, adoreranno la Persona Suprema con profonda devozione.”
Le scritture raccomandano la *bhakti* come metodo di adorazione in ogni epoca:
“*krite yad-dhyâyato vishnum tretâyâm yajato makhaih,*
Dwâpare paricharyâyâm kalou tad-hari-kirtanât.”
"Quello che le persone avevano ottenuto con la meditazione nel *Satya Yuga*, con i sacrifici del fuoco nel *Tretâ Yuga*, adorandoLo nel *Dwâpara Yuga*, si può ottenere semplicemente con il Santo Nome nel *Kali Yuga.”*
Possiamo praticare le attività devozionali ovunque e in ogni situazione, per esempio: Prahlâd nel grembo di sua madre, Dhruva da bambino, Ambarish e Bharat nella loro giovinezza,Dhritarâshtra nella vecchiaia e Ajâmil al momento della morte praticarono la *bhakti* ed ottennero il benessere supremo. Sri *Bhagavân* ci parla di Chitraketu che servì Sri Hari nel paradiso materiale. Nel Nrisimha Purân leggiamo la storia di un devoto che ottenne Sri *Bhagavân* pronunciando il Suo Santo Nome stando in inferno. Osserviamo che la *bhakti* è universale ed eterna. Possiamo quindi risolutamente affermare che la *bhakti* è l’unico mezzo per raggiungere il massimo traguardo della vita.

Chi è qualificato per la *Bhakti*?

Chiunque è qualificato per la *bhakti*. Nonostante la *bhakti* sia universale e non dipenda da tempo, luogo e persone, Sri *Bhagavân* ha specificato ad Uddhav con referenze chi è qualificato per la pura devozione:
Yadrichchhayâ mat-kathâdou jâta-shraddhastu yah pumân
“Quando qualcuno ottiene la fede nell’ascolto di ciò che Mi concerne, tale persona è qualificata per il *bhakti-yoga*.” (S.B.11.20.8)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato questo verso nel modo seguente: “Stabilendo le qualificazioni per il *bhakti-yoga*, Sri *Bhagavân* ha detto che la motivazione e le regole del *bhakti-yoga* sono molto diverse per coloro che praticano il *karma-yoga* e sono su altri percorsi spirituali. Ha rimarcato che la sola fede scritturale è la causa della *bhakti.* In questo verso ‘*yadrichchhayâ*’ significa ‘qualcuno diventa degno del cammino della *bhakti* quando entra in contatto con un devoto estremamente potenziato (spiritualmente) e tale devoto gli concede la sua misericordia. Questo è la sua fortuna e lo qualifica per praticare la *bhakti.*’

Sri Suta Muni disse ai saggi come Shounak:
"Oh anime pure, se visitiamo i luoghi santi siamo generalmente portati a servire i puri devoti; se portiamo rispetto all'*Hari-kathâ* e desideriamo ascoltare i discorsi su Sri *Bhagavân*, questa *sevâ* fa sorgere in noi interesse per questi discorsi Santi." (S.B.1.2.16.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato questo verso nel modo seguente:
"Supponiamo che qualcuno visiti un Luogo Santo, diciamo Vrindâvan, soltanto perchè il suo lavoro glielo impone. Vede devoti che vi sono giunti per servire Vrindâvan o che vi risiedono. Prende il *darshan* dei grandi devoti, tocca i loro piedi, parla con loro e li serve. Come risultato della sua *sevâ*, comincia a credere in loro. I puri devoti sono naturalmente assorti nel parlare di Sri *Bhagavân* tra di loro. Il visitatore si incuriosisce: 'fammi sentire di che cosa stanno parlando'. Ascoltando *Hari-kathâ* dalla loro santa bocca ne prende interesse."

Ci sono soltanto due modi per ottenere la fede: associarsi con un devoto e ottenere la sua misericordia.

L'associazione e la misericordia dei puri devoti porta come risultato la fede. Questo è l'unico requisito per iniziare la pratica devozionale.

Cos'è la fede?

"*Shraddhâ* (fede) indica la fermissima convinzione che praticando Sri Krishna-*bhakti* tutti i nostri sforzi saranno coronati dal successo." (C.C.Madhya.22.37.)
Dobbiamo credere che le scritture dicano la verità, avere piena fiducia in loro, cercare di studiarle attentamente e cercare di risolvere le contraddizioni. Se seguiamo le scritture in questo modo ci renderemo conto che la vita è priva di valore senza la pratica devozionale.

Quando possiamo affermare di avere fede?

Supponiamo di sapere che praticando il karma disinteressato ci si purifica il cuore e che in caso contrario si va' all'inferno. Nonostante questo, quando abbiamo la ferma convinzione che il seguire queste strade sia un ostacolo al servizio a Sri *Bhagavân,* che con la sola Sri Krishna-*bhakti* tutti i nostri sforzi saranno coronati dal successo ed abbandoniamo risolutamente tutti gli altri *dharma*, allora possiamo affermare di possedere la fede. Tale fede ci conduce al Sri Hari-*bhajan.*
Shraddhâ = shrat + dhâ + am. Shrat = cuore; *dhâ = dhâran* (tenere) o stabilire.
Quindi, *shraddhâ* significa: credere con tutto il cuore – credere nelle scritture – credere nel significato delle scritture. Le *Shruti* affermano: "Quando otteniamo *shraddhâ* in Sri *Bhagavân* pensiamo a Lui e meditiamo su di Lui, una persona priva di fede non potrà mai fare questo. Perciò oh Nârad, in prima istanza, cerca di capire cos'è la fede. Sri Nârad disse: desidero informazioni sulla stessa *shraddhâ*. Come faccio ad imparare qualcosa a proposito? (Chândogya Upanishad) La risposta è la seguente: "*shradhâtvanyopâyavarjyam-bhaktyunmukhi-chitta-vritti-visheshah":* "*Shraddha* significa rifiutare tutti gli altri mezzi e rivolgersi solo alla *bhakti*." (Âmnây- sutra)

Come facciamo a sapere se siamo staccati dal piacere materiale?

Quando abbiamo fede e ci voltiamo verso la *bhakti*, ci stacchiamo gradualmente dal piacere materiale. Come risultato perdiamo interesse per tutti gli argomenti non correlati a Sri Krishna e siamo soddisfatti di qualsiasi cosa otteniamo.
Questo prova che abbiamo fede o *shraddhâ.*
Un'altra prova di *shraddhâ* è *bhagavat-shranâgati:* prendere completo rifugio ai piedi di loto di Sri *Bhagavân*. Srimat Jiva Goswâmipâd afferma:
"*Sharaddhâ* e *sharanâgati* (accettare il Suo rifugio o protezione) sono sinonimi. Se abbiamo fede nelle scritture è naturale il credere che coloro che non sono sottomessi a Sri *Bhagavân* debbano avere paura e coloro che hanno preso rifugio in Lui non abbiano niente da temere. Perciò se abbiamo *shraddhâ* dobbiamo sicuramente avere *sharanâgati*." (Bhakti-sandarbha – 173)
Successivamente Srimat Jiva Goswâmipâd ha menzionato alcune caratteristiche della fede scritturale. Impariamole in breve. Lui dice che, ottenuta la fede nelle scritture, pur non avendo ancora raggiunto il traguardo, si continuerà a servire Sri *Bhagavân,* proprio come un cercatore d'oro (se qualcuno è convinto che ci sia oro in un certo posto continua a cercarlo nonostante i ripetuti fallimenti). Non dobbiamo essere interessati al denaro, alla fama e al potere. Non dobbiamo mai offendere volontariamente i devoti. E' possibile che non si riesca ad abbandonare completamente il piacere materiale ma non ne avremo più un profondo

attaccamento. Se possediamo *shraddhâ* non avremo mai un cattivo comportamento e non commetteremo niente di male. Sri *Bhagavân* ci vuole attenti ed entusiasti quando ci imbarchiamo nella *bhakti,* poichè: "*jatnâgraha binâ bhakti nâ janmây preme"*
"La pratica devozionale non risulta in *prema* se non siamo attenti ed entusiasti" (C.C.)
Un padre può anche concedere tutte le sue proprietà ad un figlio indegno ma sarebbe più felice se potesse prima renderlo degno e poi confererigli i diritti su ciò che possiede. Questo è naturale. Sri Hari ci ama, quindi ci concede la *bhakti* quando abbiamo fede in Lui e questo è vero. Ma il quanto siamo qualificati per ricevere la *bhakti,* dipende dall'ammontare della nostra *shraddhâ*. Coloro che hanno fede possono essere classificati in tre categorie:
Migliori
Livello medio
Junior
Il migliore: E' un buon esperto nelle scritture e nel presentare argomenti logici basati sulle medesime. Crede fermamente che **Sri Krishna sia l'unico Oggetto di adorazione, che l'Amore Eterno sia l'unico traguardo e che la *bhakti* sia l'unico mezzo per raggiungerlo.** Non ha assolutamente dubbio su questo e la sua *shraddhâ* è molto profonda: tale persona è la più qualificata per la *bhakti*.
"Chi è un buon esperto nelle scritture ed ha una convinzione veramente risoluta è il migliore tra le persone di fede e può liberare il mondo intero." (C.C.)
Il medio: Non è molto bravo ad analizzare le scritture e non ha grande esperienza nello studio o nella presentazione degli *shâstra*. Nel corso di un dibattito, se la controparte è forte non sa cosa dire e non è in grado di rispondere a quesiti difficili. Ma la sua convinzione è veramente forte e non ha alcun dubbio su chi adorare e sul tipo di *bhajan* da praticare. Nessuno, neanche un forte antagonista, può far vacillare la sua fede.
"Non conosce bene le scritture ma la sua fede è molto ferma; tale persona è un devoto di medio livello ed è altamente benedetto." (C.C.)
Junior (principiante): Ha poca conoscenza degli *shâstra* e non ha molta fede. Qualcuno può rompere la sua fede con argomenti derivati dalle scritture.
"Tale persona è un devoto 'junior (principiante)' poichè non ha molta fede; anche lui gradualmente ascenderà al vertice." (C.C.)

Le 64 regole della *Bhakti*

Sri Prahlâd Mahâshay ha citato 9 pratiche della *bhakti* nello Srimad-Bhâgavatam: ascolto, glorificazione, ricordo, servire i piedi di loto, adorazione, preghiera, servizio, amicizia e sottomissione. Scritture come il Sri Hari-Bhakti-Vilâs menzionano molte più regole della *Bhakti*. Per renderci felici Srila Rupa Goswâmipâd le ha descritte e le ha facilitate per noi affinchè sia possibile vivere la pratica devozionale come una gioia e non come un duro lavoro. Ha scritto 64 regole. Di queste, le prime 20 costituiscono la porta di accesso al Tempio della *Bhakti,* 10 ci indicano cosa fare e 10 ci dicono cosa non fare.
1. **Sottomettersi ai piedi di Sri Gurudev:** Innanzi tutto dobbiamo prendere rifugio nel Maestro Spirituale. Senza questo non potremo mai iniziare il *bhajan*. Se vediamo qualcuno compiere piccoli passi sul cammino della devozione dobbiamo concludere che tale persona ha accettato il rifugio di Sri Gurudev nella sua vita precedente facendo qualche progresso. Quindi una persona di fede deve innanzi tutto prendere rifugio ai piedi di un Sadguru, prendere iniziazione nel Sri Krishna-mantra e ricevere istruzioni sul *bhajan.* Sri Gurudev la istruisce sul massimo traguardo che si può ottenere e sul modo di raggiungerlo. Insegna anche al devoto la buona condotta, ne allontana l'ignoranza e gli mostra il cammino verso Sri *Bhagavân.* In questo modo fa cadere su di lui la misericordia e le benedizioni. D'altro canto vediamo quanto si soffre senza la guida di Sri Gurudev.
"Chi abbandona i piedi di Sri Gurudev e cerca di controllare l'estremamente altalenante mente regolando gli organi di senso e l'aria vitale, ottiene solo dolorose esperienze dagli stessi organi di senso e dall'aria vitale. Cade in centinaia di guai e continua a rimanere in questo mondo materiale (non è liberato). E' in pericolo come un mercantile senza capitano."(S.B.10.87.33)
Questo indica che quando seguiamo le istruzioni di Sri Gurudev e pratichiamo il *bhajan* sotto la sua supervisione otteniamo la conoscenza del Bhagavad-*dharma* (Cammino Divino).
Con la *kripâ* di Sri Gurudev, non saremo mai sopraffatti dagli ostacoli e la nostra mente presto smetterà di ondeggiare.

Le 10 cose da fare

In realtà Sri Krishna esprime la Sua potente misericordia attraverso Sri Gurudev; Lui Stesso non è così compassionevole come Sri Gurudev. Sri Gurudev è Dio nella forma di un devoto. Nel mondo trascendentale Sri Krishna risiede nella forma di Sri Gurudev a sinistra di Se Stesso. Questa Sua forma di Gurudev (universale) diffonde una misericordia estrema, molto più grande della Sua e risveglia in noi la conoscenza su di Lui. Le *Shruti* ne sono testimoni: *"âchâryavân purusho veda"* "Chi si sottomette ai piedi del Maestro Spirituale può conoscere Dio".

2. Prendere dikshâ e istruzioni da Sri Gurudev. Bisogna prendere *dikshâ* (iniziazione) da Sri Gurudev e dobbiamo imparare il Bhâgavat dharma da lui. L'iniziazione deve comprendere il 'Sri Krishna-Mantra'. '*Dikshâ*' è il processo attraverso il quale otteniamo l'illuminazione e la distruzione dei nostri peccati.

'Illuminazione' indica la consapevolezza che il '*dikshâ-mantra*' non e differente da Sri *Bhagavân* e la realizzazione della nostra speciale relazione con Lui.

Nelle scritture troviamo molti mantra in relazione alla *dikshâ*. Ma il Sri Krishna-mantra è il più importante di tutti. Inoltre tra i Sri Krishnamantra alcuni appartengono ai Suoi passatempi di Vrindâvan mentre altri sono correlati a quelli di Mathurâ e di Dwârakâ.

Come i Vrindâvan-*leelâ* di Sri Krishna nelle vesti di un pastorello sono i più dolci, lo sono anche i mantra che rivelano la Sua supremamente dolce *rasa* di Vrajadhâm. Quindi i *mantra* di 10 e 18 sillabe sono i migliori e sono indicati come 'I Re dei *Mantra*'

Alcuni procedimenti scientifici possono trasformare in oro metalli inferiori; similmente prendendo *dikshâ* in modo appropriato possiamo trasformare in spirituale il nostro corpo materiale, qualificandoci in questo modo per servire Sri Krishna.

"Quando il devoto si sottomette durante *dikshâ*, Sri Krishna lo considera come Se Stesso. Converte il corpo materiale del devoto in uno spirituale e con questo corpo trascendentale tale devoto può servirLo." (Sriman-Mahâprabhu in C.C.Antya.4.184-185)

Dopo aver preso *dikshâ* è necessario imparare il Sri Bhâgavat Dharma da Sri Gurudev. "Sri Gurudev deve esserci caro come la nostra stessa vita e dobbiamo fare di lui la nostra adorabile Divinità. Dobbiamo liberarci dall'arroganza, essere sottomessi a Sri Gurudev e imparare il Bhâgavat Dharma da lui. Quando avviciniamo il Maestro Spirituale per imparare il Bhâgavat Dharma dobbiamo servirlo in modo che Sri Hari, che ci considera come Se Stesso, sia soddisfatto di noi."(Spiegazione di Srimat Jiva Goswâmipâd del S.B.11.3.22)

3. Servire Sri Gurudev. Dobbiamo considerare Sri Gurudev come il nostro benefattore, come il nostro carissimo amico e come la personificazione dell'essere supremo Sri Hari. Considerandolo in questo modo dobbiamo servirlo. Se non abbiamo una fede molto forte nel fatto che Sri Gurudev sia una manifestazione divina, non potremo mai ottenere la conoscenza della più alta verità. Se pensiamo che il Maestro Spirituale sia un essere mondano tutti i nostri sforzi saranno vani.

"Sri Gurudev è la torcia della conoscenza ed è la personificazione dell'essere divino. Chiunque abbia un'intelligenza corrotta che lo porta a pensare "lui è un essere umano" sta solo facendo il bagno dell'elefante (tutti i suoi sforzi spirituali sono vani)." (S.B.7.15.26)

Dobbiamo quindi servire molto attentamente Sri Gurudev poichè possiamo soddisfare Sri Hari soltanto per mezzo delle sue benedizioni.

yo mantrah sa guruh sâkshât yo guruh sa harih swayam,
gururyasya bhavettushtasya tushto harih Swayam."

"Mantra, Guru e Sri Hari sono una e la stessa cosa. Quando il Maestro Spirituale è soddisfatto di un devoto lo è anche Sri Hari."

4. Seguire le orme dei puri devoti. Dobbiamo seguire le orme dei puri devoti poiché loro hanno ottenuto Sri Hari-bhakti. Il Sri Bhakti-Rasâmrita-Sindhu ha quotato la seguente dichiarazione dello Sri Skanda Purân:

"I precedenti Mahâjan hanno ottenuto Sri Hari-bhakti. Il cammino che loro hanno percorso a questo scopo non è stressante ed è auspicioso. E' nostro dovere seguirlo."

Sri Vyâsdev ha detto:

"Le regole concernenti il *Dharma* sono molto difficili da capire. Perciò dobbiamo seguire il cammino dei Mahâjan poiché loro hanno ottenuto il meglio."

I Mahâjan si comportano strettamente in accordo con le scritture. Questo è il motivo per cui Sri Srila Rupa Goswâmipâd ha direttamente quotato il Sri Brahma-Yâmal:
"Se pratichiamo la *Bhakti* ma trascuriamo le ingiunzioni delle *Shruti*,*Smriti, Purân* e *Pancharâtra* creiamo semplicemente disturbi.".
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato questa dichiarazione: "Se pratichiamo la *Bhakti* senza seguire le ingiunzioni delle scritture, questo non è buono poichè ciò significa che non abbiamo fede nelle scritture Vediche. Non ci stiamo qui riferendo a coloro che non seguono le ingiunzioni scritturali poiché non ne sono a conoscenza o semplicemente per pigrizia. Ci stiamo riferendo soltanto a coloro che pur conoscendo le regole le trascurano poiché non le considerano valide. La loro cosiddetta 'devozione esclusiva' è polvere negli occhi poichè non è in accordo con le scritture."
I credenti rispettano le scritture e abbandonano ciò che proibiscono soltanto per soddisfare Sri Krishna. Perciò per un devoto è naturale desiderare adeguarsi alle prescrizioni delle scritture e abbandonare ciò che è vietano, poiché la sua fede è soltanto nelle scritture.
5. Dobbiamo essere inquisitivi sulla pratica devozionale dei puri devoti. Dobbiamo fare domande come: che tipo di pratica devozionale hanno eseguito i puri devoti? Come hanno ottenuto la *sevâ* di Sri Krishna? Dobbiamo essere bramosi di conoscere questi fatti e interrogare i devoti istruiti sul processo della devozione. Se abbiamo una forte curiosità su tutto ciò che concerne la pratica devozionale ci assorbiremo in questi argomenti. Questo desterà il nostro interesse nella *Bhakti*, il nostro cuore si purificherà e tutto ciò che concerne la *bhakti* vi sorgerà spontaneamente. Non possiamo realizzare la *Bhakti* soltanto con la logica. Qui con la parola 'interesse' vogliamo specificare che il devoto possiede un precedente *sanskâr* che gli permette di avere la massima considerazione dello Srimad Bhâgavatam e delle altre scritture analoghe e possiede una fede estremamente ferma nei puri devoti e nel maestro spirituale. In questo modo è possibile assimilare la vera conoscenza della *bhakti,* non possiamo realizzarla con l'arida logica. Il Sri Bhakti-Rasâmrita-Sindhu dichiara che dobbiamo indagare sulle regole della *Bhakti* quotando il Nârad Purân: "Coloro che sono veramente bramosi di prendere informazioni sulla via seguita dai puri devoti raggiungono il traguardo supremo in brevissimo tempo."
6. Abbandonare il godimento materiale per il piacere di Sri Krishna. Le nostre menti sono condizionate dal piacere del suono, contatto, bellezza, gusto e profumi materiali. Cerchiamo continuamente la gratificazione dei sensi. Questo desiderio è la causa primordiale della sofferenza materiale e della digressione. Il nostro traguardo deve essere quello di abbandonare i piaceri sensoriali impegnando gradualmente i sensi nella bellezza divina e nella *rasa* di Sri Krishna. Se abbiamo un forte attaccamento per la gratificazione dei sensi è naturale il non essere profondamente inclini verso il *bhajan*. Ma se non facciamo *bhajan* con intensa dedizione non possiamo soddisfare Sri Krishna. In realtà se vogliamo ottenere Sri Krishna dobbiamo soddisfarLo. Per rendere felice Sri Krishna dobbiamo abbandonare il godimento materiale e il desiderio per tale piacere. Vediamo nello Sri Padma Purân: "Ti è successo qualche volta di abbandonare la gratificazione dei sensi; perciò il permanente tesoro di Vaikuntha sta aspettando di darti il benvenuto (riceverai un gran benvenuto e il tesoro di Vaikuntha ti apparterrà: quel tesoro non si esaurirà mai come la prosperità materiale che è temporanea)."
Abbiamo una naturale attrazione per i piaceri materiali. Non se ne va' facilmente.
Tuttavia i Veda stabiliscono che:
"*âhâr shuddou sattva-shuddhi,*
sattva-shuddhou dhruvâ-smritih,
smriti-lâbhe sarva-granthinâm vipra-mokshah."
"Il mangiare cibo puro purifica il nostro cuore. Quando il nostro cuore diventa puro ricordiamo Sri *Bhagavân*; in contemporanea a questo ci liberiamo dei desideri materiali."
Il cibo nutre ed energizza il corpo e la psiche. Il cibo puro pulisce il corpo, i sensi e la psiche. Questo ci fa assorbire più facilmente nel *bhajan.* Perciò se vogliamo raggiungere il livello più puro dobbiamo stare molto attenti al cibo.
7. Dobbiamo risiedere nei santi luoghi di Sri Krishna. E' facile ottenere la *bhakti* quando viviamo nei luoghi in cui si sono svolti i passatempi del Signore, come Sri Vrindavan, Sri Nabadweep, Sri Kshetra e le sponde del Gange. Questi luoghi ci ricordano i Suoi passatempi divini e creano l'ambiente per il *bhajan*. Abbiamo anche il *darshan* dei puri devoti e dei santi

poichè anche loro risiedono in tali luoghi. Altrimenti è molto difficile ottenere il loro *darshan*. Il vivere in tali luoghi è una prova della nostra sottomissione.
tavâsmiti vadan vâchâ tathaiva manasâ vidan,
tatsthânamâshritastanvâ modate sharanâgatah .
"Oh Signore, chi dice 'Io sono Tuo' e lo crede veramente nel cuore e risiede gioiosamente nei Tuoi *leelâ-sthal* è effettivamente sottomesso a Te."
8. Dobbiamo accettare ciò che è necessario per la nostra sopravvivenza.
"Dobbiamo accettare tutto ciò che è necessario per la nostra sopravvivenza; se prendiamo troppo o troppo poco questo ci devierà dal cammino spirituale." (Nârad Purân quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd lo ha spiegato nel modo seguente: "Il *sâdhak* deve guadagnare e spendere denaro in modo tale che il suo *bhajan* possa continuare.". Il capofamiglia deve guadagnare con mezzi onesti, compiere i propri doveri e praticare il *bhajan*. Fino a che raggiungiamo il livello della rinuncia dobbiamo continuare in questo modo. Se cerchiamo di guadagnare più del necessario per mantenere la *bhakti* il nostro appetito per il *bhajan* perirà. D'altro canto se guadagnamo meno del necessario la nostra mente si agiterà. Perciò è meglio accettare solo la ricchezza necessaria per la vita familiare e procedere con la nostra *bhakti*."
9. Dobbiamo onorare Hari-bâsar. Chiamiamo '**Hari-bâsar'** la fine d'Ekâdashi e l'inizio di Dwâdashi. Hari-bâsar include anche altri digiuni Vaishnav menzionati nelle scritture, come: Janmâshtami, Râdhâshtami, Râmnavami, Nrisimha-chaturdashi, Shiva-chaturdashi, l'apparizione del Signore Gourânga, del Signore Nityânanda, del Signore Advaita ecc. Dobbiamo sempre abbandonare i giorni '*biddhâ*' e osservare un puro *vrata.* Quando rispettiamo un *vrata*, Sri Krishna è soddisfatto e se non lo facciamo commettiamo una grande offesa.
Molti digiunano ma evitano solo il cibo. In realtà,'digiunare' significa:
"upavrittasya pâpebhyo yo bâsas-tad-gunaih saha,
Upavâsah sa vigneya nopavâsastu langhanam."
"Digiunare non significa semplicemente non prendere il *mahâprasâdam*. Dobbiamo evitare tutte le attività materiali e trascorrere la giornata nell'ascolto e nella glorificazione del nome, delle eccellenze e dei passatempi divini di Sri Krishna. Questo è digiuno nel senso vero della parola.".
10. Dobbiamo rispettare dhâtri*, ashwattha* ecc. "Dobbiamo adorare, fare gli omaggi e meditare sull'*ashwattha* ('Ficus Religiosa': sacro albero di fico)*, Tulsi, dhâtri* (nutrice, madre adottiva)*, mucche*, *bramini e V*aishnava. Questo distrugge i nostri peccati." (Skanda Purân quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha ulteriormente spiegato:
"Ashwattha è una manifestazione maestosa di Sri *Bhagavân*, quindi è degno d'adorazione. Sri *Bhagavân* discende per proteggere le mucche e i bramini perciò anche i puri devoti li adorano. Tulsi e i Vaishnav sono il massimo, quindi tutti noi dobbiamo adorarli. Specialmente se desideriamo *prema* è inevitabile per noi adorare Tulsi e i Vaishnav. Questa è una parte intrinseca del nostro *bhajan."*.
"Cominciamo la *bhakt*i con queste dieci regole." (B.R.S.).
Questo significa che se non seguiamo queste dieci prescrizioni non iniziamo con il *bhajan*. Quindi queste sono le "cose da fare". Srila Rupa Goswâmipâd menziona ora dieci "cose da non fare". Sono le seguenti.
11. Si deve rifiutare l'associazione dei non-devoti. I non-devoti appartengono a due categorie:
(a) Chi non fa *bhajan* è 'bhagavad-vimukh' (volta le spalle a Sri *Bhagavân*)
(b) Chi si oppone ai devoti, alla devozione e a Sri *Bhagavân* è 'Bhagavad-vidweshi' (invidioso di Dio).
Dobbiamo rifiutare l'associazione di entrambi.
"E' meglio vivere in una gabbia di fuoco che soffrire in compagnia di qualcuno che non medita su Sri Krishna." (Kâtyâyan Samhitâ quotato nel B.R.S.)
L'associazione dei non-devoti è dannosa per la nostra conoscenza devozionale, per il distacco materiale e per il *bhajan*, quindi si deve rifiutare la loro compagnia ad ogni costo. In caso contrario la nostra tendenza materialista aumenta e ci leghiamo a tutto ciò che non conduce al *bhajan*. Le cattive qualità di un non-devoto ci attaccano come una malattia infettiva e quindi la

sua associazione è dannosa per la nostra salute spirituale. Ovviamente non possiamo chiamare 'associazione' un incontro casuale con un 'non-devoto'. Ma anche in quel caso lo si deve vedere come un serpente velenoso pronto a morderci e ci si deve allontanare da lui tremando di paura. In realtà il rifiutare la compagnia dei non-devoti fa anche parte dell'etichetta Vaishnava. "L'etichetta Vaishnava ci richiede di rifiutare le cattive compagnie che comprendono '*strisangi'* (Uomini che sono attaccati al piacere sessuale. La CC non ci dice di abbandonare la compagnia del sesso opposto ma quella di coloro che sono attaccati al sesso) e non devoti di Krishna." (C.C.M.22.49)

Il devoto di Sri *Bhagavân* può far assorbire la nostra psiche profondamente in Lui descrivendoNe la bellezza, le qualità e la dolcezza in un modo che non è neanche possibile per Sri *Bhagavân* Stesso; similmente un uomo lussurioso può farci attaccare alla gratificazione dei sensi in un modo che non è neanche possibile per una donna. Perciò non insisteremo mai abbastanza sulla necessità di abbandonare ad ogni costo la compagnia di tali uomini.

12.Non dobbiamo prendere troppi discepoli. "Sri Nârad Muni ha detto: Non prendere troppi discepoli. Non studiare troppi testi. Non guadagnarti da vivere dando commentari sulle scritture. Mai e poi mai comincia a costruire istituzioni religiose." (S.B.7.13.8 quotato nel B.R.S.)

Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato ulteriormente questo punto.

"Leggi 'Non accettare troppi discepoli' nel senso di 'non accettare discepoli che non siano qualificati', poichè precettori come Nârad hanno iniziate molte persone. Se non accettiamo discepoli la *sampradây* corre il rischio di estinguersi e siamo accusati di avarizia poiché permettiamo la dispersione della conoscenza spirituale. Ma è sbagliato iniziare persone indegne semplicemente per aumentare il gregge. 'Molti' si riferisce a non sinceri non qualificati discepoli.".

Sridharswâmipâd ha scritto: "*nânubadhneeta pralobhanâdinâ balânnâpâdayet".* "Non devi mai prendere discepoli con la lusinga o con la forza.".

E' un'*aparâdh* prendere discepoli per guadagnare soldi, fama, potere o per aumentare il numero dei propri seguaci.

"*ashraddhâne vimukhe'pi-shrinvanti yashchopadeshah shiva-nâmâparâdhah"*

"E' un'*aparâdh* istruire qualcuno sul Santo Nome se non possiede fede scritturale e non è interessato ad ascoltarlo.".

Questo significa che è qualificato a diventare discepolo chi possiede tale fede ed è interessato nel Santo Nome.

13.Non dobbiamo intraprendere grandi progetti. Quando ci impegnamo in grandi progetti come il fondare istituzioni, missioni ecc. questo ha come risultato l'allontanamento da Dio. Quando siamo coinvolti nel costruire templi ecc. non abbiamo tempo ed energia per il *bhajan*. Lo Srimad Bhâgavatam dice: "*nârambhayet kwachit"* che significa "Mai e poi mai inizia istituzioni religiose." Quanto tali sforzi possano colpire il nostro *bhajan* è evidente da ciò che sta succedendo oggi nelle istituzioni. I membri delle istituzioni religiose sono in disaccordo tra di loro, sono costantemente in lotta al punto da ritrovarsi persino in casi giudiziari! Le istituzioni religiose danno esempi di tutti questi dolorosi eventi.

Sri Krishna parla dell'indole di un amorevole devoto nella Sri Gita:

"*sarvârambha-parityâgi yo mad-bhaktah sa me priyah"*

"O Arjun, è il Mio caro devoto chi non intraprende grandi progetti." B.G.12.16)

Sridhar Swâmipâd ha spiegato questo verso nel modo seguente:

"*sarva-drishta-adrishtârthan-ârambha-anudyamân parityaktum sheelah yasya sah"* "Chi non si impegna in grandi imprese è caro a Sri Krishna."

14.Evitare di studiare troppi testi e spiegazioni.

Questo si riferisce ai testi che si oppongono alla *bhakti*. Sri Nârad Muni ha detto:

"*granthânnaivâbhyased bahun na vyâkhyâm-upayunjeeta*"

"Non studiare troppi testi e non guadagnarti da vivere facendo conferenze sulle scritture."

Lo Srimad-Bhâgavatam è l'essenza di tutti gli insegnamenti Vedici. I Veda sono come un albero dei desideri e lo Srimad-Bhâgavatam è come un frutto veramente maturo e dolce di questo albero. In *Kaliyug* l'umanità è avvolta nell'oscurità e lo Srimad-Bhâgavatam splende brillantemente come il sole per mostrarci la via. Risplende di luce propria.

Non esiste scrittura così piena d'amore. Lo Srimad-Bhâgavatam è straordinario e ci posiziona sul cammino dell'amore e di Dio. I nostri Goswâmi hanno composto testi sui principi della b*hakti* e sulla *rasa* che seguono le asserzioni dello Srimad-Bhâgavatam. Perciò anche loro sono

nella medesima posizione. Questi testi ci sono sufficienti per gustare la *rasa* e per acquisire la conoscenza del *bhajan.*
Alcune persone si guadagnano da vivere recitando lo Srimad-Bhâgavatam, questo è offensivo e deve quindi essere rigettato.

15. Non dobbiamo essere avari nella vita pratica.

"Il *sâdhak* che pratica il *bhajan,* come ad esempio la meditazione, non si deve preoccupare quando c'è mancanza di cibo o di alloggio o quando il cibo e l'alloggio sono distrutti; deve piuttosto ricordare Sri Hari." (Padma Purân quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato questo verso come segue:
"Questa è l'attitudine del devoto di Sri Hari. Un *sâdhak* che ama la *sevâ* è soddisfatto con qualsiasi cosa gli giunga e continua ad eseguire il suo servizio con amore; non deve mostrare umiltà elemosinando troppo. In pratica non deve essere avaro."

16.Non dobbiamo farci sopraffare dalla tristezza

"Se il nostro cuore è pieno di miseria e depressione come può Mukunda rivelarSi a noi ?" (Padma Purân quotato nel B.R.S.)
E' naturale sentirsi senza speranza e sventurati quando si perde una persona cara come un figlio, la moglie o i genitori ecc. Ma poiché siamo *sâdhak*, dobbiamo velocemente ricordare Sri Hari e realizzare che il corpo e le cose che vi sono correlate sono destinati a perire. Non dobbiamo farci sopraffare dalla tristezza.

17.Non dobbiamo mancare di rispetto ai *devatâ.*

Anche i *devatâ* adorano Sri Hari, quindi non dobbiamo mancare di rispetto a Brahma, Rudra ed altri *devatâ.*
"Nonostante un **devoto adori soltanto Sri Krishna**, deve realizzare che anche i *devata* e le *devi* sono Suoi devoti e quindi non deve mancar loro di rispetto."
(Padma purân quotato nel B.R.S.)
"*anya deb anya shâstra nindâ nâ koribe"* – (C.C.)
"Non diffamare altri *devatâ* e *shâstra".*
Non dobbiamo neanche mostrare disprezzo a coloro che adorano i d*evatâ.* Queste persone cercano il piacere materiale e quindi si impegnano in tale adorazione. E' la loro natura essere fedeli ai *devatâ* e sono qualificate soltanto per questo. Se i *devatâ* sentono reale misericordia nei loro confronti anche loro si libereranno dai desideri materiali ed avranno l'opportunità di praticare il Sri Krishna-*bhajan*. Allora saranno veramente benedetti.
Janasharmâ dello Sri Brihad-Bhagavatâmrita era un adoratore di Kâmâkhya devi ed in seguito diventò un devoto di Krishna.

18.Non dobbiamo causare ansietà a nessuno

"Non causare ansietà a nessun essere vivente fisicamente o mentalmente (C.C.)
Questo è un nostro singolare dovere.
"Un devoto dovrebbe comportarsi gentilmente con ogni esseri vivente proprio come un genitore tratta un figlio. Non è mai causa d'ansietà per nessuno. Il Signore Hrishikesh è velocemente soddisfatto di tale devoto perchè la sua coscienza è pura.'.
(Mahâbhârat quotato nel B.R.S.)
Sri *Bhagavân* lo ha dichiarato con le Sue sacre labbra nella Bhagavad-Gita ed ha anche affermato: "Oh Arjuna, chi non disturba nessun e che non può essere messo in agitazione da nessuno, che è libero dal piacere materiale, dalla collera, dalla paura e dall'ansietà Mi è molto caro." (B.G.12.15)

19.Dobbiamo abbandonare *seva-aprâdha* e *nâm-aparâdha*

Cos'è '*aparâdha'?* Srimat Jiva Goswâmipâd ha scritto nel Bhakti-Sandarbha (300° capitolo)
"Quando affermiamo che un devoto deve avere 'shraddhâ' e '*bhakti'* questo implica naturalmente che dobbiamo essere rispettosi. Quando commettiamo un'offesa questo è indice di mancanza di rispetto. Perciò la mancanza di rispetto è la causa originale dell'offesa e dobbiamo quindi evitare tale atteggiamento."
Seva-aparâdha e *Nâm-aparâdha* sono offese che commettiamo ai sacri piedi di *Bhakti devi.* Adoriamo *Bhakti devi* quando ascoltiamo, cantiamo il Santo Nome ecc. Dobbiamo collocarla sul piedistallo più elevato, trattarla con il massimo della venerazione, amare e rispettare tutti i devoti che sono sul cammino della *bhakti* e provare piacere quando qualcuno li glorifica, altrimenti commettiamo *aparâdha*.
Il Bhakti-Rasâmrita-Sindhu quota il Varâha Purâna in questo contesto:
"Sri Varâha deva disse a Dharani devi (Madre Terra): Cara Vasundharâ, un Vaishnav

deve molto attentamente evitare tutte le *aparâdha* mentre Mi serve. Esse sono le seguenti:
1) Entrare in un *Mandir* di Sri Bhagavân con un veicolo o con le scarpe.
2) Non prendere il *darshan* dei festival di Sri Krishna
3) Non fare gli omaggi alla Divinità
4) Glorificare o servire Sri *Bhagavân* in uno stato di '*ucchishta*' (senza esserci lavati le mani e la bocca dopo aver mangiato o bevuto) e contaminato.
5) Fare gli omaggi con una mano sola
6) Girare in tondo di fronte alla Divinità o circoambulare un *devatâ* davanti a Lei
7) Sederci davanti a Lei con le gambe tese.
8) Sederci davanti alla Divinità con le braccia attorno alle ginocchia
9) Dormire davanti alla Divinità
10) Mangiare davanti alla Divinità
11) Mentire davanti alla Divinità
12) Parlare ad alta voce davanti alla Divinità
13) Chiacchierare davanti alla Divinità
14) Piangere per sofferenze materiali
15) Litigare
16) Rimproverare qualcuno davanti alla Divinità
17) Benedire qualcuno o accettare gli omaggi davanti alla Divinità
18) Parlare in malo modo a qualcuno davanti alla Divinita'
19) Non dobbiamo avvolgerci in una coperta mentre facciamo gli omaggi o serviamo la Divinità
20) Blasfemare altri davanti alla Divinità
21) Glorificare altri davanti alla Divinità
22) Utilizzare un linguaggio volgare davanti alla Divinità
23) Passare l'aria davanti alla Divinità
24) E' un offesa utilizzare ingredienti economici per adorare la Divinità pur avendo la possibilità di permettersene altri più costosi
25) Mangiare cibo che non sia stato offerto alla Divinità
26) Non offrire frutti di stagione e fiori alla Divinità
27) Offrire prima qualsiasi cosa a qualcun altro e poi offrire il resto alla Divinità.
28) Sedersi girando la schiena alla Divinità
29) Non glorificare il Maestro Spirituale
30) Glorificarsi
31) Blasfemare i *devatâ*
32) Fare gli omaggi a qualcuno davanti alla Divinità, fare gli omaggi avendo la Divinità alla propria destra o di fronte o all'interno del sanctum sanctorum.
Queste sono le 32 *sevâ-aparâdha.*
Ci sono alcune ulteriori offese da evitare come:
Mangiare cibo offerto da un materialista
Toccare la Divinità nel buio
Offrire cibo dopo aver toccato animali intoccabili come cani ecc.
Parlare durante *archanam*
Alzarsi per andare a passare escrementi o urina durante *archanam*
Offrire incenso prima d'aver offerto il profumo e la ghirlanda
Entrare nel *Mandir* senza essersi lavati mani e piedi e senza aver fatto il bagno dopo un rapporto sessuale
Servire la Divinità dopo aver toccato un morto, una lampada o altri oggetti contaminati
Servire il Signore indossando abiti rossi, blu e sporchi o indossare abiti indossati da altri e non lavati
Servire la Divinità con rabbia
Dopo essere ritornati dal crematorio
Quando il cibo nello stomaco non è stato digerito.
Dopo aver preso intossicanti come droghe
Dopo un massaggio con olio
Altre scritture ci ingiungono anche di abbandonare alcune uleriori *seva-aparâdha* come:
Adorare la Divinità disprezzando le regole stabilite nelle *Bhaktishâstra*
Disprezzare le *Bhakti-shâstra* e approvare e sostenere altre scritture.
Masticare foglie di betel davanti alla Divinità.

Adorare Sri *Bhagavân* con fiori tenuti su una foglia di ricino
Fare adorazione in ore inauspiciose
Sedersi sul pavimento o su di un seggio sopraelevato durante *archanam*
Toccare la Divinità con la mano sinistra bagnandola (facendole il bagno): il liquido non deve toccare la nostra mano sinistra e poi essere versato sulla Divinità
Offrire fiori appassiti o marciti
Sputare durante *archanam*
Sentirsi orgogliosi pensando che nessun possa fare l'adorazione come noi.
Disegnare un *tilak* storto
Entrare nel *Mandir* senza lavarsi i piedi
Offrire e condividere cibo cucinato da non-Vaishnava
Vestire la Divinità o offrire *bhog* sotto lo sguardo d'un non-Vaishnava
Possiamo ora capire che *seva-aparâdha* include tutti gli atti che mostrano il benchè minimo disprezzo per la Divinità o mostra in qualsiasi modo che non abbiamo il più grande amore, cura, fede e rispetto per Lei. Dobbiamo attentamente evitare tutte le *seva-aparâdha*. Può accadere che le commettiamo, inconsapevolemente, fortuitamente, in questo caso dobbiamo recitare quotidianamente il Santo Nome e recitare i vari inni e glorificazioni, dopo di che le s*eva-aparâdha* sono distrutte. Ma se le commettiamo consapevolmente e poi recitiamo le glorificazioni sapendo che distruggeranno l'offesa, saranno convertite in *'Nâm-aparâdha'*, cioè 'commettere un peccato contando sulla forza del Santo Nome' ed è molto difficile liberarsi di tale offesa!
Le *Nâma-aparâdha* sono 10:
1. Blasfemare un devoto
2. Considerare indipendenti i nomi di Sri Vishnu e Sri Shiva tra di Loro
3. Mancare di rispetto al maestro spirituale
4. Blasfemare i Veda e le scritture che li seguono
5. Considerare esagerate le glorie del Santo Nome
6. Dare interpretazioni speculative del Santo Nome
7. Commettere peccati contando sulla forza del Santo Nome per eliminarne le reazione.
8. Considerare Sri Harinâm allo stesso livello delle attività virtuose
9. Istruire sul Santo Nome una persona priva di fede
10. Non amare il Santo Nome anche dopo averne ascoltate le glorie

"Chi ha commesso ogni sorta di offese se ne libererà quando prenderà rifugio in Sri Hari; un peccatore che offende Sri Hari può liberarsi da tale offesa prendendo rifugio nel Santo Nome, ma se commettiamo un'offesa al Santo Nome, che è l'amico di tutti, soffriremo sicuramente." (Padma Purân quotato nel B.R.S.)

20.Non dobbiamo tollerare che Sri Krishna e i Suoi devoti siano blasfemati.

Come possiamo affermare di amare Sri Krishna e i Suoi devoti se tolleriamo le critiche nei loro confonti?
"Chi non abbandona il luogo in cui ha ascoltato blasfemare Sri *Bhagavân* o i Suoi devoti cade dalla sua posizione poiché tutte le sue *sukriti* sono distrutte."
(S.B.10.74.40 quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha ulteriormente spiegato questo verso:
"Lo Srimad-Bhâgavatam (4.4.17) ci ordina di abbandonare il luogo solo se siamo incapaci di fare altro; ma se abbiamo un qualche potere dobbiamo tagliare la lingua diffamatrice e se non possiamo farlo dobbiamo lasciare il nostro corpo".
Sri Durgâ devi perse l'autocontrollo quando sentì suo padre Daksha criticare Shivaji e disse: "Quando una persona indipendente è incapace di obiettare deve coprirsi le orecchie e abbandonare il luogo in cui il Signore Shiva, il protettore del *dharma,* è criticato; e se ha il potere di farlo deve tagliare la lingua del diffamatore e poi lasciare il corpo." (B.S.265)
I Vaishnava sono più umili di un filo d'erba, offrono rispetto agli altri, ma non desiderano rispetto per se stessi. Non desiderano disturbare nessuno con il corpo, la mente o le parole, quindi per noi è meglio coprirci le orecchie, meditare su Sri *Bhagavân* ed abbandonare il luogo.
Questi 20 punti sono la porta d'accesso alla *bhakti*. Tra di questi è necessario aderire ai primi 10 quando inizia la nostra *sâdhan bhakti* ed evitare i seguenti 10 che indicano cosa 'non si deve fare'. I prossimi punti sono essenzialmente correlati ad alcune attività.

21.Dobbiamo portare sacri segni sul corpo come tilak e tulsi

“I Vaishnav decorano il proprio corpo con Tulsi e collane di semi di loto, disegnano i sacri piedi di Sri Hari abbelliti dai simboli della conchiglia, del disco ecc. (Padma Purân quotato nel B.R.S.)
Anche le scritture dichiarano:
yagnopaveet-vad dhârya kanthe tulasi-mâlikâ
kshana-mâra-parityâgât vishnu-drohi bhaven-narah.
ashouche cha-py-anâchâre kale-akâle cha sarvadâ,
tulasi-mâlikâm dhatte sa yâti paramam padam.”
"Dobbiamo portare costantemente la collana di Tulsi come fanno i bramini con il filo sacro. Se ce ne stacchiamo anche per un solo momento diventiamo anti-Vishnu. Anche durante la nascita di un bambino, in presenza della morte e durante i rapporti sessuali o in qualsiasi altro momento se continuiamo a portare la collana di Tulsi raggiungeremo il reame supremo.”
Queste dichiarazioni dimostrano la gloria di portare su di sé sacre decorazioni. Ci sono persone che dicono: “La *Bhakti* deve essere nel nostro cuore, che bisogno c’è della collana di Tulsi e del *tilak*?” Se leggessero queste dichiarazioni delle Sacre Scritture realizzerebbero quanta forza spirituale questi elementi conferiscono a un devoto e quando li abbandoniamo la perdita è tremenda. Ad un Vaishnav la collana di Tulsi e il *tilak* ricordano la sua *swarupa*, portano alla sottomissione e quindi incrementano il *bhajan*.

22.Dobbiamo scrivere il Santo Nome sul nostro corpo.

“Chi scrive il nome di Sri Krishna sul proprio corpo con *chandan* ecc. purifica il mondo e raggiunge la suprema dimora di Sri Hari.” (Padma Purân quotato nel B.R.S.)
Il Santo Nome è non-differente da Sri *Bhagavân,* quindi è anche *sachchidânanda*.
Quando il Santo Nome tocca il nostro corpo questo è favorevole alla nostra salute e al nostro benessere generale. I santi ci consigliano di servire il Santo Nome con tutti i nostri sensi, adottando questo processo Lo serviamo con la pelle.

23.Dobbiamo portare ghirlande *prasâdi*

Fiori, ghirlande, *chandan*, Tulsi ecc portati dalle Divinità sono chiamati ‘*nirmâlya’.*
Quando questo ‘*nirmâlya’* tocca il nostro corpo distrugge gli *anartha* e ci condede l’amore per i Loro santi piedi.
Uddhav Mahâshay dice nello Srimad-Bhâgavatam (11.6.46), quotato nel B.R.S.
“Mio caro Signore, noi siamo Tuoi servitori; portiamo ghirlande, *chandan*, abiti e ornamenti goduti (indossati) da Te e in questo modo sconfiggeremo facilmente *mâyâ*.”
Questo dimostra come possiamo distruggere i desideri non correlati a Krishna ed ottenere Sri Krishna*bhakti* usando materiali offerti alla Divinità.

24.Dobbiamo danzare davanti alle Divinità

“Chi danza con gioia davanti alle Divinità con *bhâv* e *bhakti* distrugge tutti i peccati che ha accumulato in centinaia di *manvantar.*”
(Dwârakâ-Mâhâtmyam quotato nel B.R.S.)
Com’è facile cantare e danzare davanti alla Divinità, è un’esperienza tutta da godere eppure soddisfa supremamente Sri *Bhagavân*!

25.Dobbiamo fare gli omaggi

“Non possiamo paragonare il risultato del fare gli omaggi anche una sola volta a Sri Krishna con quello di dieci completi sacrifici *Ashwamedha*. Riprenderemo nascita dopo aver eseguito un sacrificio *Ashwamedha*, mentre chi offre gli omaggi a Sri Krishna è liberato dal ciclo di nascite e morti.” (Nârada Muni quotato nel B.R.S.)
Srila Vishwanâth Chakravartipâd spiega il significato di ‘fare gli omaggi’:
“*swâpakarsha-bodha-anukula-vyâpâra-vishesho namaskârah”*
"’fare gli omaggi’ è un atto attraverso il quale ci umiliamo ma è buono per noi.”
Ci sono quattro tipi di omaggi:
Abhivâdan(acclamazione): toccare i piedi dopo aver esclamato “Jay” o altre parole di glorificazione.
Sâshtânga (Sa= con; ashta = otto; anga = organi): toccare i piedi prostrandosi completamente al suolo. Questo indica sottomissione con 8 organi: piedi, ginocchia, torace, occhi, testa, mani, parole e mente.
Panchânga: toccare i piedi di loto con 5 organi: mani, testa, ginocchia, parole e mente Congiungere le mani e toccarci la testa.
Il Padma Purân dice:
“*ahamkritirmakârah syân-nakârah-tan-nishedhakah,*
Tasmâttunamasâ kshetriswâtantryam pratishidhyati.”

"'ma' significa *'ahamkâr'* (falso ego) e '*na'* significa 'no'. Quindi *'namaskâr'* o fare gli omaggi è il miglior modo per liberarsi dal falso orgoglio."
Quando facciamo gli omaggi a Sri Gurudev, dobbiamo toccare i suoi piedi con la testa e offrire omaggi *panchânga* o *sâshtânga* con preghiere.

26.Dobbiamo alzarci (da seduti o da coricati) quando abbiamo *darshan* della Divinità
Dobbiamo anche alzarci quando arriva Sri Gurudev, se non lo facessimo ciò non ci sarebbe favorevole. L'alzarci è un segno di rispetto e distrugge l'inauspiciosità.

27.Quando vediamo una processione della Divinità e di *Guruvarga* dobbiamo seguirla
"Anche i mangiatori di cani diventano adorabili come Vishnu se accompagnano il carro, la processione ecc. di Sri *Bhagavân* ponendosi di lato, dietro o davanti."
(Bhavishyottar Purân quotato nel B.R.S.)

28.Dobbiamo visitare i *Mandir* in Luoghi Santi come Sri Vrindâvan in cui Sri *Bhagavân* ha svolto i Suoi passatempi divini e prendere il Loro *darshan*
Quando visitiamo i luoghi santi otteniamo l'associazione dei puri devoti, ci sentiamo benedetti in loro compagnia ed in particolare Sri Vrindâvan *dhâm* ha un potere inconcepibile. Lo descriveremo in seguito.

29.Dobbiamo circoambulare la Divinità e Tulsi devi.
Il modo giusto di fare *parikramâ* è quello di avere la Divinità alla nostra destra e circoambulare 4 volte. Questo darà in fretta buoni risultati – è ancora meglio di bagnarsi nel Gange. Il *Parikramâ* di Sri Girirâj in Vraja-dhâm è molto glorioso ed esaudisce velocemente i nostri desideri. Molte persone di fede fanno il Sri Girirâj Parikramâ nel giorno di luna piena, nel giorno di luna nuova, in occasioni speciali e nel mese di Purushottam.

30.*Archanam.* E' il processo con il quale facciamo le offerte alla Divinità, dopo esserci purificati, con l'uso di *mantra.* E' il sacrosanto dovere di ogni devoto iniziato eseguire l'*archanam,* altrimenti ci saranno terribili conseguenze. Durante *archanam* non dobbiamo mai e poi mai considerare la Divinità come un 'idolo' poiché Lei è veramente Sri *Bhagavân*. Tutti coloro che eseguono *archanam* dopo l'iniziazione raggiungono l'eterna e gioiosa dimora di Sri *Bhagavân*.
Dobbiamo fare *archanam* solo dopo aver imparato il metodo scritturale di adorazione.
Se facciamo adorazione con amore ma non nel modo prescritto otteniamo soltanto un centesimo del risultato. Otteniamo l' 0.01 % del risultato soltanto se abbiamo fatto la *pujâ* con amore e attenzione, in mancanza di questo non prendiamo niente.
Durante *Yogpeeth-sevâ* dobbiamo meditare sul nostro *siddha-deha*, essere presenti vicino a Sri Krishna Che è circondato da Srimati Râdhârâni e dalle *sakhi.* In seguito dobbiamo fare l'adorazione in accordo alle istruzioni del nostro Maestro Spirituale. Dobbiamo poi adorare esternamente con ingredienti esterni. Questo *Yogpeeth-seva* è l'anima della *seva* esterna (senza *Yogpeeth-seva* la seva esterna è priva di significato). I capifamiglia devono servire la Divinità al meglio delle loro possibilità con gli ingredienti più costosi che possono permettersi. Se fanno servizio solo in meditazione come gli anacoreti che non hanno denaro cadono nella categoria '*vitta-shâthya'* (uso disonesto della ricchezza). Se facciamo fare la *pujâ* da qualcun altro in nostra rappresentanza, questo è segno di pigrizia ed è un semplice 'mantenere la routine'. E' indice di irriverenza e quindi lo dobbiamo evitare.

31.*Paricharyâ* (servire direttamente)
'*Paricharyâ*' indica che dobbiamo servire la Divinità come se fosse un re, riservandoLe un trattamento regale. Dobbiamo pulire gli oggetti usati per la *seva* e servirLa con un ventaglio ecc.
Sriman-Nârada Muni ha detto:
"*muhurtam vâ muhurtârddham yastishtheddhari-mandire, sa yâti paramam sthânam kimu shushrushane ratâh."* (B.R.S.)
"Chi risiede per un attimo o persino per mezzo secondo nel tempio di Sri Hari raggiunge la dimora suprema, si può quindi immaginare quanto più otterrà un devoto che serve la Divinità?"
Ci sono molti punti essenziali in *archanam* e *paricharyâ.* Sri Hari-Bhakti-Vilâs li ha descritti dettagliatamente. Se possiamo impegnarci anche in un solo aspetto di tale *seva* la nostra vita è benedetta. Dobbiamo servire il Signore con oggetti adatti in accordo al tempo e al luogo (per esempio in inverno dobbiamo usare acqua calda per bagnare la Divinità e non dobbiamo sventagliarLa. Inoltre Si sentirà meglio con ghirlande di lana che con ghirlande di fiori. D'estate dobbiamo vestirLa con abiti leggeri).

32.Dobbiamo cantare canzoni concernenti il Santo Nome, la bellezza e i passatempi di Sri Hari

"Le scritture dicono: non cantare canzoni che non glorificano Sri *Bhagavân*. Perciò il bramino cantò costantemente le glorificazioni di Sri Vâsudev e raggiunse la Sua dimora. Queste canzoni hanno dato miglior risultato persino della glorificazione di Sri Rudra (Shiva)." (B.R.S.)

33. *Sankirtan* o canto congregazionale del Santo Nome. *Sankirtan* significa pronunciare ad alta voce il nome, le qualità e i passatempi di Sri *Bhagavân*. Quando molti devoti si riuniscono e cantano insieme il Santo Nome anche questo è chiamato '*sankirtan'.* Il *Sankirtan* è lo *'yuga-dharma'* nel *Kaliyuga.* Quindi dobbiamo seguire le altre regole del *bhajan* accompagnandole sempre con il *Sankirtan.*

"Quando eseguiamo le nove pratiche della *bhakti* dobbiamo accompagnarle con *Nâm-sankirtan*, altrimenti il nostro sforzo sarà privo di successo." (C.C.Madhya.15.107)

Spesso non possiamo eseguire alcune parti del *bhajan* (es. *archanam*) perfettamente. Ma diventano perfette se accompagnare con il Santo Nome. Il Santo Nome stesso è Sri *Bhagavân.* E' la discesa (avatara) sonora di Sri Hari. E' assoluto. Perciò ha la capacità di compensare i nostri difetti nell'esecuzione delle altre parti del *bhajan.* Con l'aiuto di *Nâm-sankirtan* possiamo facilmente ottenere Bhagavat-*prema* (*amore divino*) e come effetto collaterale ci liberiamo dagli attaccamenti materiali.

"Le nove pratiche della *Bhakti* sono il culmine del *Bhajan* ed hanno il grande potere di darci Krishna-*prema e* Krishna. Ma *Nâm-sankirtan* è la migliore di tutte, se cantiamo il Santo Nome senza offese otteniamo il tesoro chiamato '*prema*'." (C.C.Antya.4.65-66)

Nâm-sankirtan è così potente che niente può fermarlo. Soltanto le *aparâdha* hanno la forza di ostacolare questo cammino. Sriman-Mahâprabhu Stesso ci ha istruiti su come possiamo evitare le *aparâdha* e raggiungere il principale obiettivo di *Nâmsankirtan,* che è '*prema*':

"Ascoltate oh Swarup e Râmânanda Roy! Questo è il modo con cui dobbiamo cantare il Santo Nome per ottenere *prema:*

trinâdapi suneechena taroreva sahishnunâ,
amâninâ mânadena kirtaniyah sada harih.

Sriman-Mahâprabhu ha spiegato questo verso come segue:

Un devoto possiede eccellenti qualità ma deve considerarsi inferiore ad un filo d'erba. Deve anche essere tollerante come un albero in due modi: un albero non si lamenta mai quando viene tagliato e anche se sta seccando non chiede acqua. Dà piuttosto i suoi frutti a chiunque li desideri. Sopporta il calore e la pioggia e contemporaneamente dà rifugio e protezione agli altri. Similmente un Vaishnava deve possedere eccellenti qualità ed essere privo di orgoglio. Deve rispettare ogni essere vivente nella consapevolezza che Sri Krishna è onnipresente. Quando il devoto recita il Santo Nome in questo modo ottiene l'amore per i sacri piedi di Sri Krishna." (C.C.Antya.20.16-21)

Srila Krishnadâs Kavirâj Goswâmi ha menzionato il verso che il Signore ha pronunciato con le Sue Sante labbra ed ha commentato:

"Proclamo con voce squillante e con le braccia alzate: unisci questo verso al Santo Nome e portalo attorno al collo come se fosse una ghirlanda. Obbedisci al Signore seguendo questo verso e otterrai sicuramente i sacri piedi di Sri Krishna." (C.C.Âdi.17.32-33)

Questo significa che se seguiamo le istruzioni di Sriman-Mahâprabhu e cantiamo il Santo Nome, l'unico tremendamente potente ostacolo, la Vaishnav-*aparâdha,* non si verificherà mai. Non commetteremo mai un'offesa a un Vaishnava. Potremo quindi avere molto facilmente la buona fortuna di ottenere prema.

Ci sono differenti tipi di *kirtan* (inni) come '*leelâ-kirtan'* (glorificazione dei passatempi divini) e *'guna-kirtan'* (glorificazione delle qualità divine).

Sri Prahlâd disse: "Oh Signore Narasimha, sono il Tuo umile servitore che ha ricevuto la Tua misericordia. Tu sei il mio caro benefattore e l'Essere Supremo. Brahmâ **glorifica i Tuoi passatempi**. Li ascolterò costantemente in compagnia dei benedetti *paramhamsa* che risiedono ai Tuoi piedi di loto. Allora mi libererò dagli attaccamenti materiali e attraverserò facilmente montagne di dolore." (S.B.7.9.18 quotato nel B.R.S.)

Il potere di '*guna-kirtan'* è il seguente:

"I grandi devoti affermano che il nostro *tapasyâ,* lo studio dei *Veda*, la buona esecuzione di *yagnya,* la perfetta pronuncia degli inni Vedici, la conoscenza e il fare la carità portano semplicemente ad un solo risultato che è quello di iniziare a glorificare le eccellenti qualità di *Bhagavân* Sri Hari" (S.B.1.5.22 quotato nel B.R.S.)

34. *Japa* –
Quando pronunciamo un mantra molto dolcemente questo è chiamato *'japa'*. Fa parte della meditazione. Ci sono tre tipi di *Japa:*
a. **Vocale:** quando facciamo *'kirtan'* pronunciamo il *mantra* ad alta voce
b. **Sommesso:** in questo caso pronunciamo il *mantra* così sommessamente che soltanto noi siamo in grado di sentirlo
c. **Mentale:** recitiamo il mantra senza far vibrare la lingua. Nel '*japa mentale*' meditiamo sul significato del *mantra* e lo ripetiamo. Fa parte della meditazione. (*Gopal, Kam-beej, Kam Gayatri, Gour, Gour-gayatri, Radha, Radha-Gayatri* ecc. sono *mantra* recitati solo mentalmente perche sono dikhsha-mantra o mantra d'iniziazione. Altri *mantra* come il Mahâmantra Hare Krishna, che non lo sono, possono essere sia recitati mentalmente che ripetuti sommessamente o ad alta voce).
Recitare il *Mantra* nella mente è superiore al ripeterlo sommessamente o ad alta voce. Per quel che riguarda il benessere spirituale degli esseri viventi che si trovano nelle vicinanze, il canto ad alta voce del Mahâmantra è meglio di quello sommesso che è migliore di quello mentale. Dobbiamo imparare le regole ed i significati della pratica dei *mantra* da Sri Gurudev.

35. Parlare
Dobbiamo parlare a Sri Krishna e confidarGli i sentimenti del nostro cuore. Questo è pregare. "Anche se avete speso solo poche parole per Sri Hari, quelle poche parole vi hanno dato l'accesso alla liberazione." (Padma Purân quotato nel B.R.S.)
Ci sono diversi modi di discorrere come **pregare, mostrare umiltà, mostrare bramosia** ecc.
Esempio di **preghiera:**
"Mio caro Signore, per favore fa che il mio cuore sia assorto in Te come un giovane uomo si attacca profondamente ad una giovane donna e viceversa." (Padma Purân quotato nel B.R.S.)
Esempio di **umiltà**
"Caro Purushottam, nessuno nel mondo intero è peccaminoso ed offensivo come me. Mi imbarazza persino implorarTi di perdonare i miei peccati." (Padma Purân quotato in B.R.S.)
Esempio di **intensa bramosia** (**lâlasâmayi prârthanâ**)
kadâham yamunâteere nâmâni tava keertayan,
udvâshpah pundarikâksha! rachayishyâmi tândavam?"
"Caro Pundarikâksha, quando arriverà quel giorno nella mia vita in cui esploderò in una *tândava* (danza frenetica o delirio) con occhi grondanti di lacrime, sulle sponde della Yamuna cantando il Tuo Santo Nome?"
Solo quando il *sâdhaka* raggiunge lo stadio di *rati tale preghiera è possibile*.
La preghiera Lâlasâmayi è quella giusta per un devoto *râgânugâ*.

36.Dobbiamo recitare glorificazioni davanti a Sri *Bhagavân*
Ci sono molti elogi nella Gitâ, nello Srimad-Bhâgavatam e in testi sulla bhakti come il Goutamiya Tantra. I mahâjan hanno composto molte dolci glorificazioni. Dobbiamo recitarle ripetutamente. I devoti *râgânugâ* che desiderano fare un *bhajan* intimo e intenso devono recitare gli *stava* (Panegirici, tributi, adulazioni) dello Stavamâlâ di Srila Rupa Goswâmipâd, Sri Stavâvali di Srila Raghunâth dâs Goswâmi, Prârthanâ e Prema-Bhakti-Chandrikâ di Srila Narottam dâs Thâkur Mahâshay.

37.Dobbiamo gustare il *mahâprasâdam*
Il mahâprasâdam è l'offerta di cibo che facciamo a Sri Krishna con amore e devozione accompagnata da mantra. Che cibo si deve offrire a Sri Krishna? Tutto ciò che è puro, gradevole, adatto per il consumo e il nutrimento umano. Un devoto deve sempre accettare solo *mahâprasâdam*. Non dobbiamo mai e poi mai accettare ciò che non è *mahâprasâdam*. E' divino; quando lo assumiamo ci liberiamo dalle tendenze materiali ed alla fine otteniamo *prema bhakti.* In realtà non si deve mai accettare cibo, acqua o medicine senza offrirli a Sri Krishna. Accettare cibo non offerto è dannoso per un Vaishnav.
Si può pensare che rifiutare il *mahâprasâdam,* o il trascurarlo sia un segno di distacco materiale, una dimostrazione di aver superato la gratificazione dei sensi. Ma questo mostra soltanto *Phalgu-vairâgya.* (Il fiume Phalgu nel Bengala appare secco perchè ciò che possiamo vedere è lo strato di sabbia molto sottile che lo copre. Ma il fiume scorre tranquillamente al di sotto. Se una persona cerca di camminare sulla sabbia, cade nell'acqua. Similmente una persona può mostrare distacco esternamente pur avendo dentro di sé il desiderio per la gratificazione dei sensi. Questa è 'phalgu-vairâgya'). Quando non chiediamo *mahâprasâdam* (mentre vediamo qualcuno che lo sta distribuendo) questo è indice di falso orgoglio. Dopo aver preso m*ahâprasâdam,* se lo trascuriamo facciamo una *aparâdha*. E' meglio accettare con bramosia il

mahâprasâdam. In realtà dovremmo essere interessati in qualsiasi cosa pertinente a Sri Krishna, perchè soltanto in questo modo possiamo veramente superare i nostri desideri dei sensi.

38.Dobbiamo gradire la *charanâmritam (*acqua che ha lavato i piedi) di Sri Hari

"Chi non fa l'elemosina, non recita i Veda, non adora e non compie alcun sacrificio ma beve l'acqua che ha lavato i piedi di Sri Hari raggiunge il reame supremo."
(Padma Purân quotato nel B.R.S.)

39.Dobbiamo sentire la fragranza dell'incenso offerto a Sri Krishna

Le sue glorie sono le seguenti:
"Siamo morsicati dal serpente dei desideri e degli attaccamenti materiali. Se desideriamo liberarci dal veleno di questo serpente è nostro dovere principale sentire il profumo dell'incenso offerto a Sri Hari." (Tantra quotato nel B.R.S.)
Questo vale anche per la ghirlanda di Sri Hari e per Tulsi. La fragranza dei fiori e di Tulsi offerti a Sri Bhagavân ci entra nel naso e distrugge tutti gli *anartha*. Trasmette la *bhakti* in noi. Saggi come Sanaka erano situati nella felicità del Brahman. Ma quando sentirono il profumo delle foglie di Tulsi offerte ai piedi di loto di Sri Nârâyan, tale fragranza frantumò il loro *Brahmânanda* e trasmise in loro la devozione suprema. Lo Srimad-Bhâgavatam (3.15) descrive questo evento.

40.Dobbiamo toccare la Divinità durante *archanam* (l'adorazione)

Abbiamo precedentemente stabilito che è obbligatorio per ogni devoto iniziato fare *archanam.* Quando facciamo *archanam* dobbiamo essere fisicamente e mentalmente puri e adorare con fede, amore e devozione.
"*sprishtvâ vishnoradhushthânam pavitrah shraddhayânvitah."* (Vishnu-dharmottara quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato questo verso come segue:
"Impariamo qual è lo splendido beneficio del toccare la Divinità. Ma non tutti hanno il diritto di toccarLa. Soltanto coloro che hanno ricevuto *dikshâ* possono toccare il Signore.
Lo Skanda Purân dice:
evam sri-bhagavân sarvaih shâlagrâma-shilâtmakah,
dwijaih stribhishcha shudraishcha pujyoh bhagavatah pariah
Tutti i *bhagavat-parâyan* (Coloro che hanno intrapreso il cammino della bhakti, che comincia con l'iniziazione), bramini, donne e *shudra* possono adorare Sri *Bhagavân* Che è nella forma del Shâlagrâm shila.
Qui 'bhagavat-parâyan' significa 'coloro che seguono le regole della *bhakti* o i Vaishnav'. Ne consegue naturalmente che chi è privo d'amore per Sri *Bhagavân* non ha diritto di toccare la Shâlagrâm. Quindi quando leggiamo nelle scritture che le donne e i shudra non devono toccare la Shâlagrâm è inteso che ci si riferisce a donne e shudra non-Vaishanv. Tali dichiarazioni non si riferiscono a donne e shudra che seguono l'etichetta Vaishanv e provano amore per Sri Vishnu (o Sri Krishna).

41.Dobbiamo prendere il *darshan (vista)* della Divinità

Quando non abbiamo l'opportunità di toccare la Divinità dobbiamo prendere il Suo *darshan.* Da questo si possono ricavare grandi benefici "Oh Vasundharâ, coloro che vanno a Sri Vrindâvan e prendono il *darshan* di Sri Govindadev non vanno nella dimora di Yamrâj (il Signore della morte), ma ottengono il reame delle persone virtuose." (Varâha Purân quotato nel B.R.S.)
Qui 'reame delle persone virtuose' si riferisce sicuramente alla dimora di Sri Bhagavân poichè riceviamo un'unica benedizione da Govinda dev e tale benedizione è *prema.*
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato questo verso come segue:
"L'autore (Srila Rupa Goswâmipâd) ci ha istruiti sul meraviglioso beneficio del prendere il *darshan* di ogni adorabile Divinità di Sri Bhagavân. In seguito, a causa della sua immensa *bhakti,* ha parlato della gloria speciale del prendere il *darshan* di Sri Govinda dev Che è Sri *Bhagavân* nella Sua vera forma. Qui 'vanno nel reame delle persono virtuose' significa 'ottengono il livello della Sri Krishna-*bhakti'* da cui dobbiamo realizzare che la *bhakti* è il supremo traguardo raggiungibile."

42.Dobbiamo prendere il *darshan* dell'*ârâtrika (ârati*)(offerta della lampada, incenso ecc.)

L'Âratrika o *ârati* come viene comunemente chiamato è un evento pieno d'amore. Se prendiamo il *darshan* della Divinità durante l'*ârati*, anche grandi peccati sono distrutti ed otteniamo ottimi risultati nella nostra vita devozionale.

43.Ascolto

Quando il nome di Sri Krishna e la descrizione della Sua bellezza, delle Sue qualità ed associati toccano le nostre orecchie, questo è chiamato 'ascolto'. E' l'inizio del *Bhajan* ed è il *bhajan* migliore. Senza l'ascolto non possiamo capire perché dobbiamo praticare il *bhajan* e le sue glorie. Specialmente quando ascoltiamo Sri Krishna-*kathâ,* Lui entra nel nostro cuore, distrugge i desideri materiali e manifesta la *bhakti.* E' particolarmente di gran beneficio ascoltare i grandi devoti che parlano di Sri *Bhagavân*i.

Srimat Jiva Goswâmipâd ha scritto:

"L'ascolto dello Srimad-Bhâgavatam è il massimo, poichè le parole dello Srimad-Bhâgavatam hanno un immenso potere. Il grande saggio Vyâsdev ha commentato all'inizio dello Srimad-Bhâgavatam che a parte l'ascolto vero e proprio dello Srimad-Bhâgavatam, anche se solo semplicemente desideriamo ascoltarlo, immediatamente Sri *Bhagavân* è catturato nel nostro cuore. (S.B.1.1.2) Inoltre lo Srimad-Bhâgavatam è il completo summum bonum dei Veda. I Veda sono paragonati ad un albero dei desideri e lo Srimad-Bhâgavatam ne è il frutto maturo. Perciò ogni suo boccone è delizioso." (Bhakti-Sandarbha).

Qui Srimad-Bhâgavatam non si riferisce solo allo Srimad-Bhâgavatam vero e proprio ma anche ai 'Rasa-grantha (piacevoli testi)' composti dai nostri Goswâmi poiché sono in accordo con lo Srimad-Bhâgavatam. Noi adoriamo nel sentimento di Vraja-*ras;* quindi se siamo abbastanza fortunati da poter ascoltare di Sri *Bhagavân* da un puro devoto che possiede tale stesso sentimento, questa è veramente una grande benedizione. Inoltre quando ascoltiamo Sri Krishna*kathâ* dobbiamo farlo con amore, fede ed attenzione poichè solo in quel modo otterremo l'appassionato amore per i piedi di loto di Sri Krishna. In seguito dobbiamo rimuginare su quanto abbiamo udito.

"Se seguiamo queste regole per l'ascolto, Sri Hari giunge spontaneamente e ci entra nel cuore. Non dobbiamo fare alcuno sforzo speciale a questo proposito." (Sri Shridhar Swâmi)

44.Dobbiamo attendere il misericordioso sguardo di Sri *Bhagavân*

Tutti i nostri sforzi devozionali sono coronati dal successo quando il Signore ci concede il Suo premio.

Anche se lo zucchero di canna è dolce è necessaria una macchina per estrarne il succo. Simimente Sri *Bhagavân* è pieno di *'kripâ-rasa*', eppure non possiamo ottenere questa *rasa* senza un *bhajan* pieno di ardore ed entusiasmo. Dobbiamo lavorare duramente per questo. Si deve quindi ansiosamente e costantemente attendere la misericordia di Sri Krishna facendo *bhajan* affinchè porti frutto.

Sri Brahma glorifica Sri Krishna dicendo: "Oh Mio Signore, quando un devoto tollera la sua parte di gioia e dolore (risultato delle proprie attività) e continua a fare *bhajan* con corpo, mente e parole, continuamente pregando semplicemente 'Caro Signore, quando avrò la Tua misericordia?' eredita naturalmente Te (il tesoro più grande) proprio come un buon figlio eredita la ricchezza del padre." (S.B.10.14.8 quotato nel B.R.S.)

Srila Vishwanâth Chakravartipâd ha spiegato questo verso come segue:

"Soltanto chi ha abbandonato tutti gli altri cammini e segue solo la *bhakti* Ti raggiungerà. Sapendo questo potrebbe sorgere la domanda: che tipo di *bhakti* devo praticare? La risposta è: quella di chi fa *bhajan* con corpo, mente e parole accettando con gioia qualsiasi cosa la vita gli offra, gioia o dolore che sia. La *Bhakti* è fonte di gioia e le *aparâdha* portano dolore. Il devoto passa attraverso queste esperienze considerandole entrambe come la misericordia di Sri *Bhagavân*. Un padre affettuoso nutre suo figlio sia con latte che con succo di *Neem* (***Azadirachta indica***, sin. *Melia azadirachta* L., *Antelaea azadirachta* (L.)) per mantenerlo in buona salute. Il latte è gustoso ma il bambino non gradisce il succo di *Neem*. Ma il padre lo forza a bere entrambi poiché entrambi lo nutrono. Similmente talvolta lo abbraccia e bacia e talvolta lo schiaffeggia per correggerlo. Un devoto sottomesso pensa 'non so cosa sia buono per me solo il mio Signore sa cos'è meglio. Io sono il Suo devoto, il tempo e il karma non hanno effetto su di me, è il mio Signore che con la Sua misericordia mi dà gioia e dolore. Quando un devoto crede fermamente in questo e serve Sri *Bhagavân* con corpo, mente e parole ottiene la liberazione dagli attaccamenti materiali (come risultato secondario) ed il diritto di servire i Santi piedi di Sri *Bhagavân* (risultato principale). Se vogliamo ereditare la ricchezza di nostro padre, tutto ciò che dobbiamo fare e' semplicemente continuare a vivere. Similmente per ottenere il tesoro dei sacri piedi di Sri *Bhagavân*, dobbiamo semplicemente continuare sul cammino della *bhakti*. Perciò dobbiamo umilmente vivere praticando la *bhakti* e attendere pazientemente la Sua misericordia incondizionata.

45. Meditazione – Significa che dobbiamo connettere in ogni modo la nostra mente con il nome, la bellezza, le qualità e i passatempi di Sri *Bhagavân*'. Il ricordo di Sri Hari è l'anima della *bhakti-sâdhanâ.* Se non ci ricordiamo di Lui durante il *bhajan* significa che il nostro bh*ajan* è privo di vita e noi siamo semplici robot.
"Cerco rifugio in Sri Hari che non ha nè inizio e nè fine. Non appena ci ricordiamo di Lui otteniamo tutto il benessere." (Vishnu Purân quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha scritto nel Bhakti Sandarbha:
"Sri Krishna è il guru universale. Quando un devoto medita sui Suoi piedi di loto, Sri Krishna appare davanti a lui e gli offre Se Stesso. Significa che Si sottomette al devoto di Sua Propria volontà. Cosa si può allora dire del destino dei desideri materiali del devoto?"
La meditazione ha cinque livelli:
Smaran: questo è il primo livello. A questo stadio il devoto pensa lievemente al nome, bellezza ecc di Sri Hari.
Dhâranâ: in questo livello il devoto allontana la mente da altri soggetti e si concentra sulla bellezza ecc di Sri *Bhagavân*. Questo è un livello ordinario di concentrazione.
Dhyân: quando la concentrazione è profonda è chiamata *'dhyân'*.
Dhruvânusmritu: in questo livello il ricordo è continuo come un flusso d'olio – la mente non girovaga.
Samâdhi: in questo livello il devoto esperimenta *'sphurti'* (rivelazione spontanea).
L'ascolto, la glorificazione e il ricordo sono mescolati tra di loro. Non si può dire quando uno conduce all'altro. Possiamo ascoltare o recitare il Santo Nome ed improvvisamente ci Lui assorbe nel Suo ricordo! Perciò la recita del Santo Nome e la meditazione sono spesso inseparabili e l'una conduce all'altra. Lo discuteremo dettagliatamente nella 'Conoscenza sacra essenziale del Râgânugâ*bhajan*.'
46. *Dhyân.* E' Il terzo livello di meditazione o concentrazione molto profonda. Poiché *'dhyân'* è la parte più importante del *bhajan* (dal momento che il *bhajan* non porta frutto se non lo facciamo con profonda concentrazione), Srila Rupa Goswâmipâd lo ha puntualizzato in modo speciale.
'Dhyân' significa 'concentrazione estremamente profonda'. E' l'anima della pratica devozionale. Ciò che ne deriva è estremamente meraviglioso. Qualsiasi cosa facciamo, ascoltiamo, recitiamo il Santo Nome, cantiamo glorificazioni, facciamo *archanam* o qualsiasi altra sevâ a questo proposito deve essere fatta con *dhyân*. Troviamo nello Srimad-Bhâgavatam:
"Sri Avadhut Gitâ descrive l'inconcepibile effetto di *dhyân*. Quando un essere vivente fissa la mente su qualsiasi cosa, che sia per paura, amore o invidia, ottiene lo stato dell' "oggetto di meditazione". Spieghiamolo con un esempio: c'è un insetto che ne cattura un altro più piccolo e lo imprigiona nel suo nido. Il piccolo insetto ha costantemente paura del più grande e quindi pensa continuamente a lui. Perciò comincia ad assomigliare a quell'insetto ancor prima di lasciare il suo corpo. Questo significa che possiamo ottenere un corpo simile a quello del nostro "oggetto di meditazione''. Ci rimane quindi alcun dubbio del fatto che se meditiamo su s*acchidânanda* Sri *Bhagavân*, otterremo anche noi una forma *sac-chidânanda*?" (S.B.11.9.22-23)
Ci sono quattro tipi di *Dhyân:*
Rupa(bellezza)-dhyân – Le scritture hanno dichiarato che se meditiamo sui piedi di loto di Sri Krishna tutti i nostri dolori saranno alleviati. Sri Krishna ha 19 simboli sulla pianta dei piedi: bandiera, fulmine, pungolo per l'elefante ecc. Ogni simbolo è in grado di distruggere gli anartha che causano ostacoli sul cammino della *bhakti.* Ha anche l'immenso potere di offrire prema a colui che medita.
Sri Krishna possiede infinita bellezza e dolcezza. Quando meditiamo sulla Sua forma la nostra mente ne è attratta come un calabrone è trascinato verso un vaso di miele – lo è così tanto che naturalmente non pensiamo ad altro che a Sri Krishna.
Guna(eccellenza)-dhyân – Sri Krishna ha eccellenti e dolci qualità come l'amore per i Suoi devoti, la compassione ecc. Se un devoto medita costantemente su queste qualità con devozione anche un colossale ammontare di anartha si distrugge e lui raggiunge la dimora di Sri Hari.
Leelâ-dhyân – Sri Krishna è un rubacuori ed i Suoi pssatempi sono ancora più seducenti. Sono l'essenza della dolcezza. Se vi meditiamo saremo immersi in dolce *rasa* (Abbiamo trattato dettagliatamente *leelâ-dhyân* nella *'Conoscenza sacra essenziale del Râgânugâbhajan').*

***Sevâ-dhyân*:** servire *'manomayee'* la Divinità in meditazione (quando una forma di Sri *Bhagavân* si manifesta nella nostra mente (mana) e l'adoriamo mentalmente, tale Divinità è chiamata *'manomayee'*).
"Alcuni devoti hanno servito continuamente Hari nella loro mente ed hanno avuto il suo *darshan* nonostante Lui sia al di là di ogni concezione." (Purâna quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato ulteriormente questo punto citando un evento del Sri Brahma-Vaivarta Purâna:
A Pratishthânpur (attualmente Paithân nel Maharashtra) viveva un semplice e povero bramino. Era estremamente desideroso di servire Sri *Bhagavân*. Ma a causa della sua povertà non poteva comprare gli ingredienti necessari per la pujâ. Un giorno presenziò in un'assemblea di *Vaishnava* per ascoltare Bhagavad-*kathâ*. In quella sede udì che se qualcuno non può ottenere gli ingredienti necessari per la seva esterna, può manifestare la Divinità nella sua mente e semplicemente adorarLa mentalmente con tutto ciò che necessita. Quando il bramino sentì questo ne fu contentissimo. Decise che avrebbe adorato tutti i giorni la sua m*anomayee* Divinità. Un giorno, dopo aver fatto il bagno nella Godâvari, si sedette in un luogo solitario. Nella sua mente costruì un bel tempio per Sri Hari, installò la *manomayee* Divinità, L'adorò con magnifici ingredienti e si sentì supremamente felice. Continuò ad adorare in questo modo ogni giorno. Una volta decise di offrire paramânna (riso cotto in latte e zucchero) con ghee alla Divinità. Così lo cucinò nella mente, lo versò in un recipiente d'oro e cominciò a sventagliarlo per raffreddarlo. Dopo qualche tempo vi immerse il dito per sentire se si era raffreddato. Il suo dito si bruciò. Si rattristò al pensiero che il p*aramânna* non era più idoneo ad essere offerto a Sri *Bhagavân*. Il suo samâdhi (il più alto livello di meditazione) si spezzò. Constatò allora che si era veramente bruciato il dito e provava dolore. Quando Sri Hari vide il Suo sbalordito devoto, sorrise, fece arrivare un veicolo e lo portò da Lui."
47. *Dâsya*. *(Dâs* = servitore; *dâsya* = sentimento di servizio). Quando facciamo servizio pensando "Sono il servitore di Krishna" tale sentimento è chiamato *'dâsya'.*
Quando siamo assorti nel sentimento "Io sono il servitore di Sri Krishna" ne ricaviamo una felicità così immensa, pari ad un oceano, che neanche quella della realizzazione del Brahman impersonale (Brahmânanda) moltiplicata ad infinitum puo essere paragonata ad una goccia di questo oceano di felicita'." (C.C.Antya.6.44.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha scritto:
"A parte il fare *paricharyâ* (l'adorazione), anche se siamo semplicemente assorti nel sentimento di un servitore raggiungeremo il successo che è l'ottenimento di *prema-bhakti*." (B.S.304). Ha quotato l'evidenza *Itihâsa* per provare questo punto:
"*janmântar sahasreshu yasya syânmatireedrishi,*
dâso'ham vâsudevasya sarvân lokân samuddharet."
"Dopo aver raccolto la buona fortuna di migliaia di nascite qualcuno acquisisce il sentimento 'Sono il servitore di Vâsudev', tale persona può liberare il mondo intero."
Cos'è *'dâsya'?*
Srimat Jiva Goswâmipâd lo ha spiegato nel modo seguente:
"*'Dâsya'* significa fare gli omaggi, glorificare, sottometterGli tutte le nostre attività, fare *paricharyâ,* ricordare i Suoi santi piedi ed ascoltare parlare di Lui. I servitori di Sri Hari eseguono sempre tutta la *sâdhanâ* e raggiungono il loro traguardo, non falliscono mai in niente."
Lo Srimad-Bhâgavatam dice:
Il nome di Sri *Bhagavân* è così elevato che ci si purifica anche dopo averlo ascoltato una sola volta. Quanto è quindi grande il Suo servitore? A parte il raggiungimento del completo successo nel *bhajan*, non c'è niente che non si possa ottenere. (S.B.9.5.16.)"
Noi Goudiya *Vaishnava* siamo orgogliosi di considerarci servitrici di Srimati Râdhârâni e di adorare la Coppia Divina con questo sentimento. Ne parleremo dettagliatamente nella '*Conoscenza sacra essenziale del Râgânugâ Bhajan*'.
48. ***Sakhya:*** Significa avere fede e trattarsi l'un l'altro con amore amichevole. Dobbiamo avere fede in Sri Krishna ed essere amichevoli con Lui. Possiamo esprimere il nostro sentimento *sakhya* impegnandoci per il Suo benessere e per la Sua felicità. Alcuni grandi devoti hanno un così amichevole ed affettuoso *bhâva* per Sri Krishna che dormono nel tempio (per farGli la guardia). *Sakhya-bhâva* non è soltanto un traguardo ma è anche una *sâdhanâ* poichè possiamo ottenere *prema* impegnandoci a sviluppare questo sentimento. Sri *Bhagavân* è l'amico di tutti, ma ha uno speciale amore per i Suoi devoti. Anche i devoti Gli augurano

sempre ogni bene. Questa affettuosa relazione tra Sri *Bhagavân* e i Suoi devoti è ininterrotta. Perciò quando sviluppiamo amicizia nei Suoi confronti, il nostro naturale amore per Lui fiorisce ulteriormente. Quindi *sakhya-bhava* è sia il mezzo *(sadhana)* che il traguardo *(sadhya).*

49. Sottomissione. Significa che dobbiamo sottomettere ogni cosa a Sri *Bhagavân:* corpo, anima e tutto ciò che possediamo. Quando siamo sottomessi non cerchiamo di fare niente per noi stessi. Lasciamo a Lui il nostro traguardo e la nostra *sâdhanâ.* Lui si prenderà cura sia del mio traguardo che della mia *sâdhanâ,* questo è lo spirito. Noi ci prenderemo solo cura di Lui e Lui si occuperà del resto. Questa è sottomissione. E' come vendere la vostra mucca. Supponete di possedere una mucca. Fino a che vi appartiene dovete preoccuparvi del suo cibo, salute ecc. Ma dopo averla venduta non avete più bisogno di preoccuparvi, la preoccupazione è dell'uomo che l'ha comprata. Similmente fino a che siamo orgogliosi e pensiamo che questo corpo sia 'io' e i possedimenti materiali siano 'miei' dobbiamo preoccuparci del loro mantenimento. Dopo aver cercato rifugio nel cammino della *bhakti* ed esserci sottomessi ai piedi di loto di Sri Krishna possiamo smettere di essere ansiosi per noi stessi e per i nostri possedimenti. La nostra mente deve semplicemente assorbirsi profondamente in Lui e fare il Suo *bhajan,* libera dallo stress. Allora saremo benedetti. "Quando cerchiamo rifugio in Sri Krishna e ci sottomettiamo a Lui, Lui ci considera come Sé Stesso." (C.C.Madhya.22.54.)

50. Dobbiamo offrire a Sri Krishna quello che ci è caro

"Quando il nostro oggetto favorito è consentito dalle scritture ed è gradevole se noi lo offriamo a Sri Krishna ciò che ne deriva è incommensurabile." (S.B.11.11.41. quotato nel B.R.S.)

Qui per 'oggetto favorito' si intendono elementi permessi dalle scritture poichè un oggetto proibito dalle scritture non può mai essere il favorito di un devoto. Nella frase precedente 'e' indica che è anche gradito da Sri *Bhagavân*. Quando offriamo tali ingredienti otteniamo risultati immensi.

51. Tutti i nostri sforzi devono essere diretti verso Sri Krishna L'unica occupazione di un devoto è quella di soddisfare Sri Krishna.

"Oh saggio, chi desidera ottenere la *bhakti* deve soltanto dirigere le sue attività, che siano terrene o spirituali, al servizio di Sri Hari." (Pancharâtra quotato nel B.R.S.)

Se seguiamo il cammino della pura devozione non dobbiamo offrire le nostre attività a Sri Krishna dopo averle compiute, ma prima di fare qualsiasi cosa dobbiamo chiederci se che quello che stiamo per fare sia o meno per Suo piacere. Se lo è lo facciamo: questo è *seva*. In questo caso è proficuo.

52. Sharanâgati (rifugio). Il prendere rifugio è il pilastro principale della pratica devozionale. Il nostro progresso nella *bhakti* è direttamente proporzionale alla nostra *sharanâgati*. Dobbiamo prendere rifugio in Sri Krishna con corpo, mente e parole. "Il devoto che dice: 'Mio caro Signore, io sono solamente Tuo', sentendo veramente di appartenere a Sri Krishna, e vive fisicamente nel Suo *dhâm*, ha effettivamente preso rifugio ed è pieno di gioia." (B.R.S.)

Ci sono 6 regole di *Sharanâgati*

ânukulyasya samkalpah prâtikulya-vivârjanam,
rakshishyatiti vishwâso goptritve varanam tahtâ.
Âtma-nikshepa-kârpanye shada-vidhâ sharanâgatih.

1) Determinazione di fare tutto ciò che è favorevole alla *bhakti*
2) Rifiutare tutto ciò che è sfavorevole alla *bhakti*
3) Avere ferma fede che "Sri *Bhagavân* mi proteggerà"
4) Sentire che "Sri *Bhagavân* è il mio unico sostenitore"
5) Sottomissione
6) Pregare con umiltà

Tra queste "Sri *Bhagavân* è il mio maestro o unico sostenitore" è il punto principale e le altre regole seguono. ***Sharanâgati* è meravigliosa e senza di lei non possiamo affermare di appartenere a Sri Krishna**. Srimat Jiva Goswâmipâd ha detto: "Le pratiche del nostro *bhajan* hanno successo quando adottiamo *sharanâgat*i." (B.S.237.)

53. Dobbiamo servire chi è caro a Sri Krishna

"'Chi è caro a Sri Krishna' si riferisce a *Tulsi,* i *Vaishnava, Vrajamandal* e lo Srimad-Bhâgavatam; dobbiamo servirli." (C.C.Madhya.22.71.)

Parliamo dettagliatamente dell'importanza di queste *seva*.

54. Dobbiamo servire le scritture che trattano della *bhakti* come lo Srimad-Bhâgavatam

"Anche i *devatâ* adorano coloro che adorano le scritture *Vaishnava*. Queste persone sono liberate da tutti i peccati. Quando teniamo in casa nostra le scritture *Vaishnava*, Sri Nârâyan vi risiede." (Skanda Purân quotato nel B.R.S.)

I Veda sono come un albero dei desideri e lo Srimad-Bhâgavatam ne è il frutto maturo (è l'essenza dei Veda). Perciò è la scrittura *Vaishnava* originale. Quando sviluppiamo una passione per la dolce *rasa* dello Srimad-Bhâgavatam non proviamo più interesse per altri libri. I nostri precettori, i Goswâmi di Vrindâvan, hanno composto molti testi seguendo le asserzioni dello Srimad-Bhâgavatam. Come: Brihad-Bhâgavatam, Laghu-Bhâgavatâmtitam, *Bhakti*-Rasâmrita-Sindhu, Gopâl-Champuh, Ânanda-Vrindâvana-Champuh ecc. Anche loro sono 'Bhâgavat'. Quando li leggiamo, ascoltiamo e adoriamo, stiamo servendo lo Srimad-Bhâgavatam.

55. Dobbiamo servire *Vraja-mandal* (anche chiamato Mathura-*mandal)* Dobbiamo ascoltare le glorie di *Vraja-dhâm* in cui Sri Krishna ha manifestato i Suoi dolci passatempi. Dobbiamo visitare *Vraja-dhâm*, prendere *darshan,* toccare la terra di quel luogo, risiedervi, scoparlo e lavarlo. Allora raggiungeremo facilmente il nostro traguardo.

"Chi abbandona *Vraja-dhâm*, sviluppa attaccamento per un altro luogo santo e vi risiede è uno sciocco. E' caduto nella morsa di *mâyâ* e girovaga nel ciclo di nascite e morti" (Âdi-Varâha Purân quotato nel B.R.S.)

"Anche se serviamo tutti i santi luoghi dei tre mondi, non possiamo raggiungere il massimo della felicità che diventa facilmente ottenibile semplicemente toccando *Vraja-dhâm*." (Brahmânda Purân)

56. Dobbiamo servire i *Vaishnava.* Possiamo soddisfare i *Vaishnava* in due modi: organizzando Sri Hari-kathâ e Sri Harinâm, facendo *paricharyâ* come offrire *mahâprasâdam,* massaggiare i piedi ecc.

Sri Krishna ha detto a Uddhav:

"Vaishnava-sevâ mi è più gradito della Mia stessa *seva*." (S.B.11.19.21)

Srila Vishwanâth Chakravartipâda ha spiegato questa dichiarazione come segue:

"Sono più soddisfatto quando servi i Miei devoti; perciò devi servire i devoti."

Sriman-Mahâdev ha detto alla sua consorte:

"L'adorazione a Sri Vishnu è la più grande di tutte le adorazioni ma adorare i *Vaishnava* è ancora superiore. Sri *Bhagavân* è facilmente soddisfatto quando serviamo i *Vaishnava*." (Padma Purâna)

Il Signore Stesso ha dichiarato: "Caro *Pârtha* (Arjuna), chi si proclama Mio devoto non lo è realmente, ma coloro che amano e servono i Miei devoti sono i Miei veri devoti." (Âdi Purâna)

"Oh saggio, quando serviamo grandi devoti come te, ne ricaviamo l'immensa gioia dell'estremamente profondo amore per i piedi di loto del Signore Madhusudan." (S.B.3.7.19.)

Questo prova che se vogliamo la misericordia di Sri *Bhagavân* dobbiamo diligentemente servire i *Vaishnava.*

57.Dobbiamo organizzare grandi feste al massimo delle nostre possibilità

Una grande festa è un felice evento in cui è presente tanto *Harinâm-sankirtan* e i *Vaishnava* sono nutriti con *mahâprasâdam.* I santi glorificano tali feste. Dobbiamo procurarci gli ingredienti necessari in accordo alle nostre possibilità e organizzare tali feste per i *Vaishnava*. Un capofamiglia che pur avendone i mezzi non organizza tali feste cade nella categoria 'cattivo uso della ricchezza'. Una grande festa raggiunge due traguardi: diffondere il Santo Nome e *Vaishnav-sevâ.*

58. Dobbiamo osservare *Niyam Sevâ vrata* nel mese di *Kârtik.* Il mese di *Kârtik* è più importante degli altri. Durante questo mese dobbiamo osservare qualche *Niyam* come leggere, ascoltare, glorificare e servire Sri Sri Râdhâ-Dâmodarjiu con speciale amore e cura. In questo periodo anche un piccolo *bhajan* dà un piacere superiore a Sri Râdhâ-Dâmodar. Qualsiasi *bhajan* ci dà molti più risultati dell'equivalente fatto in altri mesi.

Se risiediamo in *Vraja-dhâm* durante *Kârtik* e osserviamo *Niyam Sevâ*, tutt'a un tratto otteniamo Sri Hari-*bhakti,* che in altro modo è molto difficile da ottenere.

"*bhuktim muktim harirdadyâdarchito'nyatra sevinâm,*
bhaktintu na dadâtyeva yato vashyâkri hare.
sâ twanjasâ harerbhaktirlabhate kârtike naraih,
mathurâyâm sakridapi Sri-dâmodara-sevanât." (Padma Purân quotato nel B.R.S.)

Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato la precedente dichiarazione come segue:

“Quando un devoto non qualificato che è privo di amore profondo adora Sri Krishna in qualsiasi altro posto diverso da *Vraja-mandal*, Lui gli concede i piaceri materiali e la liberazione me non gli dà la b*hakti* che Lo renderebbe sottomesso a lui. Sri Krishna concede la *bhakti* solo ad un devoto che ha un profondo amore per Lui e a nessun altro. Se un devoto non ha un profondo amore per Sri Krishna, non è qualificato per la *bhakti*. Questo perché Egli non pensa che sia giusto sottometterSi a qualcuno privo di profondo amore per Lui. Quindi aspetta che il devoto diventi qualificato. Cos’è questa qualificazione? Il devoto deve realizzare che il suo benessere giace soltanto nella *bhakti* e deve acquisire disinteresse per qualsiasi altra cosa. Ma se risiediamo in *Vraja-mandal* anche una volta sola, facciamo *Niyam-sevâ* e adoriamo Sri Sri Râdhâ-Dâmodarjiu, possiamo ottenere la Sri Hari-*bhakti*, nonostante la nostra mancanza di qualificazione per essa. Questo succede anche se la Sri Hari-*bhakti* è estremamente difficile da ottenere.”

Srila Vishwanâth Chakravartipâd ha aggiunto: “Se serviamo il mese di Dâmodar (= osserviamo *Niyam-seva)* in *Vraja-mandal*, anche se non abbiamo fatto alcuna *sâdhanâ*, otteniamo la *bhakti*.”

59.Dobbiamo celebrare i festival *Vaishnava.*

I giorni dell’apparizione di Sri Krishna, Sriman-Mahâprabhu e i divini *avatâra,* sono gioiose occasioni. In questi giorni dobbiamo digiunare e godere gioiosamente Sri Harinâm, ascoltare i dolci passatempi e qualità di Sri *Bhagavân* e glorificarli. Il giorno successivo possiamo organizzare un *mahâ-mahotsav* (festa straordinaria) per i V*aishnava*. Sri *Bhagavân* è soddisfatto di tali celebrazioni ed è considerato un offesa il non parteciparvi.

60.Dobbiamo trarre piacere dal servizio dei piedi di loto della Divinità

“A colui che recita costantemente il Mio nome e che è sempre felice di servirMi, Io concedo la *bhakti* e non la liberazione.” (Âdi Purâna quotato nel B.R.S.)

“*bigraha noho tumi sâkkhât brajendranandan”*

"Tu non sei una Divinità ma sei il Figlio di Nanda Mahârâj in persona.” (C.C.)

Quando abbiamo questo sentimento la nostra *sevâ* si riempie naturalmente di affetto. I migliori adoratori sono coloro che servono la Divinità con questo sentimento.

61.Dobbiamo gustare il significato dello Srimad-Bhâgavatam nell’associazione dei puri devoti *rasika.* All’inizio lo Srimad-Bhâgavatam invita amorevolmente i *rasika* e puri devoti a gustare l’elevato gradevole frutto dei Veda che sono come un albero dei desideri. (I Veda sono come un albero dei desideri e lo Srimad-Bhâgavatam è l’essenza di tutte le scritture Vediche. Quindi è come il frutto maturo di questo albero)

“Cari conoscitori della *rasa*, cari *bhâvuka* (esperti nella realizzazione della *rasa*), lo Srimad-Bhâgavatam è una bevanda priva di qualsiasi adulterazione. I Veda sono come un albero dei desideri e lo Srimad-Bhâgavatam è il frutto pienamente maturo di questo albero. Fluisce dalle sante labbra di Sri Shuka ed ha rivelato se stesso al mondo di sua propria volontà. Nonostante abbiate raggiunto la realizzazione del sè, per favore bevete ripetutamente questa meravigliosa *rasa*.” (S.B.1.1.3)

La dolcezza della *leelâ-rasa* di Sri *Bhagavân* è piu straordinaria della felicità che deriva dalla fusione nel Brahman. Shuka Muni era assorto nella realizzazione del Brahman che non ha caratteristiche ordinarie. Ma quando ascoltò lo Srimad-Bhâgavatam fu grandemente attratto dalla sua *rasa*. Andò da Vyâsdeva e studiò lo Srimad-Bhâgavatam. Ammise a Parikshit *Mahârâj:*

“Oh *Râjarshi* (un re che è anche un saggio), ero immerso nella realizzazione del Brahman che è privo di caratteristiche. Eppure i divini passatempi di Sri Krishna sono così dolci che mi hanno trascinato da mio padre ed ho studiato lo Srimad-Bhâgavatam da Lui.” (S.B.2.1.9.)

Gustare la *rasa* dello Srimad-Bhâgavatam in compagnia di devoti *rasika* è un’intima parte del *bhajan*.

62.Associazione dei puri devoti

Un puro devoto è qualcuno che segue l’etichetta *Vaishnava* e che è fisso nella *Bhakti*. Lo indichiamo come *‘sâdhu’*. La sua associazione è sempre desiderabile. Vogliamo il nostro bene quando ci associamo con un *sâdhu* che è *samavâsan* (con lo stesso sentimento. Per esempio, poiché noi stiamo praticando il *bhajan* con il sentimento di una Manjari, dobbiamo desiderare la compagnia di un *sâdhu* che possiede tale sentimento). Deve avere una serena disposizione ed essere situato ad un livello di *bhakti* superiore al nostro.

“Tutte le scritture ci esortano ripetutamente ad associarci con i *sâdhu;* anche una momentanea associazione con un *sâdhu* ci rende in grado di raggiungere il nostro traguardo.” (C.C.Madhya.22.33.)

“Anche una brevissima associazione con un *sâdhu* può elargirci tali incredibili frutti che neanche il paradiso, l’*apavarga* (finale beatitudine o cessazione delle nascite e morti) e meno ancora i facilmente distruggibili benefici materiale possono darci.” (S.B.1.18.13)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha dichiarato che riceviamo questo effetto solo quando ci associamo con i *savâsan sâdhu*.
Le munificenze di Sri *Bhagavân* ci sommergono quando ci associamo con i *sâdhu* e otteniamo la loro *kripâ*. Non possiamo ottenere la Sua misericordia con sforzi indipendenti. Naturalmente la misericordia di Sri *Bhagavân* è obbligatoria per ottenere la *bhakti*, ma tale misericordia ci arriva nella forma di un *sâdhu*. E’ sciocco ignorare la misericordia che ha preso una forma (misericordia giuntaci nella forma di un *sâdhu*) e andare alla ricerca di una misericordia di quantità inferiore (quella che viene direttamente da Sri *Bhagavân*).
L’associazione di un *sâdhu* e il rendergli servizio non significa semplicemente andare da lui, vivere con lui e dargli *prasâdam*; facciamo realmente *sâdhu-sanga* quando ascoltiamo Sri Krishna-*kathâ* da lui, meditiamo sulle sue parole, seguiamo le sue istruzioni e pratichiamo la devozione in accordo ai suoi consigli (Per favore, leggi le ‘Glorie dell’associazione con un devoto’ nella ‘Conoscenza sacra essenziale del devoto’)
63.Sri Harinâm-sankirtan. Questo è il miglior *bhajan*. Lo Srimad-Bhâgavatam afferma:
“*na hyatah paramolâhbo dehinâm bhrâmyatâmiha,*
yato vindeta paramâm shântim nasyeta samsritih*.”*
"Gli esseri viventi girovagano in varie forme di vita – nient’altro dà loro più beneficio dell’interesse nel Sri Harinâm-*sankirtan*."
Perciò dobbiamo avere interesse nell’ascolto e nel canto del Santo Nome. Il suo effetto principale è l’amore per i piedi di loto di Sri *Bhagavân* e l’effetto secondario è la distruzione dei desideri materiali. Ha come risultato una pace suprema. “Harinâm appare costantemente solo nella bocca di qualcuno che ha servito Sri Vâsudeva per migliaia di vite.” (Padma Purân quotato nel B.R.S.)
Srimat Jiva Goswâmipâd ha spiegato questa dichiarazione nel modo seguente:
“Un devoto che è fisso nel servire Sri Vâsudeva attraversa ripetute rinascite solo perchè Sri *Bhagavân* desidera incrementare la sua bramosia e il suo entusiasmo per la *bhakti*.”
“Sri Harinâm *Sankirtan* ha come risultato la distruzione dei peccati e dei desideri materiali; pulisce la psiche. E’ la sorgente di tutte le altre *bhakti-sâdhanâ* che hanno come risultato Sri Krishna-*prema*. Ci rende anche capaci di gustare questa nettarea *prema.* Ci rende Sri Krishna disponibile e ci immerge nel nettareo oceano della *sevâ*.” (C.C.Antya.20.10-11.)
64.Dobbiamo risiedere in *Vraja-mandal* Questa è un’intima parte del *bhajan*. Anche le anime liberate desiderano intensamente la Sri Hari-*bhakti* e noi possiamo ottenerla semplicemente risiedendo in Vraja-mandal per un giorno. Per ottenere il reale beneficio del risiedere in *Vrajadhâm* dobbiamo ascoltare costantemente gli amorevoli dolci passatempi di Sri Sri Râdhâ-Krishna. Se vi rimaniamo con amore, ecco che improvvisamente otteniamo bhâva e *bhakti*. Quando una persona non offensiva tocca semplicemente *Vrajadhâm* ottiene la *bhakti.* Questo perchè per il desiderio di Sri Krishna, *prema-dhâm* (la dimora dell’amore trascendentale) Sri Goloka-Vrindâvan, che è il culmine del reame divino, si è manifestata sul pianeta terra.
Il culmine del mondo divino è Sri Goloka-Vrajaloka *dhâm*. E’ anche chiamata Sri Goloka, Shwetadweep e Vrindâvan. E’ cosciente, onnisciente, infinita, onnipotente e non-differente dal corpo di Sri Krishna. Pervade ogni luogo, non ha limite. Per desiderio di Sri Krishna appare in questo universo. Esiste nella stessa forma che possiede nel mondo divino. In altre parole, non ha due forme differenti.” (C.C.Âdi.5.17-19)
Nonostante Srila Rupa Goswâmipâd abbia già menzionato i cinque punti, cioè servire la Divinità, lo Srimad-Bhâgavatam, i devoti, Harinâm e Vraja-dhâm, li ripete per enfatizzarne la grande importanza e immenso potere. Che dire di onorarli, anche se solo semplicemente veniamo in contatto con loro e siamo privi di offese avremo come risultato l’improvviso risveglio di *bhâva* in noi.
“L’associazione con i *sâdhu*, Harinâm-*sankirtan*, l’ascolto dello Srimad-Bhâgavatam, il risiedere in *Vraja-mandal* e il servire con fede le Divinità sono le parti più importanti del *bhajan*. Se le pratichiamo, anche poco, possiamo ottenere Sri Krishna-*prema*.” (C.C.Madhya.22.74-75)

Graduale Progresso nella *Bhakti*

Srila Rupa Goswâmipâd ha descritto il modo in cui progrediamo gradualmente nella *Bhakti*, raggiungendo il livello di *bhâva* ed alla fine quello di *prema.*
âdou shraddhâ tatah sâdhu-sango'tha bhajanakriya,
tato'nartha-nivtrittih syât-tato nishthâ ruchis-tatah.
athâsaktis-tato bhâvas-tatah premâbhyudanchati,
sâdhakânâmayam premnah prâdurbhâve bhavet kramah."
"All'inizio acquisiamo *shraddhâ* ascoltando le scritture in compagnia dei *sâdhu*, in seguito impariamo il processo del *bhajan* associandoci ulteriormente con loro, poi inizia la reale pratica del *bhajan* seguita da *anartha-nivritti* (liberazione dalle cose inutili), *nishthâ* (ferma determinazione nel *bhajan*), *ruchi (*gusto nel *bhajan*), *âsakti* (gusto profondo nel *bhajan*), *bhâva* ed alla fine *prema*. Questo è il consueto processo con cui *prema* si manifesta in un *sâdhaka."*
L'eccellente *bhakti* – La *Bhakti* è classificata in *sâdhya,* 'al livello compiuto', e *sâdhan* 'pratica'. Può essere ulteriormente classificata in:
Sâdhan-bhakti – quando siamo negli stadi da *shraddhâ* a *âsakti* stiamo praticando la *sâdhan-bhakti.* Comprende l'ascolto, la glorificazione e il ricordo.
Bhâva-bhakti – Quando il nostro cuore è pulito per mezzo del processo sovramenzionato raggiungiamo lo stadio di *bhâva*.
Prema-bhakti – Quando otteniamo *prema.*
Dobbiamo ricordare che la *bhakti* è una proprietà della *swarupa-shakti* di Sri *Bhagavân* (energia interna) e nonostante sia trascendentale si unifica ai nostri sensi manifestandoSi per conto suo.
"*nitya-siddha krishna-prema sâdhya kobhu noy,*
Shrabanâdi shuddha chitte koroye udoy."
"Sri Krishna-*prema* è eterna e automanifestata. Non c'è processo con cui possiamo ottenerla. Quando ascoltiamo, glorifichiamo e seguiamo le vie del *bhajan*, il nostro cuore si purifica e Krishna-*prema* gli si manifesta."(C.C.Madhya.22.57.)
Studiamo ora i differenti livelli della *bhakti*.
1. *Shraddhâ:* significa ascoltare le scritture dai puri devoti e credere negli *shâstra.* "*âdou shraddhâ",* questa fase chiamata *shrâdhhâ* è il primo livello del *bhajan* ed è la radice di tutte le pratiche devozionali. Solo quando una persona possiede *shrâdhhâ* acquisisce la conoscenza metafisica della *bhakti*. Abbiamo già parlato brevemente delle caratteristiche della fede scritturale. Solo chi ha tale fede è qualificato per il *bhajan*. Quando *shrâdhhâ* sorge in noi, non possiamo più disinteressarci del *bhajan,* sicuramente procederemo sul cammino della *bhakti*. Quando acquisiamo la fede scritturale, tale fede ci elettrizza e cominciamo a cercare un *Sadguru* per prendere rifugio ai suoi sacri piedi. Finalmente, per la misericordia di Sri Krishna otteniamo il rifugio di Sri Gurudev. Questo è *sâdhu-sanga* – il passo successivo sulla scala della *bhakti*.
2. *Sâdhu-sanga:* La prima volta che abbiamo *sâdhu-sanga* avviene quando ascoltiamo le scritture dai *sâdhu* e il secondo *sâdhu-sanga* ha luogo quando desideriamo intensamente il *bhajan* e siamo bramosi di prendere rifugio ai piedi di Sri Gurudev. Qui per *sâdhu* si intende qualcuno che si è sottomesso ai piedi di loto di Sri *Bhagavân*, che ha amore per Lui e che considera l'amarLo come il supremo traguardo della vita.
Cos'è *'sâdhu-sanga'*?
'*sanga'* significa servire i *sâdhu,* fare la loro *paricharyâ,*
ascoltare Sri Krishna-*kathâ* da loro, comportarsi come loro, glorificarli ed essere assorti nel servirli con corpo, parole e mente, questo è *sâdhu-sanga.*
Tra questi *sâdhu* possiamo incontrare qualcuno in cui desideriamo sinceramente prendere rifugio e tale persona diventa il nostro Sri Gurudev. Dobbiamo prendere *dikshâ* e *shikshâ* da lui.
3. *bhajan-kriyâ* (il processo del *bhajan).* Iniziamo ora l'ascolto, la glorificazione, *archanam, vandandam* ecc. Ci sono due tipi di *bhajan-kriyâ:*
instabile
stabile

Ai livelli iniziali il nostro *bhajan* non è stabile. Dobbiamo oltrepassare alcune barriere prima che il nostro *bhajan* diventi stabile. Quando un devoto che ha *shraddhâ* prende iniziazione da un *Sadguru* e per la sua misericordia inizia il *bhajan*, è pieno di entusiasmo. E' sempre bramoso di praticare la *sâdhanâ*. Quindi chiamiamo questo stadio *utsâhamayi* o 'entusiastico'.
Ma questo stadio non permane a lungo. In poco tempo riscontriamo che la nostra bramosia si attenua. Ci sentiamo annoiati e il nostro *bhajan* soffre un 'calo di marea'. Talvolta il nostro *bhajan* è intenso e talvolta si riduce.
Perciò il saggio chiama questo stadio '**intenso-indolente'**. Durante questo periodo ci vengono idee come: lascerò la mia famiglia e praticherò il *bhajan* in solitudine o praticherò il *bhajan* come capofamiglia o mi dedicherò soltanto ad uno dei 9 aspetti della *bhakti* (ascolto, glorificazione ecc) oppure li praticherò tutti ecc. Perciò questo livello è anche chiamato *vyudha-vikalpâ* o '**alternanza di idee'**.
In questo stadio dobbiamo letteralmente combattere con le nostre tendenze materialistiche. Talvolta ne usciamo vincitori e talvolta i desideri materiali hanno la meglio su di noi. Per questa sua caratteristica è chiamato *vishay-sangarâ* o stadio dell' '**associazione materiale'**.
La pratica devozionale deve far decrescere i nostri desideri materiali e far aumentare l'amore per il *bhajan*. Se questo non succede dobbiamo realizzare che il motivo risiede nel fatto che non stiamo seguendo le regole del *bhajan* in modo appropriato (come date da Srila Rupa Goswâmipâd). Quindi chiamiamo questo livello anche *niyamâkshamâ* '**incapacità di seguire le regole'**.
Quando pratichiamo il *bhajan* può accadare che le persone siano attratte da noi; allora tentazioni come il denaro, il potere e la posizione appaiono sul nostro cammino. Queste sono le piante parassite che crescono attorno alla *Bhakti-kalpalatâ* (la *bhakti* è come una pianta divina che può esaudire tutti i desideri di un devoto). Perciò è nostro dovere per prima cosa reciderle.
4. *Anartha-nivritti:* liberarsi dalle cose inutili. Quando non siamo fissi nel *bhajan*, i nostri *anartha* ci costringono a deviare dalla strada della *bhakti*. Ci sono 4 tipi d'a*nartha:*
Quelli che sorgono dalle azioni peccaminose: questi *anartha* sorgono dalle attività peccaminose passate e recenti.
Quelli che sorgono dalle attività virtuose: le attività virtuose che abbiamo fatto in passato ci concedono un ricco stile di vita. Questo ci assorbe nella gratificazione dei sensi ed è causa di *anartha.*
Quelli che sorgono da *aparâdha:* le offese contro il Santo Nome e le *sevâ-aparâdha* risultano in *anartha.*
Quelli che sorgono dalla *bhakti:* avanzando nella *bhakti* è possibile ottenere soldi, fama e potere. Questo è causa di *anartha.* Quindi anche la *bhakti* può causare *anartha*.

Quali sono i sintomi esterni che dimostrano che ci siamo liberati degli *anartha*?

Quando non abbiamo le seguenti caratteristiche.
Laya: ci addormentiamo cantando il Mahâmantra, ascoltando e meditando. Più specificatamente: sonnolenza facendo *japa,* più sonnolenza durante l'ascolto e il massimo della sonnolenza meditando. Questa caratteristica sì chiama '*laya'*.
Vikshepa: quando trattiamo argomenti materiali durante l'ascolto, la glorificazione ecc. questo è chiamato '*vikshepa'*.
Apratipatti: anche se non abbiamo *laya* e *vikshep*, talvolta non ci sentiamo di ascoltare o glorificare, questo è '*apratipatti'.*
Kashâya: quando facciamo *bhajan* come ascoltare ecc. se ci lasciamo prendere da sentimenti negativi, come la collera, la cupidigia, l'orgoglio, questo è chiamato '*kashâya'*.
Rasâswâda: se siamo incapaci di concentrarci sull'ascolto ecc. a causa di piaceri materiali o attaccamenti, questo è chiamato '*rasâswâda.* Non dobbiamo farci sopraffare dagli *anartha* e dobbiamo fare *bhajan* in compagnia dei *sâdhu.* Dobbiamo anche stare molto attenti a non criticare i puri devoti ed essere umili in ogni situazione. Allora, per la misericordia di Sri *Bhagavân*, tutti i nostri *anartha* saranno distrutti e passeremo allo stadio successivo: il '*bhajan stabile*'.
5. *Nishthâ:* Questo è lo stadio del *bhajan* fisso.
"Come facciamo a capire se il nostro *bhajan* è 'non stabile' o 'stabile'? Quando siamo negligenti nell'ascolto, nella glorificazione ecc. non siamo stabili e quanto siamo forti in queste attività siamo 'stabili." (Mâdhurya-Kâdambini, quarta doccia)

Quando ci liberiamo dei cinque sintomi d'*anartha* sovramenzionati, possiamo dire di essere diventati 'stabili nel *bhajan*'o di aver raggiunto '*nishthâ'.*

6. *Ruchi* (gusto): Quando gustiamo la dolcezza del nome, qualità, passatempi ed associati di Sri Krishna abbiamo raggiunto lo stadio di '*ruchi'.* Si suddivide in due categorie:

Dipendente dal soggetto. Supponiamo di stare ascoltando un *kirtan* e ne gustiamo la dolcezza perché ha una dolce tonalità, una musica appropriata, ritmo ecc. Questo indica che siamo al primo livello. E' paragonabile ad una persona con poco appetito che desidera un pasto delizioso per soddisfarsi.

Indipendente dal soggetto. Questo stadio è paragonabile a qualcuno che è voracemente affamato. Mangerà con piacere qualsiasi cosa gli si offrirà. Similmente quando sviluppiamo una *ruchi* più elevata gustiamo un *kirtan* anche se non possiede una dolce tonalità o il ritmo non è corretto. Quello che conta è semplicemente il fatto che contenga il nome e le qualità di Sri *Bhagavân*. Ci sentiamo immensamente sopraffatti dalla gioia al solo ascolto di ciò che Lo riguarda. Passiamo quindi in *âsakti.*

7. *âsakt*i (gusto intenso)

"Quando il nostro gusto nel *bhajan* diventa veramente intenso e i nostri pensieri girovagano soltanto attorno a Sri *Bhagavân*, abbiamo raggiunto lo stadio di '*âsakti'*. Il processo del *bhajan* è come un'aggraziata pianta dei desideri su cui *âsakti* fiorisce come un gruppo di germogli che sbocciano nei colorati fiori di *bhâva* che alla fine si trasformano in *prema* (il frutto)."(M.K.sesta doccia)

Âsakti pulisce il nostro cuore al punto tale da farlo splendere come uno specchio. Riflette Sri *Bhagavân* così chiaramente che è come se Lo stessimo vedendo realmente. In precedenza, se per caso il nostro cuore si allontanava da Sri *Bhagavân*, lo ricollegavamo volontariamente a Lui, ma questo non accade più quando raggiungiamo *âsakt*i. Ora la nostra mente è automaticamente assorta in Lui. I *mahâjana* hanno definito questo stadio come *dhruvânusmriti* (costante ricordo). Come un pover'uomo che soffre la fame è attratto da un piatto di cibo delizioso e come un'ape è attratta dal profumo di un vaso di miele, nello stesso modo quando otteniamo *âsakti,* il nostro cuore è spontaneamente attaccato a Sri *Bhagavân,* al Suo nome, qualità e *leela*. Questo è il culmine della *sâdhana-bhakti.* Il passo successivo è l'ingresso nel reame di *bhâva-bhakti.*

8. *Bhâva* o *rati* La *Bhakti* è come un albero dei desideri e *bhâva* o *rati* ne è il fiore. E' così fragrante che perfora l'involucro dell'universo, pervade tutte le dimore divine e trascina *Bhagavân* Madhusudan verso il devoto. Quando *âsakti* diventa molto intensa otteniamo rati. Quando abbiamo rati, vediamo Sri *Bhagavân* in *sphurt*i (visione) come se Lo vedessimo realmente.

Possiamo sperimentare le Sue meravigliose parole, contatto, bellezza, rasa e fragranza.

In questo stato diventiamo una cosa sola con la nostra *siddha swarupa,* ci identifichiamo soltanto con il nostro corpo spirituale. Viviamo sentendoci completamente differenti dal corpo materiale ed esistiamo al di fuori del nostro corpo di *sâdhaka*. Come un bramoso calabrone cerca sempre di intossicarsi, il nostro cuore diventa bramoso di bere il dolce nettare dei piedi di loto del Signore.

"I nove sintomi di *bhâv-bhakti* sono i seguenti:

1) Anche se da un punto di vista materiale dovremmo essere turbati, in realtà non lo siamo.
2) Non perdiamo neanche un singolo secondo in qualsiasi cosa non correlata a Sri *Bhagavân.*
3) Disinteresse in qualsiasi argomento che non riguardi Sri Krishna
4) Essere privi di falso ego
5) Ferma fede che Sri *Bhagavân* mi darà certamente la Sua misericordia
6) Grande bramosia di ottenere i Suoi piedi di loto
7) Costante interesse nel cantare Harinâm
8) Desiderare sempre glorificare il Santo Nome, le eccellenze ecc. di Sri *Bhagavân*
9) Estremo entusiasmo di risiedere in santi luoghi come *Vrajadhâm* (B.R.S.13.25-26)

Bhâva-bhakti ha due caratteristiche:

- Il devoto non ha alcuna considerazione della liberazione.
- E' estremamente rara

9. *Prema:* E' il massimo livello della *bhakti*. Quando sorge *prema* il nostro cuore è completamente pulito. Il devoto sente molto profondamente "Sri *Bhagavân* mi appartiene.". *Prema* ha due caratteristiche:

Felicità intensa
Attrae Sri Krishna
"*Prema* è il tesoro più prezioso ed è il quinto purushârtha (traguardo della vita) dell'entità vivente. Ci dà il dolce gusto di Sri Krishna. *Prema* rende Sri Krishna sottomesso al devoto e concede al devoto l'immensa gioia di servirLo." – (C.C.Âdi.7.144-145) (Elaboreremo su *prem*a nel trattato 'Conoscenza sacra essenziale di *Prema*').