

La felicità

TIM BOYD

Oggi vorrei parlarvi di un tema di fondamentale importanza per ogni ricercatore spirituale e ogni essere umano, e in apparenza semplice: la felicità. Da sempre, nel corso dei tempi, essa occupa un ruolo centrale nelle diverse pratiche spirituali di tutto il mondo. Negli Stati Uniti, mio paese d'origine, è citata nella dichiarazione originale di Indipendenza; a scuola s'insegna ai bambini che ogni essere umano gode di alcuni diritti: il diritto alla vita, il diritto alla libertà e quello, appunto, alla ricerca della felicità.

In una delle principali osservazioni del Buddha si legge che ogni essere vivente – formica, pesce, o uomo – aspira alla felicità. Non è tanto il fatto in sé a costituire un problema, bensì quella ricerca, perché è difficile. Consultare un dizionario non è di alcun beneficio, dato che anche la definizione più banale sulla felicità fa sostanzialmente riferimento a un sentimento di benessere e appagamento, nulla più. Tante cose si danno per acquisite senza riflettere; tuttavia, quell'aspirazione a essere felici, che appartiene a ogni vita, è un bisogno talmente primario da richiederci inevitabilmente una maggiore disamina.

Siamo abbastanza coscienti che, tra felicità e desiderio, vi sia un legame di qualche tipo, perché la maggior parte di noi, almeno in una fase iniziale, ha l'impressione di poter essere felice solamente realizzando i propri desideri. In questo apparente connubio tra felicità e soddisfazione del desiderio consiste la grande fonte della nostra sofferenza, poiché molti pensano di spe-

rimentare una felicità maggiore nella moltiplicazione dei desideri. Riguardo a ciò, spesso non si presta attenzione alla prospettiva teosofica e a quella delle tradizioni spirituali d'Oriente.

Il Buddhismo associa il desiderio perlopiù a emozioni conflittuali e negative, idea che spesso si riscontra anche nella letteratura tradizionale teosofica. Il linguaggio e i concetti contenuti ne *Il gran gioiello della discriminazione* (o *Vivekachudamani*) di Śāṃkarācārya, analogamente si riflettono ne *Ai piedi del Maestro* del giovane Krishnamurti. Il libro cita quattro requisiti essenziali per progredire nella vita spirituale: capacità di discriminazione, assenza di desiderio, buona condotta e amore. È interessante notare come il capitolo più breve sia quello dedicato all'assenza di desiderio che, tra tutti i requisiti, si afferma essere il più arduo. La ragione di ciò è che è difficile vivere in assenza di quanto aneliamo, poiché ci identifichiamo fortemente con i nostri desideri.

La nostra analisi, pertanto, deve partire proprio da qui: cos'è il desiderio? Tutti, infatti, ne parlano e hanno delle teorie al riguardo. Vorrei proporvi una mia definizione sulla quale riflettere; la potete tenere per buona se per voi ha senso, altrimenti potete anche non considerarla. Un desiderio è un pensiero che rincorre una sensazione o un sentimento. In che modo si origina il desiderio? Qual è il processo che determina questo stato della mente dal quale ci si dovrebbe liberare? Sappiamo che sul piano fisico ci avvaliamo dei cinque sensi. La tradizione spirituale indiana parla di "organi di conoscen-

za”, *Jñāna-indriya*, con ciò indicando orecchie, occhi, naso, mani e bocca e i relativi cinque sensi: udito, vista, olfatto, tatto e gusto. Con i sensi si acquisisce la conoscenza del mondo esterno: possiamo, infatti, vedere, toccare, udire e via dicendo. Tuttavia, ai sensi, pur essendone parte, non è direttamente associato alcun desiderio. Esso è infatti un processo: si comincia toccando e, se al tatto vi è sensazione di morbidezza, allora si prova piacere; viceversa, se l’oggetto punge, sentiamo dolore. Questo vale anche per il gusto, la vista e tutti gli altri sensi. Il processo però continua perché, se si limitasse esclusivamente al piano delle sensazioni, non potrebbe esservi desiderio. Una volta individuato quanto è all’origine di piacere o dolore, si apre una fase in cui si è attratti dalle cose piacevoli e si cerca di evitare quelle sgradevoli. Tale fase è più complessa, perché implica attaccamento e aversione: ovunque, le nostre esperienze sono definite da ciò che desideriamo o non desideriamo: cibo, libri, persone, paesi, nazioni, religioni... tutto quel che cade all’interno del processo, fino al punto in cui quanto ci circonda assume il colore di ciò che ci attrae o ci respinge.

Questo, tuttavia, non è ancora un desiderio in senso pieno, perché sono interessati solo il corpo fisico e quello astrale. L’ultima fase, creatrice di questa “mente del desiderio”, è la vera responsabile del problema. Qui, infatti, il processo coinvolge anche la mente, giacché essa ricerca costantemente la ripetizione delle esperienze piacevoli e la rimozione di quelle sgradevoli. Tale attività è fonte di dipendenze, di guerre ed egoismi, di tutto ciò che costituisce un problema per la società umana. È un punto di estrema rilevanza per chi percorre un cammino spirituale, perché la causa del problema è il coinvolgimento globale della nostra intera personalità: il fisico, l’emotivo e il mentale entrano a far parte di questo processo, il quale distorce la natura della nostra mente.

Perché allora, appagando un desiderio, spe-

rimentiamo la “felicità”? Pensiamo, per esempio, a quando vediamo un’automobile che ci piace e che riusciamo poi ad acquistare; oppure a quando la persona di cui siamo innamorati diventa il nostro partner; o a quando otteniamo un impiego in quel bellissimo ufficio proprio dietro l’angolo di casa. Consideriamo “felicità” ogni esperienza di soddisfazione dei nostri desideri. Ciò accade perché, almeno per un istante, non siamo più tormentati dalla smania di volere quell’oggetto particolare e, per un breve momento, tutti i pensieri che comprendono la percezione del sé si acquietano, svanendo gradualmente. La felicità si può descrivere come l’esperienza di libertà dal desiderio, la cui assenza è direttamente connessa con la felicità e con l’oblio di sé. Una volta Madame Blavatsky, parlando della nostra reale difficoltà a vivere una spiritualità autentica, fece ricorso a parole forti, cosa che talora soleva fare nel descriverla. Ella sosteneva la necessità di “paralizzare” la personalità per poter vivere la vita spirituale, concetto già espresso da san Paolo nella seconda lettera ai Corinti, quando afferma che essere assenti nel corpo significa essere presenti a Dio.

Non può esserci egoismo nell’esperienza dell’autentica felicità. A un’osservazione più attenta, si può comprendere che la felicità è l’espressione di un qualcosa che origina ancor più nel profondo. Si dice che dietro il desiderio vi sia la volontà, dietro *Kama*, *Atma*; tuttavia, nell’esistenza ordinaria ciò non si rivela mai completamente ed è necessario riflettervi. La vita spirituale può sembrare assai complicata, ma la si può anche guardare con occhi diversi. In molti casi l’esperienza spirituale è assai semplice e non dipende da quanto si studia, si legge o impara. Certe volte, infatti, per vivere questa esperienza, pensiamo di doverci impegnare sempre di più con nuove teorie e pratiche ma, dal mio punto di vista, quest’idea non è corretta. Porto un esempio banale citando il sole. In ogni momento di ogni giorno esso risplende

su tutto il pianeta e talvolta è completamente celato alla vista, oscurato dalle nubi. Analogamente, nella nostra vita individuale, l'assenza di luce è dovuta alle nubi di emozioni, pensieri e desideri egoistici che proiettiamo attorno a noi. Possiamo tuttavia accedere alla nostra luce interiore esercitando una certa quantità di controllo. Nei momenti di felicità autentica, quelle nubi all'improvviso si dissolvono e ci rendiamo veramente conto che tale esperienza riguarda qualcosa di più profondo. In termini tecnici si parla di *Manas-Taijasi*, cioè di mente illuminata da *Buddhi*, il sole spirituale che è dentro di noi. La sua semplicità, che è anche il nostro obiettivo, è tutta qui e le varie tradizioni suggeriscono diverse teorie e pratiche per poterla raggiungere. In particolare, c'è una frase contenuta ne *La Voce del Silenzio* (v. 300) che da quarant'anni rappresenta per me un enigma: "*La compassione non è un attributo; è la Legge delle leggi*".

Perché la compassione dovrebbe essere più potente del *Karma*, dei cicli o della forza di gravità? Nella sua normale accezione, essa è il desiderio di dare sollievo alla sofferenza altrui, cosa certamente straordinaria, ma non più di tutte le altre leggi. Ovviamente, questo vale solo in apparenza. C'è un'espansione dal centro del nostro ego verso gli altri quando, compassionevoli, li avvolgiamo con il nostro amore. Per quegli Esseri che sono diventati perfetti nella compassione non esiste separazione o differenza tra sé e gli altri. L'esperienza della "Legge delle leggi" è dunque quel processo di continua espansione dal proprio centro ed è una possibilità alla nostra portata.

Molto spesso, per il ruolo che occupo, incontro gruppi di teosofi e mi chiedo cosa li motivi a partecipare alle nostre riunioni. All'inizio del percorso spirituale ciò capita, credo, sull'onda di un bisogno, quale il desiderio di ascoltare qualcosa che lo faccia star meglio e a proprio agio, o in pace. È naturale che sia così e va bene, ma c'è dell'altro. In incontri come il nostro,

mentre siamo assieme, è possibile sperimentare qualcosa di particolare, di cui sembriamo avere consapevolezza quando accade e che si può descrivere come una sensazione di espansione, come un sentirsi più grandi. È la possibilità di un'unione, è un esperimento di armonia: quando ha luogo, qualcosa accade.

Mi è sempre più chiaro che, in questa particolare fase del mondo contemporaneo, ce n'è un enorme bisogno. Molti di noi sono consapevoli che, dentro ciascuno, sta accadendo qualcosa; come se una pressione interna imprimesse un senso di urgenza e un qualcosa di grande cercasse di farsi strada per trovare espressione in questo mondo, nonostante la nostra indisponibilità, perché troppo indaffarati. Credo che il valore intrinseco delle nostre riunioni stia nella possibilità di compiere una grande opera mettendoci a disposizione di qualcosa che ci è ignoto: possiamo attribuirgli il nome di Maestri, Guide, o altro, ma sappiamo veramente poco di cosa si tratti.

Compassione, apertura, disponibilità, dunque: queste sono le prerogative di cui ora c'è grande necessità. Certo, si richiede sempre ulteriore conoscenza ma, se ci si limiterà solo a quella, il lavoro della Società Teosofica risulterà inutile.

Tim Boyd è il Presidente Internazionale della Società Teosofica.

Intervento al 100° Congresso Nazionale della Società Teosofica Italiana, tenutosi a Creazzo (VI) dal 6 all'8 giugno 2014.

Trascrizione, traduzione e riadattamento a cura di Enrico Stagni.