

Istruzioni per i ricercatori della Verità

Sant Kirpal Singh Ji

diffusa nel 1956 come Circolare numero 2 con questo titolo ed era richiesta come lettura per tutti i potenziali iniziati; pubblicata in *Sat Sandesh*, aprile 1970

Prima che il Maestro vivente (un adepto nella scienza della Corrente Sonora o Parola) dia l'iniziazione, desidera che ogni potenziale iniziato rispetti le seguenti istruzioni:

I. Coltivare e sviluppare le cinque virtù cardinali che costituiscono il fondamento della spiritualità

1. *Ahimsa* o non violenza verso tutte le creature viventi, e più ancora verso i propri simili in pensieri, parole e azioni. L'ingiunzione in questo senso è: "Non ferire un cuore umano perché è la sede di Dio". Dobbiamo rispettare i sentimenti altrui e tollerare le opinioni altrui.

2. *Satayam* o veridicità: essendo Dio la Verità, dobbiamo praticare la Verità in tutti i rapporti. Se la Verità risiede in ogni cuore, deve manifestarsi nella vita e nell'azione. "Sii sincero con te stesso e ne seguirà, come la notte segue il giorno, che non puoi essere falso con nessun uomo". Dobbiamo quindi evitare la menzogna a tutti i costi. Comprende, oltre alle bugie vere e proprie, l'ipocrisia e la disonestà, *suppresso veri* (la soppressione della verità) e *suggestio falsi* (il suggerimento di idee false).

3. *Brahmcharya* o vita di castità: include continenza in pensieri, parole e azioni. Non dobbiamo lanciare occhi bramosi verso gli altri né intrattenere pensieri impuri nell'intimo perché "la castità è vita e la sessualità è morte". Se vogliamo percorrere il Sentiero della Vita Eterna, dobbiamo essere casti e puliti sia dentro sia fuori.

4. *Prem* o amore per tutte le creature viventi e ancora di più per tutti gli esseri umani. Non serbate odio per nessuno. L'intera manifestazione è opera di Dio e perciò deve essere amata e rispettata. "Chi non conosce l'amore, non può conoscere Dio".

5. *Nishkam Seva* o servizio disinteressato verso tutti gli esseri viventi nel dolore o nell'angoscia. Se un arto del corpo è torturato, gli altri non possono riposare. "Servizio prima di sé" dovrebbe essere il nostro motto di vita.

*II. Praticare queste tre purezze
in dieta, mezzi di sussistenza e condotta*

1. *Ahar* o dieta: ciò che mangiamo, va a costituire corpo e mente. "Mente sana in corpo sano" è un aforisma ben noto. Non possiamo avere né l'uno né l'altro con una dieta insalubre. Una dieta rigorosamente vegetariana composta di frutta e verdura, sia fresca sia secca, cereali, latticini come latte, panna, burro, formaggio, yogurt, eccetera è essenziale per tutti gli aspiranti alla Verità. Dobbiamo dunque evitare carne, succhi di carne, pesce, pollame, uova (sia fertilizzate sia non fertilizzate) o qualsiasi alimento contenente uno di questi ingredienti in qualsiasi forma o misura. Ogni azione ha una reazione e il consumo di carne comporta la contrazione di karma nuovi e quindi aiuta a mantenere in movimento l'inesorabile ruota karmica perché dobbiamo raccogliere ciò che seminiamo. Non possiamo avere rose se seminiamo cardi.

I divieti di cui sopra si applicano ugualmente a tutti i tipi di bevande alcoliche, intossicanti, oppiacei e stupefacenti poiché tendono a offuscare la coscienza e a renderci morbosi.

"Il corpo è il tempio del Dio vivente" e quindi deve essere tenuto scrupolosamente incontaminato.

Qualsiasi potenziale candidato all'iniziazione dovrebbe prima provare la dieta vegetariana per lo meno da tre a sei mesi, per assicurarsi che possa seguirla una volta posto sul Sentiero.

2. *Vihar* o mezzi di sussistenza: strettamente associati alla dieta sono i mezzi di sostentamento. Non ci sono scorciatoie nella spiritualità. Il fine qui non giustifica i mezzi, come può essere interpretato altrove. Mezzi ignobili per guadagnarsi da vivere contagiano invero la propria dieta, la fonte stessa della vita. Quindi una vita onesta con il sudore della fronte è essenziale a questo riguardo. La pianta della vita deve essere nutrita con acqua pura per renderla sana e salubre, uno strumento adatto alla fioritura della spiritualità.

3. *Achar* o condotta: le precedenti osservazioni si applicano allo stesso modo alla propria condotta di vita. Ogni pensiero, ogni parola e ogni

azione, buona o cattiva, lascia un'impronta indelebile nella mente e bisogna subirne le conseguenze. Da qui la necessità di giusti pensieri, giuste aspirazioni e giusta condotta, i quali costituiscono la siepe attorno al tenero alberello della spiritualità. I dettagli in questo senso sono stati trattati sotto le cinque virtù sopra discusse.

III. Satsang o associazione con la Verità

La guida del Maestro vivente è di suprema importanza. Un Maestro è davvero un Maestro in tutte le tre fasi della vita: un *Guru* o Maestro sul piano fisico, che condivide le nostre gioie e dolori, guida affettuosamente ciascuno uno di noi nelle faccende mondane e soprattutto impartisce istruzioni spirituali; un *Guru Dev* o Forma Radiante del Maestro nelle regioni astrali e causali che aiuta lo spirito in meditazione su ogni piano, e *Satguru* o Maestro della Verità o la Verità stessa nell'Aldilà.

Non si può mai dare troppa enfasi all'importanza del Satsang o delle riunioni spirituali. La teoria precede sempre la pratica. Ma è necessario capire chiaramente l'insegnamento del Maestro in tutte le sue ramificazioni prima di iniziare la pratica spirituale. Il Maestro è l'essenza e il fine supremo di tutto il percorso spirituale. Non chiede una fede cieca, a ogni modo, sebbene una fede sperimentale sia necessaria per cominciare. Dice con enfasi: "Non credete alle parole del Maestro a meno che vediate la Realtà da voi stessi" o che per lo meno ne abbiate una certa esperienza.

IV. Spiritualità

È un percorso di amore, disciplina e autocontrollo. Dopo l'esperienza spirituale iniziale data al momento dell'iniziazione, il resto dipende dalla pratica continua e regolare come prescritto dal Maestro. La pratica quotidiana con fede amorevole, in tutta sincerità e umiltà, è la pietra angolare sulla quale ciascun discepolo deve costruire, in modo da progredire sul Sentiero. Amore per il Maestro significa obbedienza implicita ai suoi comandamenti.

V. Evitare ogni simbolismo e rituale

Il rispetto di pratiche religiose, riti e cerimonie, i digiuni e le veglie, i pellegrinaggi, eccetera e gli esercizi di respirazione sono solo i passaggi elementari che vanno a creare in voi il desiderio di rivolgervi o di incontrare Dio. Ne avete fatto l'uso migliore quando siete stati posti sulla via di

ritorno a Dio, che è la scienza della Parola o della Corrente Sonora ed è unica per tutta l'umanità. Un devoto di questa scienza non ha bisogno di indulgere nei passaggi elementari. In breve, tutti gli atti che coinvolgono il lavoro fisico appartengono al regno del mondo fisico mentre noi dobbiamo elevarci al di sopra del corpo e della coscienza corporea per contattare le manifestazioni primarie della Divinità: la Luce e il Suono. Non potete pregare Dio con le mani. "Dio è Spirito e può essere adorato solo nello spirito".

VI. Registrazione della condotta e del progresso

Si ingiunge a ogni ricercatore di Dio di mantenere una rigorosa registrazione imparziale della condotta quotidiana, in modo da scoprire le proprie debolezze e cercare di eliminarle una per una, da annotare i progressi sul Sentiero e le varie difficoltà, carenze nella Via. Il diario così mantenuto deve essere inviato al Maestro ogni quattro mesi per ulteriore guida. A tale scopo sono disponibili dei moduli, da ritirare nel centro più vicino.

VII. Domanda per l'iniziazione:

Ogni sincero aspirante alla scienza spirituale, che può aderire a quanto sopra, dopo l'astinenza preliminare nella dieta da almeno tre a sei mesi, può presentare una domanda sul modulo prescritto allo scopo, dando un breve accenno alla propria vita, età, stato civile e simili, insieme con una copia della fotografia. Tutte le domande di iniziazione devono essere inviate al più vicino rappresentante del Maestro, e le istruzioni per l'iniziazione vengono fornite solo dopo l'autorizzazione del Maestro. Il luogo e l'ora dell'iniziazione sono comunicati in ogni caso dal rappresentante.

VIII. Ruhani Satsang o Sentiero dei Maestri

La scienza dei Maestri viventi è la più antica e la più perfetta che il mondo abbia mai visto. È la più naturale e la più facile da percorrere, e può essere seguita da uomini di tutte le età. Vita coniugale, occupazione, casta e credo, convinzioni sociali e religiose, povertà o analfabetismo, eccetera non sono ostacoli. È una scienza interiore dell'anima e consiste nel contatto dell'anima con la Superanima, con l'aiuto e la guida dell'adepto spirituale, ben versato nella teoria e nella pratica della *Para Vidya* o Scien-

za dell'Aldilà, e capace di concedere un'esperienza spirituale di prima mano alla primissima seduta. Non va accettato nulla sulla fiducia o per simulazione. Occorre mettere da parte miracoli, guarigione spirituale, fenomeni psichici, cartomanzia, registri akasici e desideri mondani, perché rappresentano ostacoli concreti sul Sentiero. Tutta l'energia va conservata per il progresso interiore.

*Cercate prima il Regno di Dio,
e tutte le cose vi saranno date in sovrappiù.*

Questa è la Verità suprema che è stata insegnata sin dalla venerabile antichità da saggi e veggenti, sin dal giorno della creazione. È inalterabile e tale rimarrà. Dio, la Via verso Dio e l'Uomo-Dio non potranno mai subire alcun cambiamento e rimarranno sempre eterni.