

Istruzioni per il Satsang Sant Kirpal Singh Ji

emessa nel dicembre 1956 come Circolare numero 4, con questo titolo, comprende le linee guida di base stabilite dal Maestro per lo svolgimento del Satsang. Molte ingiunzioni specifiche, tuttavia, sono state modificate o chiarite dal Maestro negli scritti successivi, particolarmente *Come sviluppare la ricettività*, che dovrebbe essere studiato con attenzione in connessione con questa circolare.

Satsang, come suggerisce il termine, è “l’associazione con *Sat* o Verità”. Gli incontri del Satsang dovrebbero pertanto essere esclusivamente dedicati ai discorsi su *Sat*, che nella sua più ampia connotazione include discorsi su Dio, l’Anima, la Parola, la relazione tra l’Anima e Dio da un lato, l’Anima e l’Universo dall’altro, la Via divina o il percorso della realizzazione di Dio, e l’Uomo-Dio o Maestro Spirituale, su ciò che è, sulla sua necessità e importanza, e sui suoi insegnamenti. Comprende anche discorsi su argomenti affini come la vita etica, l’amore, la fede, la compassione e tutto ciò che fa spazio allo sviluppo vigoroso e progressivo della Vita Divina che porta all’efflorescenza dello spirito nella consapevolezza cosmica.

Lo scopo del Satsang

Si deve sempre ricordare che il risveglio effettivo dello spirito è il lavoro del Potere del Maestro. I discorsi e le conversazioni sono proprio come corsi di aggiornamento che possono aiutare nella corretta comprensione della Sant Mat, o degli insegnamenti del Maestro, a livello intellettuale, perché la teoria precede la pratica. Sia gli iniziati sia i non iniziati ne traggono immenso beneficio. In queste

congregazioni le verità universali sono comprese da tutti allo stesso modo. Viene inculcato uno spirito di fratellanza universale sull'ampia piattaforma degli esseri umani come figli dello stesso Padre Supremo, in modo da collegare tutti con i legami serici dell'amore e della concordia. Per gli iniziati questi discorsi servono come fattori coesivi sul Sentiero, chiariscono eventuali dubbi e incomprensioni, se mai vi fossero; per i non iniziati viene preparato il terreno per una ricerca interiore che può stimolare la mente indagatrice e aiutare gli individui nella loro innata brama per una Via d'uscita.

La "Strada più facile" dei Maestri è stata, è e rimarrà sempre la stessa per tutti. È laica di natura e tutti, chicchessia, possono percorrerla. Non ci sono barriere di religione, fede, casta, colore, credo, nazionalità od occupazione. Tutti sono benvenuti, anche se conservano le proprie distinte organizzazioni religiose, il modo di vivere sociale e l'uso della lingua nazionale, eccetera poiché lo spirito o l'anima dell'uomo è al di sopra di essi e non è influenzato da attività esterne.

Satsang distinto dai rituali

La "Scienza dell'Anima" è proprio come qualsiasi altra scienza, ma più precisa, più naturale, più duratura ed è la più antica di tutte le scienze. È la Scienza della Verità Realizzata direttamente connessa con l'anima nell'uomo, e quindi dovrebbe essere mantenuta distinta e separata da riti, rituali, forme e cerimonie, la cui esecuzione o osservanza mantiene uno legato al piano dei sensi, e come tale deve essere rigorosamente evitata. I nostri discorsi e conversazioni nel Satsang dovrebbero essere limitati solo a spiegare la Scienza stessa in termini lucidi, senza alcun abbellimento esteriore come l'accensione di candele, incenso, l'offerta di fiori, il tintinnio di campane, l'esposizione di fotografie e simili. Per quanto possano apparire innocenti e innocui in se stessi, tuttavia è probabile che i ricercatori

della Verità vengano sviati da tali simbolismi e forme, e possano rimanere intrappolati e persi.

Soggetto e scopo del Satsang

Per quanto riguarda il soggetto di un discorso, possiamo prendere gli inni da qualsiasi scrittura, preferibilmente dai Maestri della Corrente Sonora. Si può integrare con citazioni appropriate dagli scritti paralleli di altri Maestri. I santi Vangeli stessi sono pieni di materiale che ben si adatta a questo contesto. Le illustrazioni dei vari Maestri sono essenziali al fine di mettere in evidenza l'unità essenziale degli insegnamenti di tutti i Santi. Non dovremmo, comunque, discutere la parte pratica della scienza¹.

Ancora, il soggetto non deve essere di natura controversa. Deve riferirsi rigorosamente alla Scienza Spirituale. La sua esposizione dovrebbe essere formulata in termini che siano amevoli e creino un'atmosfera gradevole con un richiamo universale per l'uditorio, senza ferire i sentimenti di nessuno. A conclusione del discorso non dovrebbero esserci domande e risposte nelle congregazioni aperte. Non si deve formare un circolo di dibattiti. Se qualcuno deve indagare su qualcosa o desidera chiarimenti su un punto particolare, si può fare felicemente in privato. Le spine del dubbio e delle incomprensioni, casomai fossero presenti, devono essere eliminate con un tocco tenero, e non bisogna lasciare nessuno nell'incertezza poiché è assolutamente necessario ripulire il terreno mentale prima di gettare il seme del Naam.

¹ Per altri commenti del Maestro su questo tema, vedere *Sat Sandesh*, maggio 1971, pag. 32

Il Satsang dovrebbe finire con la meditazione per un po' di tempo, diciamo mezz'ora, alla quale dovrebbero prendere parte tutti, tranne che per un motivo urgente e inevitabile².

Amore e servizio, le basi del Satsang

Occorre condurre il lavoro del Satsang con uno spirito dignitoso di amore e servizio. I nostri pensieri, parole e azioni non dovrebbero irradiare altro che amore e dolcezza. Come il "servizio" precede la "Scienza", il nostro motto dovrebbe essere "servizio prima di sé". Non possiamo anteporre adeguatamente gli interessi di nessuna scienza, tanto meno della Scienza della Verità Realizzata, a meno che siamo preparati a dedicare il nostro cuore e la nostra anima al suo servizio, come un onorevole sostenitore. La Scienza farà progressi per conto suo se siamo fedeli a noi stessi e ci offriamo veramente di servirla.

In caso di disaccordo su qualsiasi questione importante tra gli stessi operatori, è meglio sottoporre immediatamente la questione al Maestro per la sua decisione, invece di indulgere in controversie che increspano i sentimenti, causano tensioni inutili e portano a spiacevoli spaccature. È tutto il lavoro del Maestro e lui sa meglio come guidare e raddrizzare le cose. Con amore e affetto possiamo conquistare anche i dissidenti della Grande Causa ed evitare defezioni. L'amore può superare ogni ostacolo ed è un'autentica cura per tutti i mali del mondo. La necessità dell'amore non può quindi essere enfatizzata eccessivamente nel servizio della Causa del Maestro.

Estratti dalle lettere di Hazur

È molto vantaggioso per i satsanghi incontrarsi; ciò promuove l'amore e la fede verso gli altri e il Santo Maestro, stimola altresì gli

² Da allora il Maestro ha richiesto che la meditazione avvenga prima del Satsang. Vedere *Come sviluppare la ricettività*.

esercizi spirituali. Aiuta a cancellare i dubbi e le difficoltà degli altri satsanghi. Il Satsang adempie uno scopo utile, offre un'opportunità per lo scambio di idee. Il tempo del Satsang è particolarmente prezioso per questo: accresce l'amore per il Maestro. In un grande Satsang ci sono anche alcuni satsanghi avanzati che parlano delle loro esperienze personali, e questo aiuta a sviluppare la fiducia negli altri.

I karma possono essere fisici come pure mentali. I karma grossolani vengono eliminati per mezzo di metodi esterni come il Satsang, la lettura di buoni libri nonché la compagnia del Maestro mentre i karma sottili vengono rimossi con la pratica interiore del Suono. L'iniziazione è la messa a dimora del seme, che ha bisogno dell'acqua del Satsang e della concentrazione per germogliare, mentre l'amore e la fede sono necessari per la sua crescita.

Gli incontri con i membri sarà per loro di grande beneficio. Incontrali tutti con amore e passione in modo che anche un cuore rinsecchito e avvizzito prenda coraggio e fiorisca.

Meditazione individuale

Non saranno fuori luogo alcuni accenni alla meditazione individuale. Una pratica quotidiana e regolare delle tre *sadhana* o discipline, ossia Simran, Dhyana e Bhajan, come ingiunto dal Maestro, è della massima importanza per raggiungere risultati. Un discepolo deve fare la sua parte di lavoro come il Maestro fa la sua. Spetta a lui sedersi ed eseguire le *sadhana* in un'atmosfera benevola al progresso, con un dolce ricordo del Maestro. Non deve presupporre cose o visualizzare risultati poiché seguiranno da soli. Dobbiamo solo sederci in amorevole rimembranza con lo sguardo fisso tra e dietro le sopracciglia, e ripetere mentalmente le Cinque Parole sacre, senza sforzo o tensione sugli occhi o sulla fronte. Deve essere un atteggiamento di passività poiché l'Artefice è Uno e solo Uno: il Maestro, che è il miglior giudice del tempo, della misura e della conduzione di ogni passo del Sentiero.

Iniziazione, registrazione delle esperienze interiori

Ultimo ma non meno importante, posso aggiungere che la memoria umana ha una vita molto breve e in momenti di debolezza uno, sotto la pressione dell'ego sempre assertivo, è incline a dimenticare il dono prezioso concesso dal Maestro, e forse inizia a pensare che i risultati spirituali raggiunti siano frutto dei suoi sforzi, o per eccesso di zelo o per immaginazione troppo attiva. A volte, per mancanza di pratica, uno o non fa progressi o, nel vortice potente e irresistibile del mondo, perde il contatto con la Parola e inizia a dimenticare il grande beneficio accordatogli al momento dell'iniziazione. Per proteggersi da tutti questi sbagli, si ritiene necessario che, in futuro, ciascuno, al momento dell'iniziazione, sia tenuto a scrivere di propria mano l'esperienza interiore effettiva acquisita, per i principi sia della Luce sia del Suono. La manifestazione interiore di questi principi, aiutando lo spirito individuale a trascendere la coscienza fisica, è compito del Maestro; ed è di fondamentale importanza che i discepoli la sviluppino di giorno in giorno con la pratica, essendo l'ingiunzione in questo senso: "Prestate attenzione che la Luce in voi non diventi oscurità!"

Pertanto i discepoli dovrebbero essere incoraggiati a dedicare con sincerità un po' di tempo alla pratica delle discipline spirituali; a mantenere diari regolari per l'introspezione che mostrano gli sbagli nella vita e nella condotta quotidiana, gli sforzi fatti e i risultati conseguiti. Bisogna inviarli regolarmente, ogni tre mesi, per l'osservazione del Maestro in modo che egli possa estendere tutto l'aiuto possibile e guidarci sul Sentiero. Se un iniziato ha qualche difficoltà o dubbio, dovrebbe rivolgersi direttamente al Maestro, come e quando necessario, invece di discutere con altri che sono ignoranti come lui e peggiorano la confusione.

In piedi al crocevia del Tempo dobbiamo prendere una ferma risoluzione di fare meglio di giorno in giorno; almeno dal giorno di capodanno che ci invita con una promessa di alba rosea. Come ci sono punti di riferimento sulla terra, così ci sono punti di riferimen-

to nel Tempo. Il passato e il futuro sono libri sigillati per noi: l'uno è nel limbo dell'oblio, mentre l'altro è nel grembo dell'incertezza. Solo il presente vivente ci appartiene e dobbiamo sfruttarlo al meglio, prima che ci scivoli via tra le dita e sia perduto per sempre. La nascita umana è un grande privilegio e ci offre un'opportunità dorata. Spetta a noi agire o rovinare la stessa, poiché ciascun individuo ha la possibilità di forgiare il proprio destino nel miglior modo possibile.

Con molto amore e i migliori auguri accorati per tutti voi per un luminoso e felice anno nuovo.