

COMUNITA' PER LA VIA DELLA CONOSCENZA

Voce nell' impermanenza

La preghiera

Andrea: Pace, pace, pace, pace... Ripetendo una parola, voi provocate in voi un ritmo e nel ritmo avviene qualcosa. Questa non è preghiera “pace, pace, pace”, però è preghiera. Provate a ripetere con me: pace, pace, pace. E adesso seguite il ritmo concentrandovi sugli effetti che produce dentro di voi. Pace, pace, pace, pace. Provate a ripetere, ciascuno arrotondando molto bene le vocali e cercando di prolungarle un po', e ascoltando poi come risuonano dentro: pace, pace, pace. Ora immedesimatevi nel suono e seguite ciò che sentite dentro di voi: pace, pace, pace, pace. Ora respirate profondamente e seguite la risonanza che sentite dentro, proprio in termini di qualcosa che si apre nel vostro petto al suono che emettete: pace, pace, pace, pace, pace. Portate ora l'attenzione al petto e poi dentro il cervello: pace, pace, pace, pace.

Potremmo usare un'altra parola al posto di “pace” e l'effetto sarebbe analogo. Questo è un punto di partenza che ora vi invito a ripetere con la frase: la pace c'è in ogni cuore. Provate a ripeterla alla stessa maniera: la pace c'è in ogni cuore. Prestate molta attenzione a ciò che sentite risuonare più che alle parole in quanto tali. Lasciate che le parole vi trasportino e state invece attenti al risuonare: la pace c'è in ogni cuore, la pace c'è in ogni cuore. Ora vi chiedo che cosa provate come emozione nel momento in cui vi concentrate sul suono.

Partecipante (1): Una vibrazione.

Andrea: Potresti chiamarla anche un risuonare che echeggia dentro e che fa sì che la tua mente diventi agitata? Oppure intendi forse che i pensieri si sono modificati e sono diventati più lenti?

Partecipante (1): Non esistevano proprio.

Andrea: E adesso io vi invito a fare un altro esercizio molto simile. Ripetete con me, pronunciando così: non c'è che un modo per diventare silenti, silenti, silenti, silenti! Qual è stata la sensazione? Secondo voi questa è preghiera?

Partecipante (2): Io non ho sentito un sentimento di preghiera, perché quando prego ho la sensazione di mettermi in contatto con qualcosa di superiore.

Andrea: E non di interiore? Ti rivolgi a qualcosa di superiore oppure a qualcosa di interiore, che poi è anche superiore? Quando preghi, tu sai che quel Dio a cui ti rivolgi è anche dentro di te. Ma il tuo sentire riguarda ciò che è dentro di te oppure ciò che ti sovrasta?

Partecipante (2): Riguarda ciò che mi sovrasta. Invece, ripetendo la frase, avevo la sensazione di rivolgermi più che altro a me stessa.

Andrea: E quindi non pregavi.

Partecipante (3): Io mi sono sentita tranquilla.

Andrea: Quindi era un benessere che vi provocava, ma non era preghiera.

Partecipante (4): Io non l'ho provata come preghiera, ma l'ho sentita entrare dentro e non so cos'è.

Andrea: Però per te non era preghiera. Quindi da che punto di vista la preghiera si diversifica rispetto alla pratica che io vi ho suggerito?

Partecipante (4): Questa pratica mi porta dentro ed io fino ad ora ero abituata a pregare qualcosa al di sopra di me, e non dentro di me.

Andrea: E quindi tu dici che questa non è preghiera ma potrebbe essere una premessa alla preghiera, se questo ti porta dentro e se poi, guardandoti dentro, provi la sensazione di accostarti all'Eterno. Che cos'è la preghiera, se non incontro?

Parto da questa premessa per illustrarvi che cos'è per noi la preghiera. In prima istanza diremo qualcosa che riguarda la prima via, cioè il passettino dopo passettino, e poi affronteremo la preghiera da un altro punto di vista. La preghiera, per chi percorre la via del passettino dopo passettino, è un incontro tra l'essere amato e lui stesso che ama, cioè è un incontro tra il Divino e l'umano, è un incontro tra ciò che sovrasta, pur essendo dentro di lui, e ciò che invece si riconosce come parte, come incompleto e come dedito a cercare e cercare. In quell'approccio la preghiera è un momento particolare

della vostra giornata, e non una continuità: è un momento, o sono tanti piccoli momenti, ma non è l'intera vita.

Quindi la preghiera è un momento di incontro, separato da altri momenti ma che acquista un particolare significato perché voi convogliate in quel momento le vostre aspettative di incontro con l'Eterno o con l'Assoluto o con Dio o con l'Uno o con l'Ineffabile. Il modo quindi per definire questa preghiera è dire che è un fatto o un evento che si colloca nell'ambito della vostra giornata o in più ambiti della vostra giornata, ma che si esprime in un formulario: in un articolare pensieri che riguardano il Divino, in un rivolgersi al Divino sotto forme svariate, con tonalità diverse che variano da individuo a individuo, da cultura a cultura, e che si ancora costantemente attorno ad un cardine che dice: *"Io sto compiendo un atto particolare e in questo particolare momento io posso dire di essere, in una forma del tutto particolare, in rapporto con il Divino"*. Quindi la preghiera, vista così, costituisce un armamentario che si dà l'individuo per potersi avvicinare al Divino, non essendo ancora capace di essere soltanto preghiera. Per cui il singolo individuo usa la preghiera come mezzo per dire a se stesso: *"C'è il Divino, amo il Divino, il Divino è anche in me, il Divino è nella realtà e quindi io mi piego al Divino, chino la testa di fronte al Divino, lo supplico, gli domando aiuto, lo lodo, gli domando conforto"*. Per cui il Divino è una specie di parte a cui ci si rivolge, una parte di cui fate parte ma che è diversa da voi, è distinta da voi e verso la quale, appunto, vi rivolgete. L'aspetto della preghiera, intesa in questo modo, è un incontro con il Divino che si colloca in un certo ambito della vostra giornata e che si esprime in un formulario che articola il Divino in tal modo: *"C'è un Dio e ci sono io. Io sono parte del Divino, ma il Divino mi sovrasta e perciò io devo ricorrere a Lui, devo onorarlo e sono spinto ad adorarlo, sono spinto ad amarlo, sono spinto ad inchinarmi davanti a lui da un qualcosa che io definisco amore"*.

Ma c'è un altro aspetto della preghiera che si incarna di più nella vostra cultura. La preghiera, per molti di voi, rappresenta l'apice del modo con cui l'individuo si rapporta al Divino, perché rende specifico l'incontro con il Divino, lo rende particolare, lo rende totalmente individuale, anche quando è collettivo, perché in ogni caso esprime il vostro agognare al Divino, il vostro parlare al Divino, il vostro essere in rapporto con il Divino, senza con questo negare da parte nostra l'importanza della dimensione collettiva. Ma c'è un altro aspetto ancora che riguarda questo approccio alla preghiera: nel mentre voi pregate, qualcosa in voi scende e vi trasforma e vi libera, cioè c'è la Grazia che arriva a voi attraverso la preghiera, che è un atto specifico e particolare in cui vi piegate, vi inchinate al Divino, amate il Divino e ottenete in contraccambio che il Divino scenda, scenda, scenda, vi aiuti, vi conforti, vi liberi e vi faccia diventare sempre più simili a Lui.

E questo è ancora un altro aspetto della preghiera, però, però ci aggiungerei altro: quando fate l'esperienza di una preghiera per voi profonda, cogliete tutta l'insufficienza di qualsiasi formulario e di qualsiasi modo di esprimervi, ed allora arriva un altro tipo di preghiera che non è ancora quello che noi intendiamo, ma prima parleremo di quest'altra forma di preghiera. Quando un uomo, nella preghiera, si trova di fronte alla propria esperienza insoddisfacente cerca di comprendere che cosa fa sì che in lui non risuoni più un certo formulario o un certo modo di atteggiarsi nella preghiera e come mai egli non provi più quella risonanza che provava un tempo di fronte a una certa modalità di pregare. Quando lui se lo chiede, si apre ad un'altra possibilità, se scava, se indaga o – lui pensa - se ottiene la Grazia.

Quest'altra forma di preghiera - pur sempre forma - è quella in cui un uomo non ha bisogno di usare alcuna parola e si prostra e si pone davanti al Divino, in qualsiasi luogo o in qualsiasi momento lui sia, e riconosce che soltanto il prostrarsi - anche non fisico - stabilisce già un ponte che parla da solo. E le parole in questo caso tacciono e quell'uomo prova l'esperienza di comunicare con il Divino senza parole. Per arrivare a questa forma talvolta non è necessario usare le parole, comunque è necessario far tacere la mente. La preghiera del silenzio è la preghiera di chi fa tacere la mente. Pregare senza esprimere parole, già consapevole che nell'atto stesso di inchinarsi al Divino lui è preghiera, non vuol dire ancora ciò che noi intendiamo, ma vuol dire che quell'uomo non ritiene più necessario parlare di sé, parlare dei propri bisogni, parlare delle proprie afflizioni - magari per detestarle o per dire che sono egoistiche - o parlare di ciò che ha fatto e di ciò che non ha fatto o parlare dei propri sentimenti di devozione. Quell'uomo non ha bisogno di farlo perché ritiene che il Divino sia in lui e che lui sia il Divino nella propria essenza.

Quando arriva questo passo, la mente tace, ma si potrebbe anche dire all'opposto che, se la mente tace, può avvenire questo passo, dato che non c'è una priorità. Alle volte si arriva al silenzio della mente anche attraverso forme differenti o strade diverse; talvolta accade che chi prega intensamente, riducendo a poco a poco le parole, arriva a far tacere la mente. Nel momento in cui si arriva a definire la preghiera del silenzio, si arriva anche ad ammettere che non c'è preghiera e non c'è silenzio, che vuol dire che "preghiera" e "silenzio" sono soltanto due parole che voi usate per indicare che tutto tace e che da quel tacere sorge l'unica parola che è la non parola. E qui siamo già arrivati alla nostra prospettiva sulla preghiera.

Tornando all'altra preghiera, vi domando che cosa direste se vi trovaste di fronte a qualcuno che prega intensamente ma nella sua vita non si incarna quella preghiera? E' così strano che ci sia questa differenza tra la vita che uno conduce giorno dopo giorno ed il momento della preghiera?

Partecipante (1): No. Uno nella vita quotidiana può farsi travolgere dai condizionamenti della mente.

Andrea: In genere una non armonia tra vita quotidiana e il momento della preghiera avviene proprio a causa del modo con cui si concepisce la preghiera in questa forma. Infatti, se la preghiera è un particolare momento, uno può ritenersi in quel momento in rapporto con il Divino e quando esce da quel momento ritrovarsi addosso tutta la pesantezza del proprio essere profondamente limitato e profondamente legato alla materialità, cioè ai bisogni più banali, e questa è una conseguenza insita in un certo modo di intendere la preghiera. Quando l'uomo raggiunge veramente un'armonia, questo significa che la preghiera si è trasformata, e non è più un momento, ma pervade la sua vita. Esisterà ancora quel momento, però tutta la sua giornata, o buona parte di essa, sarà avvolta nell'atmosfera della preghiera ed il Divino sarà presente in mille forme diverse, in mille articolazioni, ma inciderà e trasformerà anche quel momento, che potrà magari ridursi o espandersi, ma si trasformerà. E sempre meno si avrà bisogno di chiedere o di augurare qualcosa a Dio e sempre più si avrà bisogno di lasciare che qualcos'altro parli, cioè che parli il Divino, e si avrà bisogno di ascoltare il Divino.

Questa è l'altra forma della preghiera nel momento in cui la preghiera si estende e copre la vita. A quel punto non c'è più l'urgenza di parlare al Divino, ma c'è l'urgenza di ascoltare il Divino. E' un nuovo aspetto della preghiera: in un primo momento si parla, si parla, si formula, si desidera, si brama, si agogna e si sollecita. Ma quando la vita viene permeata dal Divino, sempre meno si desidera esprimere sé rispetto al Divino, quindi i propri bisogni o le proprie sollecitudini verso gli altri. o l'urgenza di espandere l'amore verso gli altri, o l'esigenza di esprimere il proprio amore a Dio. Sempre meno si ha bisogno di parlare, di parlare e di parlare e quindi di proporsi al Divino, e sempre più si ha il bisogno di ascoltare il Divino. Ed ascoltare il Divino vuol dire porsi nella condizione in cui il Divino possa parlare. E la condizione attraverso la quale il Divino può parlare è il silenzio. Si può guardare un albero o un tramonto o il mare e lasciarsi trascinare dall'emozione che vi richiama il Divino, ma questo non è ascoltare il Divino, ma è un'altra forma di preghiera che si avvicina a quella precedente, soltanto che al posto delle parole si usano le sensazioni, il sentimento e l'emozione, che poi in certi momenti si trasformano anche in parole. Però ascoltare il Divino vuol dire fare silenzio o almeno porsi nella condizione del silenzio e quindi significa che uno è talmente stanco di parlare di sé al Divino e di enumerare al Divino tutte le cose che fa o non fa, che a quel punto tace e lascia che la sua mente si quieti. E nel quietarsi della propria mente emerge la propria povertà e, nella povertà, si radica il silenzio e l'ascolto.

Partecipante (3): Ma se uno guarda un albero e lì sente il Divino, lo può fare anche in silenzio.

Andrea: La mente tace, non solo quando tacciono le parole, ma quando tacciono i pensieri e le emozioni vengono lasciate andare. Noi vogliamo condurvi più in là, molto più in là rispetto ad un certo modo di concepire la preghiera. La preghiera che usa le parole, i pensieri e le emozioni è necessaria fino a un certo punto; poi, da un certo punto in avanti, serve a distrarvi dalla vostra strada e voi alle volte scambiate l'ascoltare il Divino con l'ascoltare le emozioni che vi parlano anche del Divino, e magari rischiate di essere presi dalle emozioni e rischiate di ingannarvi pensando di essere arrivati ad una fase molto più profonda del vostro contatto con il Divino, poiché il vostro cuore pulsa riconoscendo il Divino, là dove prima non Lo riconosceva, o perché il vostro cuore pulsa nel vedere un tramonto e, là dove prima non vedeva altro che uno spettacolo sontuoso, ora vede la mano del Divino. Questo è solo un passo, ma non è ascoltare il Divino. Ascoltare il Divino vuol dire accettare che anche

questo muoia e vuol dire accettare che tutto quello che voi provate come emozione e che chiamate Divino si spenga.

Ma poiché questo voi non l'avete sperimentato, io vi ripropongo l'esercizio fatto all'inizio. Proviamo a rifarlo assieme e provate a vedere che cosa vi succede interiormente. La frase è: non c'è cammino, non c'è se non il silenzio. Conficcatevi nel suono, e nient'altro; non pensate alle parole ma pensate al suono. Non c'è cammino, non c'è se non il silenzio. Sentitelo nel petto e nella testa. Non c'è cammino, non c'è se non il silenzio. Ora rallentate. Questo è o non è preghiera?

Partecipante (3): Questo mi porta ad una maggiore concentrazione.

Andrea: E la concentrazione è preghiera? Qual è l'istante che determina che tu stai pregando e qual è il momento in cui puoi dire che non stai pregando? C'è un momento in cui puoi dire che stai pregando e uno in cui puoi dire che non stai pregando quando concepisci la preghiera come qualcosa che non è articolare parole, ma è ascoltare?

Partecipante (3): Infatti, non è articolare parole, non è provare parole.

Andrea: Quando tu fai questo esercizio, preghi o non preghi? Tu dici che non senti di pregare". Ma che vuol dire per te pregare o sentire di pregare?

Partecipante (3): Essere in contatto con il Divino.

Andrea: Con che strumento? Con quali parti di te?

Partecipante (3): Per il passato con le parole, adesso mi capita che improvvisamente qualcosa mi fa entrare nel silenzio.

Andrea: E cos'è che risuona in te, che ti fa dire che stai pregando e invece, nel momento immediatamente precedente, no? Sono la tua emozione ed il tuo sentimento, che non è sentire il Divino nel senso di ciò che ti conduce al Divino. Quello che dici è qualcosa che ancora parla del Divino e non tu che ascolti. Se è questo, hai ragione di affermare che c'è un momento in cui puoi dire che non preghi e c'è un momento in cui puoi dire che preghi, poiché, quando qualcosa parla del Divino, tu hai bisogno di sentire questa voce e la puoi sentire col pensiero o con l'emozione. Nel silenzio non senti la voce delle cose che ti parlano del Divino, ma senti il Divino, poiché tutto tace, compreso quello che tu chiami "sentire".

All'inizio serve anche il vostro pregare, ma significa ancora sentire qualcosa che parla del Divino o parlare voi al Divino, e non è ascoltare il Divino. Se per voi la preghiera è parlare al Divino, o è percepire che le cose intorno a voi parlano del Divino, e se la vostra preghiera è immedesimarvi in tutto ciò che parla del Divino, allora non potrete comprendere che tutto questo non serve nel fare silenzio ed ascoltare il Divino. E perché mai voi dovrete desiderare il *salto* che mette in crisi il parlare di voi al Divino, o il far parlare le cose del Divino, e che fa nascere l'ascoltare il Divino?

Partecipante (3): Invece di rivolgerti fuori di te, trovi questa perfezione in te.

Andrea: Non trovi nulla quando nasce in te il silenzio: non trovi nessuna perfezione dentro di te. Quando nasce il silenzio la differenza è che tu non ci sei più, ed è soltanto per questo che tu puoi ascoltare il Divino, perché tu diventi il Divino.

Partecipante (3): Volevo dire che uno diventa unità.

Andrea: Non è esatto. Uno può sentirsi unità, intesa nel tuo modo, anche quando si fonde con la natura e riconosce in essa il Divino, ma è sempre lui che riconosce. Il passo successivo è quando la propria mente tace, e non si può neanche più dire che si prega.

Soggetto: Non mi dilungo su queste tematiche che reputo molto parziali, molto limitate e pur tuttavia necessarie per l'uomo. Pregare per voi tutti significa accostarvi al Divino, riavvicinarvi al Divino, trovare un momento particolare in cui poter dirvi: "*Io sono più vicino al Divino*". Questo significa in prima istanza pregare, ma in seconda istanza significa anche farvi portatore al Divino di tutto ciò che vi tormenta, di tutto ciò che vi esalta, di tutto ciò che voi pensate attorno alla vostra vita o anche attorno alla vita degli altri, o attorno al mondo e mettere tutto ai piedi del Divino. Ma significa anche interrogarvi, perché la preghiera può essere una domanda: "*Ma perché non mi ascolti?*". La preghiera può essere per voi anche un'occasione per interrogarvi, ma tutto questo dice soltanto che l'uomo ha bisogno di dirsi che il Divino è accanto a lui, che il Divino è presente nella sua vita e lui non può trascurarlo, non può metterlo da parte, ma deve dargli uno spazio, cioè deve fare spazio. Ed ecco, allora, ciascuno di voi arrabattarsi, cercando di comprendere quanto spazio deve lasciare al Divino, in

quali momenti deve lasciare questo spazio e quanto della propria giornata lui può concedere al Divino: totalmente a lui e non ad altri!

Ma la preghiera è anche sentirsi in comunione con altri che pregano, con altri che fanno dei riti, con altri che si prostrano davanti allo stesso Dio e affermano: "*Dio esiste, Dio è nelle nostre vite, Dio ci permea, Dio ci ama*", o anche "*Dio ci punisce*". Questa è la preghiera, cioè è ricerca di comunione e ricerca di relazione fra quanti credono in una stessa concettualizzazione del Divino. Ma la preghiera è anche dire a voi stessi che non vi bastate, e che proprio più vi guardate e meno vi bastate, ed avete bisogno di ricorrere a qualcosa che è grande, che è immenso, che è misericordioso, che è onnipotente, che è eterno, che è tutto. Questa è la preghiera. Ogniqualvolta l'uomo prega, accetta di riconoscere che egli è parziale, che egli è limitato, che egli è incompleto, che egli naviga in acque piuttosto agitate, che egli si pone di fronte alla vita in modo problematico, altrimenti non prega. Infatti, quando un uomo non si percepisce limitato, o non percepisce di navigare in situazioni problematiche, o non si percepisce particolarmente contraddittorio, tende a non pregare ed a non riconoscere il Divino.

Quindi la preghiera sorge proprio dalla coscienza della propria limitazione, dalla coscienza della propria insufficienza e dall'espandersi di questa coscienza e, quando l'uomo si espande nella coscienza della propria limitazione, egli entra più in profondità nella preghiera; però, quando sta alla superficie della propria limitazione, allora egli abbandona il contatto con il Divino. Quindi chi prende coscienza dei propri limiti, inizia a pregare, in una certa forma, per cui la preghiera è espressione di ciò che voi siete, ovverosia del grado di consapevolezza che avete di voi e del grado di consapevolezza che avete degli altri rispetto a voi. Anche questo è preghiera. Infatti, se l'uomo si riconosce limitato, ma contemporaneamente si riconosce in relazione con gli altri e in una relazione intima e profonda che scaturisce dal fatto di essere tutti partecipi di un'unica realtà, allora la preghiera avrà molto più spazio perché l'altro gli richiama in continuazione la propria compartecipazione al Divino. Ne consegue che più voi prendete consapevolezza e più pregate, in qualsiasi forma lo facciate, ma meno voi prendete consapevolezza e meno pregate, perché meno cercate il Divino dentro di voi e fuori di voi, cioè negli altri o nei fatti.

Questo è pur sempre un aspetto della preghiera, perché c'è un altro aspetto altrettanto rilevante. L'uomo prega perché ha bisogno di sentirsi assieme alla propria scomparsa. Più l'uomo pensa alla morte e più prega; meno pensa alla sua finitezza e meno prega, e non perché l'uomo abbia soltanto bisogno di consolarsi - magari anche questo - ma è perché più l'uomo guarda a se stesso come ad un essere che ha un tempo che finisce, più può emergere in lui il Divino, inteso come problema e non come soluzione. Quando un uomo si considera invece come un essere che ha un tempo e quindi è soggetto ad una fine, anche la preghiera assume una colorazione particolare che dipende dal grado di consapevolezza che voi avete su di voi: se vi ritenete solo materia, anche la vostra scomparsa non significherà nulla e se invece vi ritenete solo spirito, quella vostra preghiera assumerà una forma molto e molto discutibile. Ma se voi vi riconoscete come corpo, come mente, come emozione e come tutto, pur dentro una mente, un corpo e un'emozione, allora la preghiera diventa altro.

Quindi la preghiera è in relazione al vostro grado di consapevolezza, e perciò quello che voi provate nella preghiera non è immediatamente rapportabile alla profondità della preghiera, cioè non è detto che se voi sentite un grande trasporto per la preghiera voi siete capaci di entrare nella profondità della preghiera. Non è badando a ciò che vi dice la vostra mente o badando a ciò che sentite come emozione che voi comprendete il vostro modo di pregare, ma è con una disanima attenta di ciò che voi avete compreso di voi stessi. Non è possibile pregare ascoltando il Divino, se non si è arrivati in prossimità della *non-mente*, quindi il vostro modo di pregare è relativo al vostro grado di consapevolezza; non sto parlando di ciò che dite, di come lo dite, di quali formule usate, ma del vostro modo di intendere il rapporto con il Divino come momento specifico o come momento diffuso o come non momento.

Ma v'è qualcos'altro che vi può far comprendere la profondità di quanto sto dicendo. Voi pregate similmente a ciò che siete e quindi voi aderite ad una certa forma della preghiera a seconda di chi siete ed a seconda della consapevolezza che avete su chi siete. Inoltre voi potete esaltare la preghiera o invece bandirla dalla vostra vita in relazione a come coltivate il vostro *io* o l'abbandonate. Ho detto qualcosa che può sembrarvi molto pesante, però chi abbandona l'*io* completamente non prega più, mentre chi coltiva il proprio *io* continua a pregare. Non intendo dire che chi prega, sbaglia, ma intendo dire che chi prega è limitato e che chi prega è consapevole di una certa limitazione, ma spesso si

occlude alla consapevolezza che può andare al di là di quella limitazione e s'attacca ad una forma di preghiera, non facendola morire per farne sorgere un'altra. Ogni forma di preghiera esprime ciò che voi siete ed esprime il grado di consapevolezza che avete e, quando voi vi attaccate ai ricordi, al passato, o ad una certa soddisfazione nel modo di pregare, voi vi identificate con una forma, mentre ogni forma deve morire, anche se, finché la sentite in voi, praticate pure quella forma, ma col rischio di attaccarvi a quella forma e di non procedere nel percorso che vi porta via, via a identificare i limiti di quella forma di preghiera in corrispondenza dei limiti vostri.

Quando l'uomo arriva a non pregare più, è preghiera, ma per arrivare ad esserlo bisogna cancellare ogni dualismo: non c'è un Dio e voi, non c'è nulla se non Dio, non c'è nulla se non l'Assoluto. Voi non ci siete, e quindi chi siete voi? Nulla e poi nulla, e nel nulla non c'è la preghiera. A questo punto, però, che cosa significa essere preghiera? Si è preghiera semplicemente perché si lascia che ogni cosa accada, che tutto sia, che tutto proceda e che il Divino si manifesti e si realizzi nel modo con cui egli ha progettato; ci si arrende al Divino e nell'arrendersi al Divino non si domanda più, non si chiede più, non si parla più, non si pronuncia più neppure il Suo nome perché non si è proprio più.

Voi pensate che tutto questo non vi riguarda, ed invece vi dico che vi riguarda. Andare oltre il vostro modo attuale di pregare, significa lasciarvi piantare nel silenzio senza cercare soddisfazioni. E qui entro in un punto fondamentale. Molti di voi amano la preghiera in una certa forma di preghiera e si identificano con questa forma, godono di questa forma e soffrono quando non riescono a esprimersi in quella forma che magari tempo prima dava molte soddisfazioni. Godono e soffrono: godono quando riescono a pregare, soffrono quando non riescono a pregare. Oh, figli cari, quanta approssimazione in tutto questo! Ma perché mai godere se pregate o perché mai tormentarvi se non riuscite a pregare? Questo è l'*io* che si afferma e che vi fa dire: "*Io sono bravo perché ho pregato, perché sento dentro di me il Divino, perché il Divino mi permea, perché il Divino si manifesta dentro di me e godo di questo manifestarsi del Divino e godo di questo mio essere Divino*". Ma a che cosa serve? Questo è l'*io* che in una nuova forma si manifesta e serve diventare consapevoli che questo è l'*io*. E allora ogni preghiera ed ogni forma sarà importante, purché siate consapevoli che lì dentro c'è l'*io* in una forma piuttosto che in un'altra. E quando poi scompare l'*io*, la preghiera non c'è più, perché voi non siete più, e non c'è più chi prega e chi in qualche maniera ascolta la vostra preghiera.

Prima vi è stato detto che ascoltare il Divino significa fare silenzio, ma ora radicalizzo questa definizione, poiché giunti ad un certo punto nessuno ascolta più niente, niente e poi niente, perché nell'ascoltare il Divino c'è pur sempre un qualcuno che ascolta. Invece, non c'è preghiera e neppure voi siete più preghiera; e non c'è preghiera perché nessuno ascolta più nessuno. Ma le vostre menti insorgono ed affermano che tutto questo è cinismo ed è dimenticare che voi siete umani, però tutto questo è realtà. La preghiera non è che un concetto umano o non è che un modo limitato umano di porsi di fronte al Divino. Ben venga, ma dovete aver chiaro che è il limite dell'uomo che fa pregare, e la forma della preghiera, al di là degli aspetti culturali che la definiscono, è legata allo specifico limite che voi avete. Quindi più voi abbandonate il limite, più la vostra preghiera si modificherà e più sarete preghiera. Essere preghiera è accostarsi al Divino con l'occhio di chi non lo vede più lontano da sé, né unicamente dentro di sé, né unicamente fuori di sé, ma con l'occhio di chi non ha più aspettative, non ha più attese, non ha più speranze, se non quella di sparire, ed allora certo che è preghiera, poiché in tutta la sua vita, momento dopo momento, si inchina al Divino, si prostra al Divino, riconosce la propria inconcludenza e accetta di morire. Però non è ancora *non-mente* perché nella *non-mente* non c'è più preghiera.

Perché mai voi pregate, se non per esaltare una parte di voi che vuole a tutti i costi trovare una spiegazione alla vita, o una spiegazione alle vostre contraddizioni, tale che il vostro *io* venga gratificato? E so di avervi molto e molto provocato. Ne consegue che la preghiera è colma di egoismo, è colma di identificazione e che soltanto la scomparsa della preghiera, naturalmente intesa come nascita del silenzio della vostra mente, porta al vero amore. Ma non c'è soltanto questa strada che porta alla morte della vostra mente; ce ne sono anche altre in cui tace la vostra mente e il Divino erompe.

Ma se questo è vero, allora la preghiera non serve solo come vincolo, se non quando voi strutturate la vita su una certa forma e v'attaccate a quella forma impedendo che quella forma muoia. Nella forma più radicale, quando la vostra mente muore e il Divino erompe, allora tutto scompare e rimane soltanto il Divino. Ma poiché voi pensate che questo non fa parte della vostra vita, allora vi dico che quando

muore la vostra mente ed erompe il Divino, voi avrete davanti soltanto il Divino e niente più vi staccherà dal Divino e quindi voi sarete il Divino, voi ascolterete il Divino, voi sarete coloro che accettano di morire istante dopo istante per far manifestare il Divino, e allora la preghiera sarà sempre presente perché allora nascerà la preghiera di scomparire attimo dopo attimo per far emergere il Divino. Questo vi è più accettabile, anche se magari per voi è ancora molto e molto lontano.

Domande:

Partecipante (2): Quali sono gli effetti della preghiera?

Andrea: Dobbiamo stabilire qual è la forma della preghiera: forme diverse hanno effetti diversi. Allora partiamo dalla prima forma. Pregare, nel senso di parlare a Dio, chiedere aiuto, lodarlo e quindi entrare in contatto con Dio in un momento particolare e sotto una forma particolare, comporta una serie di effetti. Il primo effetto è che ti fa esplicitamente ammettere la tua limitazione. Il secondo effetto è che ti porta sempre più ad identificare - nei tuoi pensieri e nelle tue azioni - un oggetto diverso da te stessa. Inoltre ti porta ad un atteggiamento mentale di affidamento e questo ha come conseguenza il fatto che tu ti ritieni meno importante. Questo è decisivo nel sollecitare poi successivi processi di trasformazione basati sul fatto che tu sei ben poca cosa. La preghiera in questo aiuta, perché attraverso la preghiera ti riconosci come cosa poco significativa, cioè come, sì, espressione del Divino, ma poco significativa, se intesa dal punto di vista della sua forma concreta, o importante se intesa dal punto di vista dell'essenza.

Poi spesso la preghiera, come altro aspetto, fa parte di una ritualità collettiva e quindi in questo ha come risultato il diffondersi di un clima di maggiore amorevolezza, di maggiore coesione e di maggiore comprensione. Non è detto che avvenga automaticamente, però può facilitare, soprattutto quando tutto questo avviene in nome e per conto dell'amore. E qui sarebbe lungo il discorso, ma non abbiamo tempo. Essa poi produce anche un altro risultato, che è quello di piegare l'individuo ad ascoltare il modo con cui il Divino tende a rispondergli quando lui prega. Non stiamo parlando di chi ascolta il Divino nel silenzio, ma diciamo che, pregando, un individuo sta attento se gli vengono delle risposte alla sua preghiera, nel caso di una preghiera che chiede o che sollecita interventi per gli altri. In entrambi i casi essa pone sempre l'interrogativo di come il Divino gli risponde. E' un modo umano di declinare un'altra questione, e cioè di come invece lui recepisce il Divino.

Partecipante (5): La preghiera è come una mia necessità.

E. scientifica: O invece è un atteggiamento che tu provi, indistinto, verso l'Assoluto o l'Eterno? La tua preghiera si esprime in pensieri precisi?

Partecipante (5): Molte volte sono pensieri precisi, molte volte non sono precisi, ma credo siano sempre pensieri.

E. scientifica: E' una sensazione generale di fiducia?

Partecipante (5): Molte volte di fiducia e molte volte di gioia.

Soggetto: Fiducia e gioia, ovverosia affidamento nella serenità. Questa è l'ultima cosa di cui volevo parlarvi rapidamente. Pregare significa affidarsi, in qualsiasi forma ciò avvenga. Quando uno è *non-mente*, l'affidarsi è talmente radicalizzato da farlo scomparire; qualsiasi altra forma di preghiera è prioritariamente affidarsi, affidarsi e affidarsi. Più uno si affida e più la preghiera passa dal dire, o dal chiedere, o anche magari dal protestare o dall'esaltare il nome di Dio, all'altra forma in cui si prega: "Io non sono, Tu sei", ovverosia "Io sono piccolo, insignificante e Tu sei tutto, e quindi sia fatta la tua volontà". Quando uno sprofonda nell'affidarsi, quando sprofonda nel conoscersi, e quindi nel vedere i propri limiti, e quando sprofonda nel dipanare in modo sempre più radicale quelle che sono le manifestazioni del proprio *io*, allora quell'individuo si abbandona ad un'altra volontà e ad un altro protagonismo. E quindi la preghiera muta di segno e diventa calda e sintetica, striminzita e sintetica perché qualsiasi altra forma risulta sempre più inadatta fuorché questa: "Sia fatta la tua volontà", che non è altro che la traduzione di consegnarsi o arrendersi alla Coscienza. E' la stessa cosa.

Quando un individuo va nella profondità di ciò che è, scavando e coniugando gli opposti, lui scompagina il proprio *io*; e più lo riconosce, lo accetta e lo supera, e più si abbandona, meno la

preghiera diventa protagonista nelle parole che dice e lui lascia che ogni cosa avvenga e prega perché ogni cosa avvenga, e chiede che ogni cosa avvenga come deve avvenire, e chiede che gli altri aderiscano al *ciò che è*, e chiede lui stesso di aderire al *ciò che è*, e chiede che tutti contribuiscano a far sì che tutti gli altri aderiscano al *ciò che è*. Questa, figli cari, è la preghiera che man mano trionfa.