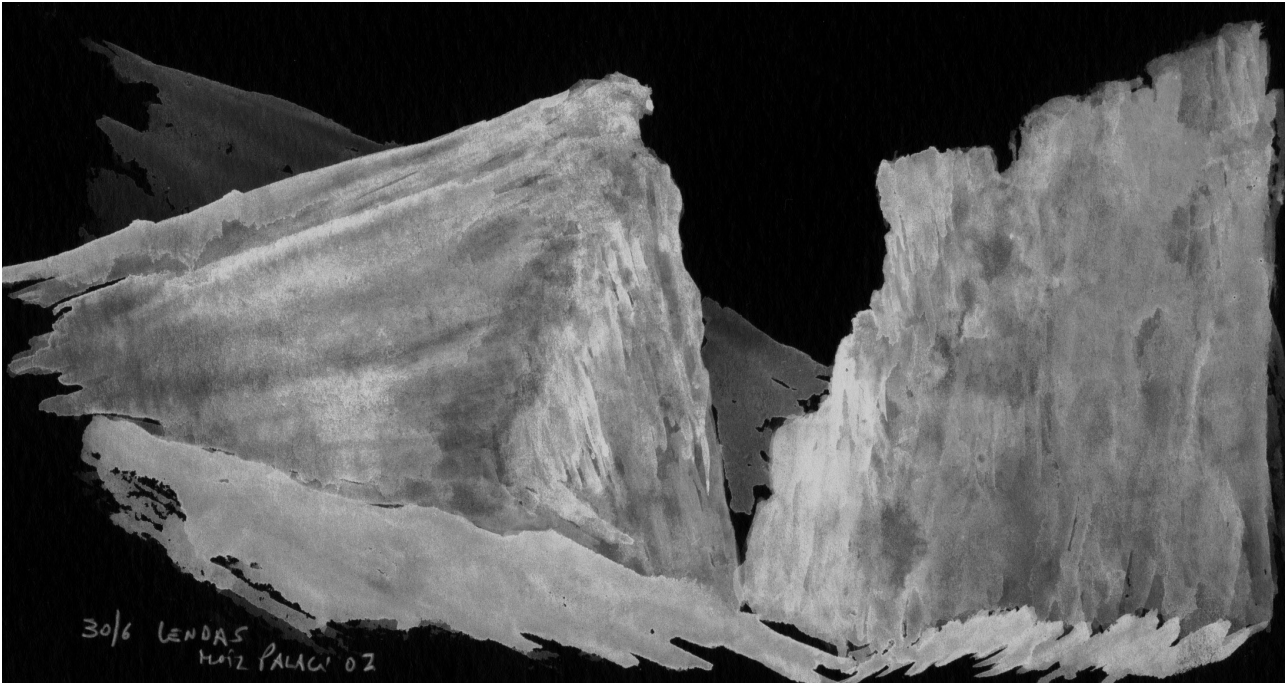


Che cos'è la mutazione della mente?

Vimala Thakar

By the courtesy of Italian Association Raja Yoga, we reproduce here the text of Vimala Thakar "What is Mind Mutation?" which is part of the volume *Mente e Meditazione*, a collection of Vimala Thakar lectures held in the Netherlands between 1962 and 1965 at the Center of Philosophy and Psychology of Bilthoven. By drawing on the philosophy and the Indian vision of life, the author describes the fascinating possibility of a path of total transformation of the mind under the sign of absolute freedom. We especially thank the Italian Association of Raja Yoga which published the lectures and Renata Angelini and Moiz Palaci who have contributed to the publication of this text in our magazine.

È stato giustamente detto che una “mutazione” della mente umana è tra le questioni centrali del nostro secolo. Una mutazione implica un cambiamento incondizionato, totale. In altre parole, una trasformazione radicale, e una trasformazione radicale è completamente diversa da un'evoluzione. È anche qualitativamente differente da una rivoluzione, che è frutto di un atto volontario calibrato su qualche ideologia, qualche teoria, qualche sistema di valori. Quindi, fin da principio, è bene fare chiarezza sulle implicazioni del termine mutazione. È possibile associare diverse sfumature al termine mutare, e se chi parla intende una cosa mentre chi cortesemente ascolta ne intende un'altra sarà difficile intendersi. Ascoltare è comunicazione in senso pieno. Ascoltare quanto ci viene detto è comunicazione tanto quanto parlare. In entrambi i casi ci dev'essere partecipazione attiva. Non deve essere attivo chi parla e passivo chi ascolta. Questa non sarebbe una relazione. Dev'esserci comunicazione attiva da entrambe le parti. È di decisiva importanza verificare sin da principio che per noi il termine mutazione significa la medesima cosa. Per me una mutazione è un improvviso, brusco cambiamento che riguarda un oggetto nella sua totalità. Se abbiamo qualcosa che cambia in una sua parte mentre il resto rimane invariato allora non possiamo parlare di mutazione. Al massimo si può parlare di modificazione. Cambiamento, modificazione, evoluzione, ribaltamento implicano il conservarsi di qualcosa; mentre nella mutazione il mutante, in questo caso la nostra mente, passerà attraverso un cambiamento totale. Non un singolo aspetto, non una singola parte rimarranno immutati. La totalità del cambiamento è dunque una caratteristica della mutazione.



Il fatto che sia un cambiamento improvviso e brusco, cioè che non richiede tempo, è un altro aspetto. E un terzo aspetto molto importante della mutazione è il non rapportarsi a nessun sistema, tecnica o processo. La mutazione della mente è un cambiamento totale che riguarda l'intera coscienza – il conscio, il subconscio e l'inconscio – nella totalità. E quello di un cambiamento totale è un problema cruciale del nostro tempo.

Non c'è bisogno di entrare in dettagli per spiegare perché si tratti di un problema cruciale. È risaputo ovunque che la mente non è in grado di tenere il passo con gli enormi cambiamenti che tecnologia e scienza ci impongono. La mente è aggrappata al suo antico, secolare schema di funzionamento, di operatività. Da una parte abbiamo cambiamenti che riguardano ogni circostanza, ogni contesto della nostra vita; dall'altra una mente logora che lavora secondo un vecchio schema. Non potremo qui entrare nel dettaglio e vedere come la mente opera nel solco dell'ideazione e come risponde in accordo con la memoria; come sia addestrata ad agire secondo schemi di reazioni sul piano sia emotivo sia intellettuale. Noi qui riuniti daremo per scontato tutto questo, comprendendo come la mente umana sia stata addestrata, per un tempo infinito, a fornire differenti schemi di emozioni e differenti schemi di pensieri. Questi schemi possono variare da una nazione all'altra, ma in ogni caso c'è una mente addestrata a questo. Oggi il contenuto della nostra mente è pensiero, memoria, conoscenza ed esperienza. E sebbene la mente debba confrontarsi con ogni tipo di sensazione e d'impressione, ha solo un canale attraverso il quale opera: ricezione degli stimoli sensoriali, interpretazione di questi stimoli in accordo con l'esperienza e la conoscenza, e quindi agire in conseguenza di tale interpretazione. La mente non conosce nessun altro canale di funzionamento. Talvolta l'interpretazione ha luogo a livello conscio, in relazione al tipo di cultura e organizzazione sociale all'interno delle quali la mente si è sviluppata. Talvolta l'interpretazione sgorga dal subconscio. La mente non sa come operare senza un'idea,

come funzionare senza l'ausilio della memoria. Senza entrare nei dettagli, si dice che per milioni di anni l'uomo è stato intento a coltivare la propria mente, a coltivare il proprio intelletto. E che ora alla sua mente riesce impossibile tenere il passo con gli avanzamenti dovuti alla scienza e alla tecnologia.

Proprio in questo momento, ci sono uomini che stanno viaggiando nello spazio, ruotando intorno alla terra 28 volte in 24 ore. A che velocità davvero sbalorditiva si muovono le cose! Proprio in questo momento ci sono biologi impegnati a scoprire il mistero della vita. Ci sono vicini, anzi, in realtà sono vicini a creare la vita. E le nostre menti sono tuttora ancorate a esperienze e concezioni secolari, concezioni che riguardano la razza, la religione, la nazionalità o un'ideologia. La mente cerca un'appartenenza, cerca di radicarsi nel passato. La mente ha le sue radici nel passato mentre la vita si svolge molto velocemente nel presente. Naturalmente, la questione cruciale è come liberarsi completamente dai condizionamenti entro cui la mente è stata coltivata. La mutazione sarà dunque il totale decondizionamento della nostra mente. Abbiamo detto poco fa che non si tratta di evoluzione. Molti, in diverse parti del mondo, interessati a scoprire il significato della vita, o della verità, o della realtà, interessati ad andare oltre il conosciuto, a penetrare il regno dell'ignoto, elaborano schemi, metodi, tecniche perfino per una mutazione, per una trasformazione. Gli hindu seguono il percorso dello yoga, del Vedanta. I buddisti hanno le loro tecniche così come i buddisti-zen. Molti si sono impegnati, hanno cercato di arrivare a un cambiamento totale seguendo un metodo, una tecnica, un percorso. Si sono impegnati per riuscire in questo esercitando la propria mente. E oggi scopriamo che i cosiddetti metodi spirituali, o discipline religiose, non hanno aiutato affatto a liberarci dal condizionamento entro il quale la nostra mente è imprigionata. Non ci hanno aiutato a emergere come nuove entità. Ci sono inoltre devozioni esclusive a religioni, a culti e sette. E ci sono tensioni, conflitti e contraddizioni tra le diverse religioni e culti. C'è competizione tra loro.

Mi sono chiesta se l'uomo in questo secolo sarebbe mai riuscito a rompere con l'abitudine di educare la mente allo scopo di liberare la mente... e a esplorare invece modi differenti per arrivare a una mutazione. Non con l'aiuto della mente. non modificando i modi di vivere; non cambiando modi di pensare e di sentire; tutto questo è già stato sperimentato. Lo hanno sperimentato le religioni, e per circa mezzo secolo ci hanno provato pure i comunisti. Cercando di rivoluzionare le condizioni socioeconomiche e politiche si è cercato di creare una nuova società, un nuovo essere umano, una nuova mente. Una sfida davvero coraggiosa! Ma a più di cinquanta anni dalla rivoluzione d'ottobre, come da quella cinese e di altri paesi, non è certo un segreto che nessuna nuova mente, nuova dal punto di vista qualitativo, sia mai emersa. La relazione della mente con l'acquisizione, l'accumulo e la preservazione delle ricchezze; la relazione con la proprietà, il patrimonio e il prestigio; la relazione con la conoscenza, l'esperienza e il potere – niente è cambiato. E ci si chiede se è possibile un cambiamento di direzione perché tutti insieme si imbocchi un nuovo cammino che esplori la possibilità di non educare per nulla la mente.

Addentriamoci ora nella ricerca, nell'esplorazione di un nuovo percorso di mutazione, un nuovo percorso di trasformazione totale. Sto usando il termine "percorso" con grande cautela e una certa apprensione. Tale parola è del tutto

inadeguata per indicare un viaggio interiore. Usiamola provvisoriamente. Usiamola in modo elastico.

Se si decide di intraprendere tale ricerca la prima cosa da chiedersi è se si è interessati in prima persona, se si sente il bisogno personale di andare incontro a una mutazione. In altre parole, dobbiamo chiederci se la ricerca di una mutazione ha un valore accademico, intellettuale per noi, oppure se nasce da un bisogno primario che sentiamo in noi stessi, così come sentiamo di avere appetito. Non abbiamo bisogno che nessuno ci preghi o ci insegni ad avere appetito e come soddisfare l'appetito tramite il cibo. L'appetito è da noi sperimentato in prima persona, senza bisogno che ci venga raccomandato da qualcuno. Si tratta di una scoperta personale, di prima mano. Come nessuno ci deve spiegare che dovremmo dormire. Il bisogno di dormire è vissuto da noi come un bisogno basilare. Non è un bisogno emotivo o intellettuale. Non è stimolato da nulla che abbiamo letto o che ci sia stato raccontato. Non è artificialmente stimolato da niente e nessuno al di fuori di noi. È qualcosa che è legato alla mera esistenza: sentiamo fame, mangiamo del cibo, siamo soddisfatti. L'essere nella sua completezza è soddisfatto. Il cibo è digerito. Gli alimenti ci nutrono e il risultato è lo sviluppo della struttura corporea.

Dunque, la necessità di una mutazione, di una trasformazione radicale, è per noi un bisogno primario? O siamo incitati a questo dalla società? Le religioni ci hanno indottrinati a tale fine. Leader religiosi e spirituali lo predicano. E noi, in quanto persone sensibili, siamo spronati da simili insegnamenti. Siamo stufi della vita che conduciamo. Siamo stanchi di tutte le complicazioni che la vita comporta. Il timore della morte ci angoscia. Così, quando qualcuno si fa avanti dicendo: "C'è un regno eterno, senza tempo, e a questo regno si può accedere", la nostra mente è stuzzicata dall'idea dell'atemporalità; dall'idea di qualcosa che è oltre il conosciuto; dall'idea dell'ignoto. Questa sollecitazione induce il manifestarsi di un bisogno. Non si tratta di un bisogno basilare. Non è un bisogno sentito con tutto il nostro essere. La mente è sollecitata da un'idea e inizia a elaborare intorno a tale sollecitazione. Se il bisogno di una mutazione è sollecitato da un'idea, da una teoria, da qualcuno o da qualche frustrazione, allora solo mente e intelletto saranno coinvolti e inizieranno a operare. Cominceranno a indagare, tenteranno di capire come arrivare a una mutazione. Abbiamo detto inizialmente che una mutazione è un cambiamento totale della coscienza, dell'essere nella sua totalità. Un percorso di ricerca solo intellettuale, emozionale, porterà a un'azione frammentata. Potrà portare a qualche cambiamento, a modificare qualcosa. Ma cambiamento e modificazione sono una cosa, mentre una drastica, radicale trasformazione è un'altra cosa. Bisogna stare molto attenti. Dobbiamo esaminarci senza reticenze per stabilire se il bisogno di una mutazione è sentito da noi come un'esigenza primaria per la nostra vita. E quando è un'esigenza primaria è come una fiamma che attinge alle nostre energie vitali. Le energie vitali si focalizzeranno sul nostro percorso di ricerca senza alcuno sforzo, in modo semplice e naturale quando ne esploreremo il bisogno. Ma se si tratta di un'esigenza indotta da sollecitazioni intellettuali o emotive, allora non saremo interamente coinvolti. La nostra esigenza sarà appannaggio dell'intelletto, della mente. E la mente, da brava, risponderà alla nostra esigenza arrivando ad alcune conclusioni. Riconoscerà autorevolezza alle esperienze di trasformazione di altri individui. La trasformazione

vissuta da Cristo, vissuta da Buddha o da qualcun altro. Studieremo le loro biografie e qualsiasi descrizione di una trasformazione vicina alle nostre personali inclinazioni sarà presa per buona. Cercheremo di conseguenza un cambiamento nelle nostre vite in accordo con quanto ci è stato descritto. ho detto che i bisogni acquisiti, così come i bisogni artificialmente stimolati, sono il risultato del fare nostre esperienze vissute dagli altri cercando di imitarle. Imitare l'esperienza di trasformazione di qualcun altro, però, non serve a creare una trasformazione in noi stessi.

Dunque il primo passo nell'affrontare la sfida di una trasformazione è scoprire se vogliamo la completa libertà; se davvero desideriamo una trasformazione. La libertà è la cosa più destabilizzante per tutto quello che già conosciamo. La più destabilizzante che esista. La mutazione distruggerà tutto quello che la mente ha innalzato intorno a se stessa come difesa. Per quanto ne sappiamo, una tale libertà spazza via l'esistenza dell'Ego, dell'Io, del Sé; non sappiamo altro di quello che succederà. La libertà è una forza dinamica ed esplosiva. Desideriamo davvero essere totalmente liberi? O vogliamo la libertà e nello stesso tempo preservare il nostro modo consueto di vivere? Viviamo a nostro modo entro il recinto che noi stessi abbiamo creato. Apparteniamo a una famiglia; apparteniamo a una società; apparteniamo a una nazione, a un'ideologia; abbiamo le nostre norme etiche e di comportamento; abbiamo le nostre preferenze culturali, i nostri pregiudizi. Abbiamo edificato queste recinzioni intorno a noi e, seduti nel mezzo, diciamo che per noi libertà significa preservare tutto questo, far continuare tutto questo. E, allo stesso tempo, vorremmo aprire una finestra sulla conoscenza di ciò che sta oltre. facciamo della struttura psicologica che ci siamo costruiti un punto privilegiato di osservazione per quello che è oltre. Quello che io suggerisco è questo: dobbiamo scoprire se realmente desideriamo la libertà. Il bisogno di libertà è in contrapposizione con il bisogno di sicurezza intorno al quale l'uomo organizza la sua struttura psicologica.

Come ovvio, non sto qui accennando al bisogno di preservarci dal punto di vista fisico. È un bisogno naturale e come tale è sempre presente. Guadagnarsi da vivere, possedere una casa dove ripararsi, mangiare e dormire: tutti questi bisogni basilari dell'animale umano devono essere soddisfatti in modo adeguato. Dunque non mi sto riferendo al bisogno che abbiamo di soddisfare le nostre esigenze fisiche, questo c'è e ci sarà sempre. Mi riferisco al bisogno di sicurezza in campo psicologico. Se in noi il bisogno di sicurezza si manifesta parallelamente a quello di libertà andremo incontro a continue tensioni delle quali finiremo per essere la vittima. Solo una mente che abbia risolto il conflitto tra il bisogno di sicurezza e quello di una totale libertà può aspirare alla mutazione. Dobbiamo comprendere quello che desideriamo. Non possiamo avere entrambe le cose. Perché il bisogno di preservare significa preservare tutto quello che la mente ha accumulato nel corso dei secoli. E chi lo può sapere... una drastica rivoluzione, una trasformazione totale potrebbe causare un autentico terremoto a livello della coscienza. Potrebbe spazzare via i consueti modi di essere.

Potremmo riemergere entro una nuova dimensione di vita.

Non possiamo sapere come sarà, ma è certo che il vecchio non sarà preservato così com'è. Per questo la mente deve essere libera dalla paura della libertà. Noi abbiamo paura della libertà, di una totale libertà. Solo se disponiamo di una libertà calcolata, che si accordi ai nostri progetti, ai nostri modelli, ai nostri schemi, allora siamo

soddisfatti. Abbiamo pianificato, sappiamo in che modo aggiudicarci una simile libertà, sappiamo anche come comportarci con una simile libertà, manipoliamo la libertà. Ma una libertà manipolata, manovrata, gestita dalla mente non è affatto libertà. È una specie di modificata continuità con il passato. La mutazione è una cosa realmente impegnativa. Non possiamo prenderla alla leggera. Dobbiamo scoprire se il bisogno di sicurezza o il bisogno di libertà sono prioritari nella nostra vita. Dobbiamo scoprire se siamo preparati per intraprendere il cammino della mutazione. Dobbiamo scoprire se siamo preparati per un percorso di ricerca in quanto tale. Ci potrebbe piacere l'idea di andare sulla luna, e forse anche quella di sedere nella cabina di un'astronauta in assenza di gravità mentre giriamo intorno alla Terra. Ma non ci verrebbe permesso. Ci verrebbe detto che fisicamente, mentalmente, intellettualmente non siamo preparati per questo. Anche Verità e realtà, Trasformazione e mutazione richiedono un'adeguata preparazione da parte nostra per intraprendere un corretto percorso di ricerca. Se ricerchiamo nel modo sbagliato, lungo un percorso sbagliato, arriveremo a qualcosa che non desideriamo. La ricerca interiore, perché sia una ricerca giusta, deve poggiare su giuste fondamenta. E saremo capaci di penetrare la vera natura della mutazione solo quando saremo liberi dal bisogno di sicurezza; quando avremo compreso che in realtà tutto quanto abbiamo acquisito, accumulato e custodito, quello con cui la mente si è confrontata nel corso dei secoli, è d'ostacolo a una trasformazione psicologica.

In seguito a una mutazione biologica l'uomo si è affrancato dalla sua natura animale ed è cresciuto in intelligenza. Gli animali hanno intelletto. Gli animali hanno mente e memoria. Ma l'intelligenza è qualcosa di speciale. Qualcosa che si è sviluppata con l'uomo. Che cosa intendiamo con intelligenza? Intendiamo con intelligenza l'essere testimoni di quello che facciamo. Intelligenza è la capacità di conoscere se stessi. E l'uomo è dotato di tale capacità. Può immergersi in profondità nella sua coscienza e scoprire i moventi alla base delle sue azioni, le radici delle sue reazioni. La conoscenza di sé è la proprietà con la quale l'uomo è riapparso dopo essere mutato biologicamente. Ma sono numerose le tendenze animali e gli istinti che l'uomo ha portato con sé a dispetto della mutazione biologica subita. Il bisogno di sicurezza è uno di questi, come la paura dell'ignoto, come il bisogno di preservare e accumulare. Abitudini e attitudini animali sono presenti insieme con la capacità di conoscere se stessi. La mutazione potrebbe permettere all'individuo di rinascere completamente libero dalla ripetitività e dagli impulsi che gravano sulla vita animale. Un uomo potrebbe agire senza il soccorso della propria mente. Un uomo potrebbe rinascere entro una nuova dimensione vitale, in cui una diretta percezione della realtà sarebbe canalizzata verso la sua coscienza al fine di agire. Non gli sarebbe necessario fare riferimento alla memoria per avere risposte che poi saranno definite pensiero. Qualcosa di meraviglioso potrebbe accadere senza che ce ne rendiamo conto.