

Mantra XII

Il Silenzio dopo l'OM

La Mandukya Upanishad ci guida verso una comprensione profonda della realtà che va oltre le mere manifestazioni sonore e simboliche dell'OM, poiché, come abbiamo approfondito nei mantra precedenti, l'OM non è soltanto un suono, ma un simbolo complesso che racchiude in sé l'intera esperienza della coscienza. Le tre fasi di questo suono, le vocali "A", "U" e "M", rappresentano rispettivamente lo stato di veglia, il sogno e il sonno profondo, ma il silenzio che segue l'OM è molto significativo perché incarna Turiya, la pura consapevolezza, oltre la mente, oltre il tempo e lo spazio, il Quarto, che trascende e include tutti gli altri stati di coscienza. È uno stato di Presenza assoluta, di Unità, dove ogni dualità viene trascesa.

Questo Om, nel suo Quarto o Stato Trascendente, è l'Atman stesso. Lo stato silenzioso di OM è l'Esistenza stessa. Tutti i suoni e le vibrazioni si fondono nell'Esistenza e l'Esistenza è Una. (Swami Krishnananda, Commento alla Mandukya Upanishad)

Questo silenzio non va inteso come mera assenza di suono, ma come l'esperienza della Realtà ultima, una Consapevolezza pura e non duale che, sfuggendo a qualsiasi descrizione verbale, può essere solo frutto di esperienza. È l'invito a riconoscere che, oltre alle manifestazioni fenomeniche della vita, esiste uno stato in cui l'io individuale si dissolve nella pura Presenza, nell'Essenza ineffabile dell'Assoluto.

Il quarto stato di OM è quello con cui non possiamo avere alcun rapporto come lo abbiamo con oggetti, parole o suoni... Tutto il mondo del suono cessa qui in questo stato silenzioso di OM, che è il più propizio, benedetto e non duale come l'Atman, perché è l'Atman stesso... Qui la creazione e il Creatore diventano uno. La fusione di OM nell'Atman è la fusione della creazione nell'Assoluto. (Nel silenzio) Non c'è nemmeno la creazione, perché non c'è creato, non c'è il suono, che dovrebbe essere la prima vibrazione della creazione, perché il suono raggiunge lo stato senza suono. Diventa, quindi, senza relazione. Chi conosce questo segreto, attraverso la meditazione profonda, entra nell'Atman tramite l'Atman... L'Atman solo è Esistenza, è Coscienza, è Potere, è Beatitudine, è Perfezione, è Immortalità, è Moksha, è Kaivalya. Questo è l'Obiettivo della vita, il cui percorso è splendidamente descritto nella Mandukya Upanishad.

(Swami Krishnananda, Commento alla Mandukya Upanishad)

Il Significato del Silenzio

- **Non è un vuoto passivo:** Il silenzio dopo l'OM non è un nulla inerte, ma uno "spazio" ricco e dinamico in cui ogni distinzione tra soggetto e oggetto si dissolve.
- **È pura Consapevolezza:** In questo silenzio si manifesta la pura Consapevolezza, quella che non è definibile né limitata da concetti o parole. È qui che l'individualità si fonde con l'Assoluto.

- **È oltre il linguaggio:** Poiché il linguaggio è intrinsecamente dualistico, il silenzio rappresenta lo stato in cui le contraddizioni e le distinzioni cessano di esistere, aprendo la via a una percezione diretta della Realtà ultima.

Là dove le parole non arrivano e la mente non può toccare, quello è Brahman.
(Kena Upanishad, I.5)

Quando tutte le parole si placano e si raggiunge la pace del cuore, allora si vede l'Infinito.
(Chandogya Upanishad, VII.6.1 parafrasi)

Implicazioni Spirituali e Filosofiche

Il silenzio dopo l'OM rappresenta il fondamento di una conoscenza intuitiva e diretta, in cui l'esperienza dell'Assoluto è immediata e non mediata da concetti. È una testimonianza del fatto che l'Essenza ultima della Realtà non può essere completamente catturata dalle parole o dai simboli, ma solo vissuta in modo diretto. È il “ritorno alla Sorgente”.

Il ritorno alla Sorgente

Il silenzio raffigura il ritorno alla Fonte, da cui tutto emerge, si espande e si riassorbe nel Sé supremo o Brahman.

Cos'è la Sorgente?

Nella filosofia orientale, soprattutto in tradizioni come il Vedānta, il Tantra e lo Yoga, la Sorgente (o Fonte):

- Non è una “cosa” o un “luogo”, ma una Presenza cosciente, eterna, senza forma, non duale.
- È la Realtà ultima, Brahman o il Sé (Ātman).
- È il momento in cui il suono si riassorbe nel Silenzio originario, dopo essersi espresso pienamente come:

A – Creazione (tutto ha inizio)

U – Mantenimento (la vita si svolge)

M – Dissoluzione (tutto finisce),

Il ritorno alla Sorgente non è solo cosmico, ma interiore, perché la persona smette di cercare all'esterno e torna a ciò che è sempre stato presente dentro di lei. È il ritorno al Sé.

Questo ritorno è sia un abbandono dell'identificazione con la forma (il corpo, i pensieri, le emozioni), sia un riconoscimento di ciò che non muta mai, anche quando tutto il resto cambia.

L'Esperienza Meditativa

Il silenzio è uno spazio di ascolto profondo, connessione interiore, meditazione, in cui la mente si ferma e diventa ricettiva.

Meditando sull'OM e lasciandosi pervadere dal silenzio che segue, la persona è invitata a trascendere il pensiero discorsivo ed entrare in contatto con una Realtà non duale e illimitata. Questo silenzio diventa, così, un mezzo per abbandonare le limitazioni del pensiero concettuale, sperimentare una unità essenziale che pervade tutto l'essere e riconoscere l'unità tra il sé individuale e il Sé universale.

Cercate il contatto con la vostra coscienza interiore, nel silenzio che vi create acquietando i sensi e controllando la mente.

In quel silenzio potrete udire una voce; la vostra condotta sarà la migliore prova d'aver udito quella voce.

L' albero è sostenuto ed alimentato dalle radici che sprofondano nel silenzio della terra; così, se le vostre radici giungono nel profondo del silenzio della vostra coscienza interiore, la vostra fioritura spirituale, è certa. (Sathya Sai, dai Pensieri del giorno)

In sintesi

Il silenzio dopo l'OM ci riporta a casa, a ciò che eravamo prima della nascita e a ciò che saremo dopo la morte, ma che, in realtà, non ha mai smesso di essere.

Rappresenta la dimensione trascendente dell'esistenza, dove il linguaggio e la dualità non hanno più senso e si apre la via ad una conoscenza diretta e intuitiva della Realtà ultima.

È lo spazio in cui si dissolve l'ego, si quietava il pensiero e si può percepire la propria vera Natura. È un punto di unione tra il suono e ciò che va oltre il suono: la Consapevolezza pura.

3

La dimensione del silenzio non rappresenta un semplice vuoto o l'assenza di suono, ma incarna lo stato di Turiya. A questo livello, che va oltre la veglia, il sogno e il sonno profondo, la Coscienza pura si manifesta come presenza ineffabile e non duale. Le distinzioni del quotidiano si dissolvono e l'individualità si fonde con l'Assoluto, rendendo impossibile esprimere a parole l'esperienza stessa. In altre parole, il silenzio dopo l'OM non è passivo, bensì vibrante di "chaitanya" (Consapevolezza) e testimonia la Verità ultima del Sé, invitando il praticante ad una conoscenza diretta e intuitiva della Realtà che trascende ogni forma di dualismo.

*Entra nel Silenzio.
E diventa uno con l'Anima Suprema.
(Sri Swami Shivananda)*

Carla Gabbani