

### **30/07/2011 (tratto dal libro Mature Masculinity)**

" Anche se l'uomo è superiore alle bestie, spesso può sprofondare ad un livello inferiore anche degli animali. E' tutta una questione di scelta. Colui che riesce a distinguere la natura peribile della carne dalla natura indistruttibile dello spirito, sa istintivamente che l'auto-realizzazione è impossibile senza auto-disciplina e autocontrollo. Il corpo può essere sia un parco giochi di desideri sfrenati sia un tempio di auto-realizzazione. La Maturità Maschile riconosce che le propensioni della mente sono tutte fugaci in natura, come lo sono le urgenze sensoriali. Come nel caso del fumo, il bisogno reale fisiologico di fumare esiste solo per qualche istante quando è il "momento di fumare"- come dopo un pasto- e sia che sia soddisfatto o meno, scomparirà poco dopo. Così per la Maturità Maschile l'autocontrollo è la padronanza degli svolazzi della mente".

### **16.05.2011 (tratto dal libro Mature Masculinity: Man's Inner Essence, pagina 130)**

L'indulgenza nel mentire per interessi personali o per un'abitudine ormai acquisita non è un attributo dell'uomo semplice di cuore. Come si legge nelle Upanishad (alcuni dei testi antichi indiani):

"Dharmah sah na satyamasti" [Dove non c'è verità, non c'è il proposito di vita]

La purezza e l'innocenza sono la quintessenza della verità. Vista attraverso gli occhi e l'altitudine di un bambino la verità acquista il suo significato divino. Per il bambino è la melodia che guida la danza, è la forza vitale che muove la Natura, è l'essenza che coltiva l'amore, è la terra che germoglia compassione. Sono l'azione della mente e l'uso della parola nello spirito del benessere. Sono il fondamento su cui la crescita multidimensionale e l'espressione del Dharma ( il proposito di vita, l'innata natura) hanno luogo.

Al contrario, l'uomo logico eguaglia i fatti alla verità. Nella sua mente causa ed effetto si devono collegare, gli schemi devono collegarsi, i fatti diventano le sue Scritture. Nel suo attaccamento ai fatti, si dimentica degli esseri e il loro dolore diviene irrilevante per lui. Nella sua mancanza di comunione con l'essenza degli altri esseri, la sua occupazione è cercare false vittorie o giustizia artificiale. Egli vive coperto dal velo illusorio dei fatti, essendo il contenuto di un immaginario piedistallo di auto-giustizia, dimenticando che i fatti che non servono al benessere di tutti gli esseri non sono la verità.

E quando l'ego e la logica si sposano, la mente dell'uomo oscilla verso un altro estremo. L'uomo sente il bisogno di gonfiare la sua personalità in modo che gli altri siano confusi e stupefatti, vuole essere notato come l'unico, il differente. L'ego anela ad essere riconosciuto, è assetato di apprezzamento e per spegnere la sete cerca la verità che lo serve meglio in quel momento. E questa non coincide con l'adattare la realtà per mantenere il benessere di tutti.

Il maschio maturo mostra coraggio e incarna un profondo senso di consapevolezza e compassione per esercitare la verità. Essendo nel suo cammino di Dharma ( il proposito di vita, l'innata natura) egli è un campione della verità ovunque sia necessario migliorare i fatti per difendere e nutrire il benessere del mondo. E mentre il maschio maturo continua a vivere la sua purezza e la sua innocenza, egli riflette sulla seguente domanda nella sua pratica quotidiana d'essere semplice di cuore:

Sento in me l'innocenza di un bambino nella mia pratica di veridicità?

### **07.05.2011**

L'uomo non è il suo corpo. Il suo corpo è peribile in ogni vita, e ogni cellula del suo corpo è sostituita ogni qualche settimana in un costante ciclo di eliminazione e rinnovo. L'uomo è quell'essere consapevole che ha ricevuto un passaggio in un corpo non consapevole per un brevissimo periodo di vita. E' a questo corpo inconsapevole che appartengono i cinque sensi. Sapendo che le esperienze del mondo sono solo per saziare questi sensi, e che non appartengono ai veri desideri del vero sé, sapendo che la morte fisica non toglie niente alle aspirazioni dell'anima, l'uomo conosce il suo sé autentico. Sapere che l'anima è altro dal suo sé fisico è il primo passo verso l'autenticità. (Sujith Ravindran)