

SRI BHAGAVAN - TUTTA LA SOFFERENZA È UNA STORIA

[http://www.worldonenesscommunity.com/notes/Sri_Bhagavan_Teaching - All Suffering is a Story](http://www.worldonenesscommunity.com/notes/Sri_Bhagavan_Teaching_-_All_Suffering_is_a_Story)

Video <http://www.worldonenesscommunity.com/video/all-suffering-is-a-story>

Traduzione a cura di Paola Eleonora Raschellà

"L'insicurezza e la paura conducono alla lussuria." 15-06-2013

"Tutta la sofferenza è solo una storia." 25-04-2013

"Gelosia, lussuria e odio, sono tutti interconnessi ed hanno le loro radici nella paura." 09-03-2013

Sri AmmaBhagavan

D) Bhagavan, quando sperimentiamo la sofferenza è la nostra percezione che subisce un cambiamento o raggiungeremo uno stato in cui non c'è percezione? Che cosa succede esattamente?

SRI BHAGAVAN: La prima cosa che devi capire è che ogni sofferenza è solo una storia. Una storia è ciò che sta causando la sofferenza. Sapere semplicemente che si tratta di una storia non è sufficiente. È necessario sapere qual è la storia. Quindi, devi affrontare la fase successiva della sofferenza. Quando stai con la sofferenza, la sofferenza ti dirà la sua storia, che per te sarà molto sorprendente. Non te lo saresti mai aspettata.

Ad esempio, molti anni fa ho conosciuto un giovane che studiava a IAT. In seguito divenne un grande scienziato. IAT, come tutti sapete, è la crema dell'India. Così, mentre studiava fisica sviluppò un'intensa lussuria. Così iniziò a fare yoga, la lussuria non se ne andò. Poi cominciò a fare molte altre cose ma la lussuria non fu ancora sotto controllo. Questa era la condizione in cui si trovava. Quindi, qualsiasi cosa facesse non riusciva a controllare questo desiderio che stava compromettendo i suoi studi. Quella era la sua sofferenza.

Così, quando gli fu fatta fare l'esperienza della sofferenza, prima facendolo rimanere con essa, successe che la sua storia venne fuori. La storia era che questa persona odiava la fisica sperimentale. Era innamorato della fisica teorica, e stava annoiandosi a morte con la fisica sperimentale, non aveva alcuna inclinazione per essa. Amava la matematica e tutti i concetti astratti della fisica. Questa era la sua attrazione e non avrebbe voluto perdere il suo tempo con la fisica sperimentale. Questa antipatia per la fisica sperimentale si era manifestata come lussuria.

Ogni volta che sei coinvolto in un lavoro che non ti piace, che odi, la lussuria diventa eccessiva, perché lo stai facendo per amore della sopravvivenza, tu hai sempre paura della sopravvivenza.

Dato che egli sapeva che avrebbe potuto fallire nella fisica sperimentale, significava che avrebbe fallito il suo Master, significava che non sarebbe potuto diventare lo scienziato che voleva essere, significava che la sua sopravvivenza era in gioco. La sua totale sopravvivenza dipendeva dal diventare un grande scienziato. Questo fu scosso.

Quando la sopravvivenza è minacciata, la lussuria aumenta automaticamente. Esse hanno uno stretto legame. La lussuria, la sopravvivenza e la sicurezza sono strettamente collegate. Quando queste sono minacciate, la lussuria aumenta automaticamente.

Supponiamo che stai giocando sul mercato azionario e le tue azioni stanno scendendo, vedrai la lussuria in costante aumento. Supponiamo che i tuoi affari stiano fallendo, la tua lussuria salirà. Il fallimento porta sempre ad una minaccia della sopravvivenza, e la lussuria aumenterà automaticamente.

Quindi questo divenne molto, molto chiaro per lui. Ebbe il coraggio di stare con la sofferenza e poi di farne anche l'esperienza. Così cominciò a rivelarsi - la storia - ed egli seppe che era vera.

E allora cosa successe? A un tratto sviluppò un amore per la fisica sperimentale perché sapeva che questo desiderio era collegato alla sua antipatia per la fisica sperimentale e lui si disse: "Va bene, farò un piccolo sforzo in più", e poi lo fece e la lussuria scomparve. Tornò a livelli normali e, naturalmente, in seguito diventò anche uno scienziato di fama mondiale.

Così la storia si rivela. È per questo che si parla in termini di problema creato e di problema vero. Così tutte le volte che tu dici: "questo è il mio problema", sappiamo che si tratta di un problema creato. Il vero problema è un altro.

Quindi, per arrivarci, resta con lui. In primo luogo, comprendi che tutto è solo una storia. In realtà non ci può essere sofferenza, perché quando sperimenti la realtà così com'è c'è solo gioia, c'è solamente beatitudine, c'è solamente amore, non importa quello che è.

Ma non fai esperienza della realtà perché la tua mente interferisce per tutto il tempo. E che cos'è la mente? È giudicare sempre, è commentare. Perché? La mente non è altro che il flusso del pensiero. Che cos'è il pensiero? Il pensiero è misura. Esso mette a confronto ieri con oggi, oggi con domani, lui con qualcun altro. Confronta per tutto il tempo. È misurazione.

Il pensiero è uno strumento di misura. Misura costantemente. Così, quando stai misurando, ovviamente - questo vaso è lì. Tu devi guardare questo vaso, non misurarlo in termini di colore o dimensioni o forma. La mente non è altro che il flusso del pensiero e il pensiero viene dal passato, e il passato è memoria, e la memoria è morta.

Perciò la morte scorre attraverso di te e se sei veramente morto al passato e al futuro - psicologicamente, se sei morto ad essi - allora vivrai nel presente. C'è grande gioia e felicità lì. Questo è ciò che stiamo cercando di compiere in te.

Così ora se RESTI CON LA SOFFERENZA succederà che la maggior parte della storia sarà rivelata. Se questa non si rivela poi puoi passare a FARE ESPERIENZA DELLA SOFFERENZA. Allora la storia sarà sicuramente rivelata e non solo questo, potrebbe esserci una carica. Restare con la sofferenza può darti la storia, ma potrebbe non rimuovere la carica.

Nel caso di questo ragazzo quello che successe fu che restando con essa egli venne a sapere che odiava la fisica sperimentale e tutte queste cose. Ma non era la fine della storia. C'era ancora un disagio in lui.

Appena iniziò a fare esperienza della sofferenza per lui divenne molto chiaro che c'era stata una battuta di uno zio, che era un grande professore di fisica in una università americana, il quale quando lui era un ragazzino fece un commento: "Solo gli sciocchi farebbero fisica sperimentale. Più si è intelligenti più si va verso la fisica teorica." Così ebbe inizio il suo pregiudizio per la fisica sperimentale, e l'attuale avversione per essa.

Egli fece esperienza della sofferenza e la carica se ne andò. Quindi, per rimuovere la carica devi fare esperienza della sofferenza.

Ogni volta che qualcosa viene ri-sperimentato, la carica se ne va. Chiaramente devi rifare l'esperienza. Come due persone che non possono stare nello stesso posto, vero? Devi mandarne via una per farci stare l'altra.

Quindi, in un modo simile, quando la ri-sperimenti ciò che accade è che la carica viene rimossa. Se ne va. Scomparsa la carica, cambia l'intera percezione, perché proviene dalla tua storia o proviene dalla carica.

Una volta che la percezione è cambiata, tutto cambia. La realtà che stai vivendo dipende dalla tua percezione. Se questa cambia, cambia l'esperienza e allora la sofferenza non c'è più. La conclusione è che non dovrebbe esserci più la percezione della sofferenza.

Quindi questo è il primo livello. Ma se vuoi andare al livello in cui farai esperienza delle cose come sono, allora il pensiero stesso deve fermarsi, e questo è possibile.

Quando stai bevendo il caffè, dovresti bere il caffè. Perché devi pensare alla telecronaca del cricket o al punteggio? dovresti essere lì a bere il caffè. In quel momento tutta la sofferenza finisce completamente. Non c'è niente, ma c'è gioia e amore nella tua vita. Quale gioia? La gioia incondizionata. L'amore incondizionato.

Potresti essere un mendicante, potresti essere un lebbroso, eppure proveresti gioia incondizionata. Questa gioia non dipende da ciò che stai ottenendo o da qualsiasi altra cosa che stai perdendo. È semplicemente lì. Potresti essere chiunque.

Potresti essere l'uomo più potente del mondo, l'uomo più ricco del mondo, ma non vivrai questa gioia a meno che tu non faccia esperienza della realtà così com'è, e l'amore incondizionato. Ci sarebbe amore verso un re quanto per un mendicante, perché non c'è pensiero.

Quindi è possibile ottenere tutto questo.

SRI BHAGAVAN TEACHING – ALL SUFFERING IS A STORY

Added by Oneness Maria on June 16, 2010 at 8:28am

http://www.worldonenesscommunity.com/notes/Sri_Bhagavan_Teaching_-_All_Suffering_is_a_Story

Video <http://www.worldonenesscommunity.com/video/all-suffering-is-a-story>

“Insecurity and fear leads to lust.” 15-06-2013

“All suffering is only a story.” 25-04-2013

“Jealousy, lust and hatred are all interconnected and have their roots in fear.” 09-03-2013

Sri AmmaBhagavan

Q) Bhagavan, when we experience suffering is it that our perception undergo a change or will we land up in a state where there is no perception? What exactly happens?

SRI BHAGAVAN: See first thing you've got to understand is that all suffering is only a story. A story is what is causing the suffering. So by merely understanding it's a story is not sufficient. You must know what is the story.

So you must take the suffering to the next stage. When you stay with the suffering, the suffering will tell you its own story, which would be very surprising to you. You would not have expected that.

For example, many years ago I knew a young man who was studying at IAT. He later on became a very big scientist. IAT as you all know has the cream of India. So while doing his physics there he developed a tremendous amount of lust. So he began to do yoga. Lust would not go. Then he began to do many other things but lust would not come under control. This was the condition in which he was. So whatever he was trying he could not control this lust and that was affecting his academics. That was his suffering.

So when he was made to experience that suffering, first by making him stay with it, what happened was the story came out. The story was this person hated experimental physics. He was all in love with theoretical physics but he was dead against experimental physics. He just had no inclination.

He had love for mathematics and all the abstract concepts of physics. That was his fascination and he would not like to waste his time on experimental physics. This dislike motivated by hatred for experimental physics manifested as lust.

Whenever you are involved in some work which you do not like, which you hate, then lust becomes too much. Because then you are doing it for survival sake and you always have a fear of survival.

Because he knew that he might fail in experimental physics, which means he would fail in his MSc, which means he might not become that scientist he wants to be, which means his survival is at stake. His whole survival is in becoming a great scientist. That was shaken.

So when survival is threatened, lust would automatically go up. They have a close link. Lust, survival and security are closely linked. When that is threatened, it will automatically go up.

Suppose you are playing in the share market and your shares are coming down, you will see the lust is going up. Suppose you engage in business and your business is failing, your lust will go up.

Always failure which leads to a threat of survival, lust would automatically go up.

So this became very, very clear to him. Then he had the courage to stay with the suffering and then also experience it. So it began to reveal itself—the story—and then he knew, “this is it, is it?”

So then what happened? He suddenly developed a love for experimental physics because he knew this lust was connected to his dislike for experimental physics and he said, “OK, I'll put a little more effort”, and then he did that and the lust disappeared. It came down to normal proportions and of course later on he became a world famous scientist also.

So the story gets revealed. That's why we talk in terms of created problem and real problem. So whenever you tell us "this is our problem", we know that it is a created problem. The real problem is something else.

So how to get there, stay with it. First, understand everything is only a story. In reality there can be no suffering, because when you experience reality as it is there is only joy, there is only bliss, there is only love, no matter what it is. But you do not experience reality because your mind is all the time interfering and what is the mind? It is all the time judging, it is commenting.

Why? Mind is nothing but the flow of thought. What is thought? Thought is measurement. It compares yesterday with today, today with tomorrow, him with somebody else. All the time it is comparing. It is measurement. Thought is an instrument of measurement. Constantly measuring, it is. So when you are measuring of course—there this vase. You must look at this vase not be measuring it in terms of its color or size, or shape. But the mind is nothing but the flow of thought and thought is from the past, and past is memory, and memory is dead.

So death is flowing through you and if you have truly died to the past and to the future — psychologically if you have died to them — then you would live in the present. There is great joy and bliss there. That is what we are trying to do to you.

So now what happens is if you are going to stay with the suffering, mostly the story will be revealed. If that also does not reveal then you can move into experiencing suffering. Then the story will definitely be revealed and not only that, there could a charge. Now the staying with it may give you the story but it might not remove the charge.

Now in this boy's case what happened was in the staying with it he came to know the story and hating experimental physics, and all these things. But that was not the end of the story. Still there was a discomfort.

So as he began to experience suffering it became very clear to him that there was a remark by an uncle of his who was a big professor of physics in an American university, who when he was a small boy made a comment: "only fools would do experimental physics. The greater your brains you would move into theoretical physics." So there started the bias against experimental physics, the actual dislike of it.

So he experienced the suffering there and the charge went away. So to remove the charge you have got to experience suffering.

Whenever anything is re-experienced, the charge goes away. Clearly you must re-experience it. Like two people cannot stay on the same spot, isn't it? You have to knock down one and put the other in.

So in a similar way what happens is when you re-experience it that charge is removed. It's gone. With the charge gone, entire perception changes because it comes from your story or it comes from the charge, the perception.

Once perception is changed, everything changes. You're experiencing of reality depends on your perception. If that changes, the experience changes and then the suffering is gone. But the ultimate suffering is there should be no perception at all.

So this is the first level. This is like normal suffering. But if you want to go a level where you'll experience things as they are then thought itself must stop, and that is possible.

When you are drinking coffee you should be drinking coffee. Why should you think about the cricket commentary or the score? You should be drinking coffee. That's when completely all suffering ends. There's nothing but joy and love in your life. What joy? Unconditional joy. Unconditional love.

You could be a beggar. You could be a leper, but you'll have unconditional joy. This joy does not depend on whatever you are gaining or whatever you are losing. It is just there. You could be anybody.

You might be the world's most powerful man, the world's most richest man, but you would not have this joy unless you experience reality as it is, and unconditional love. There would be love towards the king as well as the beggar because there is no thought.

So all this is possible to achieve.