

NIBBANA?

La maggior parte della gente viene a questi corsi con grandi speranze, aspirazioni, aspettative, richieste, con qualche fine in mente, sperando di raggiungere qualcosa, sperando di sperimentare qualcosa di nuovo, qualcosa di diverso, forse di sperimentare estasi mistica, euforia, liberazione dalla sofferenza, dolore e conflitto.

E dopo giorni e giorni di continua frustrazione, lentamente iniziamo a scoprire che tutto questo conflitto che sperimentiamo non è nient'altro, lo stesso che, un tutt'uno con tutte le nostre speranze, aspirazioni, aspettative, richieste, desideri, ecc.

E noi ci chiediamo, "Che cosa posso fare?"

Sebbene conosciamo la risposta ai nostri problemi esitiamo ad accettarla, poichè siamo ancora attaccati alla sensazione che forse c'è qualcos'altro che deve essere raggiunto. Sappiamo che la risposta è che non c'è alcun posto dove andare, non c'è niente da fare, non c'è niente da conquistare, niente da raggiungere, niente da capire. Non c'è estasi da essere sperimentata.

C'è solo vacuità, Nibbana.

Sfortunatamente, alcuni di noi hanno sentito attraverso chiacchiere, che ci sono alcuni stati, o forse c'è qualche memoria vivida di una esperienza sensuale o un'esperienza causata da droga e gridiamo a noi stessi: "Devo fare questa - devo sperimentare questo - forse la meditazione mi procurerà questo. Mi sottometterò a qualsiasi agonia, ma devo fare questa esperienza."

Sfortunatamente questa esperienza non può essere acquisita, non potete acquisirla ricercandola. Se state meditando con un tale fine in mente state sprecoando del tempo. Non c'è alcun fine da raggiungere. C'è solo il vuoto di questo momento qui ed ora. Forma e struttura sono vuote. I sentimenti sono vuoti. I pensieri sono vuoti. Le percezioni sono vuote. La consapevolezza è vuota. La vacuità deve essere percepita attraverso ogni gradino del cammino affinché il vuoto del fine venga rivelato.

Lo sperimentare silenzioso, vigilante ed ininterrotto di Anicca fa emergere la liberazione di Nibbana.

Se continuate a meditare con un qualsiasi fine che manca di Nibbana, creerete solo più miseria per voi stessi. Il raggiungere il fine è arrivare al silenzio del qui ed ora, la realtà di questo momento presente, così com'è, in tutto il suo vuoto.

Non ci può essere alcun attaccamento ad una tecnica, un insegnamento, un maestro, con una qualsiasi speranza di raggiungimento. Agire in questo modo implica delusione. Quando raggiungiamo questo punto di completa sottomissione alla realtà del vuoto di questo momento, con menti vigilanti e calme, sottomettendoci a ciò che è, qualsiasi cosa sia, dolore, piacere, non importa, proprio come è, noi scopriamo che non c'è alcun conflitto con la realtà.

Il desiderio e l'avversione verso il piacere ed il dolore viene meno.

C'è integrazione, completezza, integrità, liberazione.

Con questa sottomissione - integrazione, viene la liberazione e l'abilità di amare, che è abilità di servire, servire senza speranza di qualcosa indietro per il nostro servizio. Poiché noi abbiamo imparato che sperare è conflitto. Sperare è soffrire.

Con questo amore e servizio distaccato viene la possibilità di un progresso spirituale.
Quando non abbiamo alcun fine, incominciamo il nostro progresso.
Le nostre vite diventano dedicate a servire la verità, a dare, dare, dare.

Con questo amore, i nostri problemi si risolvono da se stessi, abbiamo scoperto la nostra incapacità di essere capaci a risolverli noi stessi.

Il mondo diventa il nostro premio, ma a noi non importa, poiché ogni nostra azione è dare, servire, amare, e la verità esce fuori dal nostro proprio essere.

Con questo, una grande pace arriva a Voi e a Tutti. Non c'è più alcuna separazione fra me e loro. C'è solo vuoto. Una pace che oltrepassa tutta la comprensione. Libertà dalla sofferenza, dai dispiaceri e dai conflitti: Nibbana.

Nibbana è uno stato di pura consapevolezza, di gioia incomparabile. Nibbana è lo Stato Naturale. Lo stato naturale della mente. Lo stato naturale del corpo.

John Coleman



International Meditation Center Italia

e-mail: info@imcitalia.it

web: www.imcitalia.it