

Metodo Balyayoga®
Yoga e meditazione per bambini
Corso Meditazione e Mindfulness Balyayoga®

DHARMA

Dharma significa *proprietà, natura, caratteristica*. Gli esseri umani sono gli esseri più evoluti. Essi possiedono una coscienza chiaramente riflessa che li rende superiori agli animali. Nessun altro essere possiede questo tipo di chiaro riflesso della coscienza. Gli esseri umani possono distinguere il bene dal male con l'aiuto della loro coscienza, e quando sono in difficoltà possono trovare una via d'uscita. La parola Dharma significa proprietà: Il suo equivalente è "natura", "caratteristica", o "proprietà". La natura del fuoco è quella di bruciare o produrre calore: questa è la sua caratteristica, o proprietà, che definisce anche la natura del fuoco stesso. Allo stesso modo, il Dharma o la natura dell'essere umano è quella di cercare l'Entità Cosmica. Il grado di divinità degli esseri umani è dato dalla loro coscienza chiaramente riflessa. Una vita senza pena e sofferenza è una vita felice e ricca di beatitudine, ed è questo che le persone desiderano. Tutti sono alla ricerca della felicità; infatti è insito nella natura stessa dell'uomo cercare la felicità. Vediamo ora come si fa per raggiungerla e con quali mezzi può essere raggiunta. Nella loro ricerca della felicità le persone sono attratte dapprima da tutto ciò che procura piacere fisico e materiale. Essi accumulano ricchezze e cercano di ottenere potere e prestigio per soddisfare il loro desiderio di felicità. La mera acquisizione del benessere, del potere e di una posizione non soddisfa una persona. L'acquisizione di qualcosa di limitato porta solo a desiderare di avere sempre qualcosa in più, e la ricerca della felicità non ha mai fine. La brama di possesso è incessante senza limiti ed infinita. Per dignitosi o alti che siano i risultati raggiunti, essi non riescono a mettere a tacere l'illimitata ricerca della felicità. Coloro che desiderano ardentemente il benessere non saranno soddisfatti fino a quando non otterranno benessere e ricchezza illimitati. Nemmeno chi cerca il potere, una posizione o il prestigio può sentirsi soddisfatto fino a che lui/lei non lo otterrà che in proporzioni limitate, come lo sono tutte le cose di questo mondo. Il mondo stesso è qualcosa di finito, e non può fornire nulla di infinito. Naturalmente, pertanto, le più grandi acquisizioni mondane, anche se comprendessero il mondo intero, non darebbero la sicurezza di qualcosa di infinito e a carattere permanente. Qual è allora quella cosa infinita, eterna che può donare eterna felicità? L'entità Cosmica è la sola ad essere infinita ed eterna, essa solamente è senza limiti.

Gli animali sono soddisfatti dalle cose limitate, mentre il desiderio degli esseri umani è senza fine, sebbene in entrambi il desiderio di piaceri stimoli e governi l'aspetto animale della vita. La differenza

tra i due è data dal fatto che gli esseri umani possiedono qualcosa che gli animali non hanno: una coscienza chiaramente riflessa. La natura infinita del bisogno imperioso di felicità assoluta degli esseri umani è dovuta solo alla loro coscienza. E' solo questa coscienza che non è soddisfatta dal piacere fisico del possesso, dal potere e dall'averne una posizione – cose che, nonostante le loro proporzioni, sono solo di carattere transitorio. E' la coscienza che crea negli esseri umani il desiderio dell'Entità Cosmica. Gli oggetti del mondo, i piaceri fisici, non saziano la sete di felicità del cuore umano, ma nonostante ciò vediamo che la gente ne è attratta.

Secondo la visione tantrica, il dharma ha 4 aspetti:

- L'espansione
- Il flusso
- Il servizio
- Fondersi con la Coscienza Cosmica

Il primo fattore di è la continua espansione della mente, verso l'infinito

Il secondo fattore è il flusso verso Parama Puruśa, lontano dai legami.

Il terzo fattore è il servizio: Quando si fa servizio bisognerebbe pensare che l'oggetto del proprio servizio è la Coscienza Cosmica. Allora non ci sarà spazio per la vanità, che è la causa della rovina dell'essere umano.

Il quarto fattore è fondersi con l'Entità Suprema la Coscienza Cosmica