

Discorso Divino
Bhagavân Shrî Sathya Sai Baba
Discorso del 12 luglio 1996

IL NÂMASMARANA È LA SÂDHANÂ PIÙ ELEVATA NEL KALI YUGA

*O anima nobile! Come un'armata possente è la vita di una fortezza,
l'onore è la vita di una donna e la firma è la vita di una promessa scritta di pagamento,
così la verità è la vita della parola."*

Difendete la vostra umanità con la purezza, la pazienza e la perseveranza

Dimenticare questo principio equivale a dimenticare l'Umanità stessa.
Studenti! Se dovete dire qualcosa, parlate al momento giusto, nel contesto corretto e con umiltà, in modo da non ferire gli altri. Non pronunciate mai parole aspre. Inoltre non dite mai cose non vere soltanto per far piacere a qualcuno; che agli altri piaccia o meno, attenetevi alla verità nella lettera e nello spirito e parlate con convinzione. Solamente così sarete rispettati nella società. Sostenete il rispetto dell'individuo, della società, della nazione e della razza umana in generale. La parola è la base di tutto questo; consideratela il vostro respiro vitale.

La verità è l'ornamento della parola

Sapete per che cosa vi è stata data la lingua? Forse per dedicarvi al pettegolezzo inutile? No, no. La lingua vi è stata data affinché diciate la verità. La verità è l'ornamento della parola come la carità è l'ornamento della mano. La condotta corretta è il respiro vitale dell'uomo, ma egli usa la facoltà della parola in modo arbitrario e dice il falso perdendo così il rispetto della società. Qual è il vero ornamento dell'uomo? La verità è l'ornamento dell'uomo. Le Scritture dicono:

Satyam bruyât priyam bruyât na bruyât satyamapriyam
Di' la verità, ma dilla gentilmente e non dire verità sgradevoli."

Satyam vâda dharmam chara
Di' la verità, pratica la rettitudine."

Questi due principi sono le pietre angolari della cultura indiana. Voi dovrete purificare i vostri cuori e raffinarvi seguendoli. La pace è l'ornamento delle anime nobili, la verità è l'ornamento dell'uomo, la beatitudine è l'ornamento di Dio. L'uomo può ottenere la felicità suprema solamente nella contemplazione di Dio; la felicità fisica e relativa al mondo è momentanea, non è felicità vera. Sotto l'influenza dell'orgoglio per la ricchezza e il potere, l'uomo imbuca varie strade malvagie, ma la ricchezza e il potere sono come nuvole passeggere. Sia il potere fisico quanto quello mentale o quello derivato dalla ricchezza sono temporanei.

Si può avere capacità fisica di fare prodezze e potere intellettuale, ma si subirà la sofferenza se si manca della grazia divina. Karna era un grande guerriero, ma quale fu il suo destino? Non dimenticate mai questa verità.”

Karna aveva la forza fisica, il potere dell'intelletto e quello delle armi; egli era, in effetti, dotato di tutti i poteri; era molto superiore ad Arjuna in tutti questi ambiti. Inoltre Arjuna non possedeva la qualità della generosità che aveva Karna. Questi non avrebbe mai mancato alla parola data. Nonostante egli fosse dotato di tutte le virtù e dello spirito di sacrificio, divenne uno dei quattro malvagi Kaurava (Duryodhana, Duhshâsana, Shakuni e Karna) perché non poté mancare alla promessa che aveva fatto al maligno Duryodhana.

Dimmi con chi vai e ti dirò chi sei.”

Le qualità malvagie entrano in voi quando frequentate persone malvagie; similmente, quando siete in buona compagnia, assorbite buone qualità. Il carbone splende come il fuoco quando ne viene a contatto.

Voi diventate come la compagnia che frequentate.”

Com'è la farina, così è il pane; com'è il cibo, così è l'alito.

Il desiderio e l'avidità causano la rovina dell'uomo

Studenti! La ferita causata da una caduta può guarire col tempo, ma quella causata dalle parole aspre non può mai essere sanata. Considerate la verità come il vostro respiro vitale. Quando parlate con i genitori, con gli amici e gli anziani, dovete essere sicuri che il vostro dire sia intriso di verità. Hanuman era il ministro di Sugrīva, il quale lo istruì a incontrare Râma e Lakshmana. Râma gradì molto il suo discorso pacato e dolce, per cui disse a Lakshmana: "Caro fratello, egli è dotato di pace, virtù e valore; la sua pace si riflette nel suo dire, le sue virtù si evidenziano nel modo rispettoso in cui si comporta, il suo valore si palesa in come è sceso dalla cima della montagna Rishyamûka in un batter d'occhio." Le qualità buone o cattive dell'uomo si rivelano nel suo parlare; tutto ciò che egli sperimenta è reazione, risonanza e riflesso delle sue parole. Voi sapete tutti che la malvagità e l'ingiustizia predominano oggi nel mondo; tutto questo è dovuto all'influenza dell'Era di Kali. Oggi l'uomo è impantanato nel desiderio e nell'avidità; ha desideri illimitati. Nel desiderare le cose necessarie alla vita non c'è niente di male; noi abbiamo bisogno di certe cose per mantenere la dignità e l'onore della famiglia. Salvaguardare l'onore e il benessere della società è nostro dovere; l'onore della società è l'onore della nazione. Prima viene l'individuo, poi la società e quindi la nazione, per cui gli studenti devono formarsi, per prima cosa, il carattere individuale che conferisce valore e rispetto all'individuo; a seguire si deve sostenere l'onore della famiglia. Nei tempi antichi, la gente dava molta importanza all'onore della famiglia nelle unioni matrimoniali, ma oggi nessuno si interessa al carattere dell'individuo e all'onore della famiglia. Per l'uomo è naturale avere desideri nobili tenendo a mente il carattere individuale, l'onore della famiglia e il benessere della società. In secondo luogo, oggi la gente è ossessionata dall'avidità. Dire quante persone abbiano perduto la vita a causa dell'avidità è impossibile. Dovunque guardiamo oggi, le virtù e l'amicizia godono di ben scarsa considerazione; soltanto il denaro è diventato importantissimo per l'uomo, quindi molti accumulano ricchezze enormi. Dove va però tutta la loro ricchezza? Che cosa ci fanno? La usano forse per qualche causa apprezzabile o scopo caritatevole? La spendono per dare istruzione e assistenza medica ai poveri? Nient'affatto. Non ci sono stati tanti re che avevano ricchezze e si sono guadagnati grande nome e grande fama? Dove sono ora? Essi non hanno portato con sé neppure un pugno di sabbia quando si sono separati da questo mondo. Comunque non c'è niente di errato nel guadagnare il denaro necessario a soddisfare i bisogni essenziali della vita di tutti i giorni, ma voi pensate che l'istruzione che acquistate serva soltanto a guadagnare denaro.

Voi potete vantarvi di ammassare grande ricchezza,
ma con essa non potete ottenere neppure un briciolo di pace.
Potete vantare un'istruzione di prim'ordine,
ma questa non può aiutarvi a ottenere neppure un po' di pace in questo mondo."

Questa è la "grandezza" dell'istruzione moderna! Essa promuove soltanto discussioni inutili che portano all'inimicizia, non alla pace; quindi non è bene perdersi in diatribe. Ci sono tre P che

l'uomo deve sviluppare per salvaguardare la sua umanità: Purezza, Pazienza e Perseveranza, i tre Valori Umani essenziali. Se avete Purezza avrete Satya e Dharma e sperimenterete la beatitudine di praticarli; se avete Pazienza vi comporterete rettamente e osserverete la Non violenza e se avete Perseveranza otterrete tutti i Valori Umani. Se in voi ci sono l'Amore e la Rettitudine, non cadrete mai nella violenza. Chi ha Verità e Pace non sarà mai preoccupato in alcuna situazione. Anche se avete uno solo dei quattro Valori Umani, cioè Verità, Rettitudine, Pace e Amore, sicuramente vi atterrete alla Non violenza. Per sviluppare la Non violenza non c'è bisogno di alcuno sforzo speciale; basta avere almeno una di queste quattro qualità umane.

A causa dell'assenza di paura del peccato e di amore per Dio, il sentimento di umanità è scemato negli esseri umani e questo va a danno della pace universale.”

Si può anche essere dei sempliciotti senza alcuna intelligenza o capacità intellettuale, ma aver paura del peccato sarà sufficiente. Potete avere qualunque ricchezza, quanto oro volete o qualunque possedimento, ma, se mancate di paura del peccato, vi si potrà solo considerare degli ignorantoni.

Una volta Prahlâda disse a suo padre: “Perché uccidi le persone innocenti come cacci gli animali selvatici nella foresta? Tu commetti atti di violenza per espandere il tuo regno: che cosa guadagni uccidendo così tante persone? Non è questo che dovresti fare. Come può, uno che è diventato schiavo dei nemici interiori, conquistare quelli esteriori? Tu hai molti grandi nemici dentro di te; quali sono? Sono il desiderio, l'ira, l'avidità, l'illusione, l'orgoglio e la gelosia. Tu ti sei arreso a essi, per cui, all'esterno, uccidi degli innocenti; questo è un grande peccato.” Prima di tutto dovrete uccidere i nemici interiori come il desiderio, l'ira, l'odio ecc.; solamente dopo potrete generare in voi la paura del peccato. Perché oggi prevale l'inquietudine nel Paese? Perché manca la paura del peccato e l'amore per Dio. Dovunque guardiate, nella foresta, sulla cima delle colline, nelle città e nei villaggi, c'è inquietudine e agitazione. Tutti voi sapete che un solo braccialetto al polso non fa alcun rumore, ma, non appena ne indossate un altro, essi cominciano a farsi sentire; similmente, dovunque due persone si incontrino, nascono inquietudine e agitazione. A causa dell'impatto dell'Era di Kali, la tolleranza, la partecipazione, l'amicizia, la compassione e la gentilezza si sono estinte; dovunque ci sono solamente egoismo e interesse personale. Oggi, gli studenti dovrebbero prendere l'impegno di lavorare per il benessere della società e la protezione del Paese in genere; soltanto allora la loro istruzione può diventare utile. Voi potete ottenere la pace solamente servendo il Paese. Siete nati e cresciuti nella società; il vostro progresso va attribuito all'aiuto e all'incoraggiamento che essa vi dà, per cui dovrete servirla ed esprimerle la vostra gratitudine.

Aiutate gli altri per quanto potete

Se dite parole buone, potete conquistare la fiducia degli altri. L'imperatore Bali disse al suo guru che non c'è peccato più grande del mancare a una promessa e ignorò persino il suo consiglio

per attenersi alla verità. Quando Vâmana chiese a Bali tre passi di terra, il suo guru Shukrâchârya lo avvertì: “O Bali, Egli non è una persona comune, ma il Signore Nârâyana Stesso; se Gli darai i tre passi di terra che ti ha chiesto, diventerai un povero”, ma Bali rispose: “Svami, se Dio stesso ha proteso la mano chiedendomi la carità, chi sono io per rifiutarGliela? lo manterrò certamente la mia promessa. Non sono interessato a ciò che mi accadrà. Il fatto che la mia mano sia al di sopra della Sua è la mia fortuna più grande. Ci può essere una fortuna più grande di questa per me? Io sono pronto a fare qualunque cosa pur di ottenere questa benedizione.”

Il vostro onore consiste nel tener fede alla parola data. La giovinezza è come una nuvola passeggera che viene e va; non c'è all'inizio né dura fino alla fine. Viene e va nella fase intermedia come acqua che scorre sotto i piedi: quanto può durare? Non dovrete essere orgogliosi della giovinezza che è così passeggera e temporanea. Tenendo presente il futuro e il benessere della società, createvi una visione stabile e una mente ferma. E non solo: dovete curare il buon nome dei vostri genitori. Essi lavorano molto e sopportano ogni tipo di difficoltà per il vostro benessere e progresso, desiderando solamente che possiate studiare bene, elevarvi nella vita e guadagnarvi un buon nome. Quindi dovete sforzarvi di dar loro pace e contentezza.

Nonostante tutta la sua istruzione, una persona sciocca non conoscerà il suo vero Sé. Che cosa dà tutta questa istruzione moderna? Dà solamente conoscenza libresco e voi non potete ottenere un buon nome con questo tipo di istruzione. Potete ottenerlo soltanto con le buone azioni. Cercate di alleviare le sofferenze dei vostri fratelli, aiutate gli altri per quanto possibile; non andate però oltre le vostre possibilità. Swami vi ha detto di sviluppare lo spirito di sacrificio, ma non per questo potete avere più acqua di quanta ne possa contenere il vostro recipiente; potete averne quanta esso ne porta. Se volete più acqua, vi serve un contenitore più grande, il che significa che dovete allargare il cuore; allora avrete ampi sentimenti.

Studenti! Quando in voi sorge un pensiero, dovete usare la discriminazione per vedere se esso sia buono o cattivo, giusto o sbagliato e solamente dopo agire di conseguenza. Non agite frettolosamente.

La fretta causa spreco e questo porta preoccupazione. Quindi non abbiate fretta.”

Concedetevi il tempo necessario e riflettete prima di agire. Ciò, però, non significa che si debba sprecare il tempo inutilmente: il tempo è Dio. Oggi la situazione nella società è tale che la gente cerca di denigrare anche le azioni buone degli altri e, anche se la aiutano, essa cerca di arrecarvi danno. Non c'è dubbio che si debba comunque aiutare anche quelli che ci danneggiano.

Nell'aiutare coloro che ci hanno aiutato non c'è niente di grande; nobile è colui che aiuta anche quelli che gli hanno fatto del male.”

Nell'aiutare gli altri, dovete però usare la discriminazione; dovete considerare fin dove potete prestarvi.

Ho raccontato questa storia altre volte: quando Mohammad Ghori attaccò Prithvi Raj, questi lo sconfisse completamente, ma il vincitore, essendo una persona che comandava con magnanimità, lo perdonò e lo lasciò andare senza punirlo. In seguito, Mohammad Ghori lo attaccò di nuovo e lo sconfisse, lo imprigionò e lo accecò. Non ebbe la stessa gratitudine che aveva ricevuto da chi gli aveva permesso di cavarsela senza danno. Quindi dovete fare attenzione nell'usare il perdono con le persone crudeli; è indubbio che il perdono sia una grande virtù, ma, se lo usate nei confronti di una persona malvagia, farà più male che bene. Queste persone vanno perdonate una o al massimo due volte perché, se le perdonate sempre, vi mettete in pericolo.

Consigli per controllare la collera

Abbiate sempre sentimenti e pensieri buoni nei confronti di tutti, ma comportatevi con grande cautela a seconda del momento e della situazione. Imparate a parlare sommessamente, dolcemente e in modo suadente; questo soltanto per soddisfazione vostra e non per gli altri. A volte siete sopraffatti dalla collera, la quale genera grande agitazione nella mente; quindi dovete sforzarvi di acquietarla. Non agite immediatamente quando siete preda dell'ira.

“Chi agisce con rabbia non avrà successo in alcun tentativo, commetterà peccati e sarà deriso da tutti.

La sua stessa gente lo abbandonerà,
perderà ogni ricchezza e rispetto,
e la sua ira lo rovinerà del tutto.”

Studenti! Ci sono certi stratagemmi per tenere l'ira sotto controllo: il primo passo è di allontanarsi subito dal luogo in cui essa insorge e bere una tazza di acqua fredda. Entrate in casa, guardatevi allo specchio e vedrete com'è brutta e sconvolta la vostra faccia quando siete arrabbiati. Sembrerete Shûrpanakhâ. Voi stessi sarete disgustati dalla vostra rabbia e direte: “Che vergogna! Non darò mai più spazio all'ira.” Se, dopo tutto questo la rabbia non sbollirà, andate in bagno, aprite il rubinetto, mettete un secchio sotto il getto d'acqua e prendete il tono (shruti) del suono che si genera per intonare il canto del Nome Divino. Quando cantate i bhajan, tutte le vostre azioni cattive vengono lavate via. Potete anche fare una passeggiata veloce. Tutti questi suggerimenti agiscono come medicine e vi consentono di tenere la collera sotto controllo.

I nostri antenati svilupparono le qualità umane naturali seguendo metodi simili. Allora non c'erano le pillole per alleviare l'ansia e acquietare la mente; oggi, non appena siete nella morsa dell'ansia, il medico vi prescrive una pillola che agisce da sedativo e vi fa dormire. Non dovrete prendere l'abitudine di prendere queste pillole. Qual è la pillola che dovremmo prendere?

In questa Era di Kali, il canto del Nome Divino è la sola via che porti alla liberazione.”

In questa Era di Kali, la ripetizione del Nome di Dio è sommamente importante. Non c'è medicina migliore del Nâmasmarana; quindi cantate sempre il Nome Divino. Questo eliminerà tutti i vostri problemi e agitazioni oltre a concedervi pace e beatitudine. Qual è il potere più grande in questa Era di Kali?

O anima nobile! Non c'è Yuga come quello di Kali, perché in esso si può ottenere la liberazione semplicemente recitando il Nome Divino.”

Cantate il Nome Divino e ottenete la beatitudine

In questa Era di Kali non c'è niente di più grande del cantare il Nome Divino; è la medicina migliore per tutte le malattie che si contraggono nel mondo. La meditazione, i sacrifici rituali e l'adorazione sono prescritti come i mezzi principali di liberazione rispettivamente nel Krita, nel Tretâ e nel Dvâpara Yuga. Il Nâmasmarana è la via più semplice per liberarsi in questo Kali Yuga. Quindi le persone nate in questo periodo sono più fortunate di quelle vissute nei tre precedenti. Sfortunatamente, però, oggi la gente non è capace di seguire una strada così facile. Voi non riuscite a star seduti fermi neppure per due minuti: che forma di austerità potete praticare? È impossibile. Quindi rifugiatevi nel Nâmasmarana; non c'è sâdhanâ più grande di questa. Il canto continuo del Nome Divino porta via tutte le qualità malvagie; voi stessi potete constatare come siete contenti nel cantarLo. È per questo che Dio viene descritto come Gânalola e Gânapriya (amante della musica). Il Saggio Nârada cantava sempre il Nome Divino del Signore Nârâyana; questa era la sua occupazione principale e il Signore andava in estasi nell'ascoltare il suo canto. Nel cantare c'è tantissima gioia e il cuore è rapito, per cui si va in estasi; ecco perché il cantare viene considerato così prezioso. Si possono ignorare le componenti della musica come il tono, il ritmo, la melodia, il tempo ecc., ma si dovrebbe cantare con tutto il cuore, con sentimento. Ci sono tre modi di pronunciare il Nome Divino: si può pregare dicendo: “Râma, Ti prego, proteggimi.” Oppure, si può dire la stessa cosa in forma di poesia, ma queste due forme non sono molto piacevoli da ascoltare mentre la stessa preghiera,

espressa nella forma di un canto, va direttamente al cuore perché nel cantare ci sono tanta dolcezza e tanta gioia. Per questo Nârada cantava continuamente il Nome Divino “Nârâyana, Nârâyana”.

Una volta, il Saggio Nârada andò dal Signore Nârâyana e Lo pregò di illustrargli l'efficacia del Nome di Râma. “Guarda, Nârada! Su quell'albero c'è un pappagallo; va' a chiedergli di ripetere il Nome di Râma una volta”, disse Nârâyana, al che, obbedendo al Suo comando, Nârada fece come gli era stato detto. Non appena udì il Divino Nome di Râma, il pappagallo cadde morto giù dall'albero. Nârada tornò da Nârâyana e disse: “O Signore! lo ho eseguito il Tuo comando, ma il pappagallo è morto non appena gli ho chiesto di recitare il Nome di Râma”, ed Egli rispose: “O Nârada! Non preoccuparti per la morte del pappagallo. Una mucca ha partorito or ora un vitello; vai a chiedergli di cantare il Nome di Râma.” Nârada temeva che il vitello potesse andare incontro allo stesso destino del pappagallo, ma obbedì al comando di Nârâyana e l'animale morì quando ebbe udito il Nome di Râma. Egli informò il Signore dell'accaduto e ricevette l'ingiunzione di andare al palazzo di un re, che era stato benedetto dalla nascita di un figlio, e domandare al principe di cantare il Divino Nome di Râma. Nârada era spaventato, ma Nârâyana insistette a che egli obbedisse al Suo comando. Il Saggio andò al palazzo e chiese al principe nato da poco di recitare il Nome di Râma solo una volta; il bambino lo salutò e lo informò che, per il semplice ascolto del Nome di Râma una volta, era stato trasformato da pappagallo in vitello e da questo in essere umano come principe. Egli espresse la sua gratitudine al Saggio Nârada per averlo iniziato al Râma Nâma. Quindi il Nome Divino concede la nascita umana che è considerata un dono raro.

(Baba ha concluso il Suo Discorso con il bhajan “Hare Râma Hare Râma Râma Râma Hare Hare...”)

Prashânti Nilayam, 12 luglio 1996,
Sai Kulwant Hall
(Da “Sanâtana Sârathi”, ottobre 2011)