

GENNAIO 2007

1.1.07

Questo giorno è “Capodanno” soltanto perché voi avete deciso di chiamarlo così ma non è astronomicamente o climaticamente diverso da ieri o da domani. Giorni simili a questo, molte centinaia di migliaia di essi, sono passati sulla terra ed a migliaia sono stati celebrati come festività; anche questo giorno è arrivato ed anche questo passerà. Soltanto se si usa il Capodanno per cominciare a vivere in un altro modo, per fare un passo verso la realizzazione o il miglioramento di sé tramite il servizio, le celebrazioni acquisiscono significato ed importanza. Baba

2.1.07

La Verità può riflettersi nell'intelletto solamente quando questo sia stato chiarificato da Tapas (Penitenza) che è costituito da tutte le azioni intraprese con motivi nobili e tutte quelle che indicano un forte anelito verso lo Spirito, dal pentimento per gli errori passati, dalla determinazione sincera ad aderire alla virtù, dall'autocontrollo ed aderenza inflessibile all'equanimità di fronte al successo ed al fallimento. Tapam significa entusiasmo, intensità fervente ed assiduità nello sforzo. E' Tapas che promuove la rinuncia e la disciplina. Baba

3.1.07

Che cosa si intende per nascita e morte? Indossare un corpo è la nascita e deporlo è la morte. E' a causa dell'illusione che l'uomo sperimenta la dualità di nascita e morte; quando inaliamo con il suono “So”, il principio vitale entra nel nostro corpo e, quando esaliamo “Ham”, ne esce. In ogni momento, questo processo di inalazione ed esalazione ci ricorda la nostra Divinità inerente: “So Ham” (Io sono Dio). Finché c'è il respiro vitale, il corpo è considerato Shivam (prospero) ed, una volta che se ne va, il corpo diventa Shavam (cadavere). Sia la nascita che la morte sono relative al corpo e non al principio vitale; l'uomo sperimenta nascita e morte a causa del suo attaccamento al corpo e ne viene liberato quando abbandona questo attaccamento e si affida completamente alla Volontà di Dio. Baba

4.1.07

In questa immensità dell'universo, dalla nano particella all'ammasso più grande, tutto è permeato dalla Realtà Atmica che si manifesta come l'infinitesimo nel piccolo e l'immenso nel grande. In realtà, il Principio di Unità che pervade il microcosmo ed il macrocosmo è la Realtà Fondamentale che dovete prendere in esame. Voi dovete dirigere il vostro amore verso l'immutabile l'Atma Tattva (Principio Atmico) e non verso il corpo che è soggetto a nascita e morte; l'Atma Tattva non va incontro a cambiamenti di alcun tipo, niente può esservi aggiunto né sottratto. Dovete quindi sviluppare una fede sicura in tale principio invariante che è la sola realtà. Fate dell'Atma Tattva il vostro scopo nel viaggio della vita. Baba

5.1.07

Una volta che avrete provato Prema (Amore) vedrete il mondo nella sua forma reale. Quindi diventate incarnazioni dell'amore, lasciate che l'amore sgorgi incessantemente dal vostro cuore, immergetevi nel flusso d'amore. Dall'amore emergono la verità e la rettitudine; Sathyam

Vada, Dharmam Chara (di la verità, pratica la rettitudine). La verità e la rettitudine sono le due colonne su cui poggia la residenza della vita umana ed è l'amore che fa sorgere questi due principi. Non c'è conoscenza più grande di quella dell'amore; potete leggere una quantità di pustaka (libri) ma non da questi lo si può acquisire. A che cosa serve leggere pustaka se il vostro mastaka (testa) è pieno di sporcizia? E' a causa di tale sporcizia che diventate animali perdendo il senso della discriminazione. Baba

6.1.07

Tutti i nomi e le forme sono basati sui vostri sentimenti; Dio non alberga differenze di sorta. Nessuno può comprendere la natura della Divinità; in realtà, il Principio dell'Amore che esiste in tutti gli esseri è il Principio della Divinità. L'Amore non ha una forma specifica; la Divinità trascende nome e forma. In effetti tutti i nomi e le forme appartengono all'unico Dio ed Egli risponde alle preghiere dei devoti in qualsiasi forma essi Lo adorino; per questo ognuno considera la forma che adora superiore alle altre. Considerare una forma superiore alle altre è segno di ignoranza. Ciò che è importante è che le vostre preghiere non si limitino alle mere parole; esse devono essere tradotte in azioni. Parlare è facile ma non altrettanto mettere in pratica. La vera preghiera è ciò che viene tradotto in azione. Baba

7.1.07

Identificare se stessi con il corpo è un errore grave. Abbandonate l'attaccamento al corpo ed acquistate la Consapevolezza Atmica; soltanto allora comprenderete e sperimenterete la vostra forma vera, cioè l'Atma, altrimenti anche i più piccoli disturbi fisici vi renderanno ansiosi. I disturbi fisici sono come nuvole passeggere; voi ne sarete influenzati finché sarete illusi dalla coscienza corporea. Una volta che ne avrete abbandonato l'attaccamento non sarete più legati dal corpo e dalle sue limitazioni. Quando sedete in meditazione, voi dimenticate il corpo; "meditazione" significa abbandono di Dehabhimana (attaccamento al corpo) ed acquisizione della Consapevolezza Atmica. Capite che non siete il corpo: voi siete "io". Ognuno, riferendosi a se stesso, usa il termine "io", il principio dell'Atma, e quindi voi non siete il corpo che è soltanto uno strumento: "io" è la vostra identità vera. Baba

8.1.07

Propagare il Dharma (la Rettitudine) significa promuoverne la pratica e non diffonderne la conoscenza; soltanto coloro che praticano il Dharma sono qualificati per diffonderlo. Dharma e Satya (la Verità) sono finiti nell'ombra perché sono stati propagati da persone che non li praticano; la loro natura e valore veri vengono compresi solamente quando li si pratica nella vita quotidiana. Il Dharma, nonostante sia presente dovunque, è coperto dall'ignoranza e dall'orgoglio come il fuoco è nascosto dalla cenere o l'acqua dalle erbe palustri. Questi elementi che nascondono la vera natura del Dharma devono venir rimossi acciocché esso sia rivelato al mondo. Baba

9.1.07

L'Amore è Luce che illumina il vostro cammino e vi aiuta a raggiungere la meta; il viaggio della vita sarà certo e privo di pericoli se portate la lampada dell'amore con voi. L'Amore è Dio, vivete nell'Amore. In verità voi siete l'effettiva incarnazione dell'Amore. Fate che la corrente d'amore fluisca dall'uno all'altro, considerate l'amore come la vostra vita; questo è il dovere fondamentale. Anche se cercate dovunque nel mondo, non potete trovare niente più grande

dell'Amore. Con l'arma dell'amore potete conquistare il mondo intero. Non c'è niente che non possiate ottenere con il potere dell'Amore; l'Amore è la forza suprema. Il valore umano si trova nello sperimentare e condividere l'Amore Supremo. Il potere dell'Amore è ineguagliabile; quando colmate il vostro cuore d'amore, tutti diventano vostri fratelli e sorelle e non avete affatto dei nemici! Baba

10.1.07

In questo mondo vedete molti nomi e forme; questo significa che sono tutti diversi l'uno dall'altro? No, tutti sono uno; la sola Divinità Si esprime come padre, madre, fratello, sorella, etc. Persone diverse possono attribuire nomi differenti alla Realtà Atmica e cercare di definirLa in vari modi ma il sottostante Atma Tattva (Principio Atmico) è lo stesso. Nomi e forme possono essere differenti ma la Verità fondamentale è una. Se terrete presente questo principio della Verità, da voi sgorgerà l'amore ininterrottamente. Immergetevi nell'oceano dell'amore, non abbandonate l'amore in nessun caso; anche se qualcuno vi odiasse, trattatelo come il vostro stesso fratello. Baba

11.1.07

Se soltanto gli uomini conoscessero la via che porta alla gioia e pace permanenti, non vagherebbero confusi per i vicoli del piacere sensuale. Proprio come la gioia provata nei sogni scompare al risveglio, anche quella sperimentata negli stati di veglia svanisce quando vi destate alla consapevolezza superiore. Fate l'uso migliore del momento presente per divenire coscienti della Divinità latente in tutti. Quando morite non dovete farlo come un animale o un verme ma come un Manava (Uomo) che ha compreso di essere Madava (Dio). Questo è il coronamento di tutti gli anni che spendete nella struttura fisica umana. Baba

12.1.07

Per il soddisfacimento dei propri desideri è sempre preferibile rivolgersi a Dio piuttosto che umiliarsi davanti agli uomini che sono essi stessi dei meri mortali. Nel Suo modo silenzioso, Dio trasformerà la mente e la volgerà verso la Sadhana (sforzo spirituale) assicurando un viaggio spirituale coronato dal successo; Egli non permetterà che i Suoi figli smarriscano la strada e soffrano nel deserto del mondo materiale. Quando Lo avvicinate e cercate aiuto e guida, avete fatto il primo passo per salvarvi e venite quindi condotti ad accettare la Sua Volontà come vostra; così ottenete la Pace (Shanti). Baba

13.1.07

Dimenticando la vostra Divinità innata andate cercando Dio nel mondo esteriore; voi stessi siete Dio, dirigete la vostra visione all'interno in cerca del vostro Sé reale. L'auto-indagine porta alla effettiva visione di Dio (Sakshatkara); una volta ottenuto questo, sarete liberi da tutte le preoccupazioni. Dire che non avete sperimentato Dio è un errore: Egli è presente in voi. Non cercate Dio all'esterno; tutto ciò che vedete all'esterno è illusorio, non fatevi incantare dal mondo apparente. Solo così potete ottenere la pace e finalmente comprendere la verità "Io sono Io". Per conoscere questa verità semplice non avete bisogno di studiare numerosi testi sacri; mettete i testi da parte e godete la sensazione della Divinità dentro. Baba

14.1.07

Oggi la gente fa molti esercizi spirituali (Sadhana) per sperimentare la Divinità. Dio viene più

vicino a voi grazie a questi esercizi e si allontana se voi non li fate? No. E' soltanto l'illusione (bhrama) che si allontana da voi se effettuate gli esercizi e, come risultato, vi avvicinate a Dio (Brahma). Dovreste fare ogni sforzo per liberarvi dell'illusione. Abbandonate l'idea di essere il corpo e di essere colui che fa e solamente allora potrete essere liberi dall'illusione e dalla paura; riducete l'attaccamento al corpo. Questa è la Sadhana che dovete intraprendere. La pratica spirituale non consiste nel ripetere il Nome di Dio (Japa), nel fare penitenza (Thapa), nel meditare (Dhyana), etc; sviluppate una fede certa nel fatto che voi siete Dio, ricordate di continuo a voi stessi "Io sono Dio" ed allora diverrete Dio. Baba

15.1.07

Da oggi in avanti, il periodo dei prossimi sei mesi è chiamato "Uttarayana" dato che il sole appare muoversi nel cielo verso nord. La direzione nord, nelle scritture indiane, è associata con gli Dei per cui questi sei mesi sono considerati particolarmente adatti alla Sadhana (Disciplina spirituale); voi dovete però essere interessati più al "Sole" del vostro firmamento interiore che alle profondità dello spazio esteriore perché l'illuminazione interiore vi riguarda più della luce e dell'energia esteriori. Qual è la Sadhana che muoverà il Sole interiore verso Dio? Dio è nascosto ed impedito dalle nubi dell'egoismo; liberarsi dell'egoismo è la Sadhana da praticare. Il servizio è la cura migliore per l'egoismo e quindi impegnatevi in esso per alleviare il dolore e l'afflizione degli altri per quanto potete. Baba

16.1.07

L'universo intero è stato creato per Volontà di Dio; Dio crea e sostiene l'universo che alla fine si fonde in Lui, Origine della sua nascita. L'universo, nato per Volontà Divina, è conosciuto come "Visvam" il cui corretto significato è "ciò che è auto-espandente e pieno di beatitudine". Visvam non è semplicemente una manifestazione di materia fisica, è una esteriorizzazione diretta di Dio, è l'effettiva incarnazione della Persona Cosmica con tutte le sue membra. Dio è la causa fondamentale dell'universo; l'universo è il riflesso di Dio. Visvam e Visnu (Dio) non sono differenti: Visvam è la vera e propria forma di Visnu. La creazione intera costituisce le varie membra di Dio ed è simbolo della Sua natura espansiva che può essere compresa soltanto tramite la discriminazione (Viveka). Baba

17.1.07

Nella Creazione ogni oggetto ha cinque aspetti e cioè Sath, Chith, Ananda, rupa e nama (Esistenza, Consapevolezza, Beatitudine, forma e nome); i primi tre sono Principi Eterni e sono la base per il nome e la forma che sono invece effimeri. La gente attribuisce a Dio molti nomi e forme sulla base dei propri sentimenti dimenticando i tre principi di Sath, Chith e Ananda ed assumendo gli altri due come unica realtà. In effetti il nome e la forma non sono permanenti ma le persone ne vengono abbagliate ed ignorano i tre Principi Eterni; di conseguenza sono confuse e tendono a dimenticare l'immenso potere di Dio che c'è dietro al nome ed alla forma. Baba

18.1.07

La spiritualità intende spiegare il Principio della Divinità ed il significato interiore dei nomi ad Essa attribuiti. Chi segue il cammino spirituale deve sforzarsi di comprendere e sperimentare il Principio del Divino e propagarlo ma l'uomo non ha oggi veramente compreso che cosa significhi "spiritualità"; egli è in balia dell'idea errata che la spiritualità consista semplicemente

nell'offrire adorazione e preghiere a Dio e nell'eseguire dei riti. Oggi l'uomo adora idoli ed immagini inanimate ma non fa nessuno sforzo per amare i suoi simili; se non può amare il simile che ha davanti agli occhi, come può amare qualcuno che non vede? Questo è impossibile; soltanto un uomo che ama coloro che gli sono vicini può amare il Divino invisibile. Baba

19.1.07

Se intraprendete attività elevate, è giocoforza che all'inizio vi siano degli ostacoli ma non dovete perdervi d'animo. Nella mitologia Indù, quando gli Dei (Deva) ed i Demoni (Danava) si accinsero alla zangolatura dell'oceano di latte, ciò che emerse all'inizio era veleno mortale ma questo non li dissuase; essi proseguirono nei loro sforzi con determinazione incrollabile ed alla fine ottennero l'Ambrosia Divina. Il nostro cuore può esser paragonato all'oceano di latte e la pratica spirituale (Sadhana) al processo di zangolatura; inizialmente, nell'intraprendere la Sadhana, gli ostacoli sono inevitabili ma noi non dobbiamo venirne scoraggiati e dobbiamo proseguire i nostri sforzi con fede totale. Soltanto così si può raggiungere uno stato di elevazione e beatitudine. Baba

20.1.07

La gioia ed il piacere ottenuti con le azioni (karma) sono soltanto temporanei; tuttavia uno non può e non deve desistere dal karma. Allora come si deve agire? Bisogna praticare il distacco e l'abbandono del desiderio verso i risultati delle azioni il che significa che tutte le azioni vanno trattate come sacrifici (Yajna) fatti per la Gloria di Dio e non a fini egoistici, per guadagnarsi del merito duraturo e non vantaggi temporanei. L'azione priva di desiderio (Nishkama karma), citata nella Bhagavad Gita, è il vero sacrificio; il karma intrapreso con questo spirito non è causa di avidità o dolore e vi riempie con un senso di soddisfazione ed appagamento. Baba

21.1.07

Le nostre azioni dovrebbero essere tali da portare contentezza a noi stessi ed agli altri. Prima di tutto dobbiamo scoprire che cosa sia la vera felicità e che cosa il dispiacere; la gente pensa che la felicità si trovi nel mangiare a sazietà e nell'aver un buon sonno ma questo non è affatto felicità. La felicità si trova nel lavorare duro e servire la società; noi possiamo sperimentare pace e contentezza soltanto quando aiutiamo i poveri ed i bisognosi. Ognuno deve comprendere il proprio dovere e farlo al meglio delle proprie capacità. Durante i tempi upanishadici le persone si inchinavano all'azione (karma) prima di intraprenderla: "Thasmai Namah Karmane" (salutazione all'azione). In primo luogo, noi dobbiamo inchinarci ed essere riconoscenti alle azioni in modo che ci diano risultati buoni. Baba

22.1.07

Se meditate su Dio con amore puro e disinteressato potete vederlo senza dubbio. Oggi molti sono in cerca di Dio; Dio è dovunque ma dovete avere gli occhi per vederLo. "Sarvatah Pani Padam Tat Sarvathokshi Shiromukham, Sarvatah Shruthimalloke Sarvamavruthya Thishthati": con mani, piedi, occhi, teste, bocche ed orecchie che pervadono tutto, Egli permea l'universo intero. Che bisogno c'è di cercare Dio che è dovunque? Oggi le persone cercano di vedere Dio con i loro occhi fisici (Charma Chakshu) ed è per questo che non possono vederLo: Dio si può vedere soltanto con l'occhio della saggezza (Jnana Chakshu). Baba

23.1.07

Come possono gli oggetti effimeri darvi la pace eterna? Tutto ciò che si vede è destinato a perire (Yad drishyam thannasyam). Gli oggetti transitori non possono darvi felicità eterna. Noi vediamo i vari oggetti del mondo e ci illudiamo che siano permanenti; è un errore grave. Anche il nostro corpo è visibile con gli occhi ed è quindi non permanente. Identificarsi con il corpo è un segno di ignoranza. Per ere l'uomo è rimasto nell'illusione che gli oggetti fisici ed effimeri gli diano la felicità; la felicità vera si ottiene quando si riconosce il principio fondamentale ed eterno dell'Atma in questo mondo effimero. Baba

24.1.07

Il desiderio e la rabbia sono come insetti nocivi che distruggono l'albero della vita umana; oggi, nell'uomo, i desideri e la rabbia sono divenuti selvaggi. Sì, i desideri sono essenziali per l'uomo ma se sono eccessivi portano la distruzione. "Senza moderazione non può esservi benessere" (Na Shreyo Niyamam Vina); i desideri devono esser tenuti a freno. A volte l'uomo ha l'amore in sé ed altre volte cade preda di attacchi d'ira; questa tendenza è il risultato del cibo e delle abitudini sbagliati. Non traducete mai in fretta e furia i vostri pensieri in azioni; prendete tempo e considerate se ciò che volete fare sia giusto o errato. Baba

25.1.07

Non per tutti è possibile comprendere la natura della Divinità; bisogna sforzarsi di capire i principi di "base-fondamento-supporto" (Adhara) e "oggetto" (Adheya). Non sprecate il vostro tempo nell' eseguire meccanicamente dei riti; la spiritualità consiste nel comprendere che l'uomo non è altro che una scintilla del Divino. Questo è ciò che è dichiarato nella Bhagavad Gita: "Tutti gli esseri sono parte del Mio eterno Sé (Mamaivamsho Jivaloke Jivabhutas Sanathana) Il mondo intero è permeato da Dio (Vasudeva-Sarvamidam)". Dovete sperimentare questa verità e diffonderla nel mondo. Baba

26.1.07

Tutti gli uomini e tutte le creature sono incarnazioni dell' Amore. Tutti gli uccelli, gli animali e gli insetti desiderano essere felici, proprio come fa l'uomo. Anch'essi godono la felicità. Ma tra la loro felicità e quella umana c'è una differenza: gli uccelli, gli animali e gli insetti non si esaltano per la felicità e non si deprimono per la tristezza. Essi accettano entrambe, con equanimità. All'uomo questo senso di equanimità manca: egli si sente esaltato quando i suoi desideri vengono esauditi e frustrato quando questo non accade. La vostra felicità dovrebbe essere eterna. La vera felicità non è qualcosa che viene e va, come una nuvola di passaggio. Al momento della nascita il vostro cuore è puro e siete colmi di Beatitudine. Dovreste mantenere una tale purezza di cuore per tutta la vita e godere della felicità che dura per sempre. Baba

27.1.07

Il corpo è composto da cinque elementi ed è destinato a perire prima o poi, ma l'Abitante Interiore non nasce e non muore mai, né ha alcun tipo di attaccamento: Esso è l'eterno testimone. In verità è proprio Dio stesso nella forma dell'Atma. L'Atma non ha né nascita né morte, non prova dolore e non conosce sofferenza. È solo il corpo a soffrire, non l'Atma. Il corpo va e viene, ma voi non siete il vostro corpo, voi siete l'Atma incarnato. Per poter godere della pace e della felicità ci si deve liberare dell' attaccamento al corpo. riducendo gradualmente la coscienza corporea (Dehabhimana) e sviluppando la Coscienza Atmica (Atmabhimana). La

coscienza corporea e quella Atmica sono inversamente proporzionali. La coscienza corporea (Dehabhimana) sparirà quando avrete sviluppato la Coscienza Divina (Daivabhimana). Il primo passo sul sentiero spirituale consiste nel tenere sotto controllo la coscienza fisica. Baba

28.1.07

Tutte le forme sono forme della Divinità, ma a causa dei sensi propri di questo mondo l' uomo vede la molteplicità nell'unità. Per diventare capace di visualizzare questa unità l' uomo deve intraprendere le pratiche spirituali. La base fondamentale dell' apparente molteplicità è solo una: l'Atma, Esso è la corrente sotterranea presente in tutti i nomi ed in tutte le forme. Atma significa Energia della Coscienza. L'uomo non fa alcuno sforzo per conoscere il principio del non-dualismo. Viene trasportato dalla molteplicità e questo lo porta a condurre una vita d'ignoranza. Realizzate che lo stesso Atma dimora in tutto ed in tutti. Baba

29.1.07

La vita dell'uomo è vincolata dal tempo, dall'azione, dalle motivazioni e dal dovere (Kala, Karma, Karana e Kartavya). A causa dell'influsso dell'era di Kali l'uomo è diventato letargico e non è più capace di lavorare duramente. Voi dovete santificare la vostra vita compiendo le giuste azioni, perché l' azione è la causa di tutto. È cosa molto nefasta, che l'uomo non abbia capito l' importanza dell'azione. Egli vuole avere una vita facile. Viene detto: "Kashte Phali" (solo il duro lavoro miete ricche ricompense). Le ricompense che si ricevono sono proporzionali agli sforzi compiuti. Si deve riconoscere questa verità ed agire di conseguenza. Nella Gita viene detto: "Karmanubandheeni Manushya Loke" (la società umana è legata all' azione). Nessuno deve sprecare tempo. Subito a cominciare da quando si alza al mattino, l'uomo deve utilizzare il proprio tempo e la propria energia per il benessere della società. Questo è il suo dovere principale. Egli deve comprendere che il suo benessere risiede nel benessere della società. Baba

30.1.07

Soltanto la Verità e la Rettitudine possono dare oggi pace e prosperità al mondo. "Dì la verità e sii retto"(Sathyam Vada Dharmam Chara); questo è il principio più importante della cultura indiana. Se voi fate crescere in voi la verità e la rettitudine, la pace e l'amore seguono automaticamente. La Rettitudine è la "testa" della cultura Indiana e la Verità ne sono i "piedi" ma oggi la gente ha reciso la testa ed i piedi di questa cultura e si aggrappa al tronco della ricchezza e del desiderio (artha e kama). A che cosa serve un semplice tronco senza testa né piedi? Ci si sforza di proteggere il paese ma il mondo intero è basato sui principi della Verità e della Rettitudine: se voi li proteggete e li praticate, essi proteggeranno il paese a loro volta. Baba

31.1.07

Nessuno può valutare il potere infinito di Dio; lo si può soltanto sperimentare nel cuore. L'Amore è il solo metro con cui si può misurare il potere della Divinità e quindi, per sperimentarla, dobbiamo sviluppare l'amore in noi. Voi dovete pensare a Dio in ogni momento; se ottenete la Grazia di Dio, potete superare qualunque ostacolo ed acquisire qualsiasi tipo di ricchezza. L'uomo dovrebbe contemplare incessantemente Dio, il suo Unico Salvatore; il mondo non verrà mai in vostro soccorso. Meditate sul Nome Divino dovunque, sempre ed in ogni caso (Sarvada Sarva Kaleshu Sarvatra Hari Chintanam); non c'è esercizio spirituale (Sadhana) più grande di

questo, in questo è contenuta l'essenza di tutti gli esercizi spirituali. Nel Kali Yuga, il canto del Nome di Dio è la via regale verso la liberazione. Baba