

## DICEMBRE 2005

### 1.12.05

Siate equanimi nella fortuna e nella sfortuna, nella gioia e nella sofferenza, nella perdita e nel guadagno; gli alti e bassi della vita hanno delle lezioni da insegnarci. In effetti, nella vita, senza le contrarietà noi non potremmo sperimentare la Divinità, senza l'oscurità non potremmo apprezzare la luce e senza sperimentare le difficoltà non daremmo valore ai piaceri di cui godiamo. E' la mancanza di pace mentale che ci costringe a cercare il modo di ottenere la pace duratura. Le Upanishad hanno dichiarato che l'immortalità si può raggiungere solamente attraverso la rinuncia. L'uomo deve imparare la pratica della rinuncia al fine di scoprire il segreto della pace e della gioia imperiture. Baba

### 2.12.05

Considerate la realtà degli oggetti da cui si ricava gioia: ognuno di essi è colmo di Essenza Divina. La pioggia che cade, il Sole che brilla, la Luna che rinfresca ed i fiumi che scorrono sono egualmente disponibili a tutti per cui nessuno ha il diritto di pretenderli in esclusiva per sé o di impedire che gli altri godano di questi doni. Il Divino è la base di tutto; l'occhio non può vedere né le orecchie possono udire se il principio vitale non è attivo tramite la grazia dell'Atma Divino o Brahman. L'uomo può divenire cosciente della verità Atmica se si libera delle pastoie dell'egoismo e della possessività. Baba

### 3.12.05

Non si deve cercare la beatitudine accumulando ricchezze materiali, ma attraverso il sacrificio e la dedizione al benessere dei propri simili. Thyaga (il sacrificio) è suggerito dai Veda come l'unica via all'immortalità. Date a piene mani, date con gioia e con gratitudine verso Dio; l'egoismo è il cancro che distrugge la carità. Nonostante uno sia cosciente del fatto che una certa azione è scorretta, l'egoismo non gli consente di desistere, ma questa debolezza può essere vinta tramite una ferma determinazione. Dividete con gli altri la conoscenza e le capacità che vi siete procurati, le idee e gli ideali che vi hanno giovato e la gioia che avete ottenuto dalla disciplina e dalla dedizione. Condividerle non le diminuirà né le svaluterà; al contrario, esse brilleranno con maggior splendore. Baba

### 4.12.05

La gioia ed il piacere ottenuti con l'attività sono solo temporanei; comunque non bisogna desistere dal karma (azione). Come allora comportarsi? Si deve praticare il distacco e la rinuncia al desiderio che mira al risultato delle proprie azioni. E' come dire che uno deve trattare tutte le azioni come degli yagna (sacrifici) eseguiti per la gloria di Dio e non per scopi egoistici, per conquistare merito eterno e non per benefici temporanei. L'azione fatta con questo spirito non genererà avidità né dolore e darà certamente all'individuo la sensazione di appagamento che deriva dall'aver compiuto il proprio dovere. Baba

### 5.12.05

Qualunque sapere uno possa acquisire, qualunque posizione di autorità possa occupare e per quanto grande possa essere, se manca di valori umani, non può affatto esser definito "essere

umano". Che cos'è la qualità detta "umanità"? E' essenzialmente l'unità di pensiero, parola ed azione. Quando i pensieri di qualcuno sono in disaccordo con ciò che dice e fa, egli smette di essere umano. Ciò che oggi l'uomo deve coltivare sono l'unità e la purezza nei pensieri, nelle parole e nelle azioni. Le vere qualità umane possono crescere solo in un cuore pieno di aspirazioni spirituali; il seme va affidato ad un suolo fertile e non ad un pezzo di roccia. Quindi, per sviluppare queste qualità, gli uomini devono acquisire compassione ed equanimità di fronte alle vicissitudini della vita. Baba

#### 6.12.05

Il dominio di Dio non ha orizzonte; esso include lo spazio e va anche al di là. Quindi, non lasciate che le esigenze del culto vi mettano i paraocchi, non odiate gli altri nomi e le altre manifestazioni dell'unico Essere Supremo, il Purushotthama, perché l'odio genera la paura, l'odio è il terreno di coltura dell'angoscia, della maldicenza e della falsità; esso prosciuga la pace della vostra mente. A meno che non siate in pace con voi stessi e con coloro che vi circondano, la vostra mente sarà agitata e il vostro sangue bollirà di collera e rancore. Solo l'amore può alleviare l'angoscia e dissipare la paura. Baba

#### 7.12.05

Un "Manishi" (uomo ordinario) si trasforma in un "Maharishi" (Saggio) per mezzo dell'impegno nel servizio disinteressato. In verità, il merito che si può ottenere dal servizio non può essere acquisito neanche attraverso la pratica di rigorose austerità. Il servizio porta gli esseri umani più vicini l'uno all'altro e promuove l'affetto e l'amicizia. Senza questo sentimento di amicizia e d'amore verso i propri simili, non si può raggiungere l'intimità con il Signore. Insediate nel vostro cuore il sentire che il servizio che fate ai vostri simili è servizio a Dio. Baba

#### 8.12.05

Ci sono due cose che attraggono la mente dell'uomo: hitha e priya, il benefico ed il piacevole. Preferite il benefico al piacevole perché quest'ultimo può trascinarvi in basso, in un abisso senza fondo. Il vero medico è attento a curarvi da tutte le malattie e quindi vi consiglia hitha per ristabilire la vostra salute. Il Guru è un medico di questo tipo; obbeditegli anche quando la sua prescrizione è sgradevole perché potete essere curati solo da lui. Baba

#### 9.12.05

L'amore è Divino. Affinché una azione sia degna di venir offerta a Dio, ed abbastanza pura da meritare la Sua Grazia, dev'essere una manifestazione d'amore. L'amore non è influenzato o modificato da considerazioni di casta, credo o religione né può essere contaminato dall'invidia, dalla malizia o dall'odio. Preservate l'amore dall'essere avvelenato da questi mali; sforzatevi di coltivare una mente aperta, non contaminata da pensieri di odio e "parrocchialismo". La radice di tutte le religioni, la sostanza di tutte le scritture, il traguardo di tutti i percorsi, l'ispirazione di tutti gli individui è il Principio dell'Amore, il fondamento più solido per la missione umana della Vita, la Luce che assicura la pace e la prosperità nel mondo. Baba

#### 10.12.05

L'uomo è oppresso dall'illusione che il transitorio mondo oggettivo sia eterno; questa illusione è nata dalla lunga identificazione con tale mondo illusorio per cui egli dev'essere rieducato ad una comprensione corretta. La realtà assoluta che rimane immutata è questo "io"; tutto il resto è

irreale e si spaccia per reale. L'io in voi è il Paramatma Stesso (Dio). Per un momento, le onde giocano col vento sopra le acque profonde del mare e questo vi dà l'impressione che siano separate dall'oceano sottostante, ma è solo un'apparenza, una creazione dei concetti di nome e forma. Se vi liberate di questa idea sbagliata, l'onda sparisce nel mare, la sua vera natura vi illumina e voi comprendete che Dio è presente nell'uomo come Amore. Baba

11.12.05

I sensi devono essere controllati, innanzitutto perché essi sono sempre in cerca di influenze deleterie che turbano l'uomo e lo conducono alla rovina. La pace interiore viene perduta quando sono i sensi a nutrire l'uomo, stimolando in esso desideri ed esigenze sterili. Per l'aspirante spirituale il materiale assorbito dai sensi dev'essere sempre di natura 'sattvica' e pura. Ciò che viene ascoltato e visto, le impressioni, le idee, i contatti e gli impatti - tutto deve promuovere venerazione, umiltà, equilibrio, equanimità e semplicità. Se le impressioni provocano l'instaurarsi della passione, cioè se sono 'rajasiche', la mente ne resterà agitata e piena di sentimenti di rivalsa; se inducono inerzia mentale (cioè se sono 'tamasiche'), alla mente non verrà neppure permesso di diventare cosciente delle proprie manchevolezze. Solo gli impulsi 'sattvici' manterranno la mente in equilibrio, pienamente concentrata sull'Atma, che dev'essere contemplato per ottenere la pace. Baba

12.12.05

Il fine più importante per l'uomo è mettere in pratica la dottrina dell'Amore Divino. Il Principio dell'Amore è la forza unificatrice più grande; esso riunisce tutte le pratiche spirituali, tutti i credo, tutti gli scopi della vita e tutte le scritture. Per l'aspirante spirituale, la strada maestra è quella dell'abbandono totale al Signore per meritare il Suo Amore e la Sua Grazia: il devoto offre ogni cosa che ha e si avvicina a Dio nello stesso modo in cui una sposa di questo paese rinuncia a tutto ciò che era suo prima del matrimonio quando si trasferisce nella casa di suo marito. L'Amore di Dio non si può ottenere senza una tale rinuncia da parte del devoto. Baba

13.12.05

La Bhakti (Devozione) è definita come un mezzo per scoprire la Divina Realtà entro ogni essere; nelle scritture sono descritte quattro azioni atte ad aiutare l'uomo in questo sforzo: la discriminazione tra il permanente e l'effimero, l'abbandono della compiacenza verso i sensi, il controllo dei propri sentimenti, pensieri e scopi, il desiderio incessante per la liberazione da tutti i legami. La Bhakti è l'impulso che si manifesta sottoforma di tutti e quattro questi tentativi; essa indirizza l'uomo a mantenere Dio sempre in mente ed a coltivare in se stesso l'amore per Lui. Baba

14.12.05

Tramite le pratiche spirituali eliminate l'attaccamento al senso di individualità ed ai piaceri fisici; date il benvenuto al desiderio di espandere il cuore nell'Universale. Non annebiate la vostra mente con bassi desideri, con appetiti fugaci e bramosie che necessitano solo di briciole o bocconi per essere soddisfatte: anelate all'insediamento della vostra Anima quale indiscusso Monarca dell'Universo. Quando vi fondete nell'Universale celebrate il vostro trionfo sui nemici interiori che ostacolavano la vostra marcia verso la vittoria. Prendete Me come vostro auriga ed lo vi guiderò a tale coronamento. Guadagnatevi questa Grazia infallibile con la vostra sincerità, semplicità e sadhana (pratica spirituale). Baba

15.12.05

Ci sono insegnamenti preziosi da apprendere dal Sole, dalla Luna, dalle Nubi, dal Mare; tutti sono maestri circa l'importanza di compiere il proprio dovere. Gli alberi distribuiscono frutti e fanno ombra a chiunque, anche a coloro che usano l'ascia per abatterli! Le montagne sopportano il caldo, la pioggia e le tempeste senza fare obiezione e sono immerse nella meditazione da ere. Gli uccelli non accumulano il necessario per il riparo ed il cibo per anni; essi non usano più di quanto sia assolutamente indispensabile alla loro sopravvivenza. La Natura (Prakriti) è la vostra scuola, il vostro laboratorio, la porta verso la liberazione ed il riflesso della multiforme Maestà di Dio. Cercate di cogliere la lezione che essa è pronta ad insegnare; tutte le cose della Natura sono Brahman come voi e quindi ogni azione è Divina, ogni lavoro è adorazione. Costruite la dimora della vostra vita sulle solide fondamenta della fede che tutta la creazione è Divina. Baba

16.12.05

Le scritture hanno dichiarato che nascere come umani è un privilegio raro: l'uomo è il più importante di tutti gli esseri viventi della creazione. Pur essendo dotato di facoltà e capacità superiori, se egli manca di jnana (saggezza) non è migliore di un animale in quanto è la saggezza che lo distingue dalle bestie. Nonostante posseda un corpo umano con le sue caratteristiche sacre, l'uomo percorre strade sbagliate ed indulge nel misfatto disonorando così il suo prezioso retaggio. Colui che dovrebbe dedicarsi alla ricerca del Divino e sperimentare la beatitudine, si riduce schiavo dei propri sensi sprecando la vita nel perseguire l'effimero. È questo preoccuparsi delle cose del mondo la radice di tutta l'insicurezza ed infelicità sperimentate dall'uomo. Baba

17.12.05

Nell'atmosfera attorno a noi abbiamo la musica che proviene da tutte le stazioni radiotrasmettenti del mondo, ma esse non aggrediscono le vostre orecchie di continuo; solo se avete un ricevitore e lo sintonizzate sulla corretta lunghezza d'onda, udite la trasmissione di una particolare stazione. Se non lo sintonizzate correttamente, invece delle notizie otterrete solo rumori fastidiosi! In egual modo, il Divino è dovunque: sopra, intorno, sotto, a fianco, vicino e lontano. Per averne cognizione non avete bisogno di uno yantra (meccanismo), ma di un mantra (formula mistica). Dhyana (la meditazione) è il fissare sulla banda il punto esatto della stazione, l'amore è la sintonizzazione corretta, la realizzazione della realtà e la beatitudine che conferisce sono l'ascolto chiaro e felice! Baba

18.12.05

Uno può dire: "Io sto tentando di controllare la mente, ma quella corre di qua e di là come un cane impazzito. Come posso riuscirci?" In questo c'è un errore: la mente non è tangibile ma è attaccata ai sensi e quindi controllate i sensi, non lasciate che vi trascinino nel mondo oggettivo. In questo modo si può far diventare la mente uno strumento di illuminazione e non di illusione. Sorgerà allora la verità che questo Atma (anima individuale) è Brahman (Dio) e lo splendore di questa consapevolezza allontanerà il buio dell'ignoranza perché l'Atma (il Sé) è jyoti (luce) e dove c'è luce non ci può essere tamas (oscurità dell'ignoranza). Baba

19.12.05

Le persone si impegnano nei Bhajan (canto devozionale), nella Puja (adorazione rituale) ed in

Dhyana (meditazione), ma tutto questo avviene sul piano fisico; se queste attività non sono piene di sincerità non ci eleveranno al Divino. Il Signore vi giudica secondo la sincerità dei vostri pensieri e non secondo la forma della vostra adorazione; Egli vede la vostra bhakti (devozione) e non la shakti (potere), tiene conto dei vostri guna (qualità) e non del kula (casta o lignaggio), guarda il vostro cittam (cuore) e non vittam (ricchezza). Dovete sforzarvi di purificare il vostro cuore ed impegnarvi in azioni rette con devozione ed onestà. Nessuna Sadhana (disciplina spirituale) è utile se siete immischiati in azioni peccaminose. Baba

20.12.05

La felicità che deriva dagli oggetti dei sensi col tempo svanisce. Per esempio, quando la fame viene soddisfatta, in quel momento ci si sente appagati, ma è un genere di felicità che dura poco. Questo è valido per tutti gli oggetti del mondo: la gioia che deriva da essi è evanescente. L'uomo, invece, persegue l'eterna Beatitudine ('Ananda'). Egli è infatti l'incarnazione della Beatitudine. La Beatitudine costituisce la vera e propria natura dell'uomo, è la sua essenza. Perché, allora, non ne ha l'esperienza? Questo accade in quanto egli, inconsapevole della propria vera natura, è ossessionato dal mondo esterno e non riesce a sperimentare la Beatitudine che si trova dentro di lui. Erroneamente egli crede che la fonte della gioia risieda nel mondo fenomenico. Baba

21.12.05

Qualunque sia la propria religione, bisogna coltivare il rispetto per le altre fedi; colui che non ha questo atteggiamento di tolleranza e rispetto per le altre religioni non è un vero seguace della sua. Il semplice aderire strettamente alle pratiche della propria religione non basta; bisogna anche cercar di vedere la fondamentale unità di tutte le religioni. Solo allora l'uomo sarà capace di sperimentare l'unità della Divinità. Una volta che la Verità dello Spirito Interiore è riconosciuta, sorge la consapevolezza che il mondo intero è una sola famiglia e si viene colmati di Amore Divino che diventa la forza determinante di tutte le proprie azioni. Baba

22.12.05

Non si dovrebbe desiderare il prolungamento della vita ma la sua santificazione; pochi momenti vissuti da Hamsa, il Cigno Celeste, sono molto più preziosi di molti anni da corvo. Uno dovrebbe sublimare i propri impulsi inferiori, attenersi al sacro sentiero e raggiungere la meta gloriosa dell'unità con la Consapevolezza Cosmica, l'identità del Jiva (individuo) con il Deva (Universale). Baba

23.12.05

La mente non ha forma o immagine propria; essa assume la forma o l'immagine della cosa con cui è collegata. Vagare di desiderio in desiderio, svolazzare da un desiderio ad un altro: questa è la sua natura. Essa è quindi causa di perdita e dolore, di esaltazione ed abbattimento. All'uomo conviene conoscere le caratteristiche della mente ed i modi per dominarla a proprio vantaggio fondamentale. Essa è incline a raccogliere esperienze e ad immagazzinarle nella memoria, non conosce l'arte di abbandonare e non getta via niente; di conseguenza, dolore, ansietà ed infelicità continuano a cuocerla. Abbandonate ciò che deve essere buttato, prendete coscienza di ciò che deve essere raggiunto ed Ananda (Beatitudine) diverrà la vostra natura. Scartate quindi l'idea che il mondo sia reale, riconoscete la realtà del Sé e raggiungete la Sorgente, il Brahman. Baba

24.12.05

Un diamante luminoso non perderà la sua lucentezza ed il suo valore anche se è in un mucchio di spazzatura; in modo simile, la gloria e la grandezza di un uomo buono non subiranno diminuzioni in qualunque situazione vengano poste. Tale luminosità Divina risplende in ogni essere umano. L'amore è un'espressione di questa luminosità e, per manifestare questo amore, l'uomo deve sopportare qualunque tipo di sofferenza. L'essere umano è come la canna da zucchero, colmo del succo dell'amore; è solo quando è sottoposto alla sofferenza che questo succo Divino e dolce può scaturire da lui. Baba

25.12.05

Le vite dei personaggi come Gesù sono vissute al fine di instaurare il benessere dell'umanità, la prosperità e pace del mondo e mostrare il modo per ottenere la liberazione dai desideri dei sensi e dalle passioni. Gesù sacrificò la Sua felicità, la Sua prosperità, il benessere e la salvezza; Egli affrontò l'inimicizia del potente, rifiutò di cedere o venire a compromesso e rinunciò all'ego, il passo più difficile sul sentiero spirituale. OnorateLo per questo. La commemorazione della Sua nascita deve essere sottolineata dal vostro sacrificio di almeno un desiderio e dalla conquista di almeno il più disastroso impulso dell'ego. La celebrazione deve aderire e conformarsi all'insegnamento di Gesù, essere leale con i principi che Egli espose mettendo in atto i comportamenti che descrisse e sperimentando la consapevolezza del Divino che cercò di risvegliare. Baba

26.12.05

Se non siete commossi alla vista della sofferenza, delle malattie o dell'ingiustizia umana, come potete raccogliere la determinazione e dedizione necessarie per servire l'invisibile, imperscrutabile e misterioso Dio? Se non amate l'uomo il vostro cuore non amerà il Signore. Disdegnando i vostri simili non potete adorare Dio nel contempo; se lo fate Egli non accetterà tale ipocrisia. Dio è il Residente di ogni cuore per cui, se servite qualcuno, quel servizio Lo raggiunge dentro di lui e vi procura la Sua Grazia. Baba

27.12.05

Il pensiero di Brahman deve essere saldamente installato nel cuore; quando questo è fatto, si vede l'universo intero come una manifestazione del Divino. L'universo va considerato come il tempio di Dio. Bisogna comprendere che i cinque elementi, cioè spazio, aria, fuoco, acqua e terra, i cinque Prana (soffi vitali), i cinque organi di senso, la mente e la favella, sono tutti scaturiti dal Brahman. Questa natura meravigliosa con le sue superbe montagne, gli oceani immensi, le stelle nel cielo ed il profumo soave dei fiori, deve essere considerata quale rivelazione della gloria e potere del Divino. Baba

28.12.05

Dio è l'armonia di tutte le Forme e Nomi che l'uomo Gli assegna. Solamente coloro che sono ignoranti della Gloria di Dio insisteranno, per la Sua adorazione, su di un unico Nome ed un'unica Forma e, quel che è peggio, condanneranno l'uso di altri Nomi ed altre Forme; guardatevi da una simile sciocca ostinazione. Non andate in giro sbandierando di appartenere ad una setta particolare e di esser diversi da coloro che adorano Dio in altre Forme e Nomi: in questo modo state limitando proprio il Dio che celebrate. Baba

29.12.05

Un monarca capace ha i suoi ministri sotto controllo, li guida nella giusta direzione e mantiene la pace e la sicurezza nel regno. Al contrario, un monarca che si lascia controllare dai suoi ministri non merita il trono, viene scacciato e disonorato; il suo regno non ha pace né sicurezza.

Nell'uomo, la mente è il monarca ed i sensi sono i ministri: se la mente è fatta schiava dai sensi, l'individuo non ha pace. Ogni Sadhaka (chi percorre il sentiero realizzativo), che aspira a raggiungere il Divino in sé, deve quindi acquisire il dominio dei sensi; questo è il primo passo. Il seguente è la conquista della mente, la sua eliminazione; il terzo è lo sradicamento delle Vasana (tendenze innate) ed il quarto è il conseguimento di Jnana (saggezza spirituale). Solo allora si può ottenere la consapevolezza della Realtà Atmica. Baba

30.12.05

La nostra devozione e preghiera a Dio non dovrebbe avere l'unico scopo di ottenere qualcosa o di soddisfare qualcuno dei nostri desideri, ma mirare ad assicurarci la beatitudine della vicinanza al Signore e del divenire uno con Lui. Non chiedeteGli questo o quello in cambio delle preghiere che porgete o dei sacrifici che fate, non calcolate i guadagni, non pianificate i risultati: agite perché è compito vostro e perché è vostro dovere, dedicateGli sia l'azione che le sue conseguenze. Questa è vera devozione. Baba

31.12.05

Il sonno profondo è spesso paragonato al Samadhi (trance spirituale) perché i sensi e la mente sono trascesi e l'ego è immerso in se stesso, è nella beatitudine; di questa beatitudine però non è cosciente perché solo la coscienza diurna dà questa consapevolezza. Quindi, ciò che può conferire la realizzazione è la consapevolezza dello stato di veglia e la beatitudine dello stato di sonno. Concentratevi nel punto in cui si hanno questi due: questo è il momento della vittoria. Notate la parola "Sama dhi": essa significa intelletto equilibrato, imperturbato, ed equanimità invece di afflizione e gioia, dolore e piacere, rifiuto ed accettazione. Colui che ha raggiunto questo stadio è indifferente al pericolo ed alla protezione, all'odio ed all'amore, alla lode ed al biasimo. Dove c'è solo l'Uno, come può il pensiero stesso sorgere? Quello è il vero Samadhi: l'essere, la consapevolezza e la beatitudine. Baba