GIUGNO 2005

1.6.05

Il vizio causa la malattia; i pensieri e le abitudini malvagie, le cattive compagnie ed il cibo inadatto sono le cause prime della cattiva salute. Arogya (la buona salute) e Ananda (la felicità) vanno mano nella mano: quando la mente è serena anche il corpo è libero dalla malattia. Le abitudini malvagie, in cui l'uomo indulge, sono le cause principali delle malattie sia fisiche che mentali: l'avidità danneggia la mente e la delusione rende l'uomo depresso. L'uomo può giustificare la sua esistenza solo coltivando le virtù; allora soltanto egli diventa un candidato meritevole per la santità. Baba

2.6.05

È essenziale purificare la mente tramite una sadhana (disciplina spirituale) regolare per armonizzare l'individuo con l'infinita Volontà di Dio, per fondersi nella Sua Gloria. L'erudizione o la perizia, per quanto profonde e varie, non hanno il potere di purificare; esse aggiungono solamente un amalgama di orgoglio e competitività. Gli uomini istruiti non sono necessariamente buoni né gli uomini con poteri spirituali sono necessariamente al di sopra dell'orgoglio, dell'invidia e dell'avidità. Satya (Verità), Dharma (Rettiludine), Shanti (Pace) e Prema (Amore) sono le effettive qualità di una persona che ha un cuore puro, un cuore in cui Dio è manifesto e custodito gelosamente. Baba

3.6.05

Non c'è bisogno di andare cercando il potere spirituale in giro per il mondo spendendo un mucchio di soldi: potete stare a casa vostra e svilupparlo nell'intimo di voi stessi. Non è necessario che lo inseguiate qua e là; voi non siete un mero essere umano, ma Dio Stesso. Non rimanete nell'illusione che Dio risieda da qualche parte e che voi dobbiate cercarlo: Dio è dentro di voi. Baba

4.6.05

E' meglio che stiate lontano dagli amici che vi trascinano verso certe distrazioni che indeboliscono e turbano; ogni mattina ed ogni sera trascorrete alcuni minuti nel silenzio della vostra casa nella Sua compagnia che eleva ed ispira, adorateLo mentalmente, offriteGli tutto il lavoro che fate ed uscite dal silenzio più nobili ed eroici di quando vi siete entrati. Baba

5.6.05

Dovete tenervi occupati con l'attività al fine di usare al meglio il tempo e la capacità; questo è il vostro dovere ed il dovere è Dio. Il pigro e l'inerte (Tamasic) esiteranno ad essere attivi temendo di stancarsi o di fallire. Gli individui emotivi e passionali (Ragiasici) si tufferanno a capofitto cercando i risultati immediati e saranno delusi quando gli stessi non arriveranno come si aspettavano. Le persone che hanno equilibrio mentale (Satviche) saranno attive considerando ciò il loro dovere; il successo e il fallimento non disturberanno la loro equanimità. I devoti intraprenderanno l'attività quale mezzo per adorare Dio; essi lasciano a Lui i frutti dei loro sforzi sapendo di essere solo strumenti nelle Sue Mani. Baba

6.5.05

Il corpo umano è come un carro: l'Atma (il Sé) si trova all'interno ed è trascinata dalle emozioni, dagli impulsi, dalle passioni e dagli stimoli lungo le strade del desiderio. Successo e fallimento, gioia ed afflizione, guadagno e perdita sono i ballerini che accompagnano la processione della Vita. Molti si occupano del carro, della sua altezza, delle sue decorazioni e del suo procedere; molti altri sono interessati alla danza delle dualità ed alla coppia dolore-piacere che è parte della processione. Pochi prestano attenzione all'Anima Interiore che la base effettiva dell'esistenza. Baba

7.6.05

Vivete senza odiare gli altri, condannare gli altri e cercare le colpe in loro. Il saggio Vyasa, che compose diciotto voluminosi Purana, li riassunse tutti in due semplici versi: "Fare del bene agli altri è il solo atto meritevole; fare del male è il più scellerato dei delitti". Quando sentite di non poter fare del bene desistete almeno dal fare il male. Non cercate di scoprire le differenze; cercate invece l'unità. Baba

8.6.05

I saggi ed i santi hanno riconosciuto che il più rimarchevole conseguimento dei sensi è la glorificazione della Divinità interiore. Un santo disse "Questi non sono occhi ma globi di vetro se non possono ottenere la visione di Dio"; un altro disse "Queste non sono orecchie ma protrusioni muscolari se non godono del nome di Dio". Il mondo e le sue attrazioni possono essere graditi ai vostri istinti ed impulsi ma Dio fa sprigionare il vostro Amore come nessun essere del mondo può. Sviluppate la visione interiore e l'abitudine all'ascolto della voce che viene da dentro e vi assicurerete pace imperturbabile e gioia infinita. Baba

9.6.05

Appena un albero spunta dal seme, si erge in forma di uno stelo e due foglie iniziali ma poi, quando cresce, il tronco è uno ed i rami sono molti. Ogni ramo può essere abbastanza grosso da essere chiamato tronco ma non va dimenticato che è attraverso quel tronco che le radici forniscono la linfa vitale ai rami. In egual modo, è l'Unico Dio che appaga la fame spirituale di tutte le nazioni e di tutte le fedi nutrendole con la Verità, la virtù, l'umiltà ed il sacrificio. Baba

10.6.05

Il servizio è Dio. Perché ha Egli dotato l'uomo di un corpo, una mente ed un intelletto? Percepите e comprendete la sofferenza con la vostra mente, pianificate con l'intelligenza ed usate il corpo per servire coloro che hanno bisogno. Offrite quest'atto di servizio a Dio, adoratoLo con questo fiore, mettete giornalmente in pratica gli ideali che Sai è andato propagando e fateli conoscere in tutto il mondo proponendovi come esempi viventi della loro grandezza. Baba

11.6.05

Non c'è disciplina pari al servizio per ridurre l'ego e riempire il cuore di gioia autentica. Ritenerne il servizio umiliante ed inferiore significa rifiutare questi benefici. Un'ondata di servizio che scorra sul paese coinvolgendo tutti nel suo entusiasmo può spazzar via i cumuli di odio, di malizia ed avidità che infestano il mondo. Accordate i vostri cuori in modo che vibrino all'unisono con i dolori e le gioie degli altri e riempiano il mondo del vostro amore. Baba

12.6.05

L'uomo deve smettere di perseguire gli oggetti dei sensi se vuole ottenere pace e gioia durevoli. La ricchezza materiale non porta con sé soltanto la gioia ma anche il dolore; l'accumulo di ricchezze e la moltiplicazione dei bisogni portano solo all'alternanza tra i due. L'attaccamento è la causa di entrambi, il distacco è il salvatore. Rendetevi conto che la vostra famiglia, la vostra casa ed i vostri possedimenti sono tutte proprietà del Signore e voi ne siete soltanto gli amministratori. Baba

13.6.05

Oggi l'uomo si comporta con minor gratitudine e di quanto persino gli animali e gli uccelli dimostrino. Egli è irrispettoso verso i genitori, gli insegnanti, la società e persino verso Dio. Egli ostenta aderenza alla verità, alla rettitudine, alla pace e non violenza ma non mette in pratica nessuna di esse. Tutto questo a causa del forte egoismo e preoccupazione per i suoi affari ed interessi. Solo quando l'uomo si libera dell'egoismo può indirizzare la mente verso Dio. Baba

14.6.05

Noi dovremmo sapere che, proprio come su una foglia di loto una goccia d'acqua scompare in un istante, la nostra vita è transitoria e in un istante scomparirà. Il mondo è pieno di dolore, il corpo umano è pieno di malattie e la nostra vita è piena di pensieri turbolenti; date queste circostanze è possibile vivere serenamente solo seguendo il sentiero Divino e superando tutti i nostri attaccamenti alle cose del mondo. Baba

15.6.05

Se spargete dei semi sul terreno, essi non germogliano: dovete piantarli dentro la terra. Nello stesso modo, anche le Mie parole, se sparse in superficie, non germoglieranno, non diverranno un albero di conoscenza né daranno il frutto della saggezza. Piantatele nel cuore, annaffiate la pianta con Amore, nutritela con fede e coraggio e tenete lontani gli insetti nocivi con i Bhajan ed i Satsang così da poter finalmente raccogliere il suo beneficio. Baba

16.6.05

Il Signore è una Montagna di Prema (Amore); se Ne può estrarre qualunque quantità senza diminuire il Suo Pieno. Egli è un Oceano di Misericordia senza una riva che Lo limiti. La Bhakti (Devozione) è la via più facile per ottenere la Sua Grazia ed anche per capire che Egli pervade ogni cosa; in effetti è tutto! Sharanagati, lasciare ogni cosa alla Sua Volontà, è la più alta forma di Bhakti. Baba

17.6.05

In questo mondo, che è transitorio e sempre mutevole, il Potere Immanente del Signore è la sola entità permanente e stabile. Al fine di realizzare l'Eterno ed il Vero bisogna necessariamente affidarsi a questa Sorgente e Sostegno. Questo percorso non si può evitare; è il destino di tutti indipendentemente dall'età e dal sapere, dal luogo e dalla casta, dal genere e dalla condizione sociale. Baba

18.6.05

Ci sono quattro tipi di individui:

i "morti" che negano Dio e dichiarano di esistere da soli, indipendenti, liberi, auto-regolati ed auto-diretti;
i "malati" che si rivolgono a Dio ogni volta che patiscono qualche calamità o quando si sentono temporaneamente abbandonati dalle usuali sorgenti di assistenza;
i "tardi" che sanno che Dio è l'Eterno Compagno ma se ne ricordano solo a momenti, quando l'idea si presenta potentemente;
infine i "sani" che hanno fede stabile in Dio e vivono sempre nella Sua confortante presenza.
Baba

19.6.05

I maggiori ostacoli sulla via dell'abbandono sono "Ahamkara" (sentimento dell'io) e Mamakara (sentimento del "mio"). Questi sentimenti sono stati parte della vostra personalità per secoli e secoli e sono penetrati sempre più in profondità con l'esperienza di ogni vita successiva. Essi possono venir rimossi solamente con i detergenti della discriminazione e della rinuncia. Bhakti è l'acqua per lavar via questo sporco di ere ed il sapone di Japa, Dhyana e Yoga (ripetizione del Nome del Signore, meditazione e comunione) aiuterà a rimuoverlo più velocemente ed efficacemente. Baba

20.6.05

Eliminate le cause prime dell'ansietà, della paura e dell'ignoranza; solo allora la vera personalità dell'uomo può venir fuori. L'ansietà viene rimossa dalla fede in Dio. La fede vi dice che qualunque cosa accada è per il meglio e che la Sua Volontà sarà fatta. La tranquilla accettazione è la miglior difesa contro l'ansietà. Il dolore nasce dall'egoismo, dal sentimento di non meritare di essere trattati così male; quando l'egoismo non c'è più, il dolore scompare. L'ignoranza è proprio l'errata identificazione del corpo quale Sé. Baba

21.6.05

Oggi la più grande manchevolezza dell'uomo è l'assenza di Atma Vichara (investigazione sul Sé); questa è la causa primaria di tutta questa Ashanti (inquietudine). Questa Atma Vichara è descritta nelle Upanishad tramite una analogia: proprio come lo scorrere di un fiume è regolato e diretto al mare dalle sponde, anche le Upanishad regolano e frenano i sensi, la mente e l'intelletto aiutando l'individuo a fondere la propria individualità con l'Assoluto. Studiate le Upanishad con l'intenzione di mettere in pratica questo consiglio. Baba

22.6.05

Molti pregano Dio in tutto il mondo; essi pregano per la realizzazione di questo o quel tipo di desideri terreni. Questo non è il giusto genere di preghiera: voi dovrete pregare Dio per la Sua Grazia ed il Suo Amore. Quell'Amore è eterno. Dio è Sath-Chith-Ananda (Essenza-Conoscenza-Beatitudine) quindi pregateLo di concedervi quella Beatitudine. La Beatitudine di Dio è eterna mentre i piaceri del mondo sono passeggeri. Solo colui che prega per l'Amore e la Beatitudine di Dio è un vero devoto. Baba

23.6.05

Spesso, quando meditate, la mente corre dietro a qualcos'altro e tende a deviare lungo altre direzioni. Voi dovete quindi arrestare tale deviazione per mezzo del Nome e della Forma e garantire che il flusso stabile dei vostri pensieri verso Dio non venga interrotto; se questo

accade di nuovo, subito usate ancora il Nome e la Forma. Non permettete alla mente di andare oltre le sponde gemelle, il Nome da una parte e la Forma dall'altra! Quando la vostra mente si allontana dalla recitazione del Nome, portatela sull'immagine della Forma e quando si allontana dall'immagine, portatela sul Nome. Fatela aderire alla dolcezza del Nome o alla bellezza della Forma. Trattata così la mente può essere domata facilmente. Baba

24.6.05

Discutere e litigare tra voi circa la natura della Divinità non serve a nulla; esaminate e sperimentate ed allora conoscerete la Verità. Non fate affermazioni prima di essere convinti; mantenete il silenzio fino a che siete ancora indecisi o impegnati nel valutare. Estirpate tutta la malvagità da dentro di voi prima di tentar di comprendere il mistero e, quando la fede sboccia, recitatela con la disciplina e l'autocontrollo in modo che il tenero germoglio possa essere difeso dalla canaglia, dalla folla eterogenea dei cinici e miscredenti. Quando la vostra fede diverrà un grande albero, quella stessa folla potrà giovare dell'ombra che esso proietterà. Baba

25.6.05

È la mente a formare, o a sciupare, un uomo: se è immersa nelle cose del mondo, conduce alla schiavitù, se invece essa considera il mondo una cosa temporanea, il distacco ('Vairaagya') la renderà libera e leggera. Addestrate la mente a non restare attaccata alle cose passeggere proprie del mondo; non tenetele davanti gli orpelli della fama e delle ricchezze mondane. Guidatela piuttosto verso le gioie durature che derivano dalla fonte divina che si trova in voi. Allora la mente, avendo gustato le capacità di ascolto, sintesi ed interiorizzazione, ('Shravana', 'Manana' and 'Nidhidhyaasana') diventerà essa stessa il Guru, e vi condurrà alla meta. Baba

26.6.05

Non dovete pensare che solo coloro che adorano con ostentazione un'immagine od una fotografia siano veri devoti. Solo chi procede diritto sul sentiero morale, chi mette in pratica ciò che dice e si esprime in base a ciò che vede, chi si commuove davanti alla sofferenza altrui ed esulta quando gli altri sono felici è un grande devoto. È la devozione a far sì che la preghiera raggiunga Dio, e non i festoni, le fanfare, le grandi quantità di fiori o le sontuose offerte di cibi. Baba

27.6.05

La Verità può riflettersi nell'intelletto solo dopo che esso è stato reso limpido dalla penitenza. Per 'penitenza' (o 'tapas') si intendono tutte le azioni intraprese per nobili motivi che includano l'anelito per lo spirito, il pentimento per gli errori passati, la ferrea determinazione di aderire alla virtù, l'autocontrollo e una rigida aderenza all'equanimità sia in caso di successo che di fallimento. 'Taapam' significa calore, ardente intensità ed onestà di intenti. La penitenza alimenta la rinuncia e la disciplina. Baba

28.6.05

Voi non vedete le fondamenta di un grattacielo: potete quindi affermare che sia semplicemente appoggiato sul terreno? Le basi di questa vita fondano profondamente nel passato, nelle vite che avete già vissuto; questa struttura è stata modellata dal piano di base di quelle vite. Sono le fondamenta nascoste che decidono la struttura ed il disegno dell'intero edificio. Baba

29.6.05

Che cos' è la realizzazione? Nel momento in cui riuscite a vedere la vostra bellezza interiore e ne siete così pervasi da dimenticare tutto il resto, diventate liberi da tutti i legami e vi rendete conto di essere solo Bellezza, Gloria ed Energia. L' individuo ('Jiva') è il riflesso di Dio ('Shiva') nello specchio della natura ('Prakriti'). Baba

30.6.05

L'Amore è il flusso incessante dello Splendore Divino. I Saggi definiscono questo Amore con il nome 'Atma'. L' 'Atma', che è pieno d'Amore, risplende in tutti i cuori. Le parole 'Amore', 'Atma' e ' cuore' sono sinonimi di Dio. Per un Amore così puro non esistono differenze basate sul 'mio' e sul 'tuo': esso è totalmente disinteressato. Dove c'è fiducia, c'è Amore. Dove c'è Amore, c'è Pace. Dove c'è Pace, c'è Verità. Dove c'è Verità, c'è Beatitudine. Dove c'è Beatitudine, c'è Amore. Baba