

## APRILE 2004

### 1.4.04

Tramite la semplice lettura e la ripetizione del testo della Bhagavad Gita o di qualsiasi altra Scrittura, o solo pensando al contenuto di tali testi, non potete ottenere alcun beneficio. È solo quando ne capite il significato, quando riflettete su di essi nella vostra mente, interiorizzandoli completamente e rendendoli parte integrante della vostra vita, che potete realmente trarne beneficio. Baba

### 2.4.04

Oggi tutta la pratica spirituale ('sadhana') viene fatta usando la mente. Ma fino a quando è la mente a dominare gli esercizi spirituali, non è possibile raggiungere la meta della realizzazione del Sé. La mente è come un ladro che non si lascia catturare. Non serve a nulla affidarsi ad essa per realizzare il Sé. Quando la visione è centrata sul Sé, la mente svanisce da sola. Baba

### 3.4.04

I testi delle Upanishad proclamano che solo la rinuncia (Thyaga) può garantire l'acquisizione della beatitudine dell'immortalità (Amrithathva). Si devono ignorare tutti i legami di parentela ed amicizia e si deve rinunciare a tutti gli attaccamenti. Solo allora, nel cuore così liberato, sarà possibile installare Dio e la Sua Gloria. Questo è l'unico mezzo atto a farvi guadagnare l'eterna Divina Beatitudine (Ananda). Baba

### 4.4.04

L'uomo non può condurre una vita fruttuosa sulla terra fintantoché cerca solo di procurarsi delle ricchezze materiali. Egli deve anche praticare e coltivare le virtù, e aderire al Dharma (rettezza). Le Scritture indicano che l'uomo dovrebbe guadagnare solo quel tanto che è necessario al proprio sostentamento, ed usare il resto del proprio tempo e delle proprie capacità per il benessere generale dell'umanità. Guadagnatevi da vivere in modo onesto, e questo vi conferirà la Grazia di Dio. Baba

### 5.4.04

Per il progresso spirituale avete bisogno di tre cose: un cuore libero dagli attaccamenti e dall'odio, una lingua non contaminata dalle bugie ed un corpo non inquinato dalla violenza. In verità, chi le possiede tutt'e tre è un santo. Per chi non le possiede, tutte le penitenze e le pratiche religiose sono assolutamente inutili. Dovete pregare incessantemente affinché la Grazia Divina vi conferisca queste qualità. Baba

### 6.4.04

L'attitudine dell'uomo verso Dio non deve basarsi sull'esaudimento od il non esaudimento dei propri desideri meschini. Dovete sentire che tutto ciò che vi capita è per il vostro miglior bene. Questo è ciò che si chiama Bhakti (devozione), che consiste nell'amare per il solo scopo di amare. La devozione è caratterizzata dalla mancanza di paura e dal fatto che si vuole sempre dare e mai ricevere. Solo l'Amore del Divino è privo di qualsiasi traccia di interesse egoistico. A che cosa può mai servire che voi Mi adorate soltanto, senza sforzarvi di coltivare le Mie qualità:

Samathwa (equanimità), Shanti (pace assoluta), Prema (amore uguale per tutti) e Sahana (pazienza e coraggio morale)? Baba

#### 7.4.04

La mente non possiede un'identità propria e indipendente. Essa è solo una conglomerazione di desideri generati dagli impulsi. Un tessuto è essenzialmente un insieme di fili che, nella loro essenza, sono fondamentalmente cotone. Allo stesso modo, i desideri sorgono da impulsi fondamentali, e la mente è costituita di questi desideri. Proprio come un pezzo di stoffa, che si disintegra tirandone i fili, anche la mente viene distrutta nel momento in cui i desideri vengono sradicati. Baba

#### 8.4.04

Io sono l'incarnazione dell'Amore. L'Amore è il mio strumento. Non esiste nessuna creatura senza Amore, in quanto persino quella più primitiva ama se stessa, e questo 'Sé' non è altri che Dio. Non esistono atei, neanche fra coloro che non vogliono sentir parlare di Dio, o Lo rifiutano. Gli atei sono come le persone affette dalla febbre malarica, che non sopportano di mangiare dolciumi, o come i malati di diabete, che non vogliono aver a che fare con i dolci. Coloro che oggi si definiscono atei un giorno, quando saranno guariti, verranno attratti da Dio e Lo adoreranno. Baba

#### 9.4.04

Sul sentiero spirituale si deve essere lenti e costanti. Dovete seguire una regolare 'routine'. Proprio come un medico prescrive una ben determinata quantità di medicine e vi avverte che aumentare le dosi prescritte può essere dannoso, anche per le vostre pratiche spirituali dovete rispettare certi limiti: non esagerate e non agite a caso e senza cautela. Proprio come le medicine, che devono essere assunte ad un'ora particolare e per un numero di volte stabilito durante la giornata, anche la ripetizione del Nome di Dio (japa) e la meditazione (dhyana) devono essere effettuate quotidianamente con regolarità ed in orari specifici. Baba

#### 10.4.04

È possibile insegnare ad una persona la postura, la posa, la posizione delle gambe, dei piedi, delle mani, del collo, della testa o della schiena, il modo di respirare e la velocità con cui farlo. Ma la meditazione è una funzione dell'Essere Interiore, che provoca una profonda quiete soggettiva ed implica l'impiego della mente. Nella meditazione ci si riempie della Luce che emerge dalla Scintilla Divina che si trova dentro di noi. Si tratta di una disciplina che nessun libro di testo e nessuna lezione sono in grado di comunicare. Baba

#### 11.4.04

Ogniqualevolta uno scultore forgia da un pezzo di roccia uno splendido idolo che verrà adorato su un altare, ciò che era inerte e senza valore diventa sacro. Allo stesso modo, nel corso del tempo, tutto ciò che è meschino e mondano dev'essere trasformato in qualcosa di sacro e di divino. Questa è la vera trasformazione a cui deve aspirare ogni uomo. Baba

#### 12.4.04

Per calmare la mente e mantenerla in equilibrio, viene prescritta la pratica spirituale ('sadhana') della meditazione, che è il processo che regola l'esistenza degli aspetti mentali, sia positivi che

negativi. Quando si raggiunge lo stato dell'"assenza di pensieri" ('nirvikalpa samadhi') si gode di una beatitudine senza limiti, di cui l'uomo sperimenta un assaggio nello stato di sonno profondo e senza sogni, durante il quale egli non viene disturbato da desideri, voluttà e mancati appagamenti. Quanto ancor più soddisfacente sarà lo stato di chi, attraverso la meditazione, raggiunge la piena Coscienza? Esso è al di là di ogni immaginazione. Baba

#### 13.4.04

Il giorno di Capodanno proclama la verità che Dio è il padrone del tempo. Sfortunatamente, l'uomo non riesce a capire il potere di Dio e spreca i tre quarti del suo tempo a perseguire obiettivi terreni e senza valore. Il modo giusto di utilizzare il tempo consiste nell'impiegarlo nella ricerca spirituale. Dovete avere buoni sentimenti, compiere azioni buone che non abbiano alcuna motivazione egoistica e nutrire amore e compassione per tutti gli esseri. Se impiegherete il vostro tempo nella ricerca spirituale, potrete godere della ricchezza dello spirito. Se volete santificare la vostra nascita umana, che è così difficile da ottenere, dovete coltivare pensieri divini. Baba

#### 14.4.04

Il giorno di Capodanno vi offre l'opportunità di meditare sull'immensità del tempo e sulla sua natura fugace, nonché sulla breve durata del periodo di tempo a vostra disposizione. Meditate sull'inizio delle cose, della natura, della vita, dell'uomo - tutti originatisi da Dio, e tutti in viaggio verso di Lui. Soffermatevi sulla grandiosità di questa processione dalla nascita alla Liberazione, una vita dopo d'altra. Diventate consapevoli che sia voi che la natura e tutte le cose che sono, sono state e saranno, siete Divini. Il mezzo più sicuro per ottenere questa consapevolezza è l'Amore. Baba

#### 15.4.04

Ci sono tre cose che dovrebbero essere tenute in mente, e cioè: "Non penserò a nient'altro al di fuori di Dio"; "Non farò niente senza il permesso di Dio" e "Manterrò la mia attenzione focalizzata sempre su Dio". È solo quando si accettano e mettono in pratica queste tre affermazioni che il Signore si prende cura del nostro benessere. Invece, non ci si cura di seguire le Sue ingiunzioni e Gli si chiede perché mai non si prenda cura di noi. Baba

#### 16.4.04

Il Divino si manifesta in molte forme, e sotto molte forme viene adorato, per ricavarne gioia. Il dovere primario degli esseri umani consiste nel riconoscere che, sebbene i sentieri dalle varie religioni siano diversi, la meta è una. L'amore, il sacrificio, la compassione, la moralità, l'integrità ed altre qualità simili sono comuni a tutte le religioni. In modi diversi, tutte le religioni cercano di promuovere l'Unità nella diversità. Baba

#### 17.4.04

Dovete mantenervi sempre occupati, ed usare il vostro tempo e le vostre capacità per ottenere i massimi vantaggi. Questo è il vostro dovere, ed il dovere è Dio. Gli individui 'tamasic' (ottusi e letargici) esitano ad essere attivi per paura di stancarsi o fallire, o di subire delle perdite. Quelli 'rajasic' (emotivi e passionali) si tuffano di testa [nell'azione] e desiderano conseguire rapidi risultati, rimanendo delusi se questi tardano ad arrivare. Gli individui 'sattvic' (equilibrati) sono attivi, perché questo è il loro dovere, ma non vengono scossi dal fallimento o dal successo. Per

loro l'azione è adorazione, e lasciano a Dio i risultati, perché capiscono di non essere altro che strumenti nelle Sue mani. Baba

#### 18.4.04

Come si può insegnare agli altri a nuotare se non sappiamo nuotare noi stessi? Come può fare carità, chi ha il granaio vuoto? Conquistate le ricchezze della devozione, della forza d'animo e della pace prima di cominciare a dare consigli agli altri su come fare per acquisirle. Potete essere entusiasti di diffondere il messaggio del Signore, ma l'unico modo certo di riuscire a farlo consiste nel tradurre gli insegnamenti in azioni nelle vostre vite. I vostri pensieri, le vostre parole e le vostre azioni devono essere sature di Amore e del messaggio del Signore. Solo allora il messaggio del Signore verrà effettivamente diffuso nel mondo e trasformerà tutti. Baba

#### 19.4.04

Dio è presente in ogni essere umano sotto forma di seme. Affinché un seme diventi una pianta, la presenza della terra e dell'acqua sono indispensabili. Allo stesso modo, affinché il seme divino contenuto nell'uomo cresca e fiorisca, fino a dare il fiore di Sat-Cit-Ananda (Essenza-Coscienza-Beatitudine), c'è bisogno di Bhakti (devozione) e Shraddha (fede ed onestà). Non basta volgere la mente verso Dio. Si deve riuscire a sperimentare la presenza del Divino ovunque e ad ogni istante. Ci si deve riempire la mente di pensieri puri e sacri. Baba

#### 20.4.04

Alcuni si chiedono: "Come possiamo trovare il tempo per le pratiche spirituali ('sadhana') se abbiamo da tribolare continuamente per procurarci il cibo ed il vestiario?". Essi dimenticano che il Signore garantirà loro queste necessità materiali ed anche l'immortalità, se essi si affideranno completamente a Lui. Qualsiasi cosa facciate, abbiate sempre il Nome del Signore sulle labbra: non avete bisogno di usare un'energia supplementare per farlo. Quando vi alzate al mattino e quando vi addormentate alla sera, fatelo con il Nome di Dio sulle labbra. Baba

#### 21.4.04

La religione ('Matham') è relativa alla mente ('Mathi'): una serie di regole vennero fissate sulla base degli insegnamenti dei fondatori di diverse fedi, tenendo conto delle necessità del momento, dei bisogni specifici delle persone interessate e delle circostanze dei vari Paesi. Perciò non si deve considerare alcuna religione superiore ad un'altra. È dovere primario dell'uomo tenere in mente le sacre verità che vengono custodite in tutte le religioni e metterle in pratica nella propria vita. Baba

#### 22.4.04

Ci sono tre modi per realizzarsi: 'Pravrithi', 'Nivrithi' e 'Prapathi'. 'Pravrithi' (attività esterna) è il metodo che sublima gli istinti e gli impulsi. Nivrithi (distacco e calma interiore) è il metodo che sottomette la sete dei sensi e dell'ego. Prapathi (l'abbandono) è il metodo che utilizza i sensi, gli istinti, le emozioni e l'intelligenza per glorificare il Divino. Compilate le vostre azioni e dedicatele a Dio senza preoccuparvi dei risultati. Questo è il segreto del successo spirituale. Baba

#### 23.4.04

I riflessi del sole, che splende nel cielo, possono essere visti nei mari, nei fiumi, nei laghi e nei pozzi. Sebbene i riflessi possano apparire diversi, il sole è uno e lo stesso. Il Divino è presente

nell'uomo come il filo che, non visto, tiene insieme le perle di una collana. L'intero cosmo è pervaso dal Divino e Ne è la manifestazione visibile. Al mondo non è possibile trovare niente - nessun oggetto, nessun essere umano e nessuna creatura - in cui Dio non sia presente. Esiste solo un Dio, ed è 'Sat-Cit-Ananda' (Essenza- Consapevolezza-Beatitudine). Baba

#### 24.4.04

L'attiva partecipazione alla vita della società, in spirito di dedizione ed abbandono al Signore, concependo tutte le azioni come atti di adorazione e tutti gli esseri umani come incarnazioni del Supremo, è una delle migliori forme di pratica spirituale ('sadhana'). Infatti, non esiste luogo in cui Egli non sia; non esiste oggetto che non sia Divino. I Veda dichiarano che il Supremo 'volle', e diventò tutto questo. Pregare, fare pellegrinaggi etc., sono solo mezzi per raggiungere lo scopo. La meta è la realizzazione della Verità Ultima, che è: 'Dio ed io siamo Uno'. Solo essa può riempire il cuore di permanente Beatitudine. Baba

#### 25.4.04

Lasciate a tutte le fedi il diritto di esistere, lasciate che fioriscano. Lasciate che la Gloria di Dio venga cantata in tutte le lingue e con una grande varietà di canti. Questo dev'essere l'ideale da realizzare. Rispettate le differenze fra le diverse fedi e riconoscetele valide, a meno che non estinguano la fiamma dell'unità. Il motivo che si cela dietro la formazione e la propagazione di tutte queste fedi differenti è lo stesso. I fondatori erano pieni d'Amore e di Saggezza e avevano scopi e mete comuni. Baba

#### 26.4.04

L'aeroplano deve atterrare in un posto specifico, perché deve prendere a bordo coloro che si sono riservati il diritto di volare comprando dei biglietti. Allo stesso modo, il Signore deve scendere sulla terra per liberare coloro che hanno conseguito il diritto di essere salvati. Inevitabilmente, anche altri verranno a sapere di Lui, della Sua Grazia e dei modi di conquistarLa e della gioia della Liberazione. Tuttavia, ci saranno sempre alcune persone ignoranti che cercheranno di cavillare sul Signore, che è venuto a salvarli. Baba

#### 27.4.04

È impossibile considerare diversi o separati la creazione ed il Creatore, o la natura e Dio. Proprio come un bolla d'acqua nasce dall'acqua, resta nell'acqua e scompare nell'acqua, anche il Cosmo nasce nell'Assoluto, esiste come una parte dell'Assoluto e si fonde nuovamente nell'Assoluto. Dovete riconoscere la verità che, proprio come non è possibile concepire l'esistenza di una bolla d'acqua senza l'acqua, l'esistenza del Cosmo non è concepibile senza Dio. Baba

#### 28.4.04

Vi trovate in questo corpo per realizzare che in realtà siete Dio. Questo corpo è un bozzolo che voi stessi avete filato, tessendovelo tutt'intorno per mezzo dei vostri impulsi e desideri. Usatelo finché dura, fino a quando le ali di cui avete bisogno per fuggirne saranno cresciute abbastanza. Siete venuti al mondo piangendo, annunciando la vostra disperazione per aver dovuto assumere il peso dell'esistenza terrena. Dato che siete arrivati soffrendo, decidete almeno di non andarvene di qui riportandovi il dolore appresso. Liberatevi in questa stessa vita. Baba

29.4.04

Gli uomini vogliono sempre sapere tutto su tutti, ma non cercano di conoscere Se Stessi! Il tentativo di conoscere il 'Conoscitore' viene definito 'Sadhana' e la conoscenza del 'Conoscitore' si chiama 'Atma Vidhya'. È solo attraverso questa conoscenza che l'uomo può vivere in pace ovunque. Infatti, nel momento in cui realizzate che sia voi che gli altri siete scintille della stessa Divinità, guardate tutti con rispetto e vero amore, il vostro cuore si riempie di gioia suprema e le rivendicazioni dell'ego perdono la loro efficacia. L'uomo cerca la felicità in posti lontani e la pace in luoghi tranquilli, ma la fonte della gioia è nel suo cuore e il porto della pace è dentro di lui. Abbiate fede in Dio e nella correttezza del vivere moralmente. Allora avrete pace e gioia, quale che sia il vitto offertovi dal fato. Baba

30.4.04

C'è solo una religione, la religione dell'Amore. C'è solo una casta, solo un Dio, ed è onnipresente. Tutte le religioni sono sentieri diversi con una destinazione comune. Tutti i devoti devono questa verità, attenendosi ad essa nelle loro vite quotidiane, ed aderire al retto sentiero. Baba