

APRILE 2011

1.4.11

E' importante che non diveniate vittime dei sei nemici interiori che sono il desiderio, la rabbia, l'avidità, l'attaccamento, l'orgoglio e la gelosia; allora potete sperimentare la pace e l'amore. Ognuno dovrebbe eseguire i propri doveri meticolosamente e aderire al Dharma; anche la formica lo segue: dovunque trovi del cibo, lo porta al formicaio e lo consuma senza far danno né rubare niente a nessuno. Tutti gli uccelli e gli animali seguono il loro Dharma naturale e si comportano conseguentemente. Il sentiero del Dharma è fondamentale per tutti, dalla formica al Creatore; lo stesso Principio di Verità è presente in ambedue. Baba

2.4.11

Qual è il significato dell'affermazione "Dio è la causa immediata del Cosmo (Upadanakarana)"? "Causa immediata" indica la causa che ha prodotto l'effetto. L'effetto è la causa in un'altra forma e non può venirne separato, ogni effetto che notiamo non è che la causa che ha assunto una forma nuova. "Il Cosmo è l'effetto, Dio è la causa"; queste affermazioni sottolineano semplicemente il fatto che il Cosmo non è che Dio in un'altra forma. Si può mettere in dubbio che tutta questa molteplicità di cose ed esseri sia Dio davvero? Assolutamente questa è la verità! Tutto quello che i sensi percepiscono, tutto ciò di cui si prende consapevolezza è Dio, non c'è altro che Lui; tutti i corpi, le menti, gli intelletti, le coscienze, sono di Dio. Baba

3.4.11

Dovete controllare la mente perché l'analisi della mente e la purezza di cuore sono veramente essenziali; offritela a Dio, Egli farà tutto per voi. Fate il vostro dovere scrupolosamente con devozione al Signore, coltivate la fede assoluta nel fatto che Egli è dovunque, non credete che sia qui e non là: Egli è dovunque. Lo cerciate, permea l'universo intero. La maggioranza delle persone non riesce ad accettare questa verità ma Dio è presente in tutti gli esseri, dagli insetti più piccoli come le formiche agli animali più grandi come gli elefanti; Egli è altrettanto presente in ogni granello di sabbia o particella di zucchero. Baba

4.4.10

Il bene e il male coesistono, nessuno può separarli. Se coltivate maggiore bontà, il male in voi diverrà assolutamente insignificante; per cacciare tutto ciò che è male, non c'è bisogno di usare alcuna forza. Se dimenticate il male, la bontà si manifesterà in voi pienamente. Non pensate che l'Anno Nuovo vi porti qualche risultato, qualunque bene o male sperimentiate è il risultato dei vostri pensieri, delle parole e delle azioni. Quando un pensiero cattivo qualsiasi vi viene in mente, abbandonatelo immediatamente; se vi comportate in questo modo, diverrete un devoto vero di Dio e otterrete la liberazione. Ecco il messaggio che vorrei darvi in questo giorno sacro. Baba

5.4.11

Molto spesso le persone agiscono in modo contrario ai dettami del loro Dharma e non seguono il sentiero tracciato dalle scritture; la verità è la più santa delle virtù ma esse non hanno uno iota di sincerità. La gente perde il coraggio all'insorgere dello sconvolgimento più piccolo e

abbadona l'avventura della vita generando in sé una specie di pseudo-rinuncia; se soltanto gestisse la vita applicandosi a fare il proprio dovere, non avrebbe bisogno di evaderne e cercare grotte e foreste ove fuggire. Voi potete raggiungere Dio nell'ambito del vostro dovere, nella vostra stessa vita Dharmica, indipendentemente da ciò che fate. Baba

6.4.11

La contemplazione di Dio deve procedere insieme ad una vita Dharmica. Questo tipo di vita non ha bisogno di condizione sociale, istruzione o vanità perché esse portano le persone fuori strada; la conoscenza del Sé (Atma Vidya) sorgerà in voi e la vostra anima sperimenterà la Divinità soltanto quando controllerete la mente e l'intelletto. Baba

7.4.11

Le semplici parole non sono sufficienti quando si prega; nella preghiera si dovrebbe offrire il cuore a Dio. Le grandi anime Gli offrono i loro cuori mentre pregano. Nel Mahabharata, Draupadi, la moglie dei Pandava, prega sempre così: "Signore caro, io ti adoro giorno e notte. Ti prego di essere compassionevole con me e proteggermi; se hai compassione di me, nessuna sfida o tormento, che io possa dover affrontare, mi angustierà". Fedele alla sua preghiera, ella ebbe sempre la protezione di Dio e superò gli ostacoli innumerevoli che trovò nella vita; a dispetto delle molte prove e tormenti che subì, la sua devozione al Signore Krishna rimase imperturbata. Alcuni possono pregare il Signore Rama, altri il Signore Krishna: le forme e i nomi sono molti ma la Divinità è una. L'Atma è la Divinità senza forma e senza nome. Baba

8.4.11

Un buon carattere è essenziale affinché l'Atma si palesi; in altre parole, tutte le qualità malvagie vanno sradicate. Come l'esercito si perde d'animo e si arrende quando il comandante cade, l'armata delle qualità malvagie cede le armi quando il complesso egoico (Ahamkara) è eliminato; esse sono native del reame della rabbia per cui, se quella regione viene distrutta, i soldati non possono più sollevare la testa. Attenersi soltanto a questo è sufficiente; infatti, cosa può fare il comandante Egoismo senza un singolo soldato che marci ai suoi ordini? Quindi tutti gli sforzi devono essere diretti alla distruzione del regno della rabbia in modo che nessun comandante possa azzardarsi a lasciar liberi i segugi della guerra. Operiamo in modo che ogni aspirante spirituale mantenga in pace la regione della sua mente ponendo fine al risorgere di questo comandante e dei suoi soldati. Baba

9.4.11

Il cosmo non esiste, è un'illusione, non è, non è stato né sarà mai. La creazione del cosmo, la dissoluzione del cosmo, i bilioni di esseri che emergono e si fondono non sono che un sogno. Non c'è affatto un'anima individuata (Jivatma), c'è soltanto l'Uno Indivisibile Completo Assoluto. Come l'unico Sole riflesso a guisa di bilioni di soli nei laghi, negli stagni e nelle gocce d'acqua, le anime individuate sono soltanto riflessi dell'Uno nelle menti su cui Esso brilla. Baba

10.4.11

La cessazione delle modificazioni e agitazioni della mente è il requisito iniziale necessario per ottenere un'udienza col Divino. La Sua sala di accoglienza ha otto cancelli che bisogna attraversare: controllo dei sensi interiori, controllo dei sensi esteriori, postura nello stare seduti, controllo del respiro, controllo della mente, concentrazione, meditazione e super

consapevolezza. La meditazione è la via regale per ottenere la super consapevolezza. Dopo che la mente è stata messa sotto controllo da queste otto discipline, la forza di volontà può essere sviluppata con facilità. Il Signore, con il semplice volere, può realizzare qualunque cosa immediatamente e facilmente. Nell'uomo, la forza della volontà non è generalmente molto forte; quando egli raggiunge quella forza, ottiene qualcosa che è pari al potere di Dio. Questo è il significato di "fusione" ed è la meditazione che la rende possibile. Baba

11.4.11

In tempo di difficoltà, sia milionari che i poveri prendono rifugio nel Nome Divino. In passato, molti saggi fecero penitenze e presero vari tipi di voti per spargere la Gloria del Nome Divino in questo mondo. Il Signore Rama non disse mai a nessuno di cantare il Suo Nome o di meditare su di Esso; in effetti, Egli dichiarò che tutti sono incarnazioni della Divinità e insegnò soprattutto a seguire la Verità. Rama praticò la Verità per tutta la vita e raggiunse l'unità di pensiero, parola e azione per cui, persino al giorno d'oggi, sia i vecchi che i giovani cantano il Nome Sacro del Signore Rama con grande devozione. Baba

12.4.11

La Verità (Sathya) e la Rettitudine (Dharma) sono i due insegnamenti principali di Rama. Non consideratevi dei semplici esseri umani, abbiate fede piena nel fatto di essere nient'altro che il Divino! Proprio lo stesso Atma che pervade l'universo intero prese una forma e si incarnò come Rama. Voi dovete prendere la Verità come vostra base effettiva e sostenere e promuovere la Rettitudine che non è confinata a nessun luogo o paese particolare, è presente in tutti, è nata dalla Verità. Che cosa è il Dharma? "Ciò che sostiene è il Dharma (Dharayati iti Dharma)". Alcuni limitano erroneamente il Dharma al semplice nutrire i poveri o a fare atti di carità. Il Dharma dovrebbe fluire dal vostro stesso cuore ed essere quindi messo in pratica. Fate come dite, questo è il vostro dovere fondamentale; se invece dite una cosa e fate il contrario, sappiate che questo connota la disonestà (Adharma). Tra i pensieri, le parole e le azioni dovrebbe esserci armonia perfetta. Baba

13.4.11

Se da questo stesso giorno cominciate a seguire la verità, diverrete certamente un esempio per tutto il paese. Che cos'è la verità? La Parola di Dio è Verità per cui, quando parlate e agite con l'idea di fare tutto per far piacere a Dio (Sarva Karma Bhagavad Prityartham), ogni cosa che dite o fate si manifesta come verità. Ogni pensiero o sentimento che emana da voi è un riflesso della vostra verità interiore; sfortunatamente, viene trasformato in falsità a causa dell'uso errato della lingua. La lingua è uno dei cinque sensi e questi sono la causa dei cambiamenti in noi, sono responsabili dei misfatti o del merito che guadagniamo. Violenza (Himsa) non è soltanto far danno o ferire gli altri, è anche l'agire contrariamente alle proprie parole. Ricordate sempre questo: "In verità, non può esserci non-violenza più grande dell'usare la lingua in modo sacro". Baba

14.4.11

Che cos'è Moksha? E' l'abbandono di ciò che è irreale o "Anatma". Supponete di volere un bicchiere di succo di frutta: se non gettate via l'acqua che c'è nel bicchiere, non potete versarci il succo. Similmente, se non abbandonate i desideri per le cose del mondo, la spiritualità (Atmabhava) non può radicare in voi. Se trascorrete le ore immersi in pensieri su Dio, vi liberate

dei modi malvagi, non siete più tentati di insultare gli altri, o far loro danno in alcun modo, e cominciate a vivere nell'Amore accettando tutti gli eventi come doni Suoi. Allora la vostra casa diventa veramente il paradiso in terra, la gioia che sgorga dal vostro cuore è il simbolo di Vaikunta (residenza del Signore Vishnu), la scrupolosità e l'attenzione che dimostrate nel lavoro sono il simbolo di Kailasa (residenza del Signore Shiva). Baba

15.4.11

E' soltanto quando la mente è completamente sotto controllo che l'uomo può afferrare la sua identità reale. Allora tutte le difficoltà e le fatiche, i dubbi e i dilemmi giungono a fine ed egli supera il dolore, l'illusione e l'ansia stabilendosi nella calma sacra della Pace (Shanti). La vita spirituale non è una questione di discorsi privi di significato, è un'esperienza di Beatitudine (Ananda) pura. Baba

16.4.11

Considerate come sognate dormendo: i sogni non scaturiscono da qualche posto fuori di voi né le immagini e attività varie scompaiono in qualche luogo esterno a voi; essi sorgono e scompaiono in voi. Mentre sognate, gli eventi e le persone vi appaiono reali e voi fate esperienze realistiche come nello stato di veglia: il senso di pena, il diletto, la paura, l'ansia e la gioia. In quel momento, voi non li rifiutate perché illusori. Il cosmo è il sogno di Dio, sorge in Lui e si fonde in Lui, è il prodotto della Sua Mente. I cicli di nascita e morte sono tutti intrecci fantasiosi di Maya, agitazioni illusorie e apparenze irreali. Coloro che hanno sperimentato la saggezza più elevata possono raggiungere l'unità con il Divino qui ed ora. Baba

17.4.11

Ogni uomo aspira alla felicità e vuol evitare il dolore ma, in questo mondo, la verità e la falsità, la rettitudine e la disonestà, la gioia e il dolore passano e cambiano con il tempo. L'uomo dovrebbe aver fede nel principio fondamentale da cui hanno origine sia il bene che il male; uomo vero è colui che tratta il dolore e il piacere alla pari. Voi dovrete aver fiducia nel Divino e sentire il Suo Amore nel cuore. I santi e i saggi del passato, immortalati dalla storia, aspiravano alle avversità piuttosto che alla felicità; la gioia che nasce dall'aver superato le difficoltà dura di più di quella ottenuta dalla felicità per cui non dovremmo rifiutare il dolore né cercare solamente la felicità. Baba

18.4.11

Quando in alcuni vedete dei difetti, dovete limitare le vostre conclusioni al fatto che nel loro comportamento ci sono delle mancanze; questo è tutto. Non pensate che in loro non ci sia l'Anima Divina (Atma); per colpa delle compagnie che frequentano o delle inadeguatezze della società in cui sono cresciuti, quei difetti si sono radicati in loro, non sono inerenti alla loro natura che è Atmica. Cercate di dar loro una compagnia buona, un ambiente atto a elevare e persuadeteli a viverci. Per nessuna ragione dovete condannarli e tenervene distanti. Baba

19.4.11

Coloro che affermano che l'Universo è reale, ma dichiarano contemporaneamente che l'esistenza di Dio non è che un sogno, stanno solamente dando prova di essere ignoranti perché l'effetto, cioè il Cosmo, se è reale, deve avere una causa: come può esserci un effetto senza causa? Dio può essere negato soltanto se si nega l'Universo. Ciò che ora appare come

Cosmo è effettivamente Dio; questa è la visione che l'aspirante sincero ottiene quando riesce nel suo intento. In effetti, l'Universo che noi sperimentiamo è il sogno; quando ci svegliamo dal sogno, la Verità del suo essere Dio risplende nella coscienza. Dall'inizio del tempo, il Dio che noi poniamo al di fuori di noi stessi è stato anche la realtà dentro di noi; anche questa Verità diventa certa con il crescere della fede. Baba

20.4.11

L'uomo soffre di due tipi di malattie: quelle fisiche e quelle mentali. Un fatto particolare a loro riguardo è che il coltivare le virtù cura ambedue. Un atteggiamento di generosità, di forza d'animo di fronte al dolore e alla perdita, uno spirito di entusiasmo nel fare il bene e nell'essere utili, al meglio delle nostre capacità, rinforzano la mente e il corpo; la gioia che si ottiene dal servizio agisce sul corpo e lo libera dalle malattie. Ne consegue che il corpo e la mente sono in relazione stretta. Baba

21.4.11

Quando qualcuno ci avvicina convinto nelle sue credenze su Dio, dobbiamo accoglierlo con un sorriso interessato, desideroso e colmo di devozione verso il Signore; quando ci avvicina qualcuno entusiasta del suo lavoro, dobbiamo dividere con lui la nostra conoscenza e forza e unirli a lui nel compito. Così è possibile portare armonia tra i seguaci di fedi e pensieri filosofici diversi; questo avvicinerà le varie fedi e scuole di pensiero. Come sarebbe bello se questo tipo di armonia e cooperazione armoniosa prevalesse maggiormente, come sarebbe felice il mondo se ognuno comprendesse che il suo punto di vista può al massimo essere soltanto una verità parziale e che, per giungere alla verità totale, ha bisogno dell'unione armonica di molti altri aspetti. Baba

22.4.11

L'aspirante spirituale non deve dare spazio ad alcuna depressione, a sconforto, senso di fallimento o dubbio; egli deve essere paziente e sopportare gli eventi con forza d'animo per cui bisogna che generi dentro di sé l'entusiasmo, la fede e la gioia. Tenendo sempre presente il risultato finale dello sforzo, l'aspirante deve affrontare coraggiosamente tutte le difficoltà e tentazioni; dato che le difficoltà sono deboli e passeggiere, possono essere superate facilmente con un po' di pazienza. Se l'aspirante non è vigile e paziente, tutto il successo ottenuto fino a quel punto si perderà in un momento di distrazione. Baba

23.4.11

Yoga significa Unione. Il India, dove lo Yoga scorre nelle vene di tutti da ere, la gente deve impegnarsi a mantenere la convivenza armoniosa di molte fedi e credi il che rappresenta il tipo ideale di Religione Universale. Coloro che riescono eroicamente a trasportare la loro fede nella vita di tutti i giorni, possono realizzare questa convivenza nella comunità umana. Tra il comportamento esterno e la natura interiore, si può attuare questo stare insieme pacificamente, o Unione. L'aspirante al progresso spirituale (Sadhaka), concentrato sul sentiero dell'amore, deve impegnarsi nell'Unione tra se stesso e l'incarnazione dell'Amore cioè Dio. Baba

24.4.11

Alcuni obiettano che la disciplina spirituale dell'azione (Karma Yoga) comporti troppo logorio psicologico. Essi dicono: "Io ho cercato soltanto di far loro del bene ma essi hanno ignorato

questo mio desiderio e hanno cercato di offendermi”; una delusione di questo tipo fa perdere l’interesse per l’attività. Uno vuol fare il bene sperando di derivarne gioia e distribuire gioia e, quando questa gioia non si manifesta, arriva lo scoramento ma la lezione che il Karma Yoga impartisce è “fai il Karma come Karma, per il bene del Karma”. Perché il Karma Yogi si riempie le mani di lavoro? Perché questa è proprio la sua natura; egli è felice mentre lavora, ecco tutto, non contratta il risultato, non è spinto da alcun calcolo, dà e non riceve mai, non conosce dolore né delusione perché non ha sperato in alcun beneficio. Baba

25.4.11

Proprio come il sapone è necessario per pulire questo corpo che è all’esterno, la ripetizione del Nome Divino, la meditazione e il ricordo continuo (smarana) sono necessari per pulire la mente che è all’interno; come il cibo e le bevande sono necessari per mantenere il corpo forte, la contemplazione del Signore e la meditazione sull’Atma sono necessari per rinforzare la mente. Senza questo cibo e bevanda, la mente inciampierà qua e là. Come si può vedere la base, l’Atma, quando le onde del desiderio agitano le acque della mente? Quindi ripulite la mente con la contemplazione del Signore, nutritela con la meditazione sull’Atma. Solamente la meditazione e la pratica spirituale possono purificare le profondità della mente e darle forza; senza purezza e forza, l’Atma si allontana e la pace scompare. Baba

26.4.11

Il mare della vita (samsara), agitato dalle onde della gioia e dell’afflizione, può essere attraversato soltanto da coloro che hanno un desiderio incrollabile per l’essenza della beatitudine; gli altri saranno sommersi. La capacità di superare le qualità (guna) della natura (prakriti) non è congenita in tutti, arriva con la Grazia del Signore e questa va ottenuta per mezzo della ripetizione del Nome Divino e della meditazione. Questo per primo deve essere compreso chiaramente: controllare le tendenze della natura è impossibile per chiunque. Il potere è detenuto solamente da coloro che hanno la natura in pugno e ai cui comandi essa obbedisce. Baba

27.4.11

Il sentiero spirituale della devozione (Bhakti Yoga) insegna alla gente il cammino dell’Amore, dell’amare per profittarne e amare tutti come si ama se stessi. Allora non potrete subire più alcun danno. Questo spanderà gioia e felicità su tutti. Dio è presente in tutti gli esseri come Amore ed essi si impegnano tutti a fondere il loro amore con l’oceano dell’Amore che è Dio. Dovunque l’Amore è evidente, siate certi che è proprio l’Amore di Dio. Dio è Colui che ama l’umanità più di tutti per cui riversa Grazia infinita quando qualcuno decide di servire l’umanità che Egli ama. Quando il cuore umano si scioglie nel vedere la sofferenza degli altri e si espande come risultato di tale partecipazione, state sicuri che Dio è lì presente. Questo è il segno della validità del sentiero della devozione, il Bhakti Yoga. Baba

28.4.11

Tutto ciò che vedete è il riflesso di quel che c’è dentro di voi. Se definite qualcuno malvagio, è la malvagità in voi che si riflette in lui; con lui non ha niente a che fare. Bene e male non sono che il riflesso del vostro essere interiore, non li considerate mai separati da voi. I pensieri buoni sono una sorgente di vibrazioni buone. Se il vostro essere interiore è pieno d’amore, lo stesso principio si manifesterà nelle vostre parole e azioni. Quando avrete pensieri sacri, diverrete una

persona divina. Baba

29.4.11

Per l'uccello che vola in alto mare, sulle acque profonde e blu, l'unico luogo ove riposare è l'albero di un vascello che navighi in quelle acque. Nello stesso modo, il Signore è l'unico rifugio per l'uomo sballottato di qua e di là nei mari tempestosi di questo mondo. L'uccello, per quanto lontano possa volare, sa dove può riposarsi e questa conoscenza gli dà sicurezza. Il Nome del Signore è come quell'albero: ricordatelo sempre, associate ad Esso la Forma e tenetela fissa nell'occhio della mente. Questa è una lampada che spande luce nel profondo del vostro cuore. Il Nome tenuto sulla lingua scaccerà l'oscurità interiore e quella esteriore. Baba

30.4.11

Quando Dio assume forma umana ed è dietro di voi, davanti a voi, al vostro fianco, vi parla e si muove con voi permettendo che vi attacchiate a Lui in vari modi, voi non Lo riconoscete. Non dovremmo lasciarci sviare tanto da credere che Egli sia semplicemente umano e nient'altro. In genere, noi dimentichiamo la Verità. Il Divino dichiara: "Io non sono una massa di carne e sangue, non sono un intrico di desideri come la mente, non sono quel mucchio di illusione che è l'immaginazione, Io sono l'Anima Suprema (Paramatma), l'Origine e la Fine. Io sono il desiderio in voi, la conoscenza che cercate come risultato del desiderio del vostro stesso Sé. Baba