

## NOVEMBRE 2010

### 1.11.10

La pioggia che cade sulla catena di montagne scende giù lungo le valli scorrendo in torrenti torbidi; la stessa pioggia, quando cade sui laghi o sui fiumi limpidi, rimane pura e trasparente. I saggi che conoscono la loro Realtà Atmica vengono trasformati nella purezza, nell'equanimità e limpidezza che essa rappresenta e sono sempre pienamente consapevoli dell'Atma che è il loro nucleo interiore; nella consapevolezza purificata di queste persone c'è l'esperienza dell'identificazione. Le simpatie e antipatie, il senso dell'io e del mio, l'apprensione e la tranquillità, l'esaltazione che segue la lode e la depressione causata dal biasimo non possono contaminare o agitare una persona che ha raggiunto questo stato in cui gli opposti si bilanciano e vengono accettati con equanimità come onde sull'oceano della consapevolezza Atmica; questa è l'attitudine Atmica autentica, la visione interiore del Brahman, la visione unitaria. Baba

### 2.11.10

Io sono immanente in tutti gli esseri; le persone dimenticano Me che sono in loro e intorno a loro. Io sono il nucleo interiore di tutti gli esseri ma essi non ne sono consapevoli quindi sono tentati di credere che il mondo oggettivo sia reale e vero e cercano i piaceri che derivano dagli oggetti cadendo così nell'afflizione e nel dolore. Se invece concentrano tutta l'attenzione su di Me fiduciosi nel fatto che il Signore ha voluto ogni cosa ed ogni essere, Io li benedico e rivelo loro la Verità: essi sono Io e Io sono loro. Migliaia sono stati benedetti così. Baba

### 3.11.10

La parola è uno strumento bellissimo che è stato donato all'uomo affinché lo usi per la propria evoluzione. La parola è dotata di un potere enorme; scegliendo le parole, si può comunicare agli altri qualcosa che disturbi il loro equilibrio o li addolori in un attimo svuotandoli della forza morale e del coraggio mentale. Essi cadono a terra incapaci di sostenersi. Al contrario, quando con il parlare comunichiamo loro qualcosa di piacevole o li sosteniamo, essi trovano la forza di un elefante. Le parole non costano niente ma sono preziose quindi vanno usate con attenzione e non impiegate per il pettegolezzo che è inutile ma per scopi puri e produttivi soltanto. Gli antichi raccomandavano il voto del silenzio per purificare la parola dalla sua parte malvagia; una mente rivolta verso una visione interiore di Dio e un parlare orientato verso la visione esteriore promuovono la forza e il successo spirituali. Baba

### 4.11.10

Il Principio Divino Unico lavora tramite molte forme al fine di gestire e completare il processo della Creazione (Srishti). Tutte le forme hanno fundamentalmente la stessa essenza, non c'è superiore o inferiore, tutti sono ugualmente Divini. Quando Dio scende assumendo forma speciale in occasioni speciali per uno scopo specifico, è conosciuto come Avatar; ogni Avatar nasce in seguito al Volere Divino per ripristinare il Dharma e la vita morale. -Baba

### 5.11.10

Dipavali deve essere considerato un giorno utile per liberarsi dalle qualità cattive rappresentate dal demone Narakasura. Il significato interiore che è alla base della ricorrenza dovrebbe venir

compreso correttamente. Un complesso di lanterne viene acceso con la luce di una sola che sta a simbolo del Signore Splendente Supremo; le altre corrispondono alla luce dei sé individuali. La verità del detto vedico "L'Uno volle divenire i molti" è esemplificato dall'accendersi delle lanterne con la fiamma di una sola. La festa di Dipavali rivela la verità spirituale più profonda mentre la lanterna indica un altro fatto significativo: dovunque essa venga posta, la fiamma si erge sempre in alto, non va mai verso il basso. Similmente, la fiamma della Saggezza Spirituale (Jnana) conduce ad un livello sublime tramite il cammino della Rettitudine. Baba

#### 6.11.10

Non vi esaltate per le ricchezze, lo stato, l'autorità, l'intelligenza, ecc. che potete possedere, considerate che vi sono stati dati in prestito affinché possiate farne uso per il bene degli altri; essi sono segni della Sua Grazia, sono opportunità di servizio, simboli di responsabilità. Non esultate mai degli errori degli altri; trattate con comprensione le loro colpe e gli sbagli, cercate il bene in loro, ascoltate soltanto ciò che se ne dice di buono, non prestate orecchio agli scandali. In questo giorno di Dipavali decidete di accendere la lanterna del Namasmarana e ponetela sulla vostra soglia, le labbra, nutritela con l'olio della devozione, siate stabili come lo stoppino e fate che la lampada illumini ogni minuto della vostra vita; lo splendore del Nome scaccerà l'oscurità che è all'esterno di voi e quella all'interno e voi spanderete gioia e pace tra tutti all'intorno. Baba

#### 7.11.10

Il contadino, intento a coltivare, dimentica persino il cibo e il riposo perché è troppo occupato nell'arare, livellare, spargere i semi, annaffiare, diserbare, far crescere le messi e difenderle. Egli sa che la sua famiglia deve sostenersi con il raccolto che lui porta a casa e che, se spreca la stagione preziosa in passatempi inutili, i suoi dovranno affrontare la fame e la malattia; per questo, mette da parte o rinvia gli altri scopi e si concentra solamente sulla coltivazione. Egli sopporta difficoltà e privazioni, sgobba giorno e notte, cura le messi che crescono e immagazzina le granaglie con il risultato di poter passare i mesi futuri in pace e gioia con la sua famiglia serena. Gli studenti e i ricercatori spirituali devono imparare delle lezioni importanti dal contadino. Lo stadio della giovinezza è la stagione in cui apprendere la cultura mentale e intellettuale; questi anni dovrebbero essere coltivati intensamente e intelligentemente a prescindere da difficoltà e ostacoli: il clamore dei sensi deve venir tacitato, la fame e la sete controllate, il bisogno di sonno e ricreazione tenuto a freno. Baba

#### 8.11.10

Riempite il serbatoio quando piove così da poter annaffiare il vostro terreno in tempo di siccità. Fate degli esercizi spirituali (Sadhana) intensi ora che siete giovani e forti in modo da poter stare in pace e gioia per il resto della vita. Fate l'uso più conveniente del periodo presente delle vostre vite, non sprecate le ore in cose irrilevanti e insolenti; non perdetevi nel condannare gli altri o voi stessi. Fate gioire il cuore ammantato di risoluzioni, ideali e sentimenti nuovi, modellate le vostre vite in canti dolci d'amore. Baba

#### 9.11.10

Nel termitaio del vostro cuore ci sono molti serpenti delle qualità malvagie; se fate il Namasmarana tutti quei serpenti usciranno. Il Namasmarana è come lo strumento musicale a fiato (Nadasvaram) che attrae i serpenti e li fa uscire dal termitaio; questo strumento è il vostro

alito vitale (Jivanasvaram e Pranasvaram). Per liberarsi delle qualità malvagie, bisogna ripetere il Nome di Dio. Oggi ci sono molti che non danno alcuna importanza al Namasmarana; questo è un errore grossolano perché, in questa era di Kali, soltanto la ripetizione del Nome Divino può redimere le vostre vite, non c'è altro rifugio. Cantare la Gloria del Signore è una cosa molto sacra. Baba

#### 10.11.10

Al giorno d'oggi, il paese sta affrontando un mucchio di problemi perché le persone non fanno il Namasmarana a sufficienza. Fate sì che ogni strada risuoni del canto della Gloria Divina, colmate ogni singola cellula del vostro corpo col Nome Divino; niente altro può darvi la Beatitudine, il coraggio e la forza che vi deriva dal Namasmarana. Anche se certa gente si prende gioco di voi, non ve ne curate e recitate il Nome di Dio con concentrazione e dedizione totali. Non abbiate paura di nessuno, cantate la Gloria di Dio con tutto il cuore senza alcuna inibizione; solamente allora potrete sperimentare la Beatitudine Divina. Baba

#### 11.11.10

Abbandonarsi a Dio non vuol dire offrirGli il proprio corpo; abbandonarsi veramente significa ripetere il Nome Divino e farNe la base della vita. E' per questa ragione che Guru Nanak, il primo Guru dei Sik, introdusse il canto di gruppo e disse ai suoi seguaci che dovevano cercare il raggiungimento dello scopo della vita tramite il canto del Nome Divino. Considerate la ripetizione del Nome di Dio come la pratica spirituale più importante; voi potete elargire tutto il denaro che volete in carità e nel fare atti di servizio ma queste pratiche, se non sono affiancate dalla ripetizione del Nome Divino, vi daranno al massimo una soddisfazione mentale temporanea. Baba

#### 12.11.10

I Bhajan sono veramente necessari per sciogliere il cuore di Dio. Se fate il Nagar Sankirtan al mattino presto, tutti si alzano per ascoltare il Nome Divino; l'ascolto del Nome di Dio appena alzati li riempie di grande Beatitudine ed entusiasmo. Ricordate sempre il Nome di Dio, non Lo dimenticate mai; questo è il cammino più nobile, questa è pratica spirituale vera. Se fate questo, sarete benedetti immensamente. Baba

#### 13.11.10

Sfortunatamente l'essere umano non sta ottenendo alcuna trasformazione nonostante ripeta il Nome Divino varie volte; voi Lo dovrete cantare con tutto il cuore e con fede totale. La fede sviluppa l'amore verso Dio e quell'amore verso Dio procura la Grazia. Non c'è dubbio che oggi le persone ripetano il Nome Santo ma non lo fanno con amore e fede stabili; esse sono più interessate a come gli altri lo cantano e a come sono la loro tonalità e melodia. La gente fa il Namasankirtana con la mente che va in giro. Con questo Namasankirtana con mente vagabonda non può avvenire alcuna trasformazione anche se lo si fa per ore; il Namasankirtana deve essere fatto con concentrazione assoluta e fede ferma come fa uno yogi. Il detto recita "Sathatham Yoginah". Se la mente è concentrata stabilmente sul Nome Divino, si può ottenere una trasformazione grande. Baba

#### 14.11.10

Il potere del Nome Divino è ineguagliato; le persone lo prendono spesso alla leggera ma questo

è un errore. Non si deve scambiare un diamante per un pezzo di vetro luccicante; il diamante vero è del tutto differente. Che cos'è un diamante? 'Die mind'\*. Il Nome di Dio è il diamante vero, conservatelo al sicuro. Non vi preoccupate mai del dolore e della sofferenza, della perdita e delle difficoltà: esse vengono e vanno, non sono la vostra natura reale. Il vostro Sé innato è forte, eterno e vero e voi non dovrete seguire ciò che è evanescente e irreale abbandonando la vostra natura vera ed eterna. Una volta cercato rifugio ai piedi di loto di Dio, non dovete mai rinunciare; ovunque andiate, il Piede Divino vi proteggerà. Se installate saldamente il Nome Divino nel cuore, la vita diviene santificata. E' soltanto per far comprendere alle persone questa verità che l'esercizio spirituale dell'Akanda Bhajan è stato prescritto per i devoti almeno una volta all'anno. Baba

\* [La pronuncia del termine "diamond" è simile a quella della frase "die mind" cioè "muori mente!"]

#### 15.11.10

L'essenza delle qualità buone, dei pensieri buoni e dell'amore dovrebbe essere offerta a Dio come frutto cresciuto tramite il proprio esercizio spirituale (Sadhana). Anche il mondo trarrà beneficio dalla condotta buona di un individuo. Il fuoco che avvolge un albero non si ferma dopo averlo bruciato ma si allarga alla foresta intera; nello stesso modo, un individuo che ha delle qualità cattive rovina la comunità intera oltre a se stesso. D'altro canto, un albero coperto di fiori odorosi riempie tutta la zona di profumo e, similmente, un individuo che segue un codice di condotta elevato non migliora soltanto se stesso ma tutta la società all'intorno con il suo comportamento corretto. Baba

#### 16.11.10

Una persona che guida un'automobile si concentra sulla strada perché è molto interessata a difendere se stessa e gli altri dagli incidenti; in questo caso, ciò che induce l'attenzione unidirezionale è la paura. Per ottenere la concentrazione, l'amore è una forza più potente: se avete un amore fermo e risoluto, la concentrazione diventa profonda e incrollabile. La fede si trasforma in amore e questo produce la concentrazione. In seguito a questa condizione, la preghiera comincia a dare frutto. Pregate usando il Nome come simbolo del Signore, pregate tenendo ferme tutte le onde della mente, pregate come compimento di un dovere inerente la vostra stessa esistenza, come sola giustificazione della vostra venuta nel mondo. Tenetevi stretti a Dio; il devoto non dovrebbe ritirarsi mai né dare spazio al dubbio o allo scoramento. Baba

#### 17.11.10

Bhagavatha' connota tre sezioni di conoscenza: (1) La Gloria e Maestà delle incarnazioni di Dio, (2) I nomi di coloro che sono devoti totalmente a Dio e (3) La relazione intima tra Dio e il devoto vero. Dovunque e in qualunque momento questi tre si trovino insieme, lì c'è 'Bhagavatha'. Tutto ciò che è visibile non è oltre o fuori di Dio. Per dirla in breve, tutto è Bhagavatha! Baba

#### 18.11.10

Ogni manifestazione concreta di Dio è importante, non può essercene di superiori o inferiori. La storia di ognuna di esse eleva lo spirito, ognuna è una manifestazione completa. Ascoltare le loro storie vi fa pensare che una manifestazione sia più grande e più sublime di un'altra; a voi

sembra di ottenere più ispirazione da un Avatar che da un altro ma tutti sono ugualmente Divini ed enigmatici. Ogni manifestazione è adatta al periodo, al compito, alla circostanza e al bisogno e la Sua Forma è coerente allo scopo. Baba

19.11.10

Da tempo memorabile, le donne di Bharat hanno dato gioia a questo paese con la loro aderenza agli ideali e quindi occupano una posizione elevata, più alta di quella degli uomini. Le donne dal carattere così nobile hanno stabilito i grandi ideali della popolazione muliebre di Bharat. Soltanto se le donne saliranno di importanza nella società, il mondo intero diventerà sacro. In questo mondo, non c'è niente che le donne non possano ottenere; riconoscendo la natura di donne simili, noi dobbiamo incoraggiarle e dar loro pari opportunità in campo sociale. Eppure, nella società inquinata di oggi, non c'è incoraggiamento per le donne che coltivano ideali sublimi; nei tempi moderni, i modi di vivere sono diventati così pervertiti che solamente i pensieri malvagi, i sentimenti malvagi e i comportamenti malvagi la fanno da padroni. Baba

20.11.10

Per la protezione del mondo, per il sostegno della rettitudine (Dharma), per la soddisfazione dei desideri dei devoti, Egli vuole e assume una Forma speciale, va per il mondo e dona gioia ai devoti con le Sue Azioni Divine che li convincono del Suo Avvento. Essi vengono così rassicurati nella loro fede e spinti a dedicare le attività a Dio; in tal modo si salvano e si liberano. In occasioni particolari, per risolvere certe crisi urgenti, Dio si è incarnato con Forme recanti soltanto una parte della Sua Divinità, con alcune capacità e poteri Divini. Baba

21.11.10

L'uomo comune annega nell'apparenza e nei motivi esteriori per cui giudica comuni o persino volgari i Giochi Divini il cui significato e obiettivo interiori non sono facilmente evidenti a tutti ma il Signore non può mai impegnarsi in attività spregevoli e prive di scopo; il Suo avvento mira a liberare il mondo dal pantano della malvagità e disonestà, a soddisfare le necessità di quelli che Gli sono devoti, a ristabilire la rettitudine e la moralità e riportare in auge i Veda. Egli deve tener conto del merito acquisito da ognuno nelle vite passate e spargere la Sua Grazia in conseguenza. I Suoi Giochi o Attività Divine sono adatti ai tempi, alle persone, alle aspirazioni e alla compassione che ogni dono di Grazia provoca! Baba

22.11.10

L'educazione dovrebbe essere usata per promuovere il benessere della nazione; la conoscenza ottenuta tramite l'educazione dovrebbe essere usata altruisticamente per promuovere il benessere dell'umanità. Ciò che ci necessita oggi sono uomini e donne nobili dalla mente elevata (Uttama-purushulu); la nazione prospererà solamente quando ci saranno persone simili, con cuori e menti nobili. Tali persone emergeranno soltanto quando nella società ci saranno purezza mentale e moralità. Solamente una società che ha un fondamento morale può incoraggiare persone così nobili. La spiritualità è l'unico mezzo per redimersi. Baba

23.11.10

Essere amati da molti è ragione di beatitudine grande, aver presa sui cuori di così tanti è un segno di Divinità. Io amo tutti e tutti Mi amano. Non ferite nessuno con parole aspre e non percorrete alcun sentiero malvagio. Riconoscete il fatto che Dio pervade tutto, dal microcosmo

al macrocosmo. Con la sincerità dello scopo, la fede (Shraddha and Vishvasa) e la fiducia in se stessi si può ottenere qualunque cosa nel mondo. Amate Dio dal profondo del cuore. Seguite le prescrizioni di Swami: otterrete tutto e sarete vittoriosi in tutti i vostri tentativi! Baba

24.11.10

Le mani non sono le sole membra o agenti che siano coinvolti nel Karma o attività umana. Bisogna stare attenti alla purezza di qualunque cosa si faccia, si veda o si oda. Il pensiero, la parola e l'azione devono essere liberi dall'orgoglio, dall'avidità e dall'odio; le parole che si dicono devono essere libere da questi difetti, le cose che si desidera udire devono essere libere da queste qualità superficialmente attraenti, i piaceri che si cercano non devono essere inquinati dalla malvagità. Bisogna che assimilate per prime queste lezioni mentali e mostriate i loro effetti nel parlare; dovete tradurre in azione questa lezione insegnata con le parole. Baba

25.11.10

Un individuo invischiato dai desideri delle cose del mondo cercherà in modi vari di soddisfarli diventando schiavo dei sensi e di ciò che perseguono; se però ritira questi ultimi dal mondo e assume il controllo del loro padrone, la mente, impegnandolo nell'austerità, può raggiungere la signoria di se stesso (Svarajya) o indipendenza da se stesso. Permettere ai sensi di attaccarsi agli oggetti: questa è la causa della schiavitù. La mente, che fluisce attraverso i sensi verso il mondo esteriore, raggiunge la liberazione o Moksha quando viene rivolta all'interno e impegnata nella contemplazione dell'Atma. Baba

26.11.10

L'insegnante deve scendere al livello dello studente. Questo processo viene chiamato "discesa" e non significa scendere dalle stelle alle stalle, vuol dire soltanto accettare il livello della persona che deve ricevere il beneficio. Il bambino per terra non può saltare in braccio alla madre se ella gli dice di alzarsi. "Io sono una persona importante. Io non mi abbasso": se la madre pensa così, non può tenere un bambino. Abbassarsi non rende più piccoli; neppure l'insegnante sminuisce se stesso se scende al livello dell'allievo per istruirlo, questo è soltanto un segno lodevole d'amore. Baba

27.11.10

Tra gli strumenti che ognuno usa, il corpo con le sue mani è quello che da seguito al pensiero che viene espresso in parole. L'azione, il lavoro, l'impresa, in cui la mano dell'uomo è impegnata, sono la fonte di tutta la felicità o tristezza di ognuno. L'uomo afferma di essere contento, ansioso, timoroso o in difficoltà e attribuisce la causa di queste condizioni a qualcun altro invece che a se stesso ma questo modo di pensare si fonda su una base errata. La felicità e l'infelicità sono dovute alle sue stesse azioni; che si accetti questa verità o la si rifiuti, tutte le conseguenze delle proprie azioni vanno sperimentate, è legge di natura. Baba

28.11.10

Essendo insegnanti, voi dovete chiedervi: "Hanno gli allievi afferrato bene la lezione? Quale argomento è opportuno trattare e in che modo, con che metodo?" Queste problematiche dovrebbero riguardarvi come insegnanti. Inoltre dovete comportarvi proprio come voi pretendete e vi aspettate che essi facciano. Se la lezione viene impartita con amore, il loro rispetto per l'insegnante sarà maggiore. Ogni insegnante deve sforzarsi di incoraggiare lo sviluppo dello

studente a trecentosessanta gradi, deve espandere il proprio cuore con l'amore e non sprecare gli anni della vita nel perseguire gli interessi propri. Baba

29.11.10

Il processo di purificazione degli strumenti interiori dell'uomo nel crogiolo del parlare, sentire e agire diretti unicamente verso Dio è chiamato austerità (Tapas). La consapevolezza interiore viene così ripulita di tutte le macchie e difetti; quando essa è stata resa pura e senza macchia, Dio vi prende residenza. Alla fine, l'individuo sperimenta la visione del Signore Stesso dentro di sé. Baba

30.11.10

Ognuno dei nostri sensi corre dietro agli oggetti esterni uno dopo l'altro, uno che suscita l'altro di continuo, inutilmente. Bisogna portare sotto controllo la mente, la facoltà di ragionamento e i sensi che vagano senza scopo inseguendo i piaceri che derivano dagli oggetti; bisogna addestrarli ad assumere il compito di concentrare tutta l'attenzione sulla Gloria e la Maestà di Dio per seguire un percorso metodico e una disciplina mirata. Portateli e dirigeteli sul Sentiero Alto, il loro comportamento sconveniente deve essere frenato; essi vanno educati con la ripetizione del Nome di Dio (Japa), la meditazione (Dhyana), le azioni nobili o altre attività edificanti da dedicare, attività che purificano e nobilitano. Baba