APRILE 2013

1.4.13
Un giorno, Narada, il saggio celeste, fu così colpito dall'ignoranza delle Gopi che si propose di dar loro qualche lezione di conoscenza spirituale. Arrivato a Brindavan, notò che queste pastorelle che vendevano il latte o il curd, erano così immerse nella consapevolezza di Dio che, invece del nome di ciò che stavano vendendo, gridavano "Govinda, Narayana" né si rendevano conto di aver terminato il latte per cui continuavano ad andare in giro gridando i Nomi del Signore. Esse non avevano vishayavasana cioè desiderio per gli oggetti materiali e quindi non avevano ignoranza. Narada concluse che esse non avevano alcun bisogno di ammaestramento, le pregò piuttosto di insegnargli il modo di ottenere quell'anelito e quella visione di Krsna onnipervadente. Per vincere l'egoismo, non sono necessari esercizi rigorosi, controllo del respiro o apprendimenti complicati! Le Gopi così semplici avevano dimostrato questa verità. (Discorso Divino del 15 Aprile 1964). L'ego è molto potente e pericoloso; può rovinare il vostro carattere. Baba

2.4.13
Imparate da giovani ad affrontare le difficoltà della vita, a vivere senza esser causa di dolore per gli altri e senza soffrire voi stessi. Tutti dovrebbero collaborare e lavorare con amore e devozione. Tollerate tutti i tipi di persone e opinioni, tutti gli atteggiamenti e peculiarità; le differenze di opinioni vanno percepite e risolte come fossero i due occhi che danno immagini differenti dello stesso oggetto integrando le quali si ottiene l'immagine tridimensionale e completa. Esaminate ogni cosa che udite e credete solamente ciò che vi appare corretto. (Discorso Divino del 2 Febbraio 1958). Siate aperti e sereni, moderati e saggi. Siate vigili e saldi, volenterosi e dolci. Baba

3.4.13
Le persone soffrono perché hanno ogni sorta di desideri irragionevoli, si struggono di soddisfarli e falliscono miseramente. Al mondo oggettivo vien dato troppo valore ed è solamente quando l'attaccamento aumenta che voi soffrite del dolore e del rammarico. Se guardate il mondo e tutti gli oggetti della creazione dal punto di vista interiore, l'attaccamento svanisce, vedete tutto molto più chiaramente nella Gloria Divina lucente di Splendore. Chiudete gli occhi esteriori e aprite quelli interiori, guardate quale visione bellissima e grandiosa emerge da dentro voi stessi durante la vita quotidiana. L'attaccamento al mondo ha i suoi limiti mentre l'attaccamento al Signore, che generate quando aprite gli occhi interiori, non ha alcun limite. Godete di quella Realtà e non di questa immagine falsa data dalla vista esteriore. (Discorso Divino del 2 Febbraio 1958). Considerate tutte le azioni come adorazione. Accettate volentieri qualunque cosa accada come opera Sua, come un segno della Sua compassione. Baba

4.4.13
Conoscere il proprio Sé non è facile. Prendete l'esempio del cibo che mangiate: voi ne percepite la presenza finché è nello stomaco ma non sapete cosa accada nelle fasi successive a meno che non studiate profondamente il corpo umano. Come potete quindi conoscere senza sforzo la Verità che si trova dietro gli involucri che vi circondano e racchiudono? Bisogna che

ripuliate l'intelletto dalle ragnatele dell'ego, dalla polvere del desiderio e dalla fuliggine dell'avidità e dell'invidia: allora esso diventa uno strumento adatto a rivelare la Verità interiore. Le Scritture vi esortano a conoscere il vostro Sé, Colui che vi motiva all'interno (Antharyami) perché, se non siete muniti di quella conoscenza, siete come una barca che naviga senza bussola in un mare in tempesta! (Discorso Divino del 16 Aprile 1964). Pregare non significa semplicemente chiedere a Dio dei favori; tramite la preghiera, dovreste cercar di controllare le qualità malvage che albergano in voi. Baba

5.4.13
Il Signore è il Potere immanente in tutto; come possono, coloro che rifiutano di credere che l'immagine nello specchio (il mondo) è un riflesso di loro stessi, credere nel Signore pur essendo Egli riflesso in ogni oggetto intorno a loro? La Luna si riflette in un recipiente purché questo sia pieno d'acqua; anche il Signore si può vedere chiaramente nel cuore se in esso c'è l'acqua dell'Amore. Quando il Signore non è riflesso nel vostro cuore, non potete dire che non esista alcun Signore; il fatto significa solamente che in voi non c'è amore. (Discorso Divino del 2 Febbraio 1958). Purificate le vostre emozioni, rinforzate la mente per resistere alla forza dell'ignoranza e alle voglie dei sensi. Baba

6.4.13
A Brindavan, alcuni anziani, che si divertivano a scandalizzare Krhna, organizzarono un tranello per mettere alla prova la virtù di Radha. A lei fu chiesto di andare a prendere dell'acqua dello Yamuna con una brocca. Radha, piena di fede in Krshna, era immersa nella consapevolezza del Signore e non si preoccupò affatto di controllare il recipiente di coccio che le fu dato; in effetti, la brocca aveva cento buchi. Ella la immerse nel fiume ripetendo il Nome di Krshna come al solito ad ogni inspirazione ed espirazione; ogni volta che il Nome veniva pronunciato, un buco si chiudeva per cui, nel tempo in cui si riempì, il contenitore fu riparato completamente! Quella fu la misura della fede di Radha. La fede può agire persino sugli oggetti inanimati. (Discorso Divino del 16 Aprile 1964). Voi adorate con fede e sperimentate la Grazia. La fede ottiene la Grazia senza che ne siate consapevoli. Baba

7.4.13
Quando uscite dalla sala d'esame, sapete già se sarete promossi o meno perché potete giudicare voi stessi come avete risposto, non è vero? Così, anche nella vita di tutti i giorni, ognuno di voi può giudicare e accertarsi del successo o del fallimento del suo impegno spirituale (Sadhana). Tale impegno costituisce la più essenziale delle vostre attività. A nessuna età questo è prematuro; come custodite il corpo con cibo e bevande a intervalli regolari, dovete soddisfare anche i bisogni dell'anima con la ripetizione del Nome e la meditazione regolari e coltivando le virtù. La compagnia santa, il comportamento corretto e i pensieri sacri sono fondamentali per la crescita e la salute della vostra personalità interiore. Il corpo è la residenza del Signore dell'Universo. (Discorso Divino del 2 Febbraio 1958). Il carattere si forma con la pratica costante delle azioni buone. Un buon carattere costituisce la ricchezza più grande che potere acquisire. Baba

8.4.13
La grazia del Signore non si può ottenere con piccole pretese di non attaccamento o con appena pochi atti di discriminazione; conoscete e agite, comprendete e sperimentate: questo è

il sentiero difficile. Abbandonatevi alla Sua Volontà; la vita è un grande atto sacrificale, lasciate che il Signore lo presieda, non ignoratelo. Questo mondo non è un luogo di divertimento, è una terra di sacrificio, di Yoga (unione con Dio) e azioni rette. Abbiate amore e spirito di unità nel lavoro e nella preghiera: Io vi garantisco che il Regno del Signore si instaurerà di nuovo qui. (Discorso Divino del 16 Aprile 1964). Chi porta a manifestazione la sua identità con il Divino non sarà causa di danno o sofferenza per alcuno. Baba

9.4.13
Gli studenti e i giovani in genere devono confrontarsi con le cose e onorare il lavoro fisico. Voi dovete desiderare di essere utili a chi è nel bisogno a causa della propria inabilità. Onorate i vostri anziani e non perdete occasione di servirli e far loro piacere. Date il benvenuto a qualunque cosa vi dia salute e gioia ma non vi abbassate indulgendo in passatempi volgari. Non andate in giro per le strade senza scopo, non frequentate le sale cinematografiche mischiandovi a compagnie indesiderabili né coltivate abitudini cattive per gioco. Ricordate che dovete elevare la vostra madrepatria a grandi altezze con il lavoro duro e l'impegno; quando evolvete in voi queste virtù, la nazione prospera. (Discorso Divino del 2 Febbraio). Ogni cosa fatta con purezza di pensiero, parola e azione è Dharma. Baba

10.4.13
Prima abbiate una fede incrollabile poi potrete sopportare il ridicolo dell'ignorante immerso nel mondo e del ristretto mentale. Quando qualcuno vi mette in ridicolo, riflettete così: "Stanno ridicolizzando il mio corpo o la mia anima? Se prendono in giro il corpo, mi aiutano a sviluppare il distacco! Mettere in ridicolo l'anima è impossibile perché l'Atma è al di là della lode e del biasimo, delle parole e dei pensieri". Ripetetevi "Io sono il Sé Eterno, Puro e Immobile per cui devo trascendere tutto questo". Inoltre non vi preoccupate degli alti e bassi, delle perdite e dei guadagni, della gioia e della contrizione; eliminate i desideri e non ci sarà più l'oscillazione tra la gioia e il dolore. Infine, siate ben certi della Onnipresenza della Divinità. (Discorso Divino del 16 Maggio 1964). Siate servitori, servitori di Dio: allora tutta la forza e la gioia vi saranno date. Baba

11.4.13
Ognuno ha in se stesso una serie di animali; voi dovete sopprimere le tendenze di questi animali e far splendere le qualità umane dell'amore e dell'amicizia. Cominciate a coltivare le virtù anche se siete giovani, è molto più benefico dell'imparare dai libri. Trattate tutti come parenti e, anche se non potete far loro del bene, impegnatevi a non danneggiarli. Accendete la lampada dell'amore nella nicchia del vostro cuore e gli uccelli notturni dell'avidità e dell'invidia voleranno via incapaci di sopportare la luce. L'amore vi fa umili, vi fa piegare e inchinare quando vedete la grandezza e la gloria. (Discorso Divino del 3 Marzo 1958). Considerate ogni vostra azione come adorazione, accettate volentieri qualunque cosa accada come Opera Sua. Baba

12.4.13
Ogni istante o avvenimento producono un suono; sia la caduta di un capello, di una goccia di rugiada o di un petalo. La portata dell'orecchio è limitata a ciò che si può udire. Anche un cobra velenoso può essere ammansito con la musica, il suono ha questa proprietà. Il bambino nella culla smette di piangere se si comincia a cantare una ninnananna che può anche non avere un

significato a lui comprensibile ma il suono lo calma e lo fa dormire. Anche il suono di un Mantra ha valore come il suo significato; il Mantra della Gayathri ha un significato molto chiaro e profondo: non chiede misericordia o perdono ma un intelletto acuto in modo che la Verità possa riflettervisi correttamente, senza alcuna distorsione. Esso può essere recitato da chiunque in qualunque momento, aiuta gli aspiranti a intensificare la disciplina spirituale e avere successo. (Discorso Divino del 16 Maggio 1964). Quando la mente e l'intelletto si uniscono, si raggiunge lo stato di libertà cui ci si riferisce come Liberazione. Baba

13.4.13
La specie umana è la sola che può riconoscere la grandezza e riverire il glorioso; usate questa capacità, discriminate e traetene il massimo beneficio in questa nascita. Siate certi e abbiate fede ferma nel fatto che la Verità vi libererà e proteggerà. Come ci sono due fili, il positivo e il negativo, che si stendono insieme per portare la luce, così il Se Supremo e l'aspirante spirituale si devono incontrare nello Yoga per ricevere l'illuminazione! Andate quindi di buon animo nei luoghi sacri e state in compagnia dei santi e dei pii. Il ferro puro è attratto dal magnete; similmente, un aspirante sincero è attratto solamente dalle cose che gli danno Gioia e Coraggio. (Discorso Divino del 3 Marzo 1958). La devozione al Divino vi darà Beatitudine, prosperità e pace. Baba

14.4.13
Se vi attenete alla verità coerentemente e sinceramente, il senso di colpa non morderà il vostro cuore causando dolore. Il modo di fare più semplice è quello di dire la verità ed essere onesti perché, se cominciate a dire bugie, dovrete tenerle a mente, ricordare quante ne avete dette e a chi e stare sempre attenti a non cadere in contraddizione! Sappiate anche che è la codardia che vi fa nascondere la verità, è l'odio che affila la lama della falsità; siate coraggiosi e non avrete alcun bisogno di mentire, siate pieni di amore e la doppiezza, gli inganni e gli strattagemmi non saranno necessari. In definitiva, la verità più importante è quella per cui, se amate qualcuno, sentirete automaticamente che quella persona merita la verità e niente meno della verità. (Discorso Divino del 3 Aprile 1958). Il parlare sommesso e dolce è l'espressione della genuinità. Baba

15.4.13
Dio è dovunque ed è tutto per cui sembra che non sia in alcun luogo e non sia niente! La ragione è che voi cercate di identificarLo come qualcuno di estraneo e separato. Egli è Amore, Potere, Verità, Saggezza e Bellezza. Se accettate l'amore, accettate Dio; la pianta delicata della spiritualità può crescere solamente nel campo dell'amore, non può prosperare nelle lande aride e disamorate dei cuori umani. Rimuovete ogni traccia di salinità dai vostri cuori aggiungendo all’humus il complemento prezioso del Nome del Signore, annaffiatelo con la Fede quindi piantate il germoglio della Divinità, ponete la disciplina come staccionata e usate la costanza come pesticida: allora potete raccogliere il frutto copioso della Saggezza che vi libererà per sempre dal dover coltivare. (Discorso Divino del 18 Ottobre 1969). Non c'è promozione senza prove d'esame. Baba

16.4.13
cinque elementi e le loro permutazioni e combinazioni costituiscono l'universo; la terra è il più materiale e ha il numero più elevato di caratteristiche: ha il suo odore, può essere toccata, ha

sapore, forma e suono. L'altro elemento è l'acqua che è più sottile della terra e ha solamente il sapore, la tattilità e la forma. Poi c'è il fuoco ancora più sottile che ha il suono e si può toccare. L'elemento aria è ancora più sottile e ha la tattilità come sua caratteristica specifica e il suono come altra specifica predominante. L'elemento più sottile e pervadente, l'etere, ha solamente la caratteristica del suono. Dio è più sottile di tutti questi per cui è Omnipervadente persino più dell'etere o di qualunque cosa più pervadente ancora; la Sua Natura va oltre ogni descrizione umana, oltre tutte le matematiche. Tenete questa convinzione ben salda nell'intelletto. (Discorso Divino del 16 Maggio 1964). Come un albero gigantesco emerge da un semino, l'universo intero è emerso dall'Amore. Baba

17.4.13
Non lasciatevi convincere dai discorsi moderni sull'instaurare l'eguaglianza totale; ognuno ha una certa quantità di intelligenza e un fascio particolare di istinti, impulsi e impronte provenienti dal passato. Più vi staccate da questi o diminuite il loro impatto su di voi più alto è il raggiungimento. Usate tutte le possibilità che avete per ottenere salute, capacità e carattere buoni; questo è il vostro dovere più grande. Approfittate di ogni occasione per servire amorevolmente i malati e i bisognosi, non siate causa di dolore per altri o per voi stessi con azioni sciocche o bravate senza senso. Stringete amicizia con i buoni e i nobili, onorate gli anziani e le donne. Trattate le donne con il rispetto più elevato; onorando le donne, onorerete voi stessi e la società. Il rispetto per le donne è il segno della cultura vera. (Discorso Divino del 3 Marzo 1958). Chi porta a manifestazione la sua identità con il Divino non sarà causa di sofferenza o danno per alcuno. Baba

18.4.13
Io so come voi tutti siete sistematici nel mangiare e bere, come avete buona cura del corpo; non la condanno, voglio solamente che abbiate altrettanta cura per i bisogni dello spirito. Assumete una dose di meditazione e ripetizione del Nome come colazione al mattino, una preghiera e un’adorazione per pranzo, un po' di compagnia santa, pensieri sacri, lettura di scritture o scrittura di Nomi sacri come tè e biscotti al pomeriggio, un'ora di Bhajan a cena e una piccola riflessione di una decina di minuti come tazza di latte prima di coricarvi. Questa dieta è sufficiente per mantenere il vostro essere interiore contento e in salute. Questo è il Mio consiglio di oggi per voi. (Discorso Divino del 16 Maggio 1964). I Bhajan, lo stare in compagnia santa e la meditazione, fatti con la mente soffusa d'amore, danno Pace, Gioia e Saggezza. Baba

19.4.13
Il Principio di Rama contiene molti segreti sottili. La storia di Rama trasmette eccellenza esemplare nel campo etico, spirituale e anche materiale; Egli era l'incarnazione dei quattro principi cardinali: Verità, Rettitudine, Amore e Pace. La Sua storia insegna come si dovrebbe vivere nel mondo e comportarsi in seno alla famiglia e nella società. Essa insegna anche come considerare la propria individualità e come formare la personalità; solamente formandoci una personalità forte possiamo comportarci idealmente nella famiglia e nella società. Rama racchiudeva in Sé anche i principi dell'equanimità, dell'unità e della beatitudine; quest'ultimo è latente in ogni cuore umano. Comprendete e interiorizzate il fatto che tutti voi avete il diritto di portare a manifestazione e godere di questo principio della beatitudine che è il Rama Tattva vero. (Summer Showers a Brindavan del 1996, cap. 2). Tutto ciò che è fatto con purezza di

pensiero, parola ed azione è Dharma. Baba

20.4.13
Rama è l'incarnazione del Dharma che è la base dell'Universo intero. Per quanto profonda e grande la nostra conoscenza scolastica o ricchezza possa essere, questa nascita non serve a niente senza la trasformazione della mente. Ripetere semplicemente il Nome di Rama è inadeguato se non si comprende il Principio di Rama. Un essere umano vero è colui che costantemente pratica il principio del Dharma. Bruciare è il Dharma del fuoco, raffreddare è il Dharma del ghiaccio; il fuoco non è fuoco se non brucia. Similmente, il Dharma dell'uomo sta nel realizzare azioni con il corpo, seguendo i comandi del cuore profondamente radicato nell'Amore Divino. Ogni atto realizzato con armonia di pensiero, parola ed azione è un atto Dharmico. Da oggi, imitate Rama nella vostra vita quotidiana e trasformatevi seguendo la Via dell'Amore. (Summer Showers a Brindavan del 1996, cap. 2). Rettitudine e saggezza spirituale sono due occhi dati all'uomo per scoprire la sua unicità e la sua Divinità. Baba

21.4.13
Ravana cercava la ricchezza e la gratificazione del desiderio ma violava totalmente il principio del Dharma. Egli era uno studioso eccellente che aveva padroneggiato le sessanta discipline del sapere mentre Rama ne aveva padroneggiate solamente trentadue. Rama però le mise in pratica e quindi digerì quello che aveva imparato mentre Ravana mancò di interiorizzarle. La mancata digestione scaturì nella forma di desiderio che alla fine lo distrusse. Mentre Rama era l'incarnazione del Dharma, Ravana rimase l'incarnazione del desiderio per cui da lì nacque un conflitto tra Rettitudine e disonestà. Rama trasformò Se Stesso nell'incarnazione della Verità seguendo il principio del Dharma. Questa eterna guerra tra rettitudine e disonestà, verità e menzogna esiste nella mente di ogni persona; vostro dovere primario è seguire e praticare i principi gemelli della Verità e della Rettitudine e vincere al gioco della vita. (Sommer Showers a Brindavan 1996 cap. 2). Il Dharma distrugge chi lo viola e protegge chi lo protegge. Baba

22.4.13
Oggi, il turbine dell'odio e della falsità disperde le nubi della Virtù, della Giustizia e della Verità fino agli angoli lontani del cielo; comunque, finché l'uomo sarà capace di amare, il Dharma esisterà, non dubitate. Se dirigete l'amore verso il Signore, la vostra costituzione godrà di un cambiamento rivoluzionario: voi dividerete i dolori e le gioie con i vostri simili e sperimenterete la beatitudine che c'è al di là delle perdite e dei guadagni temporanei di questo mondo. La vostra devozione al Signore andrà incontro a numerosi cambiamenti; uno stadio importante è quello in cui solamente il servizio al Signore conta, solamente il servizio è la ricompensa e non si cerca altro che l'opportunità di fare servizio a Lui al meglio delle proprie capacità. (Discorso Divino del 24 Marzo 1958). Ottenere l'amore tramite l'amore è l'aspetto vitale della devozione. Baba

23.4.13
Brindavan non è un luogo specifico sulla mappa: è l'Universo! Tutti gli esseri umani sono pastori, tutti gli animali sono mucche. Tutti i cuori sono colmi di desiderio del Signore, il flauto è il Suo richiamo. La danza giocosa di Krsna bambino con le Gopi è il simbolo dell'anelito e dello sforzo teso a fondersi in Dio. Il Signore manifesta una grazia tale per cui ognuno di voi ha il Signore tutto per sé; non avete bisogno di rattristarvi pensando di non averLo né dovete essere

orgogliosi di averLo e pensare che sia un'esclusiva! Il Signore si trova sull'altare del cuore di ognuno. Onorate il dono di questo corpo, dei sensi, dell'intelligenza, della volontà e di tutti gli strumenti di conoscenza, di azione e sensazione come essenziali per il Suo Lavoro. (Discorso Divino del 23 Novembre 1968). La vita deve essere un processo incessante di riparazione e ricostruzione, di eliminazione della malvagità e sviluppo della bontà. Baba

24.4.13
Dispiegate nel cuore la bandiera della pace infinita (Prashanthi); essa dovrebbe ricordarvi di superare il pungolo dei desideri bassi, della rabbia e dell'odio quando i vostri piani sono frustrati, deve esortarvi ad espandere il cuore, ad abbracciare tutta l'umanità e la creazione intera. Lasciate che essa vi diriga ad acquietare gli impulsi e a meditare tranquillamente sulla vostra realtà interiore. Gradualmente, il loto del vostro cuore sboccerà, la fiamma della Visione Divina della Pace Infinita si leverà dal suo centro. Praticate le discipline del silenzio, della pulizia e della tolleranza; nel silenzio potete udire la voce di Dio, tramite la pulizia potete otterrete la purezza, con la tolleranza coltivate l'amore. Sentite che ogni momento è un passo verso di Lui, fate ogni cosa come dedicata a Lui, diretta da Lui, come lavoro per la Sua adorazione, per servire i Suoi figli. (Discorso Divino del 23 Novembre 1968). L'amore del Signore per il devoto è intenso come quello del devoto per il Signore. Baba

25.4.13
Offrite il vostro cuore e tutta la vita al Signore; allora l'adorazione vi trasformerà e trasmuterà così velocemente e completamente che voi e Lui diverrete Uno. Voi sarete trasformati come una roccia è trasformata dallo scultore in un idolo che merita l'adorazione di generazioni di persone sincere. Nel processo, dovrete sopportare molti colpi di martello, molte ferite da cesello perché Egli è lo scultore e non fa che liberarvi dalla pietrificazione! Non sciupate il tempo né sprecate la vita e il corpo inseguendo scopi insignificanti; questa vita è parte di un lungo pellegrinaggio che avete iniziato quando siete nati e che può non finire neppure quando morirete, non dimenticatelo mai. Siate puri, vigili e umili come i pellegrini, fate tesoro delle cose buone e delle verità che vedete e udite, usatele come sostegni e incoraggiamenti per le tappe ulteriori del viaggio dell'anima. (Discorso Divino del 23 Novembre 1968). Colui che prende coscienza della sua identità con il Divino non farà danno né ferirà nessuno. Baba

26.4.13
cinque elementi sono stati creati dalla Volontà del Supremo. Essi devono essere usati con attenzione reverenziale e discriminazione consapevole; l'uso sconsiderato di uno qualunque di essi non farà che ritorcersi su di voi con danno enorme. La natura esteriore va gestita con cautela e soggezione; gestite nello stesso modo la vostra natura interiore, gli strumenti interni! Mentre l'occhio, l'orecchio e il naso servono come strumenti di conoscenza di una sola caratteristica particolare della Natura, la lingua si mette a disposizione per due scopi: per giudicare il sapore e per comunicare. Essa va quindi controllata con attenzione doppia dato che può ferirvi fisicamente e mentalmente. Senza il controllo dei sensi, le pratiche spirituali sono inefficaci; dare piena libertà di movimento ai sensi è come raccogliere dell'acqua con un recipiente bucato. Pathanjali, autore famoso degli Yogasutra, diceva che la vittoria è certa se si sottomette la lingua. (Discorso Divino del 23 Novembre 1968). Tenete la lingua sotto controllo; il modo in cui la usate determina la vostra fama o ignominia. Baba

27.4.13
Non immaginate che il valore dell'Uno sia compromesso quando Egli si manifesta come Natura composta dei cinque elementi. Quando una rupia viene cambiata in monete da dieci paisa, il suo valore non diminuisce affatto; così, considerate la Natura come il Supremo nelle molte manifestazioni e non come la molteplicità delle impressioni ed attrazioni sensoriali. Dovunque posiate gli occhi, qualunque cosa le orecchie odano, le dita tocchino, la lingua assapori e il naso odori prendetela per pervasa da Dio. Non lasciate che il semplice suono, il sapore, ecc. catturino i vostri sensi, allenatevi a vedere il Divino, accogliete e accettate solamente pensieri e sentimenti simili e scartate gli altri. Una volta, al Saggio Tukaram fu chiesto come possano le persone impedire che questa mente di scimmia corra dietro ai piaceri sensori ed egli disse "Lasciate che la mente di scimmia corra; voi tenete il corpo con voi senza lasciarlo andare con la mente" e incoraggiò "Dite alla mente: io non metterò il corpo al tuo servizio. Allora essa desisterà e potrà essere vinta". (Discorso Divino del 17 Maggio 1964). Date alla mente il compito di servire il Signore ed essa sarà domata. Baba

28.4.13
Molti fanno del clamore perché vorrebbero l'esperienza della beatitudine spirituale ma pochi la ottengono in quanto i più si scoprono troppo deboli per rifiutare il clamore dei sensi! Praticate assiduamente il programma più vasto di controllo dei sensi; una piccola inchiesta rivelerà che essi sono dei cattivi maestri e sorgenti di conoscenza molto inefficienti. La gioia che essi procurano è transitoria e intrisa di sofferenza. Finché si è dominati dal piacere dei sensi non si può dire che la vita spirituale si a iniziata perché essi si precipitano verso ciò che è temporale e vistoso ingannando così il cuore. Dio non chiede a ognuno di voi altro regalo o nessuna offerta più preziosa del cuore di cui Egli Stesso vi ha dotati; dateGli quel cuore puro com'era quando ve lo ha dato, pieno del nettare dell'Amore con cui lo ha colmato. La vostra devozione a Dio è espressa al meglio se ottenete il controllo dei sensi. (Discorso Divino del 23 Novembre 1968). La via spirituale è quella del distacco, del controllo dei sensi, dell'educazione rigorosa della mente. Baba

29.4.13
Come c'è il modo di abbattere una costruzione vecchia, c'è il metodo da seguire per demolire la struttura complessa della mente; voi potete ottenere il successo definitivo con lo sforzo sistematico e diventare padroni di voi stessi. La scala deve essere alta quanto il livello a cui si vuol salire, non è vero? Così anche la pratica spirituale va portata avanti fino a raggiungere la Realizzazione. Il riso deve essere bollito bene nella pentola affinché sia morbido e saporito, finché non è cotto, il fuoco va tenuto acceso; anche nella pentola del corpo bollite il riso (la mente) con l'acqua dei sensi fino a renderlo morbido. Il calore è la vostra pratica spirituale; mantenetela accesa, attiva e luminosa: infine, il Jiva (anima individuale) diverrà Deva (Dio).(Discorso Divino del 17 Marzo 1964). Tutte le pratiche spirituali devono essere dirette a rimuovere la lolla e a rivelare il seme. Baba

30.4.13
Quando la lingua desidera delle leccornie, accertatevi di non andare incontro ai suoi capricci; se voi persistete nel mangiare cibo semplice non saporito o piccante ma molto salutare, essa può recriminare per qualche giorno ma presto lo accoglierà; questo è il modo di sottometterla ed evitare le conseguenze malvage del suo essere la vostra padrona. Dato che la lingua insiste

ugualmente sugli scandali e sul parlare licenzioso, voi dovete domare anche quella tendenza; parlate poco, parlate dolcemente, parlate solamente quando è strettamente necessario, parlate solamente a coloro cui dovete, non gridate o alzate la voce con rabbia ed eccitazione. Tale controllo migliorerà la salute, la pace mentale, le relazioni con le persone e minimizzerà i conflitti con gli altri. Può darsi che all'inizio vi deridano ma ci sono altre compensazioni: risparmierete tempo ed energia e potrete usare meglio quella interiore. (Discorso Divino del 23 Novembre 1968). Se il vostro piede scivola vi procurate una frattura ma, se scivola la vostra lingua, provocherete una frattura nella gioia o nella fede di qualcuno. Quella frattura non può mai essere riparata, quella ferita suppurerà per sempre. Baba