



## DISCORSO DIVINO

### Soggiogare i sensi interiori è vera penitenza

16 aprile 1996

Incarnazioni dell'Amore,

tutte le forme di conoscenza parlano del mondo materiale e dello Spirito. L'essere umano potrà godere della pace solo quando egli stesso avrà in sé pace e saggezza. Vidya significa "conoscenza piena di tutto ciò che è legato alla materia".

Esistono due forme di vidya: una profana, l'altra spirituale. Il tipo di educazione ordinaria insegna come affrontare la vita quotidiana e come usare le varie parti del corpo. Tutto nella nostra esistenza, dalla fanciullezza alla vecchiaia, fa riferimento a vidya, cioè a questo particolare tipo di conoscenza. Vidya non è solo l'apprendimento scolastico, ma tutto ciò che s'impara e di cui ci si occupa giorno dopo giorno.

Che cos'è invece l'educazione speciale? Tutti i sensi di percezione parlano di questo. La vera conoscenza è quella spirituale. E' necessario dedicarsi alla ricerca. Indagare sulla natura della mente e dell'intelletto è qualcosa del tutto speciale. Questo tipo particolare di educazione riguarda lo Spirito.

Per quanto concerne i sensi interiori ed i sentimenti, la combinazione di questi due sviluppa il potere della penitenza. Dedicarsi però solamente alla penitenza senza tenere sotto controllo i sensi, non può che essere infruttuoso. Il rapporto esistente fra conoscenza del mondo circostante e penitenza è esattamente come quello fra il polo positivo ed il polo negativo. Tale rapporto fa riferimento al corpo interiore ed al corpo esteriore: l'erudizione appartiene al corpo esteriore, la penitenza allo Spirito. Il corpo esteriore è destinato all'azione e deve essere a ciò educato; la penitenza appartiene al corpo interiore e ciò che le occorre è un'educazione spirituale.

Che cosa significa penitenza? Penitenza non significa vivere in solitudine nella foresta praticando la respirazione pranica, digiunando, ecc. Per difendere il proprio corpo, gli antichi si nutrivano di frutti e tuberi e, per tale ragione, lo stato di salute a quel tempo era diverso. Poi le cose cambiarono. Al giorno d'oggi, il corpo umano non è forte. Ora le abitudini sono tutte sbagliate; pertanto, il potere divino non si manifesta. Gli organi di senso interiori si differenziano gli uni dagli altri. La mente (manas) ha la capacità di riassumere, di memorizzare, di formulare domande, di indagare. Essa è un groviglio di pensieri: per questo viene chiamata chitta .(1)

C'è poi l'intelletto (buddhi). Esso possiede la facoltà di discriminare. Si può alimentare l'ego attraverso l'intelletto, se quest'ultimo è associato al "senso dell'io" (ahamkara). Si sentono infatti le persone dire spesso: "Io, io". La combinazione di mente, intelletto ed ego si chiama antahkarana (cioè "organo interno". N.d.t) Per purificare l'intelletto è necessaria la penitenza (tapas), che significa sacrificare i pensieri e gli atti negativi. Questa è vera penitenza. Rinunciare alle cattive qualità è penitenza. Essa è anche armonia di pensiero, parola ed azione. Sacrificare i pensieri negativi significa unirsi al Divino (Yoga). Questo viene chiamato "Yoga della penitenza". Dovemmo dunque sempre controllare il nostro comportamento, poiché il potere della penitenza si manifesta a seconda del cibo che mangiamo e delle abitudini che abbiamo. Cibo e abitudini, oggi, sono artificiali. Il cibo artefatto che mangiamo porta all'instabilità mentale; quindi, tutte le pratiche spirituali a cui ci sottoponiamo diventano vane.

Se, ad esempio, vogliamo preparare idly e sambar (polpettine di riso cotte a vapore e salsa acida), acquistiamo verdure fresche, dal, tamarindo e spezie come sale, polvere di peperoncino, ecc. Tutto deve essere perfettamente pulito, compresi i recipienti per la preparazione del cibo. Questa è vidya (conoscenza). In tale circostanza è il cuoco la persona esperta, che ha cioè questo tipo di conoscenza. Se, ad esempio, i recipienti non fossero stagnati, il cibo potrebbe diventare tossico.

Nel sentiero spirituale è molto importante la purezza della mente; bisogna fare qualsiasi cosa in modo puro. La conoscenza legata alle cose del mondo è un'altra cosa. Ogni essere umano può rimanere fermo in una certa posizione o stare in piedi per lungo tempo, ma, per correre, deve esercitarsi. Per il corpo, questo è naturale, mentre, per la mente è il contrario. Essa riesce a correre velocemente, ma trova difficoltà a restare ferma. Dovremmo quindi trovare un equilibrio fra corpo e mente. Dovremmo insegnare alla mente a rimanere ferma e al corpo a correre, abituandolo ad un salutare esercizio fisico. Solo attraverso il corpo si può sperimentare il Divino. L'uomo ha davvero un potere infinito; egli è come un generatore e il corpo è simile ad una potente calamita. Non solo: esso riceve e trasmette in modo analogo ad una televisione e ad una radio e ha dentro di sé tutti i poteri della natura. La natura (prakriti) è una combinazione dei cinque elementi.

Il troppo parlare spreca l'elettricità divina che si trova in noi. Ascoltando parole negative e parlando in modo negativo si arriva all'agitazione mentale e ad uno squilibrio emotivo.

Prendete, ad esempio, la radio. Perché essa funzioni occorre l'energia elettrica e, quando l'abbiamo accesa, ascoltiamo la musica. Se ascoltiamo delle conversazioni negative, sarebbe per noi tempo sprecato, perché i sensi ne sarebbero turbati.

Ecco perché si è più attratti dalla musica.

La luce viaggia attraverso delle onde, ragion per cui le onde luminose percorrono grandi distanze.

L'effetto di tutta questa attrazione è il magnetismo. Esso è presente in tutti i cinque elementi. Osservate come la calamita abbia il potere d'attrarre il ferro. Una volta che il ferro si sarà attaccato ed essa, voi non riuscirete a staccarlo. Come potrete recuperarlo? Non ascoltate cattive conversazioni, non parlate male, non agite male, ecc. Come si può sfuggire a tutto ciò? Rifuggite dalle cattive compagnie, parlate poco e questo vi darà felicità. Il troppo parlare spreca l'energia spirituale.

Il saggio Vashista era uomo di grande acume. Era anche pieno di saggezza e di senso di sacrificio. Si dedicava alla penitenza (tapas), ma aveva spesso degli alti e bassi. Doveva ripetutamente caricare e ricaricare le sue batterie. Un giorno ci fu una disputa, fra Vashista e Vishvâmitra, se fosse più grande la saggezza o la penitenza. Sicuramente è la saggezza ad esser più grande. Vashista era un sacerdote di famiglia. Una volta, Dasharata gli chiese: "Non ti manca niente e sei pieno di senso di sacrificio. Perché dunque vuoi essere sacerdote in questa casa?" Vashista, che aveva la visione divina, così rispose: "O re, io non sono venuto qui per avere una posizione sociale. Non voglio nulla. Lavoro qui perché Dio nascerà presto in questa casa. Desidero avere la Sua visione, toccarLo, ascoltarLo e passare un po' di tempo in Sua compagnia". Vashista conosceva la saggezza e la verità, mentre Vishvâmitra si sottoponeva a delle penitenze, ma non alla vera penitenza che è quella di tener sotto controllo i sensi interiori.

Ogni saggio riconosceva che Vashista era un brahmarishi, mentre nessuno considerava tale Vishvâmitra. Rajarishi è colui che ancora viene coinvolto dalle emozioni; brahmarishi è colui che è già del tutto proiettato verso il Divino. Vishvâmitra desiderava essere come Vashista. A far da giudice in questa "gara" fra Vashista e Vishvâmitra, c'era Adishesa, il grande serpente. Egli reggeva il peso del mondo intero ed aveva grande potere e senso di sacrificio; era in perfetta unione col Divino e possedeva ogni conoscenza. Per tale ragione, fu convocato. Vishvâmitra spiegò allora ad Adishesa che avrebbe dovuto far da giudice. Questi accettò, ma disse: "Qualcuno dovrà prendere il mio posto e svolgere il mio compito". Ci provò Vishvâmitra, ma fallì. Si offrì allora Vashista, che, grazie alla sua immensa saggezza ed al senso di sacrificio, riuscì a tenere in equilibrio il mondo.

Soltanto il vero devoto e nessun altro sarà in grado di sorreggere il peso del mondo. La devozione è la condizione suprema e può sanare qualunque cosa. Essa risolve qualsiasi problema mentale e porta alla Liberazione, all'unione con Dio. Non esiste nulla più grande della devozione. Se si pensa a Dio, si diventa Dio. La costanza è penitenza. Il cuore dovrebbe essere pieno d'amore, amore immutabile, ed ogni azione esser dedicata a Dio. Pensieri, parole ed azioni devono essere in armonia. Questo fu il modo in cui Vashista cercò di vivere. Vishvâmitra, invece, nonostante si sottoponesse a diverse penitenze, era pieno d'ira. La collera è un grave errore e suscita il biasimo degli altri; fa perdere prosperità e rispetto e rovina ogni cosa.

Oggi, abbiamo perso le qualità umane, quali la Verità, l'Amore e la Pace. In una lampadina, attraverso i fili, scorre l'energia elettrica. Allo stesso modo, in ognuno scorre il potere divino che serve a far luce nell'essere umano.

Per creare una ghirlanda di fiori, ci vuole qualcuno che svolga questo compito. Possono esserci le materie prime: i fiori, l'ago, il filo, ma se manca chi compie il lavoro, la ghirlanda non ci sarà. Potrete aver dell'oro, ma se un orafo non lo lavorerà, nessun gioiello potrà essere realizzato. Potrà esservi una lampada piena di petrolio e fornita di stoppino, ma essa potrà ardere solo se qualcuno l'accenderà.

Allo stesso modo, nel corpo avete mente e cuore, ma è la corrente divina a farli vibrare. Senza la corrente, la lampadina non potrebbe accendersi; anche per noi è impossibile brillare se non lasciamo scaturire il potere spirituale. Come accendiamo la luce in camera da letto, così dobbiamo lasciar risplendere in noi la luce dello Spirito. Cercate di alimentare ciò attraverso un amore sempre più grande. Ogni azione che si compie è lavoro fatto per Dio: cercate di credere fermamente in questo. Quando i dubbi invadono la mente, la fede diminuisce. La vera penitenza è unità, trinità, divinità; unite quindi lavoro e penitenza. Oggi, l'uomo pratica la meditazione e la disciplina spirituale, ma la sua mente è instabile perché non ha una fede forte. Avviene quindi uno spreco delle pratiche spirituali, così come accade se lasciate aperto il rubinetto dell'acqua senza mai richiuderlo.

Le gopi avevano grande devozione. La più devota era Râdhâ che aveva per Krishna, una devozione costante. Ella non sciupava mai la propria energia, perché parlava solo di Krishna ed ascoltava solo la Sua musica melodiosa. Potremmo ritenere che sia impossibile pensare continuamente a Dio, ma Swami dice che ciò invece è possibile. E' facile. Fate ogni lavoro come fosse fatto per Dio.

Molti di voi provengono da luoghi diversi, come ad esempio Madras, Prashanti Nilayam, ecc. Per giungere qui ognuno ha usato mezzi di trasporto differenti: treni, corriere, aerei o automobili. Ciascuno, quindi, a seconda del mezzo di trasporto usato, ci impiega tempi differenti. Quando prendete un treno accelerato vi potrebbe capitare di doverlo cambiare. Ciò è simile al sentiero dell'azione; dovete esercitarvi a cambiare. Se invece prendete un treno diretto, non dovrete cambiarlo, perché esso arriverà alla meta senza mai fermarsi. Questo è come il sentiero della devozione.

Esistono nove forme di devozione: l'ascolto delle Glorie del Signore, il canto delle Sue Glorie, il ricordo costante del Suo Nome, il servizio ai Suoi Piedi di Loto, render culto, prostrarsi, far servizio come un servo del Signore, adorare il Signore come Amico, la resa totale. Nel rapporto di amicizia, invitiamo i vecchi amici a casa nostra ed ofriamo loro qualcosa da bere. Solo Dio, però, dovrebbe esser da noi considerato un vecchio amico. Thyagaraja considerò Dio un vecchio amico. Ciò che è di vecchia data e persiste nel tempo vale quanto l'oro (2).

Nutrite quindi amicizia per Dio. Oggigiorno, l'amicizia dipende dallo stato sociale e dal potere che si ha. Dio è in voi, con voi, sotto di voi ed intorno a voi. Il mondo è simile alle nuvole passeggero; Dio, invece, non va e viene. Egli è Amore totale. A questo mondo, la vita è passeggera e fugace; voi e il mondo siete temporanei; mentre la Verità e l'Amore sono eterni. L'Amore è Dio, vivete nell'Amore. La Verità è Dio, seguite la Verità. Come l'uccello ha due ali per volare, l'uomo, per librarsi verso altezze elevate, ha le ali della Verità e dell'Amore. Seguite quindi il sentiero dell'Amore; questo sentiero è il

più luminoso che esista. Tutto è Dio, solamente Dio; passate quindi il tempo vicino al Divino. Prendete come esempio la calamita ed il ferro. Quando essi si uniscono, il ferro diventa una cosa sola con la calamita. Colui che arriva a conoscere il Brahman diventa il Brahman stesso. Voi siete figli dell'immortalità, siete eterni. Il rapporto fra voi e Dio è eterno. Il corpo cambia con le varie nascite, ma la mente , le azioni, ecc. non cambiano allo stesso modo con le varie vite.

Come un revisore ufficiale di conti fa il bilancio giornaliero, riportando il risultato al giorno seguente, così la mente ci segue nella vita successiva. Dobbiamo pertanto diventare abili nel controllarla. Per prima cosa, governate i sensi. Mangiate, ad esempio, solo quando avete fame. Cercate poi di fondervi con la Verità, diventando con essa una cosa sola.

Kodaikanal, Sai Shruti, 16 Aprile 1996

da: Mother Sai n° 5/1996

Note:

(1) L'agitazione mentale; il pensiero individuale e formale; la facoltà che dà "forma" alle idee e le associa tra loro. E' però anche la sostanza mentale in cui si considera la pura Coscienza-Cit, la Consapevolezza.

(2) Assonanza fra old (vecchio, antico, di vecchia data) e gold (oro).