



## **DISCORSO DIVINO**

### **Comprendete il significato dell'akhanda bhajan**

**13 novembre 2007**

Si deve capire che cosa si intende con Akhanda Bhajan. I bhajan possono essere di due tipi: Khanda Bhajan ed Akhanda Bhajan. Contemplare Dio quando ci alziamo o cantare i bhajan per un breve periodo di tempo durante la giornata è solo Khanda Bhajan. L'Akhanda Bhajan è qualcos'altro:

Sarvada Sarva Kaleshu Sarvatra Hari Chintanam

[Ovunque, in ogni momento ed in qualsiasi circostanza, contemplate Dio]

Questo equivale a dire che l' Akhanda Bhajan si ha quando si contempla Dio costantemente ad ogni istante, mattina, sera e notte, in tutti e tre gli stati di veglia, sogno e sonno profondo.

L'Akhanda Bhajan ha un immenso significato spirituale

Prendiamo come esempio un orologio. In esso troviamo tre lancette che indicano i secondi, i minuti e le ore. La lancetta dei secondi è la più lunga, quella dei minuti è più corta di quella dei secondi e quella delle ore è la più corta di tutte. Quando la terza lancetta completa il giro di sessanta spazi quella dei minuti si muove di uno spazio. Allo stesso modo, quando la lancetta dei minuti finisce il suo giro la lancetta delle ore avanza di uno spazio. Quale delle tre è la più importante? Quella delle ore, perché un'ora è più importante dei minuti e dei secondi. Allo stesso modo, fare i bhajan solo al mattino ed alla sera e poi trascorrere il resto del tempo a mangiare e a dormire è come la seconda lancetta: ha poco significato. Ma la contemplazione costante di Dio ad ogni istante è equiparabile alla lancetta delle ore, che è la più importante. Qualsiasi Nome di Dio è dotato dello stesso potere. Per avere questo potere con noi in eterno e trarne beneficio dobbiamo fare l' Akhanda Bhajan. Una volta il Saggio Narada si avvicinò al Signore Narayana e Lo pregò di spiegargli l'efficacia del Nome di Rama (Rama Nama). "Narada, guarda, su quell'albero c'è un pappagallo. Vai a chiedergli di cantare il Nome di Rama", disse Narayana. In obbedienza al Suo comando Narada andò dal pappagallo e gli chiese di cantare il Nome di Rama ma nel momento in cui il pappagallo udì il Nome Divino cadde morto dall'albero. Narada tornò da Narayana e gli disse: "Oh, Signore! Ho fatto quanto mi hai comandato e sono andato dal pappagallo ma quando gli ho chiesto di fare il Rama Nama esso ha esalato l'ultimo respiro." Narayana rispose: "Oh, Narada! Non preoccuparti per la morte del pappagallo. Proprio in questo istante una mucca ha dato alla luce un vitellino. Vai a chiedere a lui di cantare il Nome di Rama." Narada temeva che anche il vitello potesse incontrare lo stesso fato del pappagallo ma comunque, obbedendo al comando di Narayana, chiese al vitello di cantare il Nome Divino di Rama. Non appena il vitellino neonato udì il Nome di Rama cadde anch'esso a terra, morto.

Quando Narada riferì l'accaduto a Narayana Egli gli comandò ancora di recarsi al palazzo di un re che era stato benedetto dalla nascita di un figlio e di chiedere al principino di cantare il Nome Divino di Rama. Narada era terrorizzato, ma Narayana insistette che doveva obbedire al Suo comando. Narada andò al palazzo e chiese al principe appena nato di cantare una volta il Nome di Rama. Il principe salutò il Saggio Narada e lo informò che dal mero ascolto - solo per una volta - del Nome di Rama era stato trasformato da pappagallo a vitello e da vitello ad essere umano, diventando principe. Egli espresse la sua gratitudine al Saggio Narada, per averlo iniziato al Rama Nama. Quindi, il Nome Divino conferisce la nascita umana, che è considerata essere un raro dono.

---

---

Cantate il Nome Divino con Fede ed Amore

L'uomo è l'Incarnazione della Divinità. Se vedete delle immagini di Dio le troverete tutte in forma umana.

Daivam Manusha Rupena

[Dio è nella forma dell'essere umano]

Il Nome Divino è alla base della nascita umana. Persino gli uccelli e gli animali possono ottenere una nascita umana con il mero ascolto del Nome Divino un'unica volta. Ma allora, perché non avviene alcuna trasformazione nell'uomo anche quando ripete il Nome di Dio continuamente? Questo accade perché oggi l'uomo ripete il Nome di Dio meccanicamente, senza Amore nel cuore. Alcune persone cantano i bhajan con mente non ferma, impegnata a scoprire se l'intonazione ed il modo musicale (Sruthi e Raga) di chi canta sono corretti oppure no. In queste persone non può esserci trasformazione, anche se cantano il Nome Divino innumerevoli volte.

Satatam Yoginah

[Acquisite uno stato yogico permanente].

Se contempliamo Dio completamente concentrati almeno una volta questo può già apportare un grande cambiamento in noi. Quando un cantante canta un bhajan gli altri cantanti continuano a pensare ai bhajan che essi dovranno cantare dopo. Se cantiamo il Nome di Dio senza focalizzare la nostra mente su di Lui non potremo ottenere alcuna trasformazione. Comunque, quale che sia il modo in cui cantiamo il Nome Divino, la purezza che otterremo sarà esattamente a quel livello. Tale purezza non è visibile agli altri, solo l'individuo interessato può sperimentarla quando il cambiamento si manifesta dentro di lui. Perciò l'uomo deve cantare costantemente il Nome di Dio finché esso si imprime nel suo cuore. Potete compiere tutte le azioni, ma dovete avere sempre il sentimento che qualsiasi cosa facciate o diciate appartiene a Dio. Allora la vostra vita sarà santificata. Nelle case le donne cucinano, mescolano sale, germogli e spezie in una certa proporzione per preparare diverse pietanze. Quando lo fanno come offerta al Signore il cibo che preparano viene santificato. Se invece lo fanno con il sentimento di farlo per il bene dei membri della famiglia esso non acquisirà questa santità. Quindi, qualunque cosa facciate, Dio è presente in ogni atomo ed in ogni cellula in forma sottile. Qualsiasi passo facciate associatelo al canto Ram Ram Ram ed ogni passo vi

avvicinerà a Dio. Se non capite questa verità ogniqualvolta direte: "Sono venuto a piedi, ho camminato per così tanti chilometri" avrete fatto solo un'attività fisica e non spirituale. Tutte le parole che dite e tutte le azioni che compite dovrebbero essere soffuse di sentimenti divini. Solo se avrete tali sentimenti sarà sufficiente che cantiate il Nome Divino al mattino ed alla sera. Si può trattare di qualsiasi Nome di Dio ma se lo cantate con tutto il cuore anche una sola volta esso riverserà su di voi un grande beneficio. Sarà pieno di significato, come la lancetta delle ore in un orologio. Ma se lo cantate con mente instabile esso sarà poco significativo, avrà poco valore, come la lancetta dei secondi. Non deve importarvi di ciò che dicono gli altri, dovete cantare il Nome Divino costantemente, dal profondo del vostro cuore. Solo pochi cantano il Nome di Dio con tutto il cuore al giorno d'oggi. La gente trova sempre qualche scusa: "Ho il mal di gola, ho il raffreddore. Non posso cantare il Nome di Dio." Anche se avete un raffreddore o la tosse potete cantarlo dentro di voi. Cantare il Nome di Dio vi elargirà ogni sorta di poteri. Il Nome di Dio è pieno di immensa Sacralità. Il Canto del Nome di Dio può persino riportare in vita un morto.

Quando Savitri perse il marito era straziata dal dolore. Con il potere della propria preghiera fece resuscitare il marito Sathyavan. Donne siffatte, capaci di riportare in vita i mariti morti, le troviamo solo nella terra di Bharat (India). Sebbene il potere di Dio sia onnipervadente esso si manifesta in modo particolare nella Sacra Terra di Bharat, ma una persona pura di mente riuscirà in ogni impresa ovunque si trovi. Pregate Dio con mente pura ed egli vi proteggerà. Se pregate con mente pura avrete grandi benefici. Anche Mira pregava a questo modo. Disse: "Swami! Ho cercato nelle profondità dell'oceano ed ho trovato la perla preziosa del Tuo Nome Divino. Ti prego, sorvegliamela Tu, affinché non mi scivoli di mano e ritorni nei fondali oceanici." Dato che siamo nati in questo mondo rendiamo degna la nostra vita cantando la Gloria del Nome Divino.

Non dimenticate mai le vostre origini divine

Nella Gita Krishna dice: Mamaivamsho Jivaloke Jivabhuta Sanathana (l'eterno Atma in tutti gli esseri è una parte del Mio Essere). Voi siete tutti un aspetto della Mia Divinità, perciò dovrete condurre la vostra vita esattamente come la conduco Io! Il vostro Amore dovrebbe essere sacro quanto il Mio. Solo allora acquisirete la purezza. A questo mondo tutto è reazione, riflesso e risonanza. Sin dall'eternità voi siete sempre stati una Mia Parte (Amsa), non dovete mai dimenticarlo. Se impregnerete il vostro cuore di questa verità questo basterà a conferirvi gli stessi meriti che otterreste studiando tutta la Bhagavad Gita. Essa ne è infatti l'insegnamento fondamentale. Ciascun essere umano segue certi principi del Dharma. Ma da dove ha origine il Dharma? Esso deriva dai sentimenti sacri e questi traggono origine dalla fede. Dove c'è fede c'è anche Dharma. La fede è Verità. La Verità è Dio. L'Amore è Dio, vivete nell'Amore. Se abbiamo Verità, Fede ed Amore possiamo acquisire qualsiasi cosa nel mondo. Potete essere messi a confronto con ogni sorta di difficoltà ma nessuna di esse deve riuscire a turbarvi; la vostra fede ed il vostro Amore devono rimanere stabili. Le difficoltà vanno e vengono come le onde ma la vostra fede dev'essere stabile come le acque del mare. [Anche] i vostri pensieri sono come nuvole che vanno e vengono, non sono permanenti. Dovete tenere ben stretta la vostra fede. Se sviluppate l'Amore sempre di più non c'è niente a questo mondo che non possiate acquisire: potete avere tutto, potete trasformare la terra in cielo ed il cielo in terra. Non esiste un potere più grande del potere dell'Amore. Alcune persone non danno la dovuta importanza al canto del Nome Divino. Questo è un grande errore. Solo chi Lo ha sperimentato può realizzarne il valore, non tutti. Non scambiate una pietra per un diamante solo perché brillano entrambi, un diamante è diverso da una pietra. Che cosa è un vero diamante? 'Il vero 'diamante' [in inglese: diamond]] è 'die-mind' [gioco di parole in inglese, intraducibile, che si basa sulla somiglianza fonetica fra diamond (diamante) e die-mind, parola coniata da Swami che significa 'muori-mente' . Praticamente Swami dice che il vero diamante - la cosa più preziosa - è riuscire a far morire la mente; N.d T.]]. Per averlo cantate il Nome di Dio e quando lo ottenete tenetelo al sicuro con voi. Potete dover affrontare ogni sorta di difficoltà, guai e dispiaceri ma non preoccupatevi: essi verranno e se ne andranno proprio come le nuvole che si muovono dietro la pressione del vento. Essi non appartengono al vostro vero Sé che è eterno e dura per per sempre.

Compite tutte le azioni con sentimento divino

Non seguite tutto ciò che è temporaneo ed aleatorio, tralasciando il Principio immutabile ed eterno del Sé. Oggi sfortunatamente l'uomo vive attaccato a tutto ciò che è effimero e temporaneo e ne viene ingannato. Non lasciatevi intrappolare dagli oggetti effimeri. Afferrate fermamente i Piedi di Loto, invece, e non lasciateli mai. Allora Dio sarà con voi ovunque andiate. Al contrario, se vi tenete attaccati agli oggetti temporanei e fugaci anche la vostra mente diventerà instabile e vacillante. Installate permanentemente il Nome di Dio nel vostro cuore. Acquisirete così uno stato di Grazia e la vostra vita diventerà degna [di essere vissuta]. Questo stato è la vostra vera devozione, è il vostro potere, è la vostra liberazione (Bhakti, Shakti e Mukti). È con questo scopo che è stata concepita l' esecuzione degli Akhanda Bhajan per ventiquattr' ore una volta l'anno. Akhanda Bhajan significa 'cantare il Nome di Dio senza interruzioni per ventiquattro ore'. Ma se fra un bhajan e l'altro continuate ad alzarvi e ad andare e venire di tanto in tanto, allora starete facendo solo Khanda Bhajan perché i bhajan verranno interrotti ad intermittenza e sarà difficile mantenere una continuità. Dovete assicurarvi che i bhajan non vengano interrotti. Se volete andare a casa fatelo pure ma anche là dovrete continuare il Namasmara. Anche quando vi sedrete a mangiare il vostro cibo dovrete fare lo stesso e continuare a recitare il Nome di Dio dentro di voi. Dio non vi dice di lasciare niente. Dio dice: "Fate ogni cosa ma contemplateMi ad ogni istante." Questo è il motivo per cui nella Bhagavad Gita Krishna disse: "RicordateMi e combattete la vostra battaglia." Così facendo non starete combattendo una battaglia, sarà solo il Mio Smarana [recitazione mentale]. Voi compirete il dovere di combattere. Coloro che sono destinati a morire moriranno e chi è destinato a vivere vivrà." Guerra non significa tirare delle frecce ed uccidersi a vicenda. In questo non risiede alcuna grandezza. Compite i vostri doveri sorridendo. Abbiate sempre una faccia sorridente. Non fate mai una faccia torva, una faccia ad olio di ricino, perché non serve a niente. La felicità è unione con Dio. Questa è vera felicità. Anche se avete qualche preoccupazione non rovinatevi la vita pensando: "Oh, ho questo problema... anche quest'altro problema." Alcuni sono afflitti da problemi matrimoniali: tutto ciò che vi capita nella vita consideratelo un dono di Dio. Se vi impregnate di questo sentimento acquisirete uno stato di massima Grazia. Chiunque reciti un qualsiasi Nome di Dio ovunque avrà una vita sacra e santificata e verrà liberato dal peccato. Non preoccupatevi troppo della linea musicale (Raga) e del ritmo (Tala). C'è solo un Raga, e questo è lo Hridaya Raga (Raga del cuore) che è il 'Soham, Soham' (Io sono Quello), che proviene dal cuore. Non abbandonatelo mai. Sintonizzate la vostra vita a questo Raga. Quando lo farete vi verrà assicurato il successo in tutto ciò che cercherete di fare. È per vostra grande fortuna che di tanto in tanto potete usufruire di questa opportunità del Namasmara. Qui i bhajan vengono condotti tutti i giorni al mattino ed al pomeriggio; è una grande opportunità, non perdetela. Se ne fate un uso appropriato vi sarà molto utile. È per questo che ogni tanto teniamo anche l' Akhanda Bhajan.

---

[Dal Discorso Divino di Bhagavan Sri Sathya Sai  
Baba pronunciato nella Sai Kulwant Hall a  
Prasanthi Nilayam il 13 Novembre 2007]