



## DISCORSO DIVINO

### L'eternità che rivela il Divino

1 gennaio 1991

Tutto, sia il bene che il male, accade a causa del tempo.

E' sempre il tempo all'origine della ricchezza o della povertà.

Ed è per il tempo che si determinano tutte le condizioni sulla Terra.

Non esiste alcuno sulla Terra che non sia mai stato soggiogato e vinto dal tempo.

\* \* \*

L'Obiettivo di ogni disciplina  
Incarnazioni del Divino Spirito,

il tempo è un'autentica incarnazione di Dio. Per questa ragione il tempo ha preso il nome di Samvatsara, "anno", e i Saggi (Rishi) hanno definito Dio Kalarupaya, "incarnazione del Tempo". Tutto quanto di animato o di inanimato vedete in questo mondo, si trova in Dio e perciò a Dio è stato dato anche il nome di Kalagarbha, "Colui nel cui grembo risiede il tempo". I Rishi hanno anche attribuito a Dio il nome di Dhirothama, "il Valoroso per eccellenza". Il termine Dhira non va inteso col significato di chi ha una grande intelligenza o un'intelligenza superiore alla media. Dhira è un appellativo dato dai Veda per indicare una persona valente e coraggiosa, in quanto volge la propria intelligenza (Dhi) verso Dio.

La parola kalam, "tempo", è formata da due parti: ka+alam. Ciò significa che Dio, l'Incarnazione del Tempo, è Colui che ricompensa i devoti in base ai loro meriti. Dio non è uno che si pieghi alle ricchezze terrene, ai valori del mondo e al potere degli uomini. È uno che si rende disponibile ad un cuore spirituale.

Nel mondo gli uomini fruiscono di un giorno dopo l'altro, una notte dopo l'altra. Ogni giorno ci si lava allo stesso modo la faccia, si compiono gli stessi gesti per saziare lo stomaco, e così, anno dopo anno, il tempo passa. Ma state davvero vivendo una vita nobile, santa, ricca di ideali? Ritritate le stesse esperienze, inseguendo ripetitivamente il godimento dei sensi. Che senso ha la vita, se viene sprecata in questo modo? Qual è l'ideale della vita? Qual è il suo scopo principale? Sembrano essere ben poche le persone che si interrogano per scoprire questa verità!

Lo sforzo che si deve fare oggi è di esaminare come si possa condurre una vita ideale, piena di gioia e ricca di aspirazioni spirituali, in modo che sia di esempio ad altri. La gente è impegnata in pratiche spirituali (sadhana). Alla domanda "Qual è il risultato di tutte queste pratiche spirituali?", non giunge risposta, perché si scopre che esse sono tutte prive di significato, in quanto vengono compiute per nessun altro motivo che per pura soddisfazione mentale.

Dal Mio punto di vista, sia lo sforzo spirituale (sadhana) che il raggiungimento dell'obiettivo (sadhya) non esistono indipendentemente l'uno dall'altro. Entrambi sono la stessa e identica cosa. Richiedono sforzo sia l'esercizio spirituale che la meta stessa. La ragione che vi spinge a compiere determinate discipline è l'illusione di ricevere in cambio un'esperienza gratificante. E questo è un ignobile desiderio della mente. La vera Sadhana consiste nel rinunciare alla concezione di non essere

Spirito e a quella di essere corpo (anatma bhava). La vera disciplina spirituale sta nel girare le spalle al mondo della materia e nel volgere lo sguardo a quello dello Spirito, dell'Anima.

Oggi al mondo esistono diversi tipi di conoscenza e di soddisfazioni, ma non si tratta detta Conoscenza in senso vero. Solamente la Conoscenza dello Spirito (Atmajnana) è vera conoscenza e, nel gergo vedantico, viene chiamata Jnana. La conoscenza comunemente intesa riguarda il mondo fisico, il mondo della materia o qualunque altro mondo che non sia quello dell'Atma, che costituisce la vera Conoscenza. Atma e Conoscenza, nel loro significato ultimo, non sono due realtà diverse. Lo Spirito è Conoscenza e la Conoscenza è Spirito. Ecco perché i Veda hanno dichiarato: Satyam, Jnanam, Anantam Brahma, "Dio è Verità, Saggezza ed Eternità". Verità, Saggezza ed Infinito non sono altro che differenti sinonimi di Dio, il Se Supremo e Totale (Paramatma). Fra questi nomi non ci sono differenze di significato.

## Saggezza e Devozione

Che cosa significano "Conoscenza e Saggezza" (Jnana)? La consapevolezza de l la propria natura reale (Svasvarupa) è vera Conoscenza. La vera Saggezza consiste nell'immergersi nello Spirito e nell'essere liberi dal pensiero. Bisogna fare sforzi per tenere sotto controllo i propri pensieri. Questa è la Via della Conoscenza (Jnana Marga).

Che cosa c'è sulla Via della Conoscenza che sia in comune con la Via della Devozione (Bhakti Marga)? Entrambe sono fatte della stessa Luce. La luce del sole si riflette sulla luna. Quando la luce proviene dal sole, è calda e luminosissima. Quando proviene dalla luna, è fresca e ristoratrice. La luminosità del sole e della luna sono dello stesso genere; quando c'è il sole, non vedete la luna, né quando vedete la luna, potete vedere il sole. Il principio che illumina sia il sole che la luna è lo Spirito (Atma - tatva). La luce e il fulgore del sole sono paragonati alta Conoscenza, mentre la luce e lo splendore della luna sono paragonati alla Devozione. La Conoscenza è sfolgorante e calda, la Devozione, fresca e consolante. Sia l'una che l'altra rappresentano l'inizio e la fine dello stesso cammino.

In altre parole, nel mondo fenomenico c'è colui che agisce o crea (kartha), l'atto dell'agire o creazione (karma) e il fine dell'azione o creato (kriya). Questa è la caratteristica detta Devozione: l'attore è l'aspirante devoto (sadhaka), l'azione è nella disciplina spirituale (sadhana), il fine è la visione e la realizzazione di Dio (samadhi). Lo stesso procedimento vale anche per la Conoscenza. Conoscenza (Jnana), conoscibile (jneya) e conosciuto (jneta) sono un tutt'uno. Appaiono sotto tre forme diverse, in stadi differenti.

Cos'è questo? Una stoffa. No, non è una stoffa. È un tessuto fatto di fili. Non sono neanche dei fili, sono di cotone. Senza filo non c'è stoffa. Questi tre elementi - stoffa, filo e cotone - sono in fondo uno solo, ma esso ci si presenta sono tre forme a seconda dell'uso che ne facciamo e della necessità che ne abbiamo.

## A Dio interessa il cuore puro

Ci si illude di avere esperienze diverse nell'adempimento delle pratiche spirituali, ma bisogna sforzarsi di rinunciare all'attaccamento verso ciò che non è spirituale (anatma bhava). Non basate la vostra vita su legami materiali ed esteriori. Dio risponde al cuore puro, ma non è attirato da offerte mondane e da comfort materiali.

Su questo tema c'è un esempio storico. Sia nel Vishnu Purana che nello Shiva Purana, Parvati è descritta come una divinità di estrema leggiadria. Consapevole di questa sua bellezza, Parvati

desiderò conquistare il Signore Shiva e, per un senso di egoismo, volle diventare sua sposa. Ma tutti i suoi sforzi si rivelarono vani e, dopo aver capito la lezione, abbandonò il suo senso d'ego. Per capire ancor meglio la beatitudine interiore che provava, sottopose il suo corpo ad una severa penitenza, esponendolo ai rigori del freddo e del caldo, del vento e della pioggia e a tutti gli elementi della natura. Nel frattempo, manteneva la mente concentrata su Shiva. Constatando che Parvati aveva ormai annientato il suo ego, Shiva l'accolse come l'altra metà di Sé.

Qual'è il significato profondo di questo racconto? La Natura è simboleggiata da Parvati: è infatti straordinariamente incantevole e, orgogliosa del proprio fascino, cerca di incantare chiunque. Con gli allenamenti, sorge l'ego. L'uomo, figlio della Natura, sviluppa questo senso d'ego e conduce una vita piena di egoismo; trascorre una vita intera gonfiandosi d'ego: la giovinezza, il periodo scolastico, acquisisce ricchezze, potere e una posizione di prestigio, insegue la bellezza fisica. Ci sono vari tipi di ego. Anche la presunzione di chi ha studiato allontana da Dio. Chi è pieno di superbia, non potrà mai realizzare Dio. Le anime realizzate sono completamente libere dal senso di ego.

(Cantando)

A quale nobile stirpe appartiene Valmiki?

In quale grande villaggio è nato Nanda?

Quanta ricchezza e prosperità possiede Kucela?

Quale forza straordinaria ha Sabari?

Quale potere di discernimento ha Vidura?

Quanto è intelligente Hanuman?

Tutte queste persone sono esempi di devoti che realizzarono Dio, ma indipendentemente dalla discendenza, dalla ricchezza o dall'istruzione. La loro qualità principale fu la libertà dal senso di ego. Ad Hanuman, per esempio, noto per la sua forza, la virtù e l'intelligenza, quando entrò in Lanka, fu chiesto: "Chi sei?". Ed egli, pieno di umiltà, dichiarò di essere "il servo di Rama" e non si vantò mai dei suoi successi.

A dire il vero, in questo mondo fisico, non si possiede alcun potere. Tutto ciò che si conquista e si raggiunge è transitorio e caduco. Sono tutte nuvole che passano; ma l'uomo che corre dietro a questo potere materiale si gonfia d'ego e, alla fine, si rovina completamente. Non si deve porre fede nel soggetto, nell'oggetto e nel predicato: queste tre cose, in realtà, sono una sola ed essa è comune per tutti. Il datore è Lui. Il destinatario pure è Lui e l'oggetto che vien dato è ancora Lui. Tutto il mondo è realmente la forma di Dio (Vishnu). Tutte le cose non sono piene che di Dio solo. Quando voi foste pieni di sentimenti divini, dove cercare un secondo diverso da voi? Sviluppate in voi questo tipo di unità atmica.

Azione e reazione

Il tempo è la vera forma di Dio. Nessuna forma divina è come il tempo. Nel tempo sono implicate nascita, vita e morte. Se si considera il tempo come un'autentica forma divina, si dovrebbero intraprendere solo quelle attività che lo santificano. Mai, nemmeno per un istante, si dovrebbe

sprecare tempo. Lo spreco di tempo è spreco di vita.

Tutto quanto vi accadrà in futuro dipende dal tempo e dalle vostre azioni. Le vostre esperienze, liete o tristi che siano, sono il risultato delle vostre azioni. Tutto dipende dal vostro operato, il nobile e l'ignobile, la ricchezza e la povertà. È in vostro potere, dunque, avere bene o male. Qualunque azione facciate, i frutti che ne deriveranno saranno in sintonia con quanto avete compiuto. L'esito finale viene determinato dal modo con cui si è usato il tempo. Dio, nella forma dell'anno, va fruito nel giusto modo, al fine di santificare la vita.

Sapete che ci sono quattro Ere (yuga): Krita-yuga, Treta-yuga, Dvapara-yuga e Kali-yuga. Non sono quattro epoche separate fra loro. Le abbiamo divise solo in base alle esperienze. In sé, dunque, non esiste un Krita-yuga distinto dal Kali-yuga. Queste ere sono state caratterizzate in base all'etica dei popoli, ai loro sentimenti e al loro pensiero. Anche nell'era di Krita ci fu gente vittima dei sentimenti di attrazione e repulsione, anche allora ci furono ostilità tra i popoli. Ed anche in quest'era di Kali, ci sono persone piene di pace e di qualità sattviche (sattva-guna). Per tutti gli yuga la causa prima è Dio. A Dio è stato dato il nome di Yugadi, "il Capodanno", perché rappresenta l'inizio di ogni epoca. Questa è la ragione per cui si celebra la festa di Capodanno (Yugadi).

Tutte le cose sono una manifestazione di Dio. Non esiste niente al mondo che non sia subordinato a Dio: Egli è l'Uno senza secondo. Lui è il datore, il destinatario e il dono. Chi non capisce questa verità esulta nel ricevere un regalo e si avvilita quando lo perde. Mantenete uno stato di equanimità, che vi lasci indifferenti di fronte al guadagno o alla perdita. Non dipendete dai vostri egoistici successi mentali e intellettuali. L'intelligenza e la perspicacia appartengono a questo mondo; esse sono variabili a seconda delle persone, ma la qualità di fondo che le regge è identica per tutti. Per questo il mondo viene visto come effimero, transitorio e foriero di dolore.

Più bianco della luce

Una volta un re convocò un'assemblea per cercare chi fra essa fosse il più intelligente. Programmò un certo numero di incontri per questo scopo. In quella sede, il re pose la seguente domanda all'uditorio: "Qual è la cosa più bianca del mondo? E qual è la più nera?". I più intelligenti fra quelle persone si cimentarono nel dare varie risposte. Uno di loro disse che la cosa più bianca è il latte, un altro disse che è il cotone, un altro ancora il cielo, e così via. Ciascuno forniva una risposta in base al proprio modo di pensare. Ma tutte quelle cose appartengono al mondo materiale.

In quell'assemblea c'era un gran devoto. Alla domanda del re, rispose: "Sire, io non sono una persona molto intelligente, né sono colto. Quel poco di intelligenza che ho, l'ho ricevuta in dono da Dio. Neppure quella è mia. Tutta l'intelligenza che gli uomini hanno, proviene da Dio. Alcuni la usano bene, ma altri ne fanno un cattivo uso". Poi si raccolse in preghiera, ed infine dichiarò al re: "O re, il giorno è bianco e la notte è nera. La cosa più oscura è la notte. Ciò è quanto sembra evidente in questo mondo: il giorno è bianco; la notte, nera. Le nostre vite trascorrono alternandosi in questo processo di giorni e notti, di bianco e di nero. Se ne va il bianco, viene il nero... Chi ha saputo dominare questo ciclo di bianco e di nero? Soltanto Dio. La combinazione di bianco e di nero viene chiamata giornata e chi l'ha sottomessa è Dio. C'è una sola differenza fra il giorno e Dio ed è che per Lui non esiste né giorno né notte, mentre essi esistono per il mondo". Ed infine concluse: "Solo Dio può dare agli uomini la grazia mediante la quale possono trascendere il giorno e la notte".

Tutti gli studiosi che si trovavano là riuniti incominciarono a far domande a quell'uomo così dimesso. Si riesce a domare l'arroganza di chiunque, ma quella degli studiosi (pandit) non è tanto facile da soggiogare. Questa è la malattia di cui sono fondamentalmente affetti gli eruditi. Leggono un mucchio di libri, possono citarvi qualunque versetto chiediate loro, ma hanno solo una conoscenza libresca. Non mettono in pratica una sola frazione di ciò che sanno, col risultato che si gonfiano d'orgoglio.

Allora, tutta quella gente volle contrapporsi al re: "O re, non crederete a questo ignorante, a questo idiota! Deve fornirci le prove di quanto asserisce." Al giorno d'oggi, i campi di ricerca etica, spirituale, scientifica e filosofica si sono adeguati al sistema vigente nelle cose terrene. Così anche costoro insistettero perché quelle affermazioni fossero verificate sulla base di qualche ricerca.

Il re stette ad ascoltare e seguì il consiglio di quegli intelligentoni. "Figliolo, - disse al grande devoto - puoi provare ciò che sostieni? Come fai a dire che è vero?". "Sire, - disse quell'uomo - concedetemi un giorno di tempo e vi chiedo anche che in questo periodo nessuno mi faccia obiezioni o mi ostacoli nei miei movimenti". Il sovrano diede ordine che fosse rispettata quella condizione: nessuno a palazzo e in qualsiasi altro posto avrebbe dovuto fare domande o sollevare contestazioni a quel devoto particolare.

Il giorno seguente, il re andò dopo il pranzo a riposarsi in camera sua. Il devoto riempì una tazza di latte e la pose sulla soglia della camera da letto reale. Poi portò vicino alla porta un bambino in fasce e lo fece piangere così forte da disturbare il pisolino del re. Il re si alzò furibondo, uscì dalla porta e chiese: "Chi è che fa tutto questo rumore?". Nel camminare però urtò la tazza di latte, che non aveva visto.

"Sire, - disse il devoto - giacché il giorno è più luminoso e più bianco del latte, non vi è stato possibile vedere il latte. O re, se il latte fosse la cosa più bianca, come avreste potuto non vederlo? Il bianco del latte è inferiore a quello del giorno. La luce del giorno è più bianca del latte. È un fatto inconfutabile!". Poi il devoto aggiunse: "Durante il giorno, nel cielo ci sono anche le stelle, ma non possono essere viste a causa del potere luminoso del giorno. Quando scende la notte, le stelle diventano visibili."

Il bianco del giorno rappresenta la Conoscenza più elevata (Jnana). Il buio della notte simboleggia l'ignoranza (Ajnana). La Divinità trascende sia la Conoscenza che l'ignoranza. Gli uomini, dimenticando il Divino e questa Verità trascendentale, sprecano tutto il tempo andando dietro all'esperienza delle cose del mondo. Il Divino può essere sperimentato solo col Divino.

Verità + Conoscenza = Beatitudine

Dio viene descritto come Sat-Cit-Ananda. Sat è la Verità. Cit è la Conoscenza Suprema (Paripurna Jnana). Quando Sat e Cit si uniscono, c'è Ananda, Beatitudine Divina. Se le mantenete separate, non potete avere Beatitudine. La Verità è lo zucchero e la Conoscenza Suprema è l'acqua. Finché l'acqua rimane distinta dallo zucchero, non potete assaporare la dolcezza del succo. Ma quando si mescolano insieme i due elementi, ottenete uno sciroppo, una piacevole bevanda dolce (panakam). Così, solamente quando unite la Verità alla Conoscenza, ottenete Beatitudine. Se volete godere la Verità, lo potete fare solo per mezzo della Verità. Se volete attingere Conoscenza, ci arriverete solo attraverso la Conoscenza. Se volete Beatitudine, l'avrete solo per mezzo della Beatitudine. Allo stesso modo potete raggiungere Dio, l'incarnazione della Saggezza.

Che cosa si intende per Saggezza o Suprema Conoscenza? Conoscere se stessi, chi veramente siamo, è Saggezza, autentica Conoscenza. Conoscere se stessi significa realizzarsi. La continua contemplazione del proprio Sé è il mezzo per sperimentare la diretta visione di Dio. Che cosa è il Sé? È l'Atma. Quando dite "Io", è il Sé che indicate. Chi è questo "Io"? Il corpo? La mente? L'intelletto (Buddhi)? O lo Spirito interiore? Quando approfondite questa domanda, scoprite che solo l'Atma è l'"Io".

Vi sono due tipi di "Io": uno appartiene al mondo, l'altro è spirituale. Le tre lettere della parola eye sono l'"io" del mondo. L'occhio è del corpo fisico. L'unica lettera I è l'Atma. È sbagliato considerarsi corpo. Consideratevi l'Atma e realizzate questa verità.

Da dove viene l'Atma? La parola naram, "uomo", sta per Atma. Tutti i cinque elementi provengono dall'Atma ed è l'Atma che permea il cielo e ogni altra cosa. Perciò, i cinque elementi hanno preso il

nome di naras: la fonte di questi elementi viene denominata Narayana. L'uomo, costituito dai cinque elementi, è egli stesso divino come Narayana, il Signore dei cinque elementi. In ogni uomo ci sono udito, tatto, olfatto, gusto e vista. Il senso di naram (uomo), quindi, è Atma, cioè "uno che è ripieno di beatitudine". Non potrete mai procurarvi una felicità così permanente dalle cose del mondo. Tutti i piaceri che potete godere in questo mondo, - per mezzo dei sensi, delle cose, delle persone - sono temporanei. Come potrebbero essere duraturi, dal momento che il vero principio sta dentro di voi?

La mente, specchio di Verità

Per avere cognizione di quel principio di verità che è in voi, bisogna dedicarsi a delle pratiche spirituali (sadhana). Che genere di pratiche si debbono compiere? La preghiera (japa)? La meditazione? L'adorazione? Tutti questi tipi di sadhana sono praticati per una soddisfazione mentale. Finché in voi c'è attività mentale, non vi sarà mai possibile comprendere il principio dell'Atma. Seguitate a dimenticare la vostra mente.

Che cosa si intende per "mente"? Un continuo processo di pensiero. Potete sperimentare beatitudine solo quando avete messo sotto controllo il processo del pensiero. Allora siete Atma. Quando siete davvero in grado di separarvi da questo processo mentale? Solo nel sonno. Il sonno viene definito "forma causale" (karanasvarupa); lo stato di veglia (jagrata) è la "forma corporea"; lo stato di sogno (svapna) è la "forma sottile" (sukshma). Lo stato di sonno profondo (sushupti) è la forma causale. Quando si dimenticano tutte le ragioni, le cause, si gode una vera beatitudine. Per raggiungere questo obiettivo non c'è altro che l'indagine. Se volete controllare la mente, dovete impegnarvi in buone azioni, le quali svilupperanno in voi dei buoni pensieri e dei buoni sentimenti. Perciò si dice "Diventi ciò che pensi". Se in voi dimorano pensieri buoni, intraprenderete azioni buone. Se siete pieni di sentimenti buoni, la verità vi sarà accessibile. Non sono le cose che cambiano, bensì il loro riflesso. Quando la superficie dell'acqua si muove, avete l'impressione che il sole riflesso si muova, ma quando l'acqua è immobile, l'immagine del sole appare ferma. In acque limacciose, il sole sembra sporco, ma quel fango che vedete non appartiene al sole. Il movimento del riflesso in acque ondegianti non è del sole.

Tutti questi riflessi sono soggetti a mutamento. Il corpo è il vaso e la mente è il liquido ivi contenuto. L'Atma viene riflesso nella mente come un'immagine e quel riflesso viene sperimentato a seconda delle proprie condizioni mentali di stabilità o di agitazione. Molti non riescono a capire facilmente queste verità. Si devono fare dei tentativi per individuare l'elemento comune a tutti i tre stati che cambiano.

Dio nell'immobilità della mente

Il Vedanta, che è un patrimonio di conoscenza spirituale, ha detto le stesse cose in altro modo: Acharam chameva cha, "Colui che è immobile è anche mobile". La causa di quel movimento è Dio, in quanto tutti gli oggetti si muovono per mezzo di Lui. Se Egli muove Sé stesso, come fate a dire che è Immobile? Se è statico, come potete definirlo in moto? Nella frase "Colui che è immobile è anche mobile" c'è un'apparente contraddizione. La filosofia vedantica a questa obiezione ha fornito una spiegazione eccellente: nello stato di sogno si sperimentano, sotto forma di sogni, tutti i tipi di movimenti, mentre il corpo, che nel sogno è in azione, di fatto giace immobile nel letto. Il corpo fisico è privo di moto, mentre il corpo del sogno è in movimento. Non ci sono due corpi, bensì uno solo e medesimo che, in uno stato di coscienza è statico e in un altro è in azione.

Il Vedanta afferma che nello stato fisico c'è movimento, ma in quello brahmanico c'è stabilità. Perciò, scopo della Meditazione (Dhyana) è raggiungere la condizione di stabilità propria di Dio (Brahman).

Il Vedanta ha rivelato molte verità così profonde dai molteplici significati. Per esempio, quando ad una persona si domanda dove risiede, questa risponde con l'indicazione di un indirizzo o di una zona particolare. Quando uno dice di trovarsi a Prashanti Est o a Prashanti Ovest o a Prashanti Sud, non dà una risposta corretta. Tutte quelle indicazioni portano in una località terrena. Il Vedanta insegna che la vostra residenza (vasanam), invece, è Dio. "Vivo in Dio", dovrete dire.

Alla domanda "Chi sei?", uno può rispondere in termini di casta, razza o nazionalità; ma quelle descrizioni si riferiscono solo al mondo fisico, non a quello spirituale. In realtà voi non siete altro che Spirito (Atma). Ecco perché i Veda hanno esaltato tutti gli uomini come "figli dell'Immortalità". La gente parla di cose spirituali, va ripetendo "Io sono l'incarnazione dello Spirito", ma si comporta in un modo che tradisce le sue convinzioni. Bisogna che ci sia unità fra pensieri, parole ed azioni e, per raggiungere questa triplice unità, si deve comprendere la Verità che riguarda lo Spirito.

Le pratiche che evolvono

L'Atma è il Tempo e il Tempo è Dio. Dunque, non sprecate tempo. Riempite il vostro tempo con azioni buone. Nessuna disciplina spirituale è migliore di questa: santificate il tempo che vi è stato concesso con un buon comportamento, buoni pensieri, buone opere. A questo scopo, avete bisogno di frequentare buone compagnie (satsang), le quali, a tempo debito, vi condurranno alla liberazione. Se non state insieme a persone buone, non vi è possibile avere buoni pensieri, giacché il genere di pensieri che sorgono nella mente dipendono dal tipo di compagnia frequentata. "Dimmi con chi vai e ti dirò chi sei", dice il proverbio. Riempite la mente di pensieri divini. Impegnatevi in opere buone: ecco la vera ascesi (sadhana).

La gente si vanta di sedere per ore in meditazione, per controllare la mente. Ma a che vi serve meditare se la mente non è concentrata? Siete stati capaci di avere calma e concentrazione anche per un solo istante? No, proprio no! Almeno in altri momenti, diversi dalla meditazione, la mente ha potuto fermarsi. Durante il periodo dedicato alla meditazione, mettete insieme ogni sorta di pensieri. Se questo è lo stato della vostra mente, a che vi serve far meditazione? Lasciatela stare immediatamente, fate il vostro dovere, dedicatevi al servizio, cantate i bhajan. Esercitate con queste azioni il controllo sulla vostra mente. Inoltre, il lavoro che farete si trasformerà in culto divino. Dedicate a Dio ogni vostro pensiero ed azione; qualunque lavoro facciate, fatelo come fosse un'offerta a Dio. Sarva karma bhagavatprityartam, "Tutte le azioni sono compiute per compiacere Dio". Se farete ogni cosa con questo spirito, nulla di impuro potrà contaminare il vostro lavoro.

Se volete avere l'esperienza di Dio, l'avrete compiendo i vostri doveri e assolvendo ai vostri impegni con la giusta disposizione d'animo. Non è così facile. Mi state ascoltando da molti anni, prendete appunti e riascoltate le cassette su cui avete registrato tanti discorsi. C'è stato un minimo cambiamento in voi? Tale è la vostra vita. Allorché ci sarà anche solo un piccolo cambiamento in voi, sarà dovuto ad una vera disciplina spirituale. Le inclinazioni sbagliate si protraggono come la notte segue il giorno e il giorno la notte. State facendo uno sforzo per sublimare la vostra vita? Impegnatevi a far sì che la vostra vita sia ideale. Si deve poter vedere almeno un piccolo cambiamento in voi, che sia frutto di una autentica pratica. Se non ci sono cambiamenti nella vostra condotta quotidiana, tutte le cosiddette sadhana o pratiche spirituali sono vane.

Il conseguimento della Conoscenza è più importante delle pratiche spirituali. La Conoscenza (Jnana) è Dio stesso, è l'Atma. La Natura (Prakriti) è il conoscibile (Jneya). L'uomo è una combinazione di jnana e di jneya, un impasto di Dio e Natura. Siate fermamente convinti di questa verità. Il corpo fisico, come dice la Bhagavad Gita, è un campo (kshetra). Ma per chi lo è? A che serve un campo, se nessuno lo occupa? Colui che conosce il campo, lo kshetrajna, cioè l'Atma, lo Spirito, costituisce insieme al campo stesso il complesso della persona umana. Le Scritture Sacre ci parlano del corpo come di un tempio. Ma a che serve un tempio se non vi abita Dio? È stato anche detto che questo

tempio sono io. Io sono questo tempio. Se manca il tempio, non potete collocarvi Dio e, se non c'è Dio, non potete chiamarlo tempio. Ecco perché si è detto che sia il tempio che Dio sono la stessa cosa: "Io sono la Divinità interiore, sono il tempio, sono l'uno e l'altro." Anche la semplice comprensione intellettuale di questa verità vi renderà felici.

I propositi vanno mantenuti

Vi sentite felici, quando sentite un fatto simile, ma lo sarete ancora di più quando porterete nella pratica della vita quotidiana ciò che avete capito. Nel momento in cui vi cimentate nella prova, vi accorgete di quanto sia difficile. È un vero peccato che ci si accontenti di formulare dei pii propositi, senza però passare ai fatti concreti con tenacia e decisione. È raro vedere una persona decisa nel suo proposito, mentre è facile imbattersi nell'illuso che afferma di sé: "Chi meglio di me si dedica a delle discipline spirituali?". In realtà, costui mostra solo a parole e non nei fatti tutta quella bravura.

A questo proposito, c'è una storia interessante. Una volta, tutti i cervi della foresta si diedero convegno. Scopo di quella riunione era dimostrare la loro supremazia sui cani e giungere ad una delibera che definisse la loro grandezza. "Noi siamo più veloci dei cani - dissero nel corso del dibattito - saltiamo più alto di loro. Le nostre zampe sono agilissime e nessun cane può raggiungere la nostra velocità. Ci alimentiamo con vegetali, che sono un cibo sattivico, mentre i cani mangiano carne, che è ragiasica. Perché dovremmo temere i cani, se siamo di sentimenti così nobili e abbiamo un'energia santa?". Quindi, al termine della discussione, passarono ad una conclusione ben precisa: i cervi decisero all'unanimità, fra gli applausi scroscianti di tutti, che non dovevano avere nessuna paura dei cani. Avevano appena chiuso il convegno che udirono nella foresta dei forti latrati e tutti i cervi si diedero immediatamente alla fuga, per mettersi in salvo. La loro delibera era così andata in fumo: non un solo cervo era rimasto nell'aula del convegno!

Questo è anche il destino delle riunioni e dei propositi di molti cosiddetti aspiranti spirituali (sadhata). Decidono risolutamente il dove e il come vogliono seguire questa o quella disciplina. Ma non serve a niente. Se volete fare qualcosa, fatelo per Me. Capiti quel che capita, non si deve far breccia a nessun cambiamento. Questa è vera sadhana. Ed è in questo senso che va intesa la parola dhira, "l'eroe che non vacilla". Una persona così coraggiosa verrà più volte e in svariate maniere protetta dal Signore. È la sua stessa devozione, il suo abbandono che lo protegge. Invece, a nulla servono le pratiche di chi oscilla ogni momento come una pendola. Tenete sempre fede alla parola che avete dato con tanta risoluzione, qualunque sia la difficoltà, il problema, la prova o la tribolazione. Solamente con quel tipo di approccio, avrete stabilità.

La vera ascesi

Tutto ciò non ha niente a che vedere col mondo fisico. Saziatevi di pensieri spirituali mentre vivete la vostra vita fisica nel mondo, e santificatela giorno per giorno. Più volte vi ho detto: "Mani nella società e testa nella foresta". Ciò significa che, a qualunque lavoro abbiate posto mano, la vostra testa dev'essere piena di pace e tranquillità, come foste ritirati in una foresta. Questa sola è la vera ascesi che vi procurerà una pace infinita.

Quantunque i riflessi siano cangianti, l'Originale non subisce alcun mutamento. Ricordatevi che quell'Originale siete voi, l'Atma. Ogni volta che dite "Io" è a Quello che vi riferite. Credete in questa verità divina, realizzatela, amatela.

Sottoportatevi ad ogni genere di disciplina, pur di salvarvi. Dovete rendere sante tutte le membra del vostro corpo. Ogni azione compiuta per mezzo degli organi di senso va offerta a Dio. È questo il vero



significato della parola bhajana. Bha proviene da Bhavyam, che vuol dire "grandioso". A che cosa si riferisce questo "grandioso"? È il Principio atmico (Atma tattva), che rifulge di luce propria (Divyam). La lettera ja del termine bhajan indica japa, la ripetizione del Nome del Signore. Quindi, bhajan e japa hanno lo stesso valore. C'è un japa, un costante ricordo del Signore, che si verifica incessantemente e automaticamente col processo del respiro, indipendentemente dal lavoro che si sta facendo: è la parola So-Ham. Questa disciplina non richiede alcuno sforzo. Non è vera ascesi quella a cui ci si applica con fatica. La disciplina del respiro avviene senza sforzo, spontaneamente, senza preoccupazioni, come il battito del cuore e la circolazione del sangue hanno il loro corso normale nel corpo, senza bisogno di provarli. Mentre discutete o dormite, in qualunque attività, il ciclo del respiro ha luogo senza alcun impulso di volontà. Alla stessa maniera dev'essere naturale e spontaneo il ricordo di Dio. Così l'ascesi è vera, poiché vere sono tutte le cose naturali e spontanee.

Per contro, ci sono anche delle attività che divengono automatiche o involontarie a causa di assuefazione. Non per questo vanno considerate naturali. Ad esempio, le dita di chi ha preso l'abitudine di fiutare tabacco, si muovono istintivamente verso il naso, persino durante il sonno, inconsapevolmente. Lo stesso vale per chi recita il rosario: muove le dita senza accorgersene, ma la sua mente vaga qua e là. Non è un vero japa questo. La ripetizione del Nome non dev'essere fatta in stato di incoscienza, bensì in stato di supercoscienza. Solo allora potete dire che è naturale. Non nutrite dubbi circa la vostra capacità di raggiungere quello stato. Senz'ombra di dubbio lo raggiungerete, se avrete una solida determinazione. Sicurissimo! Non abbiate il minimo dubbio!

Sfortunatamente, in campo spirituale mancano quella ferrea decisione e quella tenacia d'intenti che è invece così facile riscontrare in campo materiale. L'uomo è disposto a sforzi sovrumani per compiere viaggi di milioni di chilometri nello spazio esterno e non muove un dito per fare un viaggio all'interno del proprio cuore. A che gli serve tutto il suo sapere, tutta la sua intelligenza? Tutto ciò appartiene alla sfera del mondo. Anche il mondo dà gioia e felicità, ma non può mai dare quella pace dello Spirito, che solo Dio può conferire.

Incarnazioni del Divino Amore! Quando diciamo che oggi è Capodanno, si intende riferirsi a qualcosa di nuovo. Samvatsara, ossia l'anno solare, sta ad indicare il Signore, a cui vengono attribuiti diversi appellativi che hanno attinenza col tempo. Questa è la ragione per cui Dio è stato descritto come la vera incarnazione del Tempo (Kala).

Santificate il nuovo anno, dedicandovi ad azioni pure, disinteressate e nobili. Per quanto vi è possibile, evitate di procurare offese o sofferenze ad altri. Ciò che avete seminato, raccoglierete. Quando vi sentite oppressi da sentimenti d'ira, invidia, orgoglio, gelosia e da cose simili, siate vigili, ripetete il Nome di Dio, cantatelo, ricorrete alla contemplazione del Signore.

(Prashanti Nilayam, 1° Gennaio 1991, nel Tempio)