



DISCORSO DIVINO

Coltivate l'amore per evitare l'odio

11 aprile 1994

Incarnazioni dell'Amore Divino,

anche se i tre ornamenti di natura permanente sono a disposizione dell'uomo sotto forma di carità per le mani, ascolto delle glorie di Dio per le orecchie e dire la verità per la lingua, l'uomo cerca sempre le cose del mondo, tutte inutili e transitorie. Egli dovrebbe invece cercare di raggiungere quella cosa, ottenuta la quale avrà conquistato tutto il resto.

Il primo passo che bisogna fare è capire il legame che esiste tra gli individui. Esso altro non è che l'amore. È sulla base dell'amore che l'intera società è strettamente unita. Che cos'è una nazione? Non è certo il territorio che fa un paese o una nazione, ma la società. Quando la nazione è prospera e cresce in modo sano, anche le necessità dell'uomo vengono soddisfatte. L'uomo dipende dalla società; egli viene partorito, cresciuto e mantenuto da essa. Perciò, è dovere di ognuno servirla in modo disinteressato per favorirne il benessere.

Tutti sono figli della Madre Terra; dovrebbero quindi prendere esempio dalla attività altruistica di questo pianeta che, girando sul proprio asse, ruota anche attorno al sole alla velocità di circa 107.000 Km. all'ora. Grazie al suo moto costante, si hanno il giorno e la notte e i cambiamenti di stagione, senza i quali non potrebbero esserci i raccolti che nutrono l'uomo.

In quanto figli della terra, gli uomini dovrebbero imparare la lezione dell'attività altruistica dalla Madre Terra. Senza il sacrificio è difficile mantenere la vita stessa. Alcuni dicono che la cultura è molto importante. Il carattere, però, è di gran lunga più prezioso. L'uomo può essere un grande studioso o ricoprire una posizione di grande autorità; possedere molte ricchezze oppure essere un eminente scienziato, ma, se non ha carattere, tutto questo non gli servirà a niente.

Il sacrificio, l'amore, la compassione e la tolleranza sono qualità pure che l'uomo dovrebbe coltivare, mettendo da parte la gelosia, l'odio, l'egoismo e l'ira, che sono qualità animalesche. A che serve nascere uomini se poi si vive come animali? L'uomo dovrebbe mantenere l'equanimità nel piacere e nel dolore, nella vittoria come nella sconfitta. Senza il dolore non si può provare il piacere. Il dolore è la via regale che porta alla gioia. Le sofferenze sono i gradini che guidano l'uomo alla condotta virtuosa. Perciò, non bisognerebbe mai esaltarsi nella gioia o abbattersi nel dolore.

Voi dovete capire quanto sia meravigliosa la vita umana che è stata creata da Dio. Egli ha creato ogni cosa esistente al mondo e ha affidato all'uomo la responsabilità di aver cura di tutto. Dio ha permesso all'uomo di usare le cose del mondo a suo piacimento, ma ad una condizione: egli deve subire le conseguenze delle sue azioni, belle o brutte che siano.

FATE IL BENE, SIATE BUONI

Dovete perciò agire bene se volete avere buoni risultati. Pur comportandosi male, l'uomo pretende di ottenere per sé risultati buoni e vantaggiosi. È pura follia aspettarsi risultati buoni da azioni cattive. La natura è come uno specchio che riflette solo ciò che gli sta davanti. In ogni uomo, il bene e il male sono entrambi presenti. Egli dovrebbe cercare di agire sempre bene, perché è questo l'unico modo che conduce alla Liberazione. La Liberazione non è una cosa che si possa raggiungere dall'esterno, ma è un sistema di vita vero e proprio. Se seguite la vostra natura interiore e coltivate buoni sentimenti, potrete ottenere la liberazione dalla schiavitù del mondo.

"BHĀVA" E "BHAVA"

Questo si chiama bhava, capodanno. Dovreste sviluppare, in questo periodo, dei buoni bhāva, cioè un retto comportamento e buoni sentimenti. Il vostro carattere o guna, dipende dal cibo che mangiate. Non dovrete mai farvi rapire dalle fantasie della mente. Un grande e potente guerriero come Arjuna disse a Krishna che la mente è di natura volubile e difficile da controllare. "Può essere controllata solo con l'esercizio e col distacco", rispose Krishna. Le foglie dell'albero si muovono quando soffia il vento; allo stesso modo, come il vento fa muovere le foglie, le compagnie che una persona frequenta influenzano la sua mente.

Perciò, dovrete rifuggire dalle cattive compagnie, perché anche se di per sé il cuore è puro, le cattive compagnie possono inquinarlo con qualità negative come l'ira, la gelosia e l'odio. Dovreste quindi usare il corpo, la mente e l'intelletto per aiutare la società tutta e non per interessi egoistici.

La mente è come una scimmia pazza, mentre il corpo è come una bollicina che può scoppiare in qualsiasi momento. Perciò, dovete seguire solo la coscienza, perché non potrete mai realizzare la Divinità interiore finché la vostra mente sarà piena di cattivi pensieri. Abbandonando tutte le qualità e i pensieri negativi, dovrete sviluppare solo pensieri buoni basati sull'amore puro.

Iniziate il giorno con amore, vivete il giorno con amore, riempite il giorno d'amore e terminate il giorno con amore. Questo è il modo per arrivare a Dio.

Il primo requisito per coltivare l'amore è sbarazzarsi dei dubbi e della mancanza di fede, e sviluppare invece la fiducia.

EVITARE LE CATTIVE COMPAGNIE

Dove c'è fiducia, c'è amore; dove c'è amore, c'è pace; dove c'è pace, c'è beatitudine; dove c'è beatitudine, c'è Dio. È solo perché siete fiduciosi che quella certa persona è vostra madre, che le volete bene. Se dubitate di questo, non c'è ragione di nutrire questo amore. La fiducia è la base dell'amore e della fermezza della mente, ma, al giorno d'oggi, c'è una grande inquietudine mentale.

La maggior parte di voi è venuta qui da molto lontano per cercare la pace della mente. Quando però tornate a casa, continuate a frequentare persone negative, che vi fanno perdere anche quel po' di pace che avevate. Vi dovrete perciò chiedere per quale motivo siete venuti fin qui.

CONOSCERE LA PROPRIA SORGENTE

Se volete avere una vita ricca di significato, dovete conoscere da dove siete venuti e la destinazione che volete raggiungere. Già quando siete nati vi siete chiesti: "Koham": "Chi sono?"; tuttavia continuate a chiedervelo e trascorrete la vita intera senza mai trovare una risposta. Quando dite: "Questa è la mia mente, questo è il mio corpo", dovete ricordarvi che, in realtà, voi siete differenti dalla vostra mente, dal vostro corpo e dai sensi. Voi siete il padrone; il corpo, la mente e i sensi sono solo degli strumenti. La risposta alla domanda: "Koham?": "Chi sono?", viene da voi stessi. Voi, infatti, respirate 21.600 volte al giorno e, quando inspirate, pronunciate il suono "So", mentre quando espirate dite "Ham". Le due parole, assieme, formano la frase "So-ham", che significa "Egli è me". Questa è la grande verità che proclamano tutti i Veda. "Tat tvam asi": "Quello tu sei".

Se studiate il processo di evaporazione dell'acqua, potete vedere come l'acqua, attraverso l'energia del sole, salga dall'oceano come vapore e vada a formare le nuvole che, poi, ricadranno sulla terra sotto forma di pioggia. L'acqua della pioggia ritorna nell'oceano attraverso i fiumi, dopo aver subito, nel corso del processo, diverse trasformazioni. L'Intelletto è il sole, le nuvole sono la Verità, e le gocce dell'amore sono le piogge. Queste scorrono nel fiume della Beatitudine che va a sfociare nell'oceano di Dio. Come l'acqua dell'oceano ad esso ritorna dopo esser passata attraverso diversi stadi di trasformazione, così l'uomo deve tornare alla sua sorgente, cioè a Dio.

LA VERITÀ ETERNA

Se un pezzo di carbone non viene messo nel fuoco, non potrà mai bruciare: il fuoco e il carbone devono venire a contatto, dopodiché bisognerà fare un po' di vento perché il carbone prenda fuoco. L'amore è il vento che vi farà accendere di effulgenza divina. Questa è la verità proclamata dalle Upanishad, che affermano: "Tu sei Dio". Voi credete di essere soltanto il corpo, ma il corpo è inerte se non è abitato dall'anima che è la vera forza vitale.

Non avete alcun bisogno di andare in giro a cercare Dio, perché la Divinità è dentro di voi. Come gli arti del corpo si possono muovere grazie a un cuore solo, così l'unico Dio è la forza vitale di tutti gli esseri. L'intero universo è un riflesso dell'Essere Supremo.

Il vostro atteggiamento mentale (bhāva) è la vera causa della sofferenza o della felicità. Il sentimento con cui guardate un oggetto si riflette su di esso, ritornando a voi. Drishti, la visione, determina la percezione della Srishti, la creazione. Se guardate il mondo attraverso degli occhiali colorati, vedrete tutto dello stesso colore delle lenti. Qualsiasi cosa succeda, dovrete accettarla come un dono di Dio.

L'amore è Dio. Vivete nell'amore. Questo è il modo giusto per adorare Dio. Tutte le forme di adorazione e di penitenza servono solo a controllare la mente, ma non possono farvi giungere alla realizzazione di Dio. Dio è dentro di voi, attorno a voi e vicino a voi. Egli è l'unico vero amico. Voi fate amicizia con persone attaccate alle cose del mondo, che vi abbandoneranno se non avrete più soldi, potere o una posizione sociale. Solo Dio sarà sempre con voi.

Come dice la Bhagavad Gita, il devoto caro al Signore è "colui che non odia nessuna creatura" ("adveshtā sarvabhūtānām"). Non dovrete mai serbare odio verso alcuno, ma tenervi lontani dalle cattive compagnie. Non dovrete mai frequentare persone negative, perché la loro compagnia danneggerà la purezza della vostra mente.

La mente è la causa della schiavitù o della liberazione: voi volgetela verso Dio e coltivate il distacco, perché, se la volgerete verso il mondo, non farete che sviluppare attaccamento. Il desiderio è un peso inutile nel viaggio della vita. Dovete ridurre al minimo i vostri desideri se non vi è possibile eliminarli completamente.

Se analizzate la differenza tra Dio e l'uomo, scoprirete che la vita più il desiderio è uguale all'uomo e che la vita meno il desiderio è uguale a Dio. Limitate i desideri alle necessità primarie per vivere, come il cibo, i vestiti e la casa. Se avete troppi desideri sprofonderete nell'inquietudine. Qualunque lavoro facciate, se lo offrirete a Dio non avrete mai di che preoccuparvi. Questa è vera disciplina spirituale.

Anche quando siete impegnati nelle vostre mansioni quotidiane, potete farle diventare un modo di adorare Dio. Quando spazzate il pavimento, potete farlo pensando che state pulendo il vostro cuore da tutte le impurità. Ogni lavoro dovrebbe essere fatto con un cuore puro e colmo di devozione, proprio come, quando si cucina, si usano recipienti puliti. Qualsiasi opera buona voi facciate non servirà a nulla se non sarà accompagnata da un genuino sentimento d'amore. È l'amore in un cuore puro che trasforma il lavoro in devozione.

LA RICERCA INTERIORE

Vorrei consigliare a tutti, specialmente ai devoti stranieri che sono venuti fin qui da paesi lontani, di iniziare un processo di ricerca interiore. È corretto che chiamiate voi stessi uomini? Ciò è vero solo a metà. Dovreste poter dire: "Io sono un uomo e non un animale". Dovete sbarazzarvi di tutte le qualità animalesche come l'egoismo, la gelosia e l'odio, e sviluppare le qualità umane dell'amore, della verità, del sacrificio e della felicità. Considerate il piacere e il dolore come nuvole passeggere. La felicità può essere raggiunta solo tramite l'unione con Dio. I piaceri materiali sono transitori.

Nutrendo buoni sentimenti nel vostro cuore, voi potete trasformarvi da esseri negativi in esseri

positivi. Questo processo viene chiamato purificazione (samskâra). È un po' come la trasformazione del riso ancora in crescita in riso maturo, pronto, a quel punto, per essere cucinato.

SEGUITE UN SOLO SENTIERO

Ci sono molti sentieri che portano alla stessa meta, ma ci sono anche molti predicatori che dicono cose diverse e vi confondono. Perciò, dovete scegliere un solo sentiero, una sola strada. Dio è uno e può essere realizzato tramite l'amore. Riempite il cuore d'amore e distribuitelo agli altri, considerando che tutti sono scintille del Divino.

Dovete sentire Dio dentro di voi e sviluppare le qualità divine; solo allora potrete risplendere come veri esseri umani. Dovrebbe esserci coerenza tra pensiero, parola e azione, perché essa è la vera caratteristica dell'essere umano. L'Amore è l'unica arma con cui potrete raggiungere la Divinità, e rendere la vostra vita ricca di significato. Dio è come l'oro, possedendo il quale potrete creare qualsiasi gioiello desideriate. Solo tramite l'amore puro potete conquistare la grazia di Dio e godere di una pace beata.

Molti di quelli che vengono da Me spesso Mi dicono: "Voglio la Beatitudine", "Voglio la Pace", "Voglio la Liberazione". Se volete farvi fare un gioiello con l'oro che portate da un orefice, questi dovrà fonderlo in un crogiolo, martellarlo, lavorarlo e saldare i pezzi per ottenere il monile da voi richiesto. Solo attraverso queste diverse fasi lavorative potrà scaturire una bella catenina.

Allo stesso modo, dovete consegnare la vostra mente a Dio e lasciare che sia Lui a fare ciò che è necessario. Oggigiorno, però, i devoti pongono delle condizioni a Dio e intanto cercano la Sua grazia!

Dovete abbandonarvi a Dio e sottomettervi al Suo volere : Egli saprà come dirigerVi. Se volete spedire un libro, dovete impacchettarlo e chi lo riceve, se vuole leggerlo, dovrà tirarlo fuori dal pacco. Dio vi ha dato la pace racchiusa in una carta da imballaggio: se togliete questa carta dell' "io" e del "voglio", troverete la pace. Dovete liberarvi dell'ego e del desiderio per poter gustare la pace che è dentro di voi.

Se uno scultore vuole fare una statua di legno raffigurante Krishna, deve cesellare il legno sino ad ottenere la forma desiderata. Anche voi, allo stesso modo, dovete cesellare voi stessi liberandovi dei pensieri e dei sentimenti negativi, e abbandonarvi a Dio incondizionatamente, senza alcuna resistenza.

SIATE BUONI, FATE IL BENE

Per vincere le influenze negative del corpo, della mente e della ricchezza (tanu, manas e dhana), le Scritture consigliano di coltivare il "satsanga". Che cos'è il "satsanga"? Di solito si crede che questo termine faccia riferimento alla compagnia delle persone buone, ma ciò non è esatto. "Sat" significa "Verità", vale a dire Anima o Dio. Perciò, "satsanga" significa "compagnia di Dio" e non della gente.

La Divinità si manifesterà dentro di voi se seguirete uno qualunque dei nove tipi di devozione. In poche parole, i precetti da seguire sono: non vedere il male, vedi solo il bene; non ascoltare il male, ascolta solo il bene; non parlare male, parla solo bene ; non pensare male, pensa solo bene; non fare il male, fai solo il bene. Questa è la via che porta a Dio.

Se qualcuno parla male degli altri, andate via e non prestate ascolto ai suoi discorsi negativi. Nel Rāmāyana, la regina Kaikeyī venne influenzata dalle parole della sua ancella Mantharā, che la istigò a far sì che Rāma non venisse incoronato e che fosse mandato in esilio, poiché nutriva un certo astio verso di Lui. Poiché Kaikeyī diede ascolto al malvagio consiglio di Mantharā, fece in modo che Rāma venisse mandato in esilio nella foresta. In questo modo, le due donne si sono guadagnate per sempre una cattiva reputazione. Tra gli uomini, invece, avete l'esempio di Duryodhana, nel Mahābhārata, che ebbe sempre una disposizione d'animo negativa verso i Pāndava e che nutrì sempre cattivi pensieri tesi ad escogitare piani malvagi. Allo stesso modo Kīcheka guardò Draupadī con occhi impuri e fu poi

ucciso da Bhîma ; Ravana compì tantissime azioni malvagie. Mantharâ, dunque, commise il peccato di parlar male di Râma, Kaikeyî di ascoltare discorsi malvagi, Kicheka di guardare Draupadî con occhi impuri, Duryodhana di nutrire sentimenti malevoli e Râvana di commettere azioni malvagie.

Questi sono alcuni esempi che dimostrano come le azioni di parlare male, ascoltare parole cattive, pensare male e compiere azioni malvagie causino la rovina di una persona. L'esercizio spirituale consiste nel parlare bene, pensare bene, vedere bene, ascoltare il bene e compiere il bene.

Anche il troppo parlare deve essere evitato, perché è uno spreco d'energia. Quando una persona si indebolisce a causa di un eccessivo consumo d'energia, diventa più incline ad arrabbiarsi e a sviluppare odio. Dovete perciò usare l'energia donatavi da Dio solo per buoni scopi. L'energia è un dono divino; potrete risparmiarla evitando i discorsi inutili e rispettando il silenzio. "Parlate di meno e lavorate di più": questa è la regola d'oro da seguire.

MANTENETE I LEGAMI SOLO CON DIO

Molti stranieri vengono qui ed instaurano rapporti inutili con altre persone. Alcuni, quando Mi incontrano per la prima volta, dicono: "Sono venuto da solo". Poi, dopo un po', portano con sé una donna e affermano: "Questa è mia moglie". Perché volete coltivare simili relazioni e attaccamenti, visto che siete venuti qui per ragioni spirituali? Tutte queste relazioni sono temporanee. Dovete perciò troncate questi legami e stabilire una relazione solo con l'entità permanente ed eterna, il Signore Supremo.

Dio è onnipresente: Egli esisteva prima che nascesti e continuerà ad esistere anche dopo la vostra morte. Perciò, dovrete cercare di mantenere rapporti stretti solo con Dio. Fate il vostro dovere con devozione e lasciate il risultato nelle mani del Divino. Solo così potrete essere sempre felici.

Il vostro comportamento e il vostro carattere sono molto importanti e dovrebbero riflettersi nel vostro aderire alla disciplina e alle buone maniere. Oggigiorno, invece, la nazione vive uno stato d'inquietudine proprio a causa della mancanza di disciplina. Dovreste seguire sempre la massima: "Aiuta sempre, non fare mai del male".

La gente non capisce il Mio ideale di perfezione, che consiste di purezza, pazienza e perseveranza. Pazienza significa essere in uno stato di pace. Io sono sempre felice e pieno di pace. Quando Mi dicono: "Felice compleanno", Io rispondo che sono sempre felice e che gli auguri dovrebbero farli a chi felice non è.

Un'altra caratteristica della pazienza è di non farsi esaltare dalla lode e di non lasciarsi deprimere dalla calunnia. Io non sono toccato né dalla gioia né dal dolore, ma sono in un perfetto stato di samadhi (sama+dhî), cioè di equanimità nella gioia e nel dolore.

La perseveranza è una qualità determinante per poter raggiungere un obiettivo. Con la perseveranza, nara può diventare Nârâyana, cioè l'uomo può diventare divino. Le persone che non hanno questa qualità non potranno mai ottenere nulla. Tutti i loro sforzi saranno come cercare di tenere dell'acqua in un recipiente bucato. Se dirigete tutte le vostre azioni verso Dio, diventerete uno con Lui. Ciò dovrebbe essere fatto avendo come base l'Amore, Prema.

Un uomo che viva senza amore è praticamente un morto. Voi nutrite amore verso vostro padre, vostra madre, vostra moglie, i vostri figli ed altri ancora. Non c'è niente di male in questo, ma dovete vedere Dio in ognuno di essi. Questa è l'essenza della famosa preghiera a Dio: Tvameva mâtâcha pita tvameva Tvameva bandhuscha sakhâ tvameva Tvameva Vidyâ dravinam tvameva Tvameva sarvam mama Deva Deva. Questa preghiera, rivolta all'Essere Supremo, dice: "Tu sei padre, madre, amico e parente. Tu sei la Conoscenza e la ricchezza. Tu sei tutto, o mio Signore!"

Noi dovremmo vedere Dio in ogni essere. L'intero universo è una manifestazione del Brahman. In quanto esseri umani, voi provenite da Nârâyana. Voi siete divini, ma non riuscite ancora a capirlo.

Quando fate il namaskâram, il saluto con le mani giunte, significa che state offrendo i vostri cinque organi d'azione e i cinque organi di percezione al Divino. L'atto del namaskâram enfatizza l'unità. Se otterrete unità e purezza la Divinità si manifesterà. Voi invece ora alimentate soltanto inimizia e mediocrità.

Dovete parlare con dolcezza e con garbo ed evitare legami e relazioni inutili. L'esercizio spirituale più semplice è di concentrarsi su Dio con amore, vale a dire espandersi ed abbracciare tutto e tutti. Questo è l'unico modo per realizzare il Divino.

Sai Baba ha concluso il Discorso con il bhajan: "Prema mudhita manase kaho, Rama, Rama, Ram!"

Kodaikanal, Capodanno telugu, 11 Aprile 1994
(Trad. da SANATHANA SARATHI, Maggio 1994)