



DISCORSO DIVINO

Le discipline dello spirito

3 settembre 1989

(Swami, cantando:)

Solo il nutrire sentimenti puri equivale ad avere educazione. Nel possedere le virtù sta l'essenza dell'istruzione. L'uguaglianza e l'equanimità consistono nella semplicità. Ecco la via della Verità che vi indica Sai.

Come il fuoco è latente nella brace, come il petrolio giace nel sottosuolo, allo stesso modo il Signore Spirito riempie di Se ogni cosa e, perciò, si trova dovunque ed in tutto. Non dimenticate queste buone parole!

Cari studenti e studentesse!

Qualunque istruzione abbiate ricevuto, qualunque posizione influente occupiate, qualsiasi lusso o benessere allieti la vostra vita, se vi mancano i valori umani, è tutto vano. La vita ha senso solo se c'è armonia e comprensione. La cosa migliore che può fornire l'educazione è la gioia di vivere nella vita d'ogni giorno i valori e le tradizioni intramontabili acquisiti nella propria cultura.

Purtroppo nel cuore degli studenti d'oggi mancano queste nobili e sante qualità e vi albergano invece idee cattive e pattume. Per questo soffrono confusione, conflitti e molte difficoltà nella vita. Oggi i sentimenti degli studenti sono un turbinio di pensieri e sensazioni, e le loro azioni sono malvagie. Perché tutto ciò? L'unica ragione consiste nel fatto che essi non compiono alcun sforzo per liberarsi da questo stato.

I valori umani

In che cosa consistono i veri valori umani? L'uomo si santifica quando comprende che cosa significhi veramente il controllo dei sensi (Yama) e la rigorosa osservanza delle discipline spirituali (Niyama).

Il controllo dei sensi implica cinque pratiche: la Non violenza, la Verità, il Non rubare, la Castità e il Non ricevere nulla dagli altri.

1- Non violenza (Ahimsa): significa evitare ogni danno a qualunque essere vivente in pensieri, parole ed azioni. L'uomo non è abbastanza fortunato da essere non violento e, per soddisfare il proprio egoismo e gli interessi personali, danneggia e ferisce gli altri. Tutti i mali derivano dal senso di "Io" e di "Mio", nonché dall'istinto. Gli esseri umani riusciranno a fare progressi solo quando saranno liberi dal senso di "Ego" e dagli attaccamenti. Non far del male ad alcun essere vivente, non semplicemente con le parole e con i pensieri, ma nei fatti, questo solo può considerarsi vera Non violenza.

2- Verità (Satya): non potete diventare Verità se vi limitate semplicemente a dire le cose che vedete, udite e percepite voi. È Verità ciò che trascende tutte e tre le dimensioni del tempo. Deve starvi a cuore la Verità e dev'essere detta in maniera da renderla accettabile, non con crudeltà o avventatamente. Non dite una bugia solo per compiacere. Verità significa dire le cose in modo sincero e accettabile a tutti, ma con umiltà. Fra gli studenti, da questo stesso istante, si dovrebbe seguire la via della Verità.

Essa costituisce il fondamento della vita di ogni uomo: è sacra, divina, impagabile, degna di essere vissuta. Spreocate la vita, quando seguite la via della menzogna, trascurando l'importanza di quella della Verità.

3- Non rubare (Asteyam): In nessun momento e in nessuna circostanza ci si dovrebbe appropriare

delle cose che appartengono ad altri. Per ottemperare a ciò, si deve fare appello ai tre strumenti di cui si dispone: mente, pensieri e azioni. Il pensiero del furto non dovrebbe nemmeno sfiorare la mente: questo si chiama "Asteyam".

4- Castità (Bramhacharya): Può sembrare impossibile osservare la castità come viene comunemente intesa. Non si dovrebbe permettere alla mente di cedere a pensieri sbagliati o pronunciare parole fuor di luogo o ascoltare discorsi sconvenienti o compiere azioni errate. La giusta comprensione del "Bramhacharya" sta nel vivere immersi in Bramha. Qualunque pensiero abbiate, qualunque cosa facciate, pensate a Dio e offrite tutto a lui: ecco l'essenza della castità. "Bramhacharya" vuol anche dire considerarvi divini (Bramha) e compiere ogni attività soltanto per piacere a Dio e per i Suoi vantaggi.

Altro aspetto della continenza consiste nel costante studio delle Scritture divine, come i Veda, le Sacre Scritture, il Bramhasutra e le Upanishad. La continenza è simile alle fondamenta di un edificio sul quale sorgono tre piani: il piano del capofamiglia, il piano di chi lascia la famiglia per condurre una vita di reclusione e di meditazione, il piano di chi abbandona tutti i legami terreni per darsi ad una vita di contemplazione. Perciò, se le fondamenta della continenza non sono solide, sacre e ben strutturate, tutto l'edificio con i piani della vita traballerà e sarà destinato a crollare. Per il palazzo della vita, dunque, è fondamentale il requisiti della continenza, ma dev'essere puro, sacro e senza difetti e imperfezioni.

5- Non accettare offerte (Aparigraha): Le Upanishad considerano assai peccaminoso accettare cose dagli altri. Qualunque aiuto porgiate agli altri, non dovrete mai aspettarvi nulla in cambio. Per l'uomo è naturale accettare cose in cambio di ciò che fa, mentre secondo le Scritture, ciò è innaturale e da evitare. Egli non ha alcun diritto di ricevere alcunché da chiunque, fatta eccezione per il padre, la madre e Dio. Poiché Dio è il creatore, il sostenitore ed il protettore di tutti, potete permettervi di chiederGli qualunque cosa. Dai vostri genitori avete il diritto di ricevere ciò che essi sono in grado di darvi, ma non dovrete angosciarli con pretese eccessive. Dal vostro maestro dovete ricevere soltanto conoscenza. Uno studente dovrebbe comportarsi sempre in modo da piacere al Guru, il quale pensa sempre al benessere dello studente. Ma gli studenti oggi mancano di queste virtù, e così si caricano di debiti verso gli altri in vari modi. È a causa di queste mancanze che si rinasce molte volte. Molti non sanno che genere di nascite dovranno avere per sciogliere questi debiti nelle prossime vite. Se non è indispensabile, non mangiate in casa d'altri. Quand'anche foste amici, non avete nessun diritto di farvi ospitare per 10 o 15 giorni, poiché anche quel vostro amico, a sua volta, dipende dai propri genitori e

non è libero. In quel caso sarebbe inopportuno stabilirsi in casa di un amico, diventando così un peso per lui. In realtà, ciò di cui vivreste non sarebbe frutto del guadagno del vostro amico, ma di quello dei suoi genitori. Soltanto i figli hanno il diritto di fruire dei guadagni dei propri genitori. In simili circostanze, perciò, sarebbe fuor di luogo per gente istruita costituire un peso per gli amici. È dunque essenziale

limitarsi nell'accettare offerte da altri. Siate pure disposti ad offrire un frutto, dei fiori, dell'acqua o altre cose semplici ad un ospite, ma siate cauti nell'accettare cose dagli altri. Questi sono i principi di Yama, ossia del controllo dei sensi.

Le discipline spirituali

La seconda serie di discipline si riassume nel termine "Niyama"- Consiste in cinque pratiche:

1-Purezza, 2- Austerità, 3- Accontentarsi, 4-Studio delle Scritture, 5-Offerta al Signore

1- La Purezza (Soucham): Vi sono due tipi di Purezza. Una riguarda la pulizia interiore, l'altra la pulizia esteriore. La pulizia esteriore si raggiunge usando dell'acqua o dell'argilla. Questo tipo di pulizia non deve però limitarsi esclusivamente al corpo, ma deve comprendere anche qualunque oggetto faccia parte della vita di un uomo: gli abiti che indossa, il letto dove si corica, i libri che consulta, la casa dove vive. Tutto deve essere puro. Tutte le membra del corpo fisico devono essere pulite e pure.

Rendetevi conto che lavarsi i denti o farsi una doccia non sono semplicemente regole igieniche, ma azioni essenziali per avere gioia e beatitudine nella vita. Così, anche l'ambiente in cui viviamo

dev'essere pulito. L'altro tipo di pulizia è quella interiore. La mente si inquina di attaccamenti e desideri, simpatie ed antipatie. In una mente così sozza i buoni sentimenti non hanno spazio per manifestarsi. Per purificare una siffatta mente, si devono sviluppare qualità come amore, cortesia, pazienza, compassione, comprensione e tolleranza.

2- L'austerità (Tapas): "Tapas" non vuol dire praticare degli yoga o mettersi in strane posizioni. La vera penitenza consiste nel porre una continua attenzione sull'obiettivo da raggiungere. Questa sete di ottenere sarà una severa disciplina. "Devo ottenere questo risultato!" Pensate continuamente e costantemente, in ogni luogo ed in ogni circostanza alla meta che vi siete prefissa. Ecco perché è stato detto che si dovrebbe essere sempre degli yogi: cercate sempre di raggiungere lo stato Senza-Forma dello Spirito, che è puro e divino. Quella sete spirituale conduce ad una vera penitenza. Gustate l'unità nei pensieri, nelle parole e nelle azioni: questa è la contemplazione del Signore. Questa è la penitenza che fa raggiungere il

Trascendentale privo di attributi, che sta al di là di tutto. Abbandonare moglie e casa, ritirarsi nella foresta e vivere di radici e foglie non è penitenza. La vera austerità sta nel liberarsi dai cattivi pensieri e dalle passioni e nel riempire la mente di sacri sentimenti.

3- Serenità (Shantosham): Quand'è che sentite gioia, serenità? Quando sapete accontentarvi. Troppi desideri non lasciano tregua all'uomo, fanno crescere la sua infelicità e moltiplicano le sue preoccupazioni. Sappiate accontentarvi di ciò che avete. Gioitene e non nutrite eccessivi desideri. La vera gioia sta nell'accontentarsi. Chi s'accontenta è ricco e soddisfatto.

4- Studio della Scrittura (Svadhyaam): non vuol dire limitarsi alla sola lettura dei Veda, ma si dovrebbe studiare il triplice corpo delle Scritture fondamentali, quali le Upanishad, i Brahma Sutra e la Bhagavad Gita. Fatevi un'istruzione con tutta la letteratura sacra. Così si potrà ripulire la mente dalle impurità che vi si sono accumulate.

5- Dedizione al Signore (Ishvara Pranidhanam): Tutto quanto si fa deve piacere al Signore. Chiedetevi sempre: "Quello che sto per fare piacerà o non piacerà a Dio? Dio ne sarà felice?" Col dire "Dio", si intende la coscienza. Evitate di compiere le azioni che lasciano scontenta la vostra coscienza. In caso contrario, la coscienza stessa vi punirà tormentandovi coi rimorsi. Sviluppate soltanto sentimenti buoni e non compite azioni che non vi diano intimo appagamento. Fra tutto ciò che fate, quello che piace a Dio è sacro e vi darà benessere e prosperità.

Quando avrete messo in pratica queste discipline del controllo dei sensi interni ed esterni nel modo che vi ho descritto, raggiungerete i quattro obiettivi della vita, e cioè la Rettitudine, la Prosperità, i Retti Desideri e la Liberazione. E questo, nell'esercizio dell'autocontrollo e del dominio sui sensi e sulle passioni. Gli studenti d'oggi sono purtroppo ben lontani da queste pratiche. Per questo, il loro cuore è veramente impuro. Dovrebbero invece avere un cuore puro e crescere come cittadini responsabili, poiché il destino di una nazione dipende da loro. Gli studenti dovrebbero penetrare in ogni campo umano, politico, economico, sociale, morale, spirituale, scientifico, ecc. avendo cura di evitare conflitti durante il percorso della vita.

Il controllo dei sensi interni ed esterni

Vi sono anche due altri mezzi spirituali che comportano delle discipline:

1- "Shama", ossia il controllo dei sensi, soggiogando mente ed intelletto, non permettendo loro di deviare. Si tratta del controllo dei sensi interni, in quanto solo attraverso questo è facilitato il controllo dei cinque organi esterni, come vista, udito, ecc.

2- "Dama", ovvero il controllo degli organi di percezione e degli organi di azione. Bisognerebbe avere sempre lo sguardo rivolto a cose buone, tenere le orecchie sempre in direzione di discorsi buoni, parlare sempre del bene, evitando ciò che può ferire. Abbiate pensieri nobili e buoni, che non offendono mai. Qualunque azione compiate, fatela per il bene degli altri.

Sia essa di esempio costante.

Non guardate al male. Guardate al bene. Non prestate ascolto al male. Ascoltate il bene. Non parlate del male. Parlate del bene. Non pensate al male. Pensate al bene. Non fate del male.

Fate del bene, Ecco la via che porta a Dio!

Quando gli studenti avranno sviluppato queste sacre virtù, da essi sorgerà finalmente l'umanità vera. Studenti, spargete nel mondo i semi dell'amore.

Il vostro principale dovere è quello di portare la pace nella società. Ma oggi, accade proprio il contrario. Dove non c'è pace, ci sono gli studenti, dove ci sono agitazioni e violenza, ci sono studenti. Invece, dove ci sono gli studenti, dovrebbe regnare la pace.

Caducità del mondo

Vighnesvara è la Divinità che esercita il controllo sull'intelligenza e dona a chi la invoca lucidità e potere di discriminazione, per discernere tra ciò che è giusto e ciò che è sbagliato, tra il vero ed il falso, tra l'eterno ed il transeunte.

Individui e cose sono caduchi, Non v'è nulla al mondo che permanga stabilmente, soltanto il Divino Spirito è reale e permanente. Ecco perché dovete saper distinguere tra il vero e il falso. Non limitatevi ad ambire una vita nelle comodità. I piaceri del mondo sono fuggacemente effimeri. Sono come nuvole che passano.

Ecco perché anche Shankara disse:

"Quanto tempo dureranno giovinezza, denaro e cose del genere? Se ne volano via in un istante!"

Mentre siete immersi nella fanciullezza, appare l'adolescenza. Il godimento di essa ha la durata del pensiero. Come fate a provare vera gioia in qualcosa che passa tanto velocemente? Se poi credete che avrete felicità nell'altro mondo, anche quello non è permanente. Esauriti i vostri meriti, verrete ributtati fuori. Anche in politica, un candidato viene eletto per un mandato che scade dopo un quinquennio. Ogni anno che passa gli accorcia il diritto acquisito con l'elezione.

Allo stesso modo, il vostro "paradiso" avrà una durata che dipende dai vostri meriti. Quando essi sono consumati, dovrete ritornare sulla terra.

Ecco perché è stato detto:

"Tornerai sulla terra, una volta esauriti i meriti in cielo".

Perciò, la gioia di questo mondo o quella dell'altro non sarà duratura. Il Principio dello Spirito, invece, che trascende tutte queste cose, sarà la vostra meta, eterna, vera e apportatrice di gioia.

Individuo e collettività

Cari studenti, considerate la vita come il dono più prezioso, ed essa acquisterà valore.

Il suo valore è elevato nella misura in cui vivete i valori umani, senza valori umani, si perde umanità e l'umanità non ha senso se è priva di valori umani. Vivete questi valori, come la Verità e l'Amore. Dire la Verità e seguire il sentiero della Rettitudine sono i due occhi della cultura indiana e ne costituiscono i cardini.

Esistono due aspetti: l'individuale ed il collettivo. Quando parliamo di individuale, intendiamo riferirci al corpo fisico, il quale potrebbe anche comprendere il Principio dell'Anima Individuale.

La collettività, invece, si riferisce a tutto un popolo. Un albero isolato non sarà mai una foresta. Soltanto quando esistono più alberi insieme, possiamo dire che c'è una foresta. Una casa rimane tale quando è isolata ma, quando ve ne sono un centinaio, abbiamo un villaggio.

La differenza fra un albero e la foresta, fra una casa ed il villaggio è analoga a quella che c'è fra un individuo e la società.

Noi chiamiamo "Jiva" l'individuo, quando si riconosce in esso la medesima divinità presente in ogni essere umano. L'individuo è un'Anima Individuale, mentre la società è il Principio del Signore

Supremo. Quando si comprende l'intimo rapporto fra individuo e collettività, la vita acquista pieno significato. Si studiano tante cose, senza capirle. Ma voi, traete gioia da questi studi? Forse un po' di felicità e di soddisfazione, ma di scarsa durata.

La pace non dimora dove se ne parla tanto. La pace si trova dentro di voi; non la troverete all'esterno. Se volete essere davvero beati, dovete godere le gioie dello Spirito. Ogni uomo anela alla beatitudine, ma la sua indagine non è diretta laddove può trovarla. C'è forse beatitudine nelle cose esteriori, nelle persone o nelle cose? No di certo. La Beatitudine è dentro di se. Come può l'uomo raggiungere il Principio dell'Essenza Divina che sta in lui, se lo cerca all'esterno? È all'interno che deve cercare e fare la sua indagine: questa è la vera ricerca.

La Meditazione

Qual è la causa principale della Beatitudine? Il mondo. Su che cosa si basa il mondo? Sull'Energia. Qual è il fondamento dell'Energia? Il Principio del "Tat-Tvam".

"Tat" significa "questo", e "questo" vuol dire qualcosa che ti sta molto vicino, mentre quando si dice "quello" si indica qualcosa di lontano. Ciò che va al di là degli organi di senso si chiama "Quello", ciò che sta sotto il controllo dei sensi si può definire "Questo".

Il Principio dell'Essenza Divina trascende questo mondo e gli organi di senso. Se volete dunque raggiungere quel Principio trascendentale, dovrete trascendere le limitazioni dei sensi, per mezzo della Meditazione. La Meditazione non è la stessa cosa della concentrazione. La concentrazione è ancora nel dominio dei sensi. Se stiamo guardando, sono gli occhi che vedono. Se stiamo ascoltando, sono le orecchie che odono. Quando leggiamo un libro, teniamo il libro in mano. Con l'aiuto degli occhi ne vediamo le lettere. Con la mente cerchiamo di capire e con l'intelletto facciamo delle distinzioni. Solo allora possiamo dire di leggere il libro, quindi tutte queste operazioni hanno chiamato in causa i sensi.

Ma, nel campo della Meditazione si entra soltanto quando si sono trascesi i sensi. Fra la concentrazione e la Meditazione c'è un confine da varcare.

Questo confine si chiama contemplazione. Alla Meditazione si giunge solo dopo quel valico. Oggi la gente sta sprecando il proprio tempo in nome della Meditazione. Costoro sanno forse tener ferma la propria mente per un solo minuto? No!

Si siedono in una postura particolare per mezz'ora, un'ora, ma non fanno che perdere tempo.

Riuscite forse a rimanere con una mente ferma per un'ora? La vostra mente invece corre all'impazzata come una scimmia! Mentre sprecate tempo nel respingere questa scimmia impazzita e nel cercare di tenerla a freno, essa se ne scappa ancora via.

Considerate il vostro dovere come Dio e intraprendete ogni attività per amor Suo; allora il lavoro si trasformerà in adorazione. Considerate ogni lavoro come il lavoro di Dio. Quella è vera meditazione! Non raggiungerete la meditazione chiudendo semplicemente gli occhi e mettendovi in posizione meditativa. La gioventù d'oggi sta sprecando il proprio tempo prezioso, a causa di questo equivoco sulla meditazione. Qualunque lavoro facciate, consideratelo come un lavoro di Dio. Considerate il vostro corpo come uno strumento.

Sviluppate la convinzione che Dio sta servendosi del vostro corpo come di uno strumento per compiere quel lavoro. Questa disciplina vi sarà di grande aiuto, perché costituirà un esempio.

Certe volte, questa meditazione è piena d'egoismo. Qualunque servizio intraprendiate con intenti egoistici non può essere gradito al Signore.

Sacrificate il vostro egoismo, considerate tutto come divino. Un approccio del genere all'attività è autentica meditazione. Con quell'altro tipo di meditazione si spreca tempo, vita, energie, tutto. Continuate a fare tutto recitando il Nome di Dio.

Tutte le azioni saranno santificate da questo approccio. Non confinate Dio in un luogo. Qualunque

cosa vedete, trovatevi dentro Dio. Se vi mettete a meditare, considerando Dio come fosse limitato in un luogo, rimpicciolite Dio che pervade ogni cosa e dimostrate di avere una mente ristretta. Siate di larghe vedute. Solo con questo tipo di discriminazione, giungerete alla saggezza e potrete avere una comprensione corretta delle cose.

Scienza e discernimento

Voi oggi avete sapienza, ma non discernimento. Si è dato incremento alla scienza, ma non c'è discriminazione. Solo quando la scienza va di pari passo con il discernimento trova il suo giusto impiego. Per prima cosa, studenti, concentratevi sullo studio e fate sì che, per mezzo di esso, cresca il potere di discernere, E poi, cercate di attuarlo.

Molte volte vi ho detto che esistono cinque tipi di conoscenza, ma gli studenti d'oggi si accontentano di quella libresca. Alcuni, nel superare questo tipo di conoscenza superficiale, non giungono nemmeno a quella generica. La conoscenza che proviene dalla discriminazione, non è oggetto di insegnamento, d'altro canto, è importante avere una conoscenza pratica. Come ottenerla? Se manca una conoscenza specifica, tutta l'istruzione rimane artificiale. I nostri studenti hanno appena ricordato che soltanto il miglioramento degli uomini riuscirà a cambiare il mondo e la società.

Solo quando l'uomo si trasforma, la società può essere trasformata. Il benessere di una nazione dipende soltanto da una società perfetta e dalle buone qualità degli esseri umani che la compongono. A che servono forza ed istruzione, se non ci sono buone qualità? È dunque necessario che gli uomini crescano in virtù.

L'attuale sistema di istruzione dà importanza allo sviluppo del livello di intelligenza ignorando il valore delle virtù. A che vi serviranno la vostra intelligenza e la vostra bravura, se mancano le buone qualità? A che vi servono dieci acri di terra sterile se non vi potete far crescere niente?

Se, invece di avere tre o quattro lauree, ne aveste una sola che fate fruttare nella pratica, sareste a metà dell'opera anche con un piccolo terreno. L'acquisizione nozionistica dei libri non è istruzione. La cosa più importante è impegnarsi per il benessere della società. Dovreste formarvi sul modello di studente adatto al mondo intero. A che servirebbe tutta la vostra cultura, quando fosse lontana da un simile ideale di vita?

C'è chi è grande senza tante lauree. Ci può essere il ricco come il virtuoso. C'è il longevo e chi ha avuto ogni altra cosa dalla vita. Ci sono i Brahmini che insegnano i Veda, con lo studio dei quali si diventa estremamente perspicaci. E alla fine di tutto ciò, vi è lo sciocco che non sa chi veramente egli sia.

Non sarà certo per il grado di istruzione ricevuta che un mediocre lascerà la propria mediocrità. Troppa cultura porta a voler discutere su tutto.

Perché sprecare tempo studiando cose che non hanno senso? Studiate quelle cose che vi conferiscono l'immortalità. Studiate perché vi piacciono le dissertazioni? Più dispute equivalgono a più inimicizie. Discutere non crea amicizia. Lasciate perdere le disquisizioni. Cercate invece di creare una comprensione armonica fra voi con l'amore e la pazienza. Soltanto in questa armonia c'è vera cultura.

Il corpo, strumento divino

Intravedete l'Unità nella Diversità. Solo in questa dimensione la Divinità brillerà fra gli uomini. Essa non è qualcosa di separato dall'uomo. Nella sua stessa sembianza, l'uomo manifesta Divinità, ma, finché egli conserverà questo tipo di coscienza corporea, perderà di vista la sua natura divina. Il corpo fisico si compone di cinque elementi, ma non ha la durata di un diamante. In ogni istante esso va verso la decadenza e manda cattivo odore.

Consideratelo però uno strumento utile. Perché vi è stato dato?

Questo corpo vi è stato dato in dono perché lo usiate a servizio e a soccorso degli altri.

Mettetevi al servizio della società ed allora splenderà in voi il Principio della Divina Essenza. Santificate il vostro corpo, rimuovendo le impurità dalla mente. Dedicate la vita allo Spirito, che è santo e, così, santificate la vita che vi è stata data.

L'uomo non può prescindere dall'azione ed è a causa dell'azione stessa che avete ricevuto un corpo. Ogni azione, dunque, va compiuta per mezzo del corpo. Avrete assolto ai vostri doveri solo dopo aver consacrato il vostro tempo, il vostro corpo e le vostre azioni.

Date un senso alle circostanze, al tempo ed al luogo in cui vi trovate.

Servizio e indipendenza

L'umiltà, per uno studente, è requisito essenziale. Abbiate rispetto per i vostri genitori. Amate-li. Siate servizievoli verso i vostri educatori, verso la società e verso tutti gli altri esseri umani.

Solo con questo senso di unità, avrete purezza e, con questa purezza, avrete Divinità.

Se non c'è Unità, non c'è Purezza. Dove manca l'unione, c'è ostilità. Se verranno osservati i dieci principi di Yama e di Niyama, l'umanità sarà perfetta.

Ma basterebbe osservare almeno queste cinque norme: non far del male, non litigare, avere autocontrollo, non desiderare le cose degli altri e, se serve qualcosa, chiederla a Dio, perché è un diritto. Non implorate alcunché dagli altri esseri umani. Lo studente che avrà capito chiaramente questi insegnamenti potrà contare sulle proprie forze senza dipendere da altri.

Dipendete soltanto dalle vostre azioni. Non siate pigri. La pigrizia è madre di cattive qualità. Siate sempre impegnati in qualche attività. Lavorate!

Lavorate! Lavorate! Sempre.

Dal momento che non si può fare a meno di agire, servitevi dell'azione per conseguire la liberazione. Con questo obiettivo, il vostro cuore sarà pieno di entusiasmo e di ideali.

Routine nelle abitudini sante

Con l'Amore di Dio e per mezzo di sentimenti divini, santificate la vostra vita. Non fatevi mai prendere dalla disperazione e dal disgusto per la vita.

Non crediate che la vita sia solo una routine che vi costringe a fare ogni giorno le stesse cose. Questo è un indice di debolezza.

Se ogni giorno riempiamo lo stesso stomaco, dovremmo per questo esserne disgustati?

Anche quando arrivate in ritardo di mezz'ora, avete lavato la stessa faccia, giorno dopo giorno.

Le cose che udite sono sempre le stesse e, tuttavia, non provate disgusto per questo. Tutte queste cose per voi hanno sempre una nuova freschezza.

Ogni mattina, da 30-40 anni, prendete il caffè. Vi ha forse nauseato? Al contrario, vi sembra sempre gustoso ed invitante.

Quando, però, si tratta di Vedanta o di filosofia, vi annoiate. Non è giusto. Dovreste ascoltare queste cose con sempre maggior piacere, come fossero nuove, perché vanno digerite lentamente e gradualmente. Oggi avete fame, vi sedete a mensa, mangiate qualche focaccia, ma dopo tre ore avete nuovamente appetito e avete bisogno di mangiare ancora.

È così anche della contemplazione del Signore, che dev'essere sempre fresca ed entusiasmante.

Da sempre si cantano canzoni tradizionali. Ci disgustano forse? Certamente, no! Anche se le abbiamo sentite prima, ci piacciono e ci danno sempre una gioia fresca e nuova. Cari studenti, non pensate che i canti sacri siano inutili. La felicità e la beatitudine che vi procurano i Bhajan, nessun'altra cosa ve la può procurare.

Considerate il canto devozionale come cibo vitale. Quanto sarebbe felice la vostra vita, se solo cantaste continuamente i canti sacri! Nei Bhajan sono compresi tutti i nove tipi di devozione, il cui unico scopo è quello di condurvi alla Divinità, dopo essere passati attraverso la contemplazione.

A qualunque studio vi dedichiate, non smettete mai di contemplare il Signore. Ciò conferirà pace al

mondo, mentre, senza contemplazione del Signore il mondo è nell'inquietudine.
Quando cantate i Bhajan, fatelo per il benessere del mondo.

"Loka samasta sukino bavanthu", che il mondo intero sia nella pace, nella prosperità e nella gioia.
Soltanto allora i nostri sentimenti ne verranno santificati.

Cari studenti, siate liberi dai cattivi pensieri, dai cattivi sentimenti e dalle cattive azioni. Sono queste le cose che rovinano e deteriorano la vostra umanità. Tutti i vostri studi, senza valori umani, non saranno che una perdita di tempo.

Vi ho già detto che la dichiarazione "Io sono un uomo" è una mezza verità.

L'altra metà consiste nel dire: "Io non sono un animale" e ripeterlo incessantemente: io sono uomo, non animale! Io sono uomo, non animale! Io sono uomo, non animale...

Ma poi, non basta ripeterlo a parole: quando dite "io sono uomo, non animale", non comportatevi da animali. Se vi ritenete uomini, comportatevi di conseguenza, non lasciando spazio a pensieri, parole ed azioni cattivi.

Se volete raggiungere il Divino nella santità, fate spazio a Dio nel vostro cuore.

(A conclusione del discorso, Swami intonò "Sai bhajana bina")

Prashanti Nilayam 3 Settembre 1989
Versione integrale

da Mother Sai n.1/90