

07 - luglio 2001

Pensieri del giorno di Sri Sathya Sai Baba

LUGLIO 2001

1.07.2001 I nemici provano piacere ad insultarti, ma nei Purana viene detto che, in conseguenza di questo, i demeriti accumulati sul tuo conto e per i quali avresti dovuto soffrire, diminuiranno e saranno cancellati. Percià, tanto più diretta e disgustosa sarà l'offesa, tanto più rapide e migliori brilleranno le tue prospettive future. Il nemico assorbe i tuoi peccati ed i loro effetti. Baba

2/07/2001 L'età tra i 16 ed i 30 anni è uno stadio cruciale, un momento in cui l'uomo ottiene il meglio e lavora sodo per il conseguimento del successo. Se sciupate questo periodo di vita non potrete riaverlo nuovamente, perciò in questo periodo della vostra vita non deviate dalla giusta via ma procedete sulle orme di Dio e della Divinità. Baba

3/07/2001 La vita matrimoniale ed essere un capo-famiglia (Grihastha), non ti chiude la strada alla realizzazione. Considera tua moglie ed i tuoi figli come se tu li avessi in custodia e servili come un compito sacro e con questo spirito. Prepara te stesso al celibato ed alla disciplina spirituale dall'età di cinquant'anni. Baba

4/07/2001 Se stabilisci Dio nel tuo cuore, chi potrà condurti alla distruzione? " Il mio affetto, il mio amore verso ciascuno di voi, è uguale a quello di mille madri." Quando scopri che tu stesso sei Dio, allora avrai la saggezza che spazzerà via ogni cosa, ed alla fine resterà solo Dio. Baba

5/07/2001 Il Pranava (il primordiale suono dell'Aum) è l'arco, l'Atma (l'anima) è la freccia, il Parabrahman (la suprema Essenza della Divinità) è l'obiettivo. Il Sadhaka (l'aspirante spirituale) non deve essere influenzato dalle cose che agitano la mente, esattamente come l'arciere nella sua pratica con l'arco. L'arcere punta la sua attenzione solamente sull'obiettivo, quindi si sente pervaso dall'obiettivo stesso ed infine diviene la cosa sulla quale ha meditato. Le Upanishad lodano il Pranava in vari modi, quindi, il Pranava che libera l'uomo, può essere recitato e meditato da tutti. Tutti possono praticare il Pranava Upasana (il Canto Dell'Aum) non dovete avere alcun dubbio su questo. Baba

6/07/2001 Qualsiasi cosa l'uomo possa anche non affrontare nella vita, è comunque certo di dover affrontare la morte. Perciò, in quel momento, ognuno dovrebbe essere preparato ad avere i giusti pensieri e la giusta attitudine che siano i più vantaggiosi per lui, altrimenti la sua vita potrebbe risultare un fallimento ed uno spreco. Colui che non è pronto a questa conclusione, dovrà soffrire le conseguenze del destino che lo porteranno alla rovina. Nessuno entra in un campo di battaglia per subire la morte, come nessuno volontariamente accetta la rovina; egli cercherà solamente il miglioramento. Peranto non sarebbe molto più saggio lottare per avere una fine che sia nel vostro miglior interesse? Peranto ogni uomo deve fare coscienziosamente i passi che gli assicurano il pensiero del Pranava (la sacra sillaba OM) nell'ultimo istante della sua vita. Krishna afferma: "Chiunque muore con questo pensiero Mi raggiunge." Baba

7/07/2001 Ognuno deve esercitare la vitalità (Pourusha), poiché senza di essa la vita è impossibile. La vita è lotta, sforzo e conseguimento. Dio ha creato l'uomo affinché egli possa brandire questa dote naturale della vitalità (Pourusha) e raggiungere la vittoria. Il Suo scopo non è quello di fare dell'uomo un consumatore di cibo, un peso sulla terra, un animale schiavo dei suoi sensi. Il Suo obiettivo non è quello di creare un'orda di oziosi e di fannulloni che si spaventano di fronte al lavoro duro e che accumulano grasso fino a deformarsi. Egli non ha creato l'uomo con l'idea che, mentre vive, egli possa ignorare il suo Creatore e negare l'Anima (Atma), vagando come un animale,

permettendo all'intelligenza ed alla discriminazione di andare perdute e andando in giro senza un grammo di gratitudine al Donatore di ogni bene di cui egli fa uso e gode! Baba

8/07/2001 Dovresti sempre fare attenzione ai tuoi desideri ed ai tuoi attaccamenti. Quando senti sorgere in te un sentimento di odio, non reagire immediatamente, prenditi un po' di tempo per raffreddare la tua rabbia. Chi si arrabbia non potrà mai avere successo ed avrà sempre problemi. Commetterà molti errori e sarà oggetto di biasimo, perderà proprietà e rispetto e la sua vita sarà un fallimento totale. Tra tutti i vizi, la rabbia è il peggiore, perciò controllare la rabbia significa assicurarsi i propri ideali ed una vita piena di gioia. Baba

9.07.2001 Il Manthra (formula sacra*), ed il Japa (recitazione del Nome di Dio*), sono essenziali per tutti i tipi di persone. Cos'è il Manthra? 'Ma' significa 'manana' (riflessione*) e 'thra' significa 'cio' che redime', quindi 'Manthra' significa 'Cio' che ti salva se tu mediti su di esso'. Il Manthra ti salva dall'essere coinvolto nelle spire di questa esistenza mortale che è infestata da dolore, sofferenza e morte. Tra tutti i Manthra, il Pranava (la sacra sillaba OM*) è il più elevato ed il migliore, la testa e la corona di ognuno di loro. Baba

10/07/2001 Quando esci dal cinema considera come ti senti, sei più pacifico, più eroico, più nobile e puro nei sentimenti di quando vi sei entrato? No, hai risvegliato le tue passioni e con i tuoi bassi istinti animali soddisci e nutri la tua natura inferiore. Nient'altro ti può dare una ricompensa tanto ricca, quanto il silenzio, la preghiera e la comunione con il Maestro. Baba

11.07.2001 La Gita non parla di questo o quel gruppo, Krishna dichiara che chiunque, senza qualifiche che limitano alla classe o al sesso, può praticare il Pranava (la sacra sillaba Om). Krishna non ha detto nemmeno che lo può praticare chi lo 'merita o non lo merita' chi 'è autorizzato o non lo è'. Egli ha affermato soltanto che per la meditazione sul Pranava, sono importanti alcune discipline preliminari, come il controllo dei sensi, la concentrazione della mente ecc.; il solo richiamarlo alla memoria non è di alcuna utilità'. Baba

12/07/2001 Dio è più sottile e rarefatto di qualsiasi altra cosa e riempie le più piccole fessure con la Sua grandezza. Dovete superare l'adorazione per gli idoli, le immagini e le figure, essi sono solamente materiale da gioco per bambini, in una scuola spirituale cercate di comprendere la divina energia che non è gravata di nomi o di forme. Innalzatevi a più grandi altezze del puro attributo di Colui che trascende ogni cosa. Baba

13/07/2001 Ogni piccola cosa che accade è il risultato di un suono, anche se voi non siete in grado di udirlo. La gamma di frequenza del vostro orecchio è limitata, e, per questo, non potete udire il chiudersi della palpebra sull'occhio che produce comunque un suono, oppure la rugiada che cade sul petalo di un fiore. Il suono causato dal primo movimento che ha avvolto Brahman (* l'Assoluto) nella Maya (* Illusione) che si è auto sprigionata, si chiama Pranava -Sabda ossia OM (*suono primordiale). Le Gayatri sono una elaborazione del Pranava per questo ora sono ritenute di grande valore e considerate con venerazione. L'iniziazione alla vita divina si raggiunge meditando su di esse. Baba

14/07/2001 Considerate tutti come figli di Dio, vostri fratelli e sorelle. Sviluppate la qualità dell'amore, cercate sempre il benessere dell'umanità. Amate e, in cambio, sarete amati. L'odio non sarà mai il vostro pane se promuovete l'amore e se considerate tutti con amore. Questa è la lezione che lo insegno sempre ed è anche il Mio segreto: se volete avere il Mio amore, coltivate l'amore. Rinunciate all'odio, all'invidia, alla rabbia, alla critica ed alla falsità. Io non vi chiedo di essere degli studiosi o degli asceti reclusi esperti nel Japa (* recitazione del Nome) e in dhyana (* meditazione). Tutto ciò che lo esamino è solo il vostro cuore pieno d'amore. Baba

15/07/2001 La costante ripetizione della OM e un'intensa meditazione sul suo significato, sono

raccomandate agli aspiranti spirituali che cercano la conoscenza del Divino immanente. Shanti significa pace e la pace viene invocata tre volte: per sostenere l'organismo fisico, (adhibhautika), il mentale (adhidaivika) e lo spirituale (adhyatmika). La pace deve essere raggiunta in tutti e tre questi campi. Baba

16/07/2001 Con dhyana (la meditazione) voi siete immersi nell'universalità e nell'onnipotenza di Dio. Non fa parte della vostra esperienza quotidiana sperimentare che una piu' grande preoccupazione soffoca quella piu' piccola e ve la fa dimenticare? Quando colmate la vostra mente dell'idea di Dio e lo desiderate intensamente, struggendovi per Lui, tutti i desideri minori, tutte le delusioni e perfino le conquiste perderanno il loro significato. Voi dimenticherete ogni cosa, poiche' tutto sara' immerso in questa corrente divina e molto presto nell'oceano della beatitudine. Baba

17/07/2001 Non adoperare tutta la tua energia desiderando ardentemente cio' che e' relativo al corpo, poiche' esso invecchia ogni minuto e si muove rapidamente verso la tomba. La vita e' una fiera di tre giorni, e' come un fiore che sfiorisce appena si fa sera. La vecchiaia arriva presto, quel momento in cui il fascino fisico e' perduto e quando dovrete dipendere da altri per qualsiasi vostra necessita'. Quindi preparatevi alla morte, siate pronti per affrontarla con tranquillita', gioiosamente, con la pacifica rassegnazione alla volonta' del Signore. Ma questo non potete averlo in un batter d'occhio, quando lo desiderate, e' il risultato di lunghi anni di pratica. Vedete la mano di Dio in tutto quello che accade ed allora non gioirete ne' proverete dolore, allora la vostra vita sara' una continua puja (*offerta) o dhyana (*meditazione). Baba

18.07.2001 Le Yoga Sastra (* Sacre Scritture Yoga) dichiarano che alcune asanas (* posizioni) devono essere utilizzate per poter rimuovere le agitazioni mentali sempre piu' grandi e per purificare la mente, ma anche per avere una fede stabile, per affermare Jnana (* la Conoscenza) e per far sorgere la Kundalini Shakthi (*energia serpentina) latente nell'uomo. Baba

19.07.2001 Jnana Yoga (*lo Yoga della Conoscenza) e' il piu' fruttifero fra tutti i Sadhanas (*disciplina spirituale). Tutte le Sastra (*Sacre Scritture) trovano la loro realizzazione solamente in Jnana. Dhyanam (* meditazione) e' solamente la contemplazione di Jnana Swarupa (* Incarnazione della saggezza), che à la vera natura di ciascuno. Tutto e' in te e tu sei nel tutto. Devi fissare questa convinzione nella tua coscienza attraverso l'analisi, la discriminazione e l'esplorazione intellettuale. Devi separare ed allontanare dalla tua coscienza le impressioni dei sensi, la mente, l'intelligenza ecc. Questi non hanno nulla a che fare con Atma (*Anima) che e' la tua vera realta'. L'anima non e' intaccata da alcun oggetto o soggetto. Anche se i sensi, la mente, l'intelligenza ecc. fossero completamente inattivi, questo non influenza l'Atma! Il segreto di Jnana e' arrivare a conoscere l'Atma come un'entita' inalterabile ed indipendente. Baba

20/07/2001 Dhyana (* La meditazione) rappresenta la Sadhana (* disciplina spirituale), o la pratica attraverso la quale il sadhaka (*aspirante spirituale) medita su Dio , per suo mezzo si unifica il meditante, il processo del meditare e la meditazione stessa. La combinazione e l'unita' di questi tre e' Dhyana (Meditazione). Baba

21/07/2001 Liberati dal desiderio del godimento dei sensi, perchè à come il piacere che si prova nel grattarsi un eczema che prude, peggiora solo le cose. Non puoi curarti cedendo alla tentazione di grattare la ferita, piu' lo fai e piu' sei tentato di continuare, finche' prende a sanguinare. Pertanto, desisti da questa vana ricerca e concentrati invece sulle cose spirituali, o per lo meno, vivi nel mondo sempre consapevole del fatto che esso e' una palude, una trappola, una rete, nella quale gli attaccamenti ed i desideri ti fanno precipitare. Baba

22/07/2001 Odio e rabbia posso essere adoperati contro il male che insegue furtivamente il sadhaka (*aspirante spirituale); arrabbiati contro le cose che ti ostacolano, odia le abitudini che ti

abbrutiscono. Coltiva Jnana (la Saggezza) e visualizza il Signore nelle cose e nelle attività'. Questo rende la vita meritevole. Non cercare colpe negli altri, poiché gli altri sono la manifestazione del Signore che tu stai cercando di realizzare. E' solamente la tua stessa colpa che vedi negli altri. Baba

23/07/2001 L'uomo acquista la dolcezza di Jnana (saggezza) frequentando buone compagnie (Satsang), oppure restando solo, per esempio in meditazione, (Dhyana), in qualche luogo solitario. In ogni caso, la dolcezza che proviene dalla saggezza non può essere ottenuta dall'esterno, deve crescere dentro. Avviene attraverso la trasformazione della propria natura interiore, e si conquista lottando contro i nemici interni. Baba

24/07/2001 Se affermi di non aver tempo per Japam (il Canto del Nome) e per Dhyanam (meditazione), ti dirà che non è altro che la pigrizia che ti fa dire questo. Come può, qualsiasi dovere minore, reclamare il tempo che è il compito legittimo per il quale l'uomo è nato? Alzati ogni giorno come se risorgessi dalla morte. Di' a te stesso: " Adesso sono rinato, fa' che io parli dolcemente, con parole gentili, che mi comporti tranquillamente e che sia di consolazione a tutti, che possa compiere delle azioni che rendano tutti felici, che abbia degli ideali vantaggiosi per tutti. Fa' che questo giorno sia utile per compiere il Tuo Servizio." Prega in questo modo seduto sul letto, prima di iniziare i programmi della tua giornata. Ricorda questa promessa tutto il giorno e quando vai a dormire la notte, siediti ed esamina rapidamente tutte le esperienze del giorno passato. Osserva se hai causato dolore o offesa a chiunque con parole o azioni. E poi prega: " Ora muoio e ricado nel Tuo grembo. Perdonami ogni errore e prendimi sotto il Tuo amorevole riparo. Dopotutto il sonno è una piccola morte e la morte è un lungo sonno." Baba

25.07.2001 Abituati a svegliarti quando incomincia il 'Brahma-muhrtham' (ore propizie) che iniziano alle 3.00 a.m. Per i primi tempi puoi aver bisogno di una sveglia, ma ben presto sarà lo stesso impulso verso la meditazione (Dhyana) che ti sveglierà. Non fare il bagno prima di sedere in meditazione, poiché il rito del bagno risveglierà i tuoi sensi e quindi saresti spinto in direzioni troppo diverse perché la meditazione possa aver successo. Regolarità, sincerità e stabilità, queste sono le condizioni che ti ricompenseranno con il successo. Baba

26.07.2001 La regolarità è un fattore importante nella meditazione o nella pratica yogica. Attenti alla stessa ora ogni giorno. Se per qualche ragione, non puoi portare avanti il tuo programma, perché, ad esempio, stai viaggiando in treno, ricorda alla stessa ora Prashanti Nilayam, riporta alla memoria la sensazione che provi durante Dhyana (la meditazione) e riempi la tua santità. Questo ti darà la stessa gioia che ti deriva dalla vera meditazione fatta a Prashanti Nilayam. Baba

27.07.2001 Lo Yoga è 'Chiththa Vrihthi Nirodha', ossia l'eliminazione di tutte le agitazioni dal lago della propria coscienza interiore. Niente dovrebbe provocare un'onda emotiva o di passione sulla calma superficie o nella quiete profondità della propria consapevolezza. Questo stato di equanimità è la caratteristica di Jnana (saggezza). Sadhana (lo sforzo spirituale) è la medicina e Vichara (la ricerca) è la dieta che curerà l'uomo da tutti i suoi capricci e dalle sue agitazioni. Baba

28.07.2001 Meditate sulla Verità e scoprirete di non essere altro che una bolla scintillante sull'acqua: nata dall'acqua, che vive per un breve istante sulla sua superficie e che muore nel suo seno fondendosi in essa. Voi dovete la vostra nascita a Dio, continuate ad esistere in Dio e vi fondete in Dio. Qualsiasi cosa deve raggiungere questa conclusione, anche tutte le cose inanimate. Perciò fate ora il primo passo, purificate il cuore, acuite l'intelletto o, per lo meno, incominciate a recitare il Nome del Signore. Questo, a tempo debito, vi darà tutto l'appoggio di cui avete bisogno. Baba

29.07.2001 Ogni singolo atto deve essere svolto considerandolo sempre alla luce della saggezza (Jnana), che è il suo sottofondo. Questa consapevolezza dell'Anima (Atma), vi guiderà sia nelle vostre attività esteriori (pravritti marga) che nel sentiero interiore (nivritti marga). Essa non fermerà alcuna

azione ma la riempira' invece di proposito e di significato; costruira' fede e vita morale e condurra' l'uomo nel regno della liberazione lungo la strada di Nishkama Karma ,ossia, della rinuncia ai frutti dell'azione, ma non dell'azione stessa. Baba

30.07.2001 Il desiderio intenso dei piaceri oggettivi, che e' basato su un valore irreali correlato alla Natura (Prakriti), deve essere rimosso con la meditazione (Dhyanam) e con la penitenza (Thapas). Quando il desiderio si perde, l'individuo diviene come la noce di cocco secca all'interno del suo guscio, la quale non e' piu' attaccata ne' al guscio ne' alla fibra che lo ricopre, non germoglierà piu' e resterà per sempre inalterata. L'individuo non avrà piu' nascita ne' morte conseguente ,il che significa che si e' liberato. Divenire come la noce secca all'interno del guscio e' lo stadio chiamato 'Jivan-mukthi', ossia la liberazione raggiunta mentre si e' ancora in vita. Baba

31.07.2001 Il nostro pianeta, la terra, e' circondato da una energia negativa di pensieri malvagi. Noi possiamo annullare questi effetti radiando pensieri positivi di amore e di speranza. I pensieri malvagi sono la causa delle malattie. Cio' che si sente viene impresso, come una copia carbone attraverso l'aria, nel cuore. Indulgendo nelle abitudini negative, si fa del male a se stessi. Baba

From:

<http://www.mothersaipublications.it/saiwiki/> - **SathyaSaiWiki - Italia**

Permanent link:

<http://www.mothersaipublications.it/saiwiki/doku.php?id=pensieri:2001:200107>

Last update: **2016/02/23 15:44**

