

19611010 - 10 ottobre

Discorso Divino di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba

I limiti ed il progresso

[1] Jonnalagadda Satyanārāyanamūrti vi ha emozionato così tanto perché ha parlato sommessamente e con dolcezza nel suo stile incantevole. Egli è tornato dalla Russia, dove c'è molta agitazione, per arrivare in questo posto di quiete, questa dimora di pace suprema. La sessione di oggi riguarda le malattie fisiche e la loro cura e prevenzione, e quindi anch'lo devo limitare le Mie osservazioni a questo argomento. L'uomo è soggetto a due tipi di problemi: quelli fisici, che sono determinati da uno squilibrio fra i tre fluidi organici, Vāta, Pitta e Sleshma (vento, bile e muco), e quelli spirituali, che sono causati da uno squilibrio dei tre guna¹ di sattva, rajas e tamas. Satyanārāyanamūrti ci ha narrato esempi penosi di sofferenza causata dall'aver fatto ricorso a medici negligenti ed ignoranti. Concordo sull'opportunità di regolare il proprio modo di vivere così intelligentemente da non aver bisogno di alcun medico. La malattia è determinata dall'aver ignorato alcune semplici regole inerenti ad un'alimentazione sana, al bere ed al danno causato all'organismo da abitudini perniciose e stupidi desideri. L'uomo si rovina con l'avidità e la lussuria, con le preoccupazioni e la paura, diventando una facile preda della sua insaziabile sete di una vita felice. Egli non conosce la sorgente di gioia nascosta in lui e pensa, invece, di poterne cogliere in abbondanza ed in breve tempo rincorrendo il miraggio della moda o dei capricci, dell'esaltazione o dei divertimenti. Pensa che galleggiare sull'impetuoso fiume del mondo gli sia d'aiuto, invece gli procurerà solo nausea ed un insostenibile sballottamento. La gioia è un sentimento soggettivo e non è connaturata al mondo oggettivo. Voi siete il testimone, separato dalla scena; siete colui che vede e non ciò che viene visto.

[2] Lo schermo è Satya (Verità) e le immagini che scorrono su di esso sono mithyā (irreali). Mentre guardate un film, non vedete lo schermo per quello che è, anzi dimenticate la sua esistenza e pensate che ci sia solo l'immagine e null'altro a farle da base; ma lo schermo è sempre lì, ed è proprio quello che vi permette di fare esperienza, di vedere l'immagine. Nārāyana, il Divino, è lo schermo ed il mondo oggettivo è il film; quando il film viene proiettato, lo schermo è la base ed il mondo fenomenico diventa Nārāyanamayam, ossia la Divinità stessa che tutto pervade. Lo schermo è Satya e la storia è il samsāram², poiché possiede solo un po' di sām (realtà). Surdas, il cantore cieco, quando cantava aveva come suo appassionato ascoltatore Krishna stesso, che sedeva di fronte a lui nei panni di un giovane pastore che canticchiava con piacere. Sebbene cantasse che tutti gli esseri sono la Sua Forma, Surdas pensava che quello fosse un pastore dei villaggi vicini. Un giorno Krishna gli rivelò d'essere l'eroe del suo cuore, gli toccò gli occhi con le dita e Surdas poté vederlo! Dalle labbra di Krishna, Surdas poté udire la medesima melodia di flauto che sentiva ogni volta che incominciava a meditare sul Signore; egli aveva sempre cercato di trasformare quella musica in versi. Dopo quella visione, Surdas affermò che non desiderava vedere null'altro con la vista che gli era stata donata; disse che gli occhi interiori erano sufficienti. La visione interiore purificata conferisce una gioia permanente e, di conseguenza, una salute sicura.

[3] I Veda e gli Shāstra prescrivono metodi adeguati per purificare lo strumento interiore (mente, coscienza, ego ed intelletto). Alcuni abbandonano questi testi sacri poiché ritengono che siano delle catene messe ai pensieri ed alle azioni; essi invece sono degli 'argini' che mantengono il flusso delle emozioni, dei sentimenti e degli istinti entro canali sicuri. Parlando ora dell'argomento specifico inerente alle malattie fisiche, vi devo dire di usare moderazione nel mangiare, bere, dormire e nell'esercizio fisico. Cibo sano assunto ad intervalli regolari: questa è la ricetta. Il cibo sattvico (puro) promuove l'autocontrollo e l'intelligenza più di quello rajasico (che promuove la passionalità) e tamasico (cibo impuro). Per gli aspiranti spirituali, quindi, il cibo sattvico è essenziale. C'era una volta,

in una prigione di questo Stato, un'anima molto pura devota agli ideali spirituali che praticava con gran cura una disciplina ed aveva fatto enormi progressi nella meditazione e nella concentrazione. Un giorno però, sedutosi per meditare, avvertì in sé violente emozioni e restò turbato nel constatare che, nonostante uno sforzo tremendo, non riusciva a reprimere quei pensieri d'odio e di morte che avevano preso possesso della sua mente. L'uomo era scosso da quel tormento ed anche il suo guru rimase turbato dalla svolta degli eventi. Il guru allora incominciò ad indagare a fondo sulla storia del suo discepolo ma non riuscì a trovare alcuna ragione valida per quella tragedia. Alla fine scoprì che il giorno precedente, un certo fanatico omicida aveva lavorato come cuoco nella cucina della prigione, ed i suoi pensieri di violenza omicida erano penetrati nel cibo da lui preparato e poi mangiato dal suo discepolo. Esistono sottili ed invisibili forme-pensiero che possono trasferirsi da una persona all'altra attraverso simili vie. Si deve fare molta attenzione al cibo, soprattutto quando si stia procedendo verso Dio attraverso lo scosceso sentiero dello yoga.

[4] Anche il sonno deve essere regolato e moderato; esso è importante come il cibo ed il lavoro. Ricordate inoltre che la funzione dei vestiti è, in primo luogo, di proteggere dal freddo e dal caldo e non di essere esibiti vanitosamente anche a costo della salute. Una condotta virtuosa assicura anche la pace mentale, che a sua volta vi salva da molte malattie fisiche e mentali. Se oltrepassate il limite, non otterrete il progresso spirituale. Soprattutto, compite ogni azione come un'offerta a Dio, senza esaltarvi per il successo o deprimervi per il fallimento; questo vi conferirà la stabilità e l'equanimità necessarie per veleggiare sulle acque dell'oceano della vita. È la mente che rende il corpo forte e radioso o lo riduce a pelle ed ossa; se un essere umano vuole essere forte, deve avere una mente forte. Vivete sempre come servitori del Signore che dimora in voi, in questo modo non sarete tentati dal peccato e non cadrete nel male. Abituatevi a vivere nella luce di Dio; tale abitudine riabilita chi è caduto. Fate vostra l'attitudine di cercare rifugio ai Piedi del Signore, altrimenti il vostro destino sarà analogo a quello di un dardo scagliato. Questa è la ragione per cui Krishna disse: "Fissa la tua mente su di Me." Nonostante sappiate guidare bene la vostra bella automobile, ogni giorno affidate senza timori quella macchina, voi stessi e la vostra famiglia all'abilità ed alla presenza di spirito del vostro autista. Quando però vi consigliano di affidare i vostri affari al Signore, il potere dell'illusione (Māyāshakti) vi fa esitare e rifiutare! Il potere dell'illusione rifiuta d'arrendersi al Potere Divino. Cosa si può dire di tale assurda presunzione! Se cercherete rifugio ai Piedi di Dio sarete sempre molto soddisfatti, felici e sani. Allora questo ospedale potrebbe chiudere i battenti per mancanza di malati ed essere utilizzato per accogliere ed ospitare i devoti!

[5] Tutto ciò che mangiate, vedete, ascoltate e tutto quello che assorbite attraverso i sensi lascia un segno sulla vostra salute. Ci sono tre generi di reazioni che di solito si ha dal mondo esteriore, e tre tipi di uomini in cui l'una o l'altra predomina. Il primo tipo è come il cotone che s'imbeve di qualsiasi sostanza in cui venga immerso. Il secondo è come la pietra, che si sottrae a qualsiasi influenza, mentre il terzo è paragonabile al burro che è trasformato da quello con cui viene a contatto, persino da un po' di calore. Gli uomini teneri come il burro sono animati da un'immediata compassione per la sofferenza o la gioia del loro prossimo. Non preoccupatevi costantemente, come fanno certi malati mentali, di questo o quel lieve disturbo. Abbiate coraggio che è il tonico più efficace, e non arrendetevi prima del dovuto. Non è una lunga vita che conta; se vivrete molto a lungo potrebbe arrivare il giorno in cui dovrete pregare il Signore che vi venga a prendere, che vi liberi dalla fatica. Potreste addirittura incominciare ad accusarlo di ignorarvi e di benedire con la morte altri più fortunati! Preoccupatevi invece del successo o del fallimento nel raggiungere lo scopo autentico della vita. Così facendo otterrete tutti gli anni necessari per esaudire quel desiderio. Dovete struggervi ed agognare, ed il successo sarà vostro. Ricordate: tutti voi vincerete sicuramente; ecco perché siete stati chiamati ed avete risposto alla chiamata per venire da Me. Quale altro compito ho se non quello di conferire la Grazia? Con il vedermi, con il contatto e la conversazione con Me, voi condividete quella Grazia. Quando 'quello' si scioglie e 'questo' si scioglie, ecco che i due si possono unire. Non trattatemi come uno distante, consideratemi invece molto vicino a voi. Insistete, domandate e

pretendete la Grazia da Me; non tessete troppe lodi o elogi e non siate servili. Portatemi i vostri cuori e conquistate il Mio. Nessuno fra voi è un estraneo per Me. Portatemi le vostre promesse ed Io vi darò la Mia promessa. Prima, però, accertatevi che la vostra promessa sia genuina, sincera e che il vostro cuore sia puro; questo è sufficiente.

Prashānti Nilayam, Ospedale Sathya Sai, 10.10.1961

1)

1)

da DISCORSI 1961 1962 (Sathya Sai Speaks-Vol.II) ed.Mother Sai Publications

From:

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

Permanent link:

<https://www.mothersaipublications.it/saiwiki/doku.php?id=discorsi:1961:19611010>

Last update: **2016/02/23 15:18**

