

01 - Gennaio 2003

## **Pensieri del giorno di Sri Sathya Sai Baba**

### **GENNAIO 2003**

1.1.03 Soltanto una fede inamovibile può farvi guadagnare la vittoria. Non potete cambiare la vostra devozione come e quando vi pare. Tenete duro fino a quando raggiungerete la realizzazione. La fede può fare meraviglie e può costringere il Signore a manifestarsi e a darvi ciò che voi credete che Egli vi darà. Potete stimolare la crescita della fede, frequentando i santi, leggendo le storie e le esperienze delle loro vite e facendo delle esperienze voi stessi. Baba

2.1.03 Un individuo che ha fede in Dio deve dimostrarla. Se credete in Dio, ma ignorate ciò che dice e comanda, contraddite voi stessi. La fede non è un'aureola da indossare fuori casa, per mostrarla agli altri. E una volta che siete convinti, non tentennate, non dubitate,. cercate di capire e soddisfare voi stessi. Dopodiché, non lasciatevi fuorviare. Quando il sole risplende sopra la vostra testa non ci sono ombre; allo stesso modo, quando la vostra fede è ferma e stabile dentro la vostra testa, essa non provocherà ombre di dubbio. La fede in Dio è il fondamento sicuro su cui costruire la speranza. La certezza che Dio verrà sempre a salvarvi dev'essere viva e vitale, e deve motivare ed attivare tutto ciò che fate, dite o pensate. Baba

3.1.03 Confidate nel Signore interiore e scoprite l'inesauribile dose di coraggio che si trova in ogni cuore. La vittoria finale è per coloro che hanno fede nell'invincibile Atma, che è la loro stessa Realtà. Chiunque abbia entusiasmo, fermezza e determinazione nel raggiungere la meta, ci riuscirà certamente. Coltivate la fiducia nel successo finale. Non disperatevi e non dubitate mai: questo è il consiglio che lo do a tutti. Baba

4.1.03 Senza fiducia in se stessi non si può acquisire niente. Se avete fiducia nella vostra forza e nelle vostre capacità, potete far ricorso alle fonti interiori del coraggio ed innalzarvi ad un livello superiore di gioia e di pace. La fiducia in voi stessi cresce attraverso l'Atma, che è la vostra Realtà interiore. L'Atma è pace, è gioia, è forza, è saggezza: ecco perché è dall'Atma (anima) che voi traete questi rifornimenti per il progresso spirituale. La prima cosa che dovete fare è stimolare lo sviluppo della fiducia in se stesse nelle persone che non hanno fiducia nel proprio Sé e che cominciano a vagare senza meta e a vacillare, seguendo vari e diversi percorsi. Baba

5.1.03 Non rinnegate la validità delle vostre stesse esperienze. Basatevi sulla vostra forza, rimanete impassibili, sia che vi adulino o che vi denigrino. Io vado avanti marciando da solo, imperterrito e soltanto per mia iniziativa. Io sono guida e testimone di Me Stesso, potete credere fermamente in questo. La fiducia in se stessi è anche la base della fede in Dio. È la gente che non conosce se stessa e che non ha fiducia nelle proprie forze e nella propria energia, che dice che Dio non esiste. Ma come possono affermare che non esiste il Dio in cui voi credete, se per voi esiste? Baba

6.1.03 Tutti hanno diritto alla Grazia, ma quelli come Ramakrishna, che hanno fiducia in Sé Stessi, la guadagnano presto ed in modo completo. Dio ama coloro che hanno fiducia in Se Stessi, che hanno il coraggio della proprie convinzioni, e che afferrano ogni opportunità per migliorare il proprio stato spirituale. Il vostro Sé è Dio. Voi avete fiducia nel vostro giudizio, nella vostra intelligenza e nelle vostre capacità perché Dio, dall'interno di voi stessi, vi dice di non vacillare e di non avere paura. Questa assicurazione proviene dalla vostra interiorità, dalla vostra Verità Fondamentale, che viene altrimenti chiamata 'Dio'. Non importa se voi non la chiamate Dio, è sufficiente che crediate in Voi Stessi. Questo è il vero esame del teismo. Baba

7.1.03 Per purificare voi stessi dovete controllare la vostra visione, la vostra lingua ed i vostri sensi. Come preludio a qualche vostro comportamento sbagliato o meschino, dovete aver compiuto necessariamente un'azione iniziale, in cui i vostri occhi devono aver visto qualcosa di sbagliato, o avete avuto un'esperienza che ha fatto vagare la vostra mente e vi ha fatto eccitare: è questo è il modo in cui, nel corso della vita, si diventa matti. Se voi, la gioventù d'oggi, riuscite a far sì che la vostra visione, il vostro udito e le vostre parole non diventino impuri, potrete ottenere la purezza di mente e di pensiero. Baba

8.1.03 Oggi sappiamo che c'è un mondo materiale nel quale si trova ogni sorta di attrazioni materiali. Noi pensiamo che è a causa della loro esistenza che stiamo godendo del piacere e della felicità, ma non è così. Fino a quando questi desideri e queste attrazioni materiali non raggiungono i vostri occhi e le vostre orecchie, coinvolgendovi, essi in fondo non vi possono influenzare. La fede è una pianta a lenta crescita, le cui radici affondano profondamente nel cuore. Il silenzio è la migliore Sadhana per custodire la fede. Baba

9.1.03 Solo una fede ferma può farvi guadagnare la vittoria. Non potete cambiare [l'oggetto della vostra] devozione come e quando vi pare. Tenete duro fino a quando raggiungerete la realizzazione. La prima cosa che dovete fare è sviluppare la fiducia in Voi Stessi. Chi non ha fiducia nel proprio Sé comincia ad andare alla ventura, a vacillare, a seguire più di un sentiero. Baba

10.1.03 Chiunque abbia entusiasmo, fermezza e determinazione nel perseguire la meta, la raggiungerà certamente. Coltivate la fede nel successo finale; non disperate mai, non cadete, non dubitate: questo è il consiglio che lo do a tutti. La fede è assolutamente essenziale per il pellegrino sul sentiero spirituale. Nell'intervallo brevissimo che intercorre fra la nascita e la morte, l'uomo è preso dalle preoccupazioni transitorie e futili, e commette l'errore di riporre la sua fiducia in esse, piuttosto che in esperienze e realtà più vere e durature. Egli non si aggrappa alla discriminazione ed alle realtà più profonde e viene sviato da qualsiasi folata di dubbio o insoddisfazione. Baba

11.1.03 Io vengo solo dove la sincerità, la fede e la resa vengono apprezzate. Perciò, trascorrete nelle vostre case ore silenti, meditando e ripetendo il Nome del Signore, e rendete la vostra fede più profonda. Quando la vita scorre felicemente, se ne attribuisce la causa ai propri sforzi personali e si dimentica Dio, ma quando il fallimento interrompe questo 'dolce fluire', si comincia ad imprecare e si perde la fede. Proprio come dovete sbattere il latte per ricavarne il burro, dovete innescare specifici processi di pensiero e di azione per estrarre l'essenza della fede. Baba

12.1.03 Quando qualcuno muore a casa del vostro vicino, lo consolate dicendogli che non serve a nulla piangere sulle perdite di questo mondo, e che il pianto non riporterà indietro chi è morto. Ma se muore qualcuno a casa vostra, voi vi disperate esattamente come il vostro vicino, e sarà lui a dover ripetere gli stessi argomenti per consolarvi. Questo accade perché non avete fede nell'Atma e perché non avete il Nome di Dio sulla lingua. La fede in Voi Stessi e la fede in Dio sono la stessa ed identica cosa. Voi fate ricorso alla forza di Dio che avete dentro, quando vi confrontate con un nemico all'esterno di voi. La fede è alla base dell'esperienza della Beatitudine. La fede è il nostro respiro vitale. Dovete dare il benvenuto alla sofferenza ed alla gioia, ed a qualsiasi cosa il Signore vi riservi, con la stessa calma. Baba

13.1.03 Negli ospedali i medici si concentrano sulle malattie, non sul saldo in banca; le malattie sono la cosa importante. Allo stesso modo, anche coloro che soffrono dei mali del mondo (Bhavaroga) hanno diritto alle cure ed alla considerazione del Medico Divino, che prescriverà loro le medicine ed il regime da seguire. Se avete una ricaduta di dubbio, prendete la medicina più spesso: state in compagnia delle persone pie, perché coloro che hanno un'inclinazione spirituale fanno tornare in sé il dubbioso. Quando il dubbio entra dalla porta principale la fede esce da quella di servizio! Il dubbio cade su un uomo come un attacco di cuore, ed egli ne viene sopraffatto all'improvviso. Dubitare è

facile, aver fede è difficile. Baba

14.1.03 Una madre cambia la maglietta sporca del bambino e gliene mette una nuova. La morte è la rimozione della maglia sporca e la nascita è il momento in cui ci se ne mette una pulita. Permettete alla Madre di fare ciò che vuole; siate un bambino nelle Sue mani. Abbiate piena fede nel Suo Amore e nella Sua Saggezza; non perdetevi la fede se vedete che altri sono usciti fuori strada, perché sarebbe come se diceste che l'acqua piovana è sporca solo perché avete visto una pozzanghera con dell'acqua stagnante. L'acqua piovana è pura; è la terra che la rende torbida. Baba

15.1.03 La forma generalmente crea dei dubbi, mentre se avete solo il Nome, potete costruirgli attorno tutte le vostre fantasie, tutto ciò che volete, per completare il quadro. Quando vi trovate davanti alla forma, non lasciatevi prendere dal dubbio; non sprecate quell'opportunità, rendete la vita degna di essere vissuta. Il dubbio è invero una componente della natura demoniaca, in quanto erode la vitalità della devozione, tarpa le ali alla gioia, smorza l'entusiasmo e uccide la speranza. Gli uomini in preda al dubbio non possono raggiungere la meta neppure dopo migliaia di nascite. Baba

16.1.03 Nell'uomo ci sono quattro tipi di tendenze; quella animale, quella demoniaca, quella umana e quella Divina. Quando l'uomo ignora la mente e l'Atma e si identifica con il corpo, manifesta solo le sue qualità animali. Quando ad essere dimenticati sono il corpo e l'Atma e solo la mente predomina, l'uomo diventa demoniaco. Quando il corpo e la mente sono immersi nella Coscienza Atmica l'uomo diventa Divino. Baba

17.1.03 Come il freddo nell'atmosfera fa gelare l'acqua, lo spasimo impellente del cuore del devoto concretizza il Signore nella forma e negli attributi desiderati. Lui si piega alla vostra volontà; porta il vostro peso, a patto che abbiate fede in Lui. Il Signore soddisfa le vostre aspirazioni più profonde in un baleno, se esse sono impellenti a sufficienza. Ma non dovete permettere alla vostra mente di vacillare per il dubbio o per la delusione. Lasciate tutto a Lui e state tranquilli: è l'uomo senza fede che viene sbattuto come una barca senza remi né ancora, sorpresa in mare da una tempesta. Il devoto sopporta gli alti e bassi della vita mantenendo in fermo equilibrio la propria mente. Baba

18.1.03 La fede può crescere solo se si coltiva a lungo e con attenzione. Abbiate fede: la fede può garantirvi tutto ciò di cui avete bisogno. Non c'è niente che lo non possa fare. Voi avete fede nel Signore Rama ed in Krishna, perché avete letto dei libri su di Essi. Non vi siete mai aspettati alcuna prova diretta della loro Divinità, non è vero? Prima, abbiate fede; poi, avrete prove in abbondanza. Intraprendete la disciplina della ripetizione del Nome. Perché trascinare la vostra esistenza nella veste di meri consumatori di cibo? Mangiate pure, ma trasformate il cibo in buone azioni, in buoni pensieri, nel parlare gentilmente. Muovetevi, ma non causate dolore agli altri e non accrescete la loro sofferenza. Baba

19.1.03 Guru Nanak disse che l'uomo che non ha fede in Dio è cieco. Senza la fede, siete cadaveri ambulanti. La vostra vita può essere grande e ricca come il Taj Mahal, ma il Taj è pur sempre solo una tomba! Quali che siano il vostro modo di adorarlo ed il Nome e la Forma [da voi scelti], ciò che conta è la fede: solo essa può conferirvi la vita e l'energia per le cose più elevate. Baba

20.1.03 In quest'ora critica della storia del mondo, in cui le forze demoniache della paura e dell'ansietà, dell'ingiustizia e della disuguaglianza sono scatenate con furia rabbiosa, il dovere di ogni essere umano è quello di attrezzarsi di forza spirituale, per non essere sopraffatto dalla tempesta. Questo è un compito urgente ed essenziale, e devo dire che le donne indiane devono contribuire, rendendo un servizio e sostenendo un ruolo: devono portare Dio nel cuore dei bambini ed aiutarli a mantenercelo. Infatti, la fede in Dio è il tonico di cui l'uomo ha bisogno per riavere indietro la salute e la felicità. Baba

21.1.03 Non dovete ricercare la ricchezza e la passione. Il fatto che ci siano paura ed ansietà in tutti gli strati sociali ed in tutti gli stadi della vita, dimostra che gli uomini mirano solo alla ricchezza e sono in preda alle passioni, e che rinunciano alla rettitudine ed alla liberazione. L'uomo cerca costantemente la pace, che dev'essere innanzitutto resa stabile interiormente, in se stesso, per poi essere estesa alla famiglia, alla società ed al Paese. La pace proviene da dentro, e la contentezza è una condizione mentale. Sopraffatto dai nemici interiori, come può l'uomo riuscire a dominare quelli esterni? Se si porta dietro il peso dell'ignavia e dell'ottusità, come può acquisire la saggezza? Spinto dalle passioni, come può coltivare la devozione? L'equilibrio e l'equanimità sono le uniche cose che possono conferire la pace e l'armonia. Baba

22.1.03 È un antico detto, ma è vero ancor oggi: l'uomo trascorre l'infanzia a fare birichinate e a giocare, l'adolescenza a fare progetti e programmi, la gioventù alla ricerca dei piaceri e dei divertimenti, la mezza età ad accumulare ricchezze e la vecchiaia negli ospedali e nelle case di riposo, cercando di recuperare la salute mancante, quando la ricchezza è venuta meno. Non ha mai tempo per nient'altro: le sue mani sono troppo piene. Egli non ha pace, non ha mai tempo per sedersi tranquillo in un posto. Baba

23.1.03 Oggi l'uomo ignora il principio dell'immortalità, che è il suo centro, ed il principio dell'Amore, che è il suo sostentamento. Egli nega a se stesso il premio della pace e corre verso la distruzione, distruggendo anche altri in questo processo. Nella Creazione, nel mondo oggettivo, niente è uguale a qualcos'altro; non ci sono due esseri umani simili sotto ogni aspetto, ognuno ha delle caratteristiche particolari. Prevale un'immensa diversità; invece si deve raggiungere l'unità. Anche l'individuo resta lo stesso per tutto il tempo: da neonato diventa bambino, da ragazzo si trasforma in adulto e presto in uomo di mezza età ed infine in un vecchio. L'uomo deve pertanto cercare rifugio nell'Immutabile, Dio, o Paramatma, dal quale emergono tutte le varietà e nel quale egli alla fine si immergerà, unendosi ad Esso. Solo allora l'uomo si assicurerà pace e appagamento. Baba

24.1.03 La pace viene da dentro; la contentezza è una condizione mentale. Non nutrite le radici dell'attaccamento alle comodità del mondo più di quanto non sia strettamente necessario, perché esse non possono mai soddisfare l'ardente desiderio dell'uomo. Guadagnando e spendendo, l'uomo riempie il proprio tempo con il lavoro e non ha mai pace; egli è sempre occupato a cercare di ottenere la felicità, ma non ha molto successo. L'uomo non realizza che la panacea per tutte le sue malattie, lo sforzo che sfocia nella vittoria completa, risiede nel controllo della Mente. Baba

25.1.03 La mancanza di pace che si riscontra oggi nel mondo è dovuta principalmente al fatto che i pensieri ed il comportamento si sono corrotti. Il primo passo, quindi, è quello di rendere puri i propri pensieri. Non c'è bisogno di preoccuparsi del passato e del futuro. Concentrate la vostra attenzione sul vostro dovere nel presente. Il paradiso consiste nel contentarsi, il dolore è l'inferno, la rabbia è il nemico, la calma è l'armatura e la compassione è il compagno. Ripetete 'Shanti' tre volte, non è vero? Lo fate per incoraggiare la pace sui piani umano, spirituale e naturale. La pace non può essere acquisita mediante la scienza. Infatti, la scienza e la tecnologia allontanano dalla pace. Senza una mente pura non si può acquisire la saggezza. Baba

26.1.03 Dovete calmare l'inquietudine della mente. Ci sono tre modi per quietare questa mente che sfugge come il mercurio: la regolazione del respiro, il servizio sociale e gli esercizi spirituali. Inalate ed esalate in modo misurato, osservando la simmetria e l'equilibrio della respirazione; questo diminuirà l'ansia della lingua interiore di vagare nella conversazione [interna], ed essa potrà persino arrivare a rinunciare a questa tendenza. Servite i malati e gli afflitti; assumetevi il compito di insegnare ai bambini che non hanno nessun altro che si prenda cura di loro. Fate che i vostri pensieri e le vostre attività siano disinteressate e sincere. A questo modo la smania di parlare alla mente verrà guarita; vi renderete conto che le vostre energie sono utilizzate meglio a servire i vostri fratelli esseri umani che a parlare con la vostra mente instabile. Ci si deve dedicare alla pratica spirituale (Sadhana) con

grande serietà e regolarità. Essa può consistere nella ripetizione del Nome del Signore, nella recitazione del Mantra, nel canto degli inni [sacri] o nella pratica di alcune posizioni yogiche selezionate allo scopo. Baba

27.1.03 La pace denota la capacità di affrontare il successo o il fallimento, la gioia ed il dolore, la sconfitta e la vittoria con perfetta equanimità. L'uomo che è in pace con se stesso percepirà la pace tutt'intorno a sé. La natura è bellezza, verità e pace, ma l'uomo la vede brutta, falsa e violenta. Per condurre una vita felice l'uomo ha bisogno della pace mentale. La mente dell'uomo è un fiume turbolento, che dev'essere trattenuto applicandovi dei freni, come la meditazione ('Dhyana', che significa 'concentrazione su un punto'). Le agitazioni della mente sono la causa di tutte le disgrazie dell'umanità. Per vivere una vita calma e sana l'uomo deve coltivare la pace mentale. Baba

28.1.03 Quando l'uomo pensa, parla ed agisce in modo virtuoso, la sua coscienza è pulita ed egli ha la pace interiore. La conoscenza è potere, si dice, ma la virtù è pace. Che cos'è esattamente la Pace? È lo stadio in cui i sensi sono sotto controllo e vengono mantenuti in equilibrio. C'è un po' di confusione nei termini, in quanto la mente, di per se stessa, non esiste. La mente è una rete di desideri; la pace della mente consiste nel non avere desideri, ed in questo stato la mente non esiste: essa è distrutta, per così dire. La pace della mente in realtà significa purezza, completa purezza di coscienza. Baba

29.1.03 Una volta che entrate nelle profondità del mare, tutto è calmo, tutto è pace. L'agitazione, il rumore e la confusione sono tutti negli strati esterni. Nei recessi più remoti del cuore c'è una riserva di pace, nella quale dovete prendere rifugio. Potete assicurarvi la pace e la gioia realizzando che esse fanno già parte della vostra stessa natura. La vera pace si può trovare solo nelle profondità dello spirito, nella disciplina della mente e nella fede nella Base di tutta questa apparente molteplicità. Quando avete la pace è come se aveste dell'oro, col quale poter fare qualsiasi gioiello. Baba

30.1.03 Tutto è cresciuto di prezzo; solo l'uomo è diventato una cosa di poco valore, di valore inferiore a quello degli animali, e viene trucidato a milioni, senza alcuno scrupolo, in conseguenza alla crescita terrificante della rabbia, dell'odio e dell'avidità. Egli ha dimenticato la sua unità con tutti gli altri uomini, con tutti gli esseri e con tutti i mondi. Solo la realizzazione di questa unità può ristabilire la pace mondiale, la pace sociale e la pace individuale. Baba

31.1.03 La Pace è essenziale per l'acutezza dell'intelletto. La Pace sviluppa tutte le caratteristiche dell'uomo che apportano beneficio. Con la Pace cresce persino la lungimiranza, attraverso la quale gli ostacoli ed i pericoli possono essere anticipati ed avvertiti. Ma non potete distaccarvi facilmente dall'attività, perchè la mente si avvinghia ad una cosa o ad un'altra. Fate in modo che si aggrappi a Dio, fatele fare tutte le cose per Dio, dedicandoGli la perdita ed il profitto, l'esultanza e lo scoraggiamento. Questo è il segreto della pace e dell'accontentarsi. Baba

From:

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

Permanent link:

<http://www.mothersaipublications.it/saiwiki/doku.php?id=pensieri:2003:200301>

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

