

05 - Maggio 2008

Pensieri del giorno di Sri Sathya Sai Baba

MAGGIO 2008

1.5.08 Quando la limatura di ferro viene in contatto con un magnete, ne assume anch'essa le proprietà; similmente, colui che conosce l'Assoluto Universale (Brahman) diventa l'Assoluto Universale. Tutti voi siete figli dell'immortalità, siete eterni; la relazione tra voi e Dio è eterna. Il corpo cambia attraverso molte nascite ma la mente e le azioni permangono di nascita in nascita. Come un contabile somma i conti della giornata e porta le rimanenze al giorno dopo, la nostra mente passa alla vita seguente. Voi dovete essere capaci di dominare la mente controllando i sensi ed allora potete fondervi con la Verità e sperimentare l'unità con Dio. Baba

2.5.08 La causa della sofferenza dell'uomo è l'aver ristretto il suo amore a se stesso ed alla famiglia; egli deve far nascere in sé il sentimento espansivo secondo il quale tutti sono suoi fratelli e sorelle. L'espansione dell'amore è vita, la sua contrazione è morte. Baba

3.5.08 La vita diventa più dolce con una piccola dose di contrarietà; se soddisfatte tutti i vostri desideri, essa diventa insipida. Negate a voi stessi molte delle cose cui la mente corre dietro e scoprirete di diventare forti abbastanza da sopportare la buona e la cattiva sorte. Baba

4.5.08 La compassione verso tutte le creature è la virtù più grande; il danno intenzionale ad una creatura qualunque è il vizio peggiore. Riconoscete che questo è vero, spandete amore e gioia tramite la compassione e siate pieni di gioia e pace voi stessi. Voi non avete pace e gioia ora principalmente perché la vostra visione è deformata e confusa, è diretta verso le colpe ed i difetti degli altri invece che verso i vostri. In verità, l'indagine, la ricerca dovrebbe cominciare con se stessi perché ciò che vediamo negli altri è il riflesso di noi stessi, dei nostri pregiudizi e preferenze. Baba

5.5.08 L'esistenza umana è avviluppata dall'illusione/ignoranza (Moha); quando uno se ne libera può sperimentare la felicità vera. Questa illusione/ignoranza nutre l'egoismo e la possessività che portano alla perdita del buon nome e della reputazione. Chi è pieno di ego non è capace di sperimentare l'amore degli altri; è quindi essenziale superare questa infatuazione diventando così cari agli altri. Baba

6.5.08 Anche se uno è un grande studioso o un funzionario di grande autorità, per la madre non è altro che il suo bambino. Coloro che dimenticano il loro dovere verso la madre sono certi di perdersi nel deserto. Voi non siete che un riflesso di vostra madre e quindi, prima di tutto, dovete assolvere i vostri doveri verso di lei e farla contenta. Baba

7.5.08 La presenza di Dio si avverte quando regna il silenzio; nella confusione ed eccitazione del mercato non si può udire il Suo Passo. Egli è Shabdabrahma o "Colui che risuona quando tutto è colmo di silenzio". Per questo lo insisto sul silenzio, sulla pratica del parlare sottovoce e del fare il minimo rumore. Parlate piano, parlate poco, parlate sussurrando la verità con dolcezza. Baba

8.5.08 Il corpo (deha) è un veicolo che perfino gli Dei ambiscono possedere; voi sapete che Essi cercano di prendere la forma umana, così da poter utilizzare l'intelligenza, la discriminazione, il distacco, ecc. che soltanto il corpo umano è capace di esercitare, per realizzare la Verità Fondamentale che, quando conosciuta, fa conoscere ogni altra cosa. Basta che l'uomo intensifichi la sua sete per Dio per vivere sempre contento invece che vittima della scontentezza perpetua nel desiderio di soddisfazioni effimere. Il deha deve venir nutrito per poter raggiungere il Dehi, il

residente vero. Baba

9.5.08 Il loto nel cuore dell'uomo si strugge per il Sole, lo splendore di Dio, ma ottenerlo è difficile. Solamente la rimozione di tutto l'attaccamento al mondo può conquistarlo. Dio è l'entità più cara e più vicina ma l'ignoranza Lo nasconde agli occhi; l'amore che Dio prova per l'uomo è ineguagliato eppure Egli appare un fenomeno distante, terribile ed inavvicinabile. Le stelle sembrano puntini di luce perché sono a grande distanza da noi; anche Dio appare insignificante ed inutile a molti perché essi rimangono troppo lontani da Lui. Se alcuni dicono che non c'è nessun Dio, significa solamente che sono troppo distanti per esserNe coscienti. Baba

10.5.08 I Veda sono per tutta l'umanità. Essi hanno preghiere per la pace che dominano la collera degli elementi e delle comunità umane ed invocano le forze della natura affinché siano calme e benefiche; la recitazione (paaraayanam) dei Veda promuove quindi la pace del mondo ed il benessere umano. Baba

11.5.08 Una zucca verde affonda nell'acqua ma se è secca galleggia; divenite secchi, liberatevi degli attaccamenti e dei desideri, evitate le ansietà, le preoccupazioni e potrete galleggiare imperturbabili sulle acque del cambiamento e della casualità. Anche l'acqua, quando diventa vapore, può salire nel cielo; diventate leggeri, perdetevi peso, lanciatevi in modo da poter salire sempre più in alto. Lo yoga è definito come "la prevenzione degli impulsi che agitano la coscienza interiore dell'uomo (citta vrtti nirodhah)"; questi impulsi si aggiungono alla zavorra. Siate liberi dai desideri che vi trascinano in basso, abbiate soltanto l'anelito di arrivare faccia a faccia con la Verità; quella Verità splende dentro di voi in attesa di venir scoperta. Baba

12.5.08 Il primo stadio consiste nell'esecuzione del karma, o azione, con metodi corretti (karma-jijnasa), con l'adatto atteggiamento mentale; poi viene l'osservanza dei codici morali per favorire il benessere della società ed assolvere i propri doveri ed impegni (dharma-jijnaasa) ed infine si arriva al riconoscimento della ripetizione del Nome di Dio (Namasmara) come esercizio spirituale fondamentale. Baba

13.5.08 Dio è il residente interiore (Antaryami) per cui non Lo si può afferrare cercando nel mondo esteriore. AmateLo senza altro pensiero, sentite che niente ha valore senza di Lui, che Egli è tutto ed allora diventerete Suoi e Dio diverrà vostro. Non esiste parentela più stretta di questa: voi venite da Dio, voi siete una scintilla della Sua Gloria, siete un'onda di quell'Oceano di Beatitudine e troverete pace soltanto quando vi immergerete di nuovo in Lui; come un bambino che ha perduto la strada, potete avere gioia solamente riunendovi a vostra Madre. Baba

14.5.08 Voi non dovete lasciare che una qualsiasi debolezza vi distolga dal sentiero corretto. Se in un grande serbatoio c'è un buco piccolo, tutta l'acqua scorrerà via; in egual modo, se avete in voi anche un piccolo desiderio dettato dai sensi, tutto ciò che avete imparato non servirà a niente. L'attrazione per il mondo vi distrae dalla Realtà; dovete proteggervi desistendo dall'errore e resistendo alla malvagità. Il buon lavoro e l'amore disinteressato vi aiuteranno a seguire il cammino della saggezza. Baba

15.5.08 Nella sfera spirituale, l'individuo ha la responsabilità totale del proprio successo o fallimento; voi non avete alcun diritto di riversarla sugli altri. Il fuoco divampa soltanto finché viene alimentato quindi non aggiungete esca al fuoco dei sensi, allontanate la mente dell'evanescente ed accomunatela all'eterno. Piantate la pianticella della devozione (Bhakti) con la pratica della ripetizione del Nome di Dio (Namasmara); quel virgulto crescerà fino a diventare un albero possente che avrà i rami della virtù, del servizio, dell'amore, dell'equanimità, della forza d'animo e del coraggio. Baba

16.5.08 Nella sfera spirituale, l'individuo ha la responsabilità totale del proprio successo o fallimento;

voi non avete alcun diritto di riversarla sugli altri. Il fuoco divampa soltanto finché viene alimentato quindi non aggiungete esca al fuoco dei sensi, allontanate la mente dell'evanescente ed accomunatela all'eterno. Piantate la pianticella della devozione (Bhakti) con la pratica della ripetizione del Nome di Dio (Namasmaraṇa); quel virgulto crescerà fino a diventare un albero possente che avrà i rami della virtù, del servizio, dell'amore, dell'equanimità, della forza d'animo e del coraggio. Baba

17.5.08 Voi siete svegli quando sentite di avere coscienza piena ma, quando svegli, siete consapevoli soltanto dei molti e non dell'Uno. E' solamente quando siete nel sonno profondo che tutta la molteplicità svanisce; allora non siete consapevoli del mondo e dell'immagine illusoria che ne avete. Esaminate anche da svegli gli stadi di sogno e sonno profondo e comprendete che lo stadio di veglia inganna chi cerca la Verità; i sensi sono ingannevoli, sono strumenti inefficienti. La mente non ha alcun potere; il solo potere è quello dell'Atma, l'Atma Shakti. La mente non ha forma, si può dire che sia composta di desideri. L'Atma risplende sul cuore sia esso puro od impuro; il meglio è comunque che il cuore sia puro ed il desiderio più forte sia per Dio. Baba

18.5.08 La tolleranza è una delle qualità più importanti che voi dovrete possedere ed è assolutamente essenziale sul sentiero spirituale. E' mettendovi alla prova in circostanze difficili che potete coltivare questa qualità della tolleranza. Non c'è niente di straordinario nel restituire bene per bene ma tornare bene per male, questo è qualcosa di grande e la pratica di una virtù simile richiede un quantità notevole di bravura. Sebbene molti possano criticarvi, per quanto essi possano commentare e condannare, voi non dovrete mai perdere la vostra tolleranza; voi dovrete rimanere imperturbati e continuare a godere della pace interiore. Baba

19.5.08 Budda seguì varie pratiche spirituali al fine di realizzare il suo Sé vero ma nessuna di esse fu in grado di mostrargli la via della liberazione (Nirvana). Finalmente, Egli comprese che la liberazione consiste nell'usare i cinque sensi in modo sacro. Egli capì che la ripetizione del Nome di Dio (Japa), la meditazione (Dhyana), i rituali sacrificali (Yajna), lo Yoga, etc. erano semplici attività fisiche. Queste pratiche spirituali sono necessarie soltanto a coloro che sono attaccati al corpo; colui che è stabilito nel Sé non ha bisogno di nessuna di esse. Buddha pensava che la liberazione possa ottenuta soltanto coltivando la visione sacra (Samyak Drishti), la parola sacra (Samyak Vaak), l'ascolto sacro (Samyak Shraavanam), i sentimenti sacri (Samyak Bhavam) e le azioni sacre (Samyak Kriya). Baba

20.5.08 Noi dovremmo cercare soddisfazione nella vita quotidiana conformando le nostre attività terrene ai valori spirituali. Voi dovete avere le mani nella società e la testa nella foresta che è come dire che, qualunque sia l'attività in cui siete impegnati, dovete essere fermi nell'aderire agli ideali spirituali. Questo soltanto è l'esercizio spirituale vero che vi darà pace duratura. Ricordate che voi siete l'Atma; tutti i vostri esercizi spirituali dovrebbero essere diretti a stabilirvi in questa ferma convinzione e fede incrollabile che culmina nella soddisfazione della vita. Tutti i sensi dovrebbero venir santificati offrendo a Dio le azioni fatte per loro tramite. Baba

21.5.08 Il vostro esercizio spirituale (Sadhana) dovrebbe essere piacevole e moderato. Prendete la via di mezzo: quella vi darà il beneficio massimo. Il desiderio per gli oggetti materiali non può essere eliminato totalmente e quindi trasformatelo in uno strumento di adorazione: dedicate tutti gli sforzi a Dio ed accettate tutti i successi e tutti i fallimenti come prove della Sua Grazia. Baba

22.5.08 Non cercate di scoprire o discutere il male negli altri perché il tentativo corromperà la vostra stessa mente. Quando vi impegnate nel cercare i difetti e le colpe degli altri, state aprendo la strada allo sviluppo di tali difetti e colpe in voi stessi. Soffermatevi sul bene che c'è negli altri e, nel tempo, ciò si dimostrerà un bene per voi; la vostra bontà latente sarà così incoraggiata a germogliare e fiorire. Ogni pensiero lascia un'impronta nella mente; le idee che sono opposte alla tendenza spirituale, ciò che riduce i limiti dell'amore, che provoca rabbia o avidità, che causa disgusto, deve venir chiuso fuori. Questa è una disciplina veramente essenziale. Baba

23.5.08 Lo scopo principale dell'uomo è quello di praticare e propagare il principio della verità. Prima di predicare la verità, la si deve praticare. Qualunque cosa accada, bisogna avere il coraggio e la convinzione di seguire la via della verità. Anche a costo del cibo, del vestiario e del riparo, persino a costo della propria vita, si deve essere pronti a mettere in pratica la verità e la rettitudine. Baba

24.5.08 Dimorate sempre nei pensieri nobili. Quando l'aria riempie un palloncino ne prende la forma. La mente assume la forma degli oggetti ai quali si attacca: se si fissa su cose di poco conto diviene meschina, se si fissa su cose eccellenti diventa eccellente. Una macchina fotografica riprende l'immagine di qualsiasi cosa verso la quale essa venga puntata; perciò, fate attenzione prima di scattare. Discriminate prima di sviluppare l'attaccamento. Se sviluppate un attaccamento verso la famiglia, le ricchezze, le proprietà etc, al momento in cui queste declineranno proverete dolore. Invece, se sviluppate l'attaccamento per Dio crescerete in amore e splendore. Baba

25.5.08 L'uomo ha in sé la capacità di crescere fino a diventare una persona puramente divina ma a causa della sua ignoranza e testardaggine il suo sviluppo si è arrestato. Egli si è incatenato a bassi ideali ed è caduto nella paura e nel dolore. Le Upanishad esortano l'uomo a svegliarsi e a diventare padrone di sé: "Utthishta, jagratha, prapya varan nibodhatha!" (Risorgete, svegliatevi e non fermatevi fino a quando avrete raggiunto la meta!). L'uomo è sopraffatto dal sonno dell'ignoranza, ha dimenticato i veri valori della vita ed è ossessionato solo dal progresso materiale. A meno che egli non si risvegli ai valori spirituali della vita, nel mondo non potranno esserci né pace né prosperità. Baba

26.5.08 Le fiamme della rabbia, della superbia, dell'odio e dell'invidia sono più devastanti di qualsiasi altro fuoco; esse sorgono nella mente in modo furtivo ed in fiotti intensi chiedendo sempre di più per potersi nutrire. Nella Bhagavad Gita il fuoco viene chiamato Anala che significa "non abbastanza". Voi temete il fuoco persino quando è distante; che dire, allora, se è proprio dentro di voi? Come estinguere queste fiamme terribili? Bene, l'antico codice spirituale (Sanathana Dharma) ha alcuni estintori comprovati dall'esperienza e garantiti dai Saggi: la Verità (Satya), la Rettitudine (Dharma), la Pace (Shanti) e l'Amore (Prema). Saturate i vostri cuori con questi e sarete resi "a prova di fuoco". Baba

27.5.08 Come il sibilo del cobra, a volte la rabbia e l'ostilità sono utili per tener lontani gli intrusi; esse possono venir usate per evitare il male che insidia l'aspirante spirituale (Sadhaka). Arrabbiatevi contro le cose che ostacolano la vostra crescita spirituale, odiate le cattive abitudini che vi tormentano, coltivate la Conoscenza Suprema (Jnana) e ravvisate Dio in tutte le cose e le attività. Questo rende proficua la nascita umana. Non cercate i difetti negli altri perché "gli altri" non sono altro che manifestazioni del Dio che voi state cercando di palesare in voi stessi; sono i vostri stessi difetti che vedete negli altri. Baba

28.5.08 Due cose sono essenziali per una vita felice e cioè le granaglie (Dhanya) e la meditazione (Dhyana); la prima per il sostentamento del corpo e la seconda per entrare nel tempio di Dio in se stessi e fondersi nella Sua Gloria. I saggi di un tempo si ritirarono nel silenzio della foresta e, per mezzo di un duro lavoro mentale, conquistarono il tesoro inestimabile dell'esperienza spirituale e dell'ispirazione. La ragione del loro cercare rifugio in luoghi solitari era quella di tenere i sensi lontani dalle cose che deliziano e distraggono, di sfuggire alla corruzione che danneggia le fonti della gioia; il loro unico scopo era quello di imparare il segreto della liberazione per il bene dell'umanità. Baba

29.5.08 Sappiate che il vero "Voi" è immortale; fate della morte un atto sublime di liberazione. Una conoscenza simile si può acquisire soltanto per mezzo di una vita dedicata al sicuro perseguimento del codice morale (Dharmanishta) e di una costante devozione ai doveri inerenti la propria situazione (Karmanishta). Questi due mezzi portano alla contemplazione costante della Base Unica di tutta questa apparente molteplicità e cioè Brahman. La disciplina (Nishta) diventa stabile con la pratica e la

vostra esistenza individuale separata si unisce al grande diluvio di saggezza che vi fa fondere in Lui.
Baba

30.5.08 La devozione (Bhakti) è definita un mezzo per scoprire la realtà Divina in ogni essere. Per aiutare l'uomo ad avere successo in questo sforzo, le scritture indicano quattro passaggi: la discriminazione tra il permanente e l'effimero, l'eliminazione del processo di alimentazione dei sensi, il controllo effettivo dei sentimenti, pensieri e scopi ed il costante desiderio della liberazione da tutti i legami. La devozione è l'impulso che si manifesta come questi quattro tentativi; essa porta l'uomo ad avere sempre Dio in mente ed a coltivare in sé l'amore per Lui. Baba

31.5.08 L'Universo è il campo in cui Dio si diverte; siate consapevoli di questo fatto in ogni istante di coscienza e non avrete bisogno di altro per una esistenza felice perché così sarete in contatto con Lui tramite ogni cosa, in ogni pensiero, in ogni luogo ed ogni momento. La Sua Gloria è evidente nel più piccolo dei fiori e nella stella più lontana; la gioia che potete trarre dalla contemplazione di queste prove della provvidenza è indescrivibile. Nella Bhagavad Gita, il Signore Krishna ha detto che Egli si trova sempre a fianco di chi è gioioso; siate pieni di gioia e dividetela con gli altri. La contentezza mediocre che scaturisce dall'egocentrismo deve essere abbandonata. Baba

From:

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

Permanent link:

<http://www.mothersaipublications.it/saiwiki/doku.php?id=pensieri:2008:200805>

Last update: **2016/02/23 15:45**

