

01 - gennaio 2014

Pensieri del giorno di Sri Sathya Sai Baba

GENNAIO 2014

1.1.14

Dio non si aspetta che eseguiate dei rituali né vuole che studiate le scritture; tutto ciò che Egli desidera da voi sono otto tipi di fiori e sarà contento di voi e vi farà dei doni solamente quando Gli offrirete quei fiori che Gli sono cari. Dall'offerta di fiori che appassiscono e marciscono non vi viene alcun beneficio; offriteGli gli otto fiori della non-violenza, del controllo dei sensi, della compassione, della tolleranza, della pace, dell'austerità, della meditazione e della Verità. La vostra vita troverà compimento quando compiacerete il Signore offrendoGli questi fiori. L'amore è la corrente sotterranea di tutti e otto quindi conducete una vita soffusa d'amore. (Discorso Divino del 22 Agosto 2000). Quando Dio è contento di voi, anche tutto il mondo lo è quindi dirigete tutti gli sforzi verso il compiacerLo. Baba

2.1.14

La vita è un viaggio lungo durante il quale bisogna avere meno bagagli; per questo si dice "Meno bagagli e più comodità fanno del viaggio un piacere". Il tetto ai desideri è quindi ciò che dovete adottare oggi; dovete ridurli giorno dopo giorno. Voi credete erroneamente che la felicità si trovi nel soddisfacimento dei desideri ma, in realtà, essa comincia a sorgere quando i desideri sono eliminati completamente. Se li riducete, procedete verso lo stato della rinuncia. Voi avete molti desideri: cosa ne ricavate? Se si reclama qualcosa come proprio, è inevitabile che se ne affrontino le conseguenze mentre la beatitudine viene nel momento in cui si abbandona l'ego e l'attaccamento. (Discorso Divino del 14 Marzo 1999). "Io voglio la pace". "Io" è l'ego, "voglio" è il desiderio: eliminateli e avete la pace. Baba

3.1.14

La vostra dovrebbe essere sempre una parola buona; non dite mai parole aspre, parlate pacatamente e dolcemente. Per questo vi dico spesso "Voi non potete fare sempre delle gentilezze ma potete sempre parlare gentilmente". Dite ciò che dovete senza asprezza, parlate sottovoce in modo che solamente la persona a cui le vostre parole sono dirette vi possa udire; questo modo pacato e dolce di parlare andrebbe acquisito. Vedere il bene, ascoltare il bene e dire parole buone portano ad avere pensieri buoni. "Come sono i pensieri sarà il risultato". I pensieri buoni generano buone azioni; senza di essi, fare azioni buone è impossibile. I pensieri buoni non si acquisiscono dalle scritture o dall'ascolto degli insegnamenti del precettore. Tramite lo sforzo personale voi dovrete fare buon uso dei sensi dell'udito, del tatto, della forma, del gusto e dell'odorato. Solamente lo sforzo personale può garantire una pratica spirituale corretta. (Discorso Divino del 28 Aprile 1999). Quando il cuore è colmo di pensieri e sentimenti buoni, tutto ciò che i sensi producono, come la parola, la visione e l'azione, sarà puro. Baba

4.1.14

Le quattro componenti il "Tetto ai desideri" sono: il controllo del parlare troppo, la limitazione dei desideri e spese eccessivi, il controllo del consumo esagerato di cibo e quello dello spreco di energia. Voi avete bisogno di alcune comodità essenziali ma non dovrete desiderarne altre. L'aria è piacevole solamente se è in quantità sufficiente: se è eccessiva e c'è un vento forte, non state bene. Se avete sete, potete bere una quantità limitata d'acqua, quella necessaria a sostentamento del corpo, non si può bere tutta l'acqua del Ganga; quando accade di vedere un lampo, gli occhi si chiudono automaticamente perché non possono sopportare un'illuminazione così intensa quindi deve esserci un limite a tutto, anche ai desideri. (Discorso Divino del 19 Gennaio 1983). In effetti, la felicità non si

ottiene soddisfacendo i desideri ma controllandoli. Baba

5.1.14

Se vedete una persona che fa il male, non pensate immediatamente che sia cattiva; le sue azioni malvagie sono dovute al corpo ma all'interno di quella persona c'è lo stesso Atma che c'è in voi. Questa unità, questo Principio Atmico è ciò su cui dovete focalizzarvi. Trattate quell'individuo pensando che il Se che è in voi è anche negli altri; questo è il modo per acquisire l'amore per tutti gli esseri. In modo simile, non provate acredine verso alcuna nazione, siate simili agli altri e non criticate le altre culture. Amate la vostra cultura come vostra madre come le genti di altri paesi amano le loro. Se vivete così, diverrete senza dubbio una persona ideale. Voi dovete spiritualizzare le attitudini, le tendenze e la mente. (Discorso Divino del 30 Maggio 2000). Abbiate l'abitudine di offrire ogni atto in adorazione ai piedi di Dio come fosse un fiore. Baba

6.1.14

Il fiore della tolleranza è molto caro al Signore. I Pandava soffrivano molto per mano dei Kaurava ma proprio la virtù della tolleranza li protesse e ne fece un esempio ideale per tutto il mondo. L'altro fiore che dobbiamo offrire a Dio è la Pace. Nell'affrontare le vicissitudini della vita, si dovrebbe rimanere in Pace; soltanto così si può ottenere la Grazia Divina. La Pace è necessaria ai livelli fisico, mentale e spirituale. La Pace non è esteriore, è presente all'interno; voi siete l'incarnazione della Pace. Nella vita terrena, è inevitabile che si incontrino molte difficoltà ma non bisogna lasciarsene turbare, bisogna sopportare tutte le sofferenze con forza d'animo e pazienza. La vita umana non è data semplicemente per godere dei piaceri del mondo; la vita ha significato soltanto quando si sperimenta la Pace che nasce dal cuore. (Discorso Divino del 22 Agosto 2000). Il segreto che permette di condurre una vita piena di Pace e serenità è quello di colmare la mente di pensieri buoni riguardanti la Verità, l'Amore, la Tolleranza e la Compassione. Baba

7.1.14

La lingua è la corazza del cuore e difende anche la vostra vita. Il parlare a voce alta, parlare a lungo, parlare aspramente, parlare con rabbia e odio danneggiano tutti la vostra salute. Essi fanno nascere la rabbia e l'odio negli altri, feriscono, eccitano, fanno arrabbiare e allontanare. Perché si dice che il silenzio è d'oro? La persona silenziosa non ha nemici anche se può non avere amici, ha il tempo e l'occasione di scendere dentro se stessa ed esaminare i propri difetti e fallimenti; essa non è più incline a trovarli negli altri. Se il piede scivola, voi subite una frattura ma, se scivola la lingua, danneggiate la fede o la gioia di qualcuno e questa frattura non può mai essere guarita, la ferita suppurerà per sempre; usate quindi la lingua con grande attenzione. Più sommessamente parlate, meno e più dolcemente parlate, meglio sarà per voi e per il mondo. (Discorso Divino del 29 Marzo 1965). Voi non potete fare sempre delle gentilezze ma potete parlare sempre gentilmente. Baba

8.1.14

Sin dai tempi antichi, su tre aspetti è stata posta l'enfasi: il lavoro, l'adorazione e la saggezza. Che cos'è la saggezza? Tutto ciò che ricade nell'ambito dei sensi, gli oggetti insignificanti del mondo materiale e le nostre azioni, parla della nostra ignoranza; la saggezza sorge nel momento in cui la mente viene eliminata. Lo spazio privo di pensieri tra due pensieri consecutivi è Saggezza Spirituale. Le persone non sono capaci di sperimentare questo stato libero dai pensieri e si lasciano trascinare dalle cose passeggiare, effimere e prive di valore; tutta la conoscenza che si acquisisce non è conoscenza vera: la Conoscenza dello Spirito è Conoscenza reale. La Conoscenza vera spunta quando tutti i pensieri sono eliminati. Il lavoro, l'adorazione e la saggezza cominciano comunque con il servizio; quale servizio sia non ha importanza: se è fatto con sentimenti sacri, diventa adorazione. (Discorso Divino del 14 Marzo 1999). Trasformate il lavoro in adorazione e l'adorazione in saggezza. Baba

9.1.14

La Divinità è la manifestazione dell'Amore e di Kshama (tolleranza, pazienza illimitata, capacità di perdonare e dimenticare). La virtù di Kshama non si ottiene leggendo libri o imparando da un istruttore né si può ricevere in dono da qualcuno; questa virtù fondamentale può essere acquisita unicamente con lo sforzo personale, affrontando direttamente problemi diversi, difficoltà di vario genere, ansietà, sofferenze e dispiaceri. In mancanza di Kshama, voi sarete esposti a ogni tipo di tendenze malvagie: odio e gelosia mettono radici facilmente in una persona che manca di questa virtù. Kshama procura una protezione completa a chi la possiede per cui è un possesso inestimabile, è la più grande, la più elevata e più nobile delle virtù. Kshama comprende tutto. (Discorso Divino del 25 Maggio 2000). La vita sarà piena di pace e serenità quando la mente sarà colma di pensieri buoni di Verità, d'Amore, di Tolleranza e Compassione. Baba

10.1.14

Le difficoltà e le sofferenze aiutano a costruire e nutrire la capacità di pazienza e sopportazione (Kshama) ma, a causa della debolezza mentale e dell'ignoranza, la gente evita invariabilmente le esperienze penose e l'angoscia. Non siate deboli, siate coraggiosi e accogliete i guai; lasciateli venire, più ne arrivano più contenti siate. Solamente con un atteggiamento coraggioso simile potete portare a manifestazione la Kshama che è in voi. Si può passare a una classe superiore senza affrontare l'esame? Solamente quando ottenete il punteggio richiesto e passate l'esame venite dichiarati idonei a frequentare la classe seguente. Mentre vi preparate per l'esame, dovete affrontare la tensione e le molte difficoltà ma com'è dolce la promozione! Accogliete quindi i problemi e le prove che vi preparano alle cose più elevate e siate contenti quando arrivano i guai perché è allora che Kshama fiorisce davvero. (Discorso Divino del 25 Maggio 2000). Quando Dio è contento di voi, anche tutto il mondo lo sarà quindi dirigete tutti gli sforzi allo scopo di compiacere il Signore. Baba

11.1.14

Nonostante tra le nazioni vi siano diversità nel campo dell'alimentazione e dei costumi sociali, lo spirito di armonia e di unità mostrato nello sport è un esempio gratificante per tutti. Il fatto che le differenze vengano dimenticate, e le persone si impegnino nei giochi con spirito Divino di amicizia e solidarietà, è una caratteristica distintiva dello sport; esso aiuta i partecipanti non solamente a migliorare la salute ma anche a sperimentare la gioia. Comunque, voi non dovrete essere paghi di realizzare soltanto questi benefici. Oltre a quello fisico, avete un altro corpo, il corpo sottile conosciuto anche come "mente"; promuovere la purezza della mente e acquisire un cuore grande è ugualmente essenziale. L'umanità vera fiorisce quando il corpo, la mente e lo spirito sono sviluppati armoniosamente. L'entusiasmo e l'impegno che mostrate nello sport dovrebbero manifestarsi anche negli ambiti della moralità e della spiritualità. (Discorso Divino del 14 Gennaio 1990). La vita è un sogno: realizzalo. La vita è un gioco: giocalo. La vita è amore: traina gioia e felicità. Baba

12.1.14

L'osservanza della moralità nella vita quotidiana, l'aderenza agli ideali e la divinizzazione di tutte le azioni e di tutti i pensieri relativi alla vita costituiscono insieme la cultura. Il termine cultura indica ciò che santifica il mondo, che accresce la grandezza e la gloria di una nazione e aiuta a portare l'individuo e la società a un livello più alto di esistenza. Il processo di raffinamento, o trasformazione, è essenziale per migliorare l'utilità di qualunque oggetto o vita. Per esempio, il riso va mondato della lolla prima di poterlo cucinare; il processo si definisce trasformazione o Samskriti e comporta l'abbandono degli elementi indesiderati e la conservazione di quelli desiderabili. A riguardo delle persone, Samskriti indica l'abbandono delle qualità malvagie e la coltivazione delle virtù. La persona acculturata alberga pensieri buoni e si uniforma alla buona condotta. (Discorso Divino del 14 Gennaio 1990). Il controllo dei sensi e l'osservanza di un codice di disciplina sono il segno che distingue la persona colta. Baba

13.1.14

La vita sulla terra è possibile solamente grazie al Sole. Per il genere umano che, invischiato in una

esistenza insignificante, è preso in un girotondo interminabile di attività inutili, il Dio Sole costituisce un esempio di servizio instancabile e altruistico. Egli non conosce un momento di riposo dal lavoro, è al di là della lode e del biasimo e compie i Suoi doveri con equanimità assoluta. Tutto ciò che fa mira solamente al benessere del mondo e non a causare alcun danno. Il Dio Sole mostra quindi l'esempio supremo di devozione umile al dovere senza alcun orgoglio. Tutti devono imparare come compiere i loro doveri con devozione e dedizione proprio come fa il Sole. Fare il proprio dovere è lo Yoga più elevato, come indicato da Kṛṣṇa nella Gita, quindi fate che le vostre azioni e i vostri pensieri siano buoni così sperimenterete la Beatitudine Divina. (Discorso Divino del 15 Gennaio 1992). Dio, che è l'incarnazione dell'Amore, si può raggiungere solamente per mezzo dell'amore proprio come il Sole splendente si può vedere solamente tramite la Sua stessa luce. Baba

14.1.14

La vita di una persona può essere paragonata a una canna da zucchero. Come la canna, dura e irta di nodi, la vita è piena di difficoltà; esse devono essere superate per godere della beatitudine del Divino come la canna deve essere schiacciata, e il suo succo trasformato in melassa, per goderne la dolcezza duratura. La beatitudine che non finisce si può ottenere solamente superando le prove e le tribolazioni. L'oro non si può trasformare in un gioiello attraente se non si sottopone al processo di fusione in un crogiolo e non lo si batte per dargli la forma desiderata. Quando si rivolge ai devoti chiamandoli "Bhangaru", Bhagavan li considera molto preziosi. Affrontate gli accadimenti della vita con sopportazione e diventate dei gioielli attraenti; non lasciatevi sopraffare dagli ostacoli, vivete in modo esemplare con fiducia in voi stessi e fede certa in Dio. (Discorso Divino del 15 Gennaio 1992). Pratica l'attitudine di offrire ogni azione, ogni giorno, ai Piedi Dio, come fiore offerto in adorazione. Baba

15.1.14

L'amore vero e altruistico si manifesta come sacrificio; tale amore non conosce odio, avvolge tutto l'universo ed è capace di attirare anche coloro che sono apparentemente lontani. Nel mondo fenomenico, si incontrano molte ombre e derivati dell'Amore primordiale: voi amate il padre, la madre, i fratelli, le sorelle, la sposa, gli amici e altri. In questi casi, c'è sempre una traccia di egoismo, in un modo o nell'altro, mentre l'Amore Divino è completamente libero della più piccola traccia di questo. Voi dovete arrendervi a questo Amore, diventarne sommersi completamente e sperimentare la beatitudine che esso dona. L'Amore vero e altruistico si manifesta come sacrificio; per acquisirlo, Kṣama (tolleranza e pazienza) è una necessità vitale. Ogni individuo deve coltivare questa caratteristica nobile. (Discorso Divino del 25 Maggio 2000). La meta che i giovani di oggi si pongono è quella di seminare il seme dell'amore, far crescere la pianta della tolleranza e distribuire il frutto della pace alla società tramite il servizio coscienzioso. Baba

16.1.13

Le persone si lasciano trascinare dal corpo e dimenticano la Divinità interiore: abbiate fede certa in Dio, non in questo corpo che è temporaneo. Il corpo è come una bolla d'acqua, la mente sembra una scimmia pazza; non seguite il corpo, non seguite la mente: seguite la coscienza che è il principio del Se Divino. Voi sperimenterete la Divinità solamente quando seguirete la coscienza. Amate tutti ma non abbiate fiducia in nessuno; voi dovete riporre la vostra fiducia solamente in Dio. Per quale ragione? Perché non dovrete aver fiducia degli altri? Perché l'Uomo è volubile. Dio si aspetta solamente amore. L'amore si può coltivare facilmente, è dentro di voi, sviluppatelo. Dovete dividere questo amore con tutti: amate anche chi vi odia. Nel far danno a chi vi ha danneggiato non c'è niente di grande; la grandezza vera è nell'amare anche chi vi ha fatto del male. (Discorso Divino del 14 Marzo 1999). L'amore è l'unica chiave che apre le porte bloccate dall'egoismo e dall'avidità. Baba

17.1.13

Il cibo è il requisito fondamentale per la vita. Senza cibo non si può vivere quindi la vita è stata descritta come composta di cibo (Annamaya) ma vivere di cibo solo non appaga, la mente non è

soddisfatta dal solo stomaco pieno; sebbene il cibo sia essenziale per il corpo, essa anela alla beatitudine (Ananda). La vita può trovare compimento soltanto se si sperimenta Ananda quindi non potete essere contenti per il semplice fatto di essere vivi, dovete essere attivi e sempre in movimento. A questo riguardo, ognuno dovrebbe chiedersi: "Perché sono irrequieto? Perché sono attivo? Cosa faccio per impegnarmi nelle azioni? Perché faccio queste azioni? Come le faccio?" Lo scopo e il significato veri dell'agire si possono comprendere solamente indagando questi argomenti e l'indagine deve essere condotta nel modo giusto. Una volta giunti alla conclusione che una certa azione è giusta, bisogna farla con sincerità. (Discorso Divino del 23 Aprile 1988). Se siete colmi di amore, sarete puri di cuore, la vostra mente sarà sempre in pace e non sarete agitati da alcuna circostanza avversa, da alcun fallimento o perdita. Baba

18.1.13

Tutte le pratiche spirituali saranno inutili se non conoscete la vostra identità reale. Invece di chiedere agli altri "Chi sei tu?" chiedete a voi stessi "Chi sono io?" Noi diciamo "Questo è il mio libro, questo è il mio bicchiere" quindi chi sono io? L'idea di "mio" è un'illusione. Tutto questo "mio" è materia, è negativo. Voi pensate di essere i signori di questo mondo materiale, controllate la mente e diventate dei grandi intelletti! Fate uno sforzo per conoscere la vostra identità vera; per farlo, dovete abbandonare l'attaccamento al corpo per prima cosa. Se dico che questo è il mio fazzoletto, io sono separato da questo oggetto; similmente, se dico che questo è il mio corpo, significa che sono separato dal corpo e, se dico che questa è la mia mente, è evidente che sono separato dalla mente. Allora io chi sono? Una ricerca costante in questa direzione vi porterà alla realizzazione. (Discorso Divino del 14 Marzo 1999). Dominate la mente e diventate dei grandi intelletti. Baba

19.1.14

Osservare delle austerità non significa andare nella foresta e vivere di frutti e tuberi; in effetti, una vita simile si può chiamare una vita di tamas (inerzia) e non di tapas (calore ascetico). L'austerità vera consiste nel controllo delle emozioni, dei pensieri, delle parole e delle azioni che derivano dalle qualità Satviche, Ragiasiche e Tamasiche. Voi dovrete contemplare Dio in ogni momento e raggiungere l'armonia tra pensiero, parola e azione. Una persona nobile è quella i cui pensieri, le parole e le azioni sono in armonia completa. Non lasciatevi trascinare dal dolore o dal piacere; la Gita insegna ad essere equanimi nella contentezza e nell'afflizione, nel guadagno e nella perdita, nella vittoria e nella sconfitta. Voi dovete compiere i vostri doveri con sincerità totale e servire la società senza aspettarvi alcun riconoscimento. Una equanimità e uno stato di assenza di desideri di questo tipo è austerità vera. (Discorso Divino del 22 Agosto 2000). Il servizio è la forma di adorazione più elevata e la migliore austerità. Baba

20.1.14

Riconoscete il Divino dentro voi stessi, aprite le porte del cuore, generate sempre più amore, comprendete la Verità, sperimentate Dio: in questo si trova la beatitudine. Fate ogni sforzo per comprendere la Divinità immanente. La Divinità dentro di voi è nascosta dall'ego e della rabbia per cui la conoscenza vera sorge quando l'attaccamento è distrutto. Da dove viene l'attaccamento? I desideri eccessivi portano all'attaccamento. Voi potete ottenere la pace temporanea ripetendo il Nome, meditando e praticando lo Yoga ma, per ottenere la Pace permanente, dovete generare l'amore dentro di voi. L'amore può cambiare la terra in cielo e il cielo in terra; questo Amore sacro è dentro di voi ma voi lo dirigete nella direzione sbagliata per cui esso si corrompe. Generate in voi l'Amore sacro per portare a manifestazione la vostra Divinità innata. (Discorso Divino del 14 Marzo 1999). Il vostro cuore è come un recipiente grande: colmatelo di attitudini come la Verità, l'Amore e il Sacrificio. Baba

21.1.14

Meditare non significa sedere a gambe incrociate con gli occhi chiusi in contemplazione di Dio; questa è una attività fisica, del mondo. Non c'è dubbio che essa sia necessaria ma la meditazione vera

consiste nell'unire la mente con Dio. Come il latte e l'acqua non si possono separare, la mente, una volta immersa in Dio, non può essere separata da Lui; nello stesso modo, il vostro amore deve diventare uno con l'Amore Divino. Alcuni meditano su Dio per un periodo limitato al mattino e alla sera ma questo non può esser chiamato meditazione; voi dovete meditare su Dio in ogni momento, in ogni luogo e in ogni circostanza. Assolvete i vostri impegni con la mente fissa in Dio: questa è meditazione vera. Pensare a Dio per un periodo limitato è devozione a tempo parziale e vi dà diritto soltanto a una Grazia parziale; per avere la Grazia a tempo pieno, dovete esprimere devozione a tempo pieno. (Discorso Divino del 22 Agosto 2000). Abbiate l'abitudine di offrire ogni azione ai piedi di Dio come un fiore offerto in adorazione. Baba

22.1.14

Tutta la Creazione è basata sulla Verità. Dove c'è verità voi trovate la prosperità. La vita umana non ha come scopo il godimento delle comodità e dei piaceri del mondo, che sono momentanei, deve costituire un ideale per il resto del mondo. Chiedetevi: "Avendo vissuto tutti questi anni, qual è l'ideale che ho rappresentato e raggiunto?" Potete aver fatto alcune cose buone ma esse possono essere superate da quelle cattive che potete aver messo in atto: questa non è la qualità di un essere umano. Coltivate i pensieri buoni, dite parole buone e fate buone azioni: questo è umanità vera. Noi ricordiamo tuttora i saggi e i veggenti antichi grazie alle cose buone che fecero. Fate agli altri ciò che vorreste fosse fatto a voi. Non seguite indiscriminatamente la mente perché è come una scimmia pazza; seguite la coscienza. L'Amore è la corrente sotterranea di tutto questo per cui vivete una vita soffusa d'amore. (Discorso Divino del 22 Agosto 2000). Abbiate l'abitudine di offrire ogni azione, ogni giorno, ai Piedi di Dio come un fiore offerto in adorazione. Baba

23.1.14

Controllate la lingua perché desidera sempre una varietà di leccornie. Chiedetevi: "O lingua, quanti sacchi di riso, grano e ortaggi, quante prelibatezze hai assaggiato?" "Guai a te che non sei ancora soddisfatta!" Mangiate quanto basta a soddisfare la fame e sostenere il corpo senza dare importanza esagerata al gusto. In modo simile, gli occhi devono vedere Dio invece di osservare cose disdicevoli alla televisione o al cinema e possano le orecchie ascoltare le storie del Signore invece dei pettegolezzi vani. Tutto ciò che vedete e ascoltate vi si imprime nel cuore; le cose profane lo inquinano e, quando ciò accade, la vita diventa insignificante. Il cuore umano è come una penna: il colore delle parole che scrivete è uguale a quello del suo inchiostro. Dio si aspetta che colmiatelo d'amore il vostro cuore; allora, tutto ciò che pensate, dite e fate si soffonderà d'amore e la vostra vita diverrà sacra. (Discorso Divino del 22 Agosto 2000). Come il fuoco è necessario finché il riso non è cotto, le pratiche spirituali sono necessarie finché non ottenete la manifestazione della vostra Divinità innata. Baba

24.1.14

In questo mondo, voi dovete compiere azioni grandi e azioni buone. Le stravaganze della vita moderna sono piuttosto misteriose e incomprensibili e sono chiamate "Il quartetto malvagio"; esso comprende la mancanza di fede, il dubbio, la gelosia e l'ego. La mancanza di un buon carattere porta i pensieri cattivi, la mancanza di fede porta al dubbio. Oggi, molti sono pronti a credere a uno sconosciuto per strada ma rifiutano di credere alle scritture, ai comandamenti elevati dei loro genitori o dei grandi santi; essi non credono neppure alle parole di chi li ama e li ha a cuore. State attenti a queste insidie e acquisite un buon comportamento; per questo, la verità e la rettitudine sono essenziali. Compilate azioni meritorie con motivazioni nobili e immergetevi nel sentimento dell'amore. (Discorso Divino My Dear Students, vol 2, cap 1). Depressione, dubbio e vanità sono dannosi per l'aspirante spirituale. Baba

25.1.14

Il cibo è essenziale affinché ognuno ricordi l'Atma. Dall'Anima Divina emerse l'Etere, dall'Etere venne l'aria, dall'aria nacque il Fuoco e dal Fuoco scaturì l'Acqua. Dall'Acqua si manifestò la Terra e questa

dette origine alle varie piante e al cibo. Infine dal cibo si sono evoluti gli esseri umani. Per raggiungere l'unione col Divino, si devono attraversare tutti questi stadi e prendere la via del ritorno. Il principio vitale presente nel corpo grossolano è chiamato Prana; nell'involucro del Prana c'è l'involucro della mente e dentro di esso si trova l'involucro più sottile dell'intelletto. Latente in questo, c'è l'involucro della Beatitudine. Molti individui si fermano dopo aver raggiunto l'involucro della Mente ma, per raggiungere la Beatitudine, voi dovete andare avanti oltre il cibo, la mente e l'intelletto. (Discorso Divino "Miei cari studenti", vol. 2, cap. 2). Come il cibo sano dà salute e forza al corpo, la preghiera purifica la mente e rinforza lo spirito. Baba

26.1.14

La vita di Shakuni nel Mahabharata è un classico da studio. Egli era la summa delle compagnie riprovevoli e dei pensieri cattivi, non soltanto era il nonno materno di Duryodhana ma anche il suo consigliere. L'ego di Duryodhana raggiunse il suo massimo in conseguenza dei consigli di Shakuni. L'ego non ha il potere della discriminazione e Duryodhana prese la via delle azioni malvagie e seguì i consigli malvagi che gli furono dati. Shakuni è ben noto per le idee malvagie, Duryodhana per l'egoismo e Dushasana per il comportamento riprovevole. Karna era una persona nobile ma, a causa della cattiva compagnia a cui si era legato, era pronto a fare azioni malvagie per cui gli antichi dicono che la cattiva compagnia è causa di azioni cattive. Karna divenne tristemente noto a causa della compagnia malvagia. Queste sono le lezioni che il Mahabharata ci offre; siate consapevoli di quanto sopra e dategli l'attenzione adeguata. (Discorso Divino - "My dear students" - vol 2, cap. 1). Il servizio esprime la Divinità nascosta in un essere umano. Allarga il cuore, distrugge la ristrettezza mentale e dà gioia. Le cattive qualità e tendenze dentro di noi possono essere scacciate attraverso il servizio. Baba

27.1.14

Il cibo satvico deve essere poco speziato e poco salato, deve contenere poco tamarindo (che dà il sapore acido) e non soltanto questo: non deve essere cucinato con troppo olio, deve essere fresco e non stantio (il cibo preparato al mattino non si dovrebbe consumare alla sera). Questo è il cibo satvico. Alcuni considerano satvico il latte; non c'è dubbio che il latte, lo yogurt e la frutta siano satvici ma, se consumati in quantità eccessiva, diventano tamasici e rendono le persone ottuse e sonnolente. Se prendiamo troppo yogurt, diventiamo tamasici quindi smettete di consumare latte o yogurt in grande quantità. E' bene mischiare una parte di acqua e una di latte. Il cibo che mangiate deve essere stato guadagnato e preparato con mezzi leciti e va offerto a Dio prima di consumarlo; solamente allora i sentimenti satvici si genereranno nell'essere umano. Se il cibo è ottenuto tramite la disonestà, genererà sentimenti malvagi. (Discorso Divino "Miei cari studenti", vol.2 cap.2). Per avere pensieri sacri e fare azioni sacre, il cibo satvico è essenziale. Baba

28.1.14

Le persone sono sviolate da desideri illimitati, vivono in un mondo di sogno dimenticando la Consapevolezza Suprema. Tenere i desideri sotto controllo e porre loro un limite è importantissimo. Invece di spendere disordinatamente per il nostro piacere, noi dovremmo offrire denaro per il sollievo dei poveri e dei bisognosi. Non fate l'errore di pensare che dare denaro per scopi nobili e buoni sia tutto ciò che è necessario per mettere in pratica il tetto ai desideri: dare ai bisognosi è bene ma altrettanto importante è non lasciare che i desideri si moltiplichino. Ambedue le cose devono accadere. I desideri materiali rendono irrequieta e disastrosa la vita quindi bisogna ridurli. I desideri sono una prigione, si può essere liberi solamente controllandoli; limitateli a quanto vi necessita veramente nella vita. Questo è il significato reale del "Tetto ai desideri". (Discorso Divino del 21 Novembre 1988). Controllate i desideri, non sprecate denaro, tempo, cibo e energia. Baba

29.1.14

La gelosia farà sì che l'individuo veda il male persino nel bene! Essa vi porterà alla distruzione in molti modi; sradicatela da voi al più presto altrimenti l'ego sarà il primo a seguirla. L'ego distrugge la

discriminazione, estirpa le qualità umane e vi trasforma in un demone. “Il dubbio, la gelosia, l’ego e la mancanza di fede sono quattro caratteristiche malvagie molto forti;” qualcuno che abbia in sé anche una sola di esse, col tempo, sarà rovinato. Acquisite una buona condotta e prendete sinceramente a comportarvi bene più che potete così, col tempo, otterrete lo stato di persona nobile. Non fate mai alcun lavoro per desiderio di denaro o di altri benefici; aspettarsi il frutto del lavoro è segno di avidità. Il risultato dell’azione dipende dall’azione stessa; potete aspettarvi il voto più alto ancor prima di cominciare a studiare? Invece di studiare mirando al voto, dovete studiare perché questo è il vostro dovere e farlo con dedizione totale. (“My Dear Students”, vol.2, cap.1). Il pensare che Dio favorisca alcuni e non altri nasce dalla gelosia. Baba

30.1.14

Il cibo è considerato Dio perché è la sorgente della vita, del corpo, della mente e del carattere delle persone. Mangiate solamente quanto vi necessita; non siate avidi, non prendetene più di quanto ne potete mangiare per sprecare l’avanzo. Sprecare il cibo è un peccato grande: ciò che vi è di troppo può nutrire un altro stomaco. Persino la maggior parte del cibo che consumate, la parte grossolana, viene eliminata come rifiuto; una piccola parte di esso, la parte sottile, è assimilata dal corpo e fluisce come sangue mentre una parte minuscola, che è la più sottile, forma la mente. La mente è quindi un riflesso del cibo che mangiate. Quando nelle nostre menti si presentano tendenze demoniache, sappiate che esse provengono dal cibo che consumiamo. Per ottenere il nutrimento reale, fate attenzione alla qualità del cibo; esso deve essere molto puro, pulito, santificato e satvico. (Discorso Divino “Miei cari studenti”, vol. 2. cap. 2). La natura del cibo determina lo stato della mente. “Cibo” non indica semplicemente ciò che si mangia ma include tutto ciò che è ricevuto attraverso i sensi e immagazzinato nella mente. Baba

31.1.14

Ognuno di voi deve chiedersi: “Per quale scopo sono venuto?” Se lo scopo è studiare, state seguendo il tracciato e imparando bene e sinceramente? Non dimenticate mai lo scopo della vostra esistenza. L’umiltà è il core effettivo dell’educazione e il suo aspetto più importante. Isvar Chandra Vidyasagar, un educatore rinomato in India, crebbe in mezzo a molte sfide: perse il padre e la madre lo allevò con difficoltà grande ma gli impartì delle lezioni molto importanti. Ella era solita dirgli: “Figlio, l’istruzione non è importante come le virtù; non far l’errore di abbandonare le virtù per il bene dell’istruzione. In una situazione difficile, va bene persino tralasciare l’istruzione se essa comporta la compromissione delle virtù. Le buone qualità sono la cosa più importante per chiunque; l’umiltà è l’ornamento vero di una persona educata”. (Discorso Divino “My dear students”). Siate umili, siate calmi e tolleranti. Cooperate con tutti e trattate tutti con cortesia e gentilezza. Baba

From:

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

Permanent link:

<https://www.mothersaipublications.it/saiwiki/doku.php?id=pensieri:2014:201401>

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

