



DISCORSO DIVINO

Quando c'è la salute...

3 giugno 1995

Non con la penitenza,
né con le abluzioni nelle sacre acque,
né con lo studio delle Scritture,
né con incessanti preghiere
si può attraversare l'oceano
dell'esistenza terrena,
il ciclo delle nascite e delle morti,
bensì solamente con il servizio
ai semplici.

L'uomo cerca di attraversare l'oceano del samsâra con penitenze, pellegrinaggi ai santuari, studi scritturistici ed esercizi di meditazione, ma tutte queste cose non hanno alcun valore senza il servizio alla gente semplice. Il servizio ingloba e sostituisce tutte queste pratiche.

La salute: bene primario

La salute è essenziale al raggiungimento delle quattro finalità dell'esistenza umana, i purushârtha, che sono l'acquisizione del benessere per mezzo della rettitudine e l'evoluzione del desiderio in vista della liberazione. Senza un buon stato di salute, l'uomo non è in grado nemmeno di assolvere gli impegni più banali. Perciò si dice Health is wealth, «La salute è ricchezza».

Eppure l'uomo, a causa del nefasto influsso dell'Era delle Tenebre, è vittima di ogni genere di disturbi e, nonostante disponga di qualunque patrimonio, ricchezza ed agio concepibili, non gode la pace della mente. Non che manchino i dottori, ma c'è da chiedersi perché mai, pur fra tanti piaceri, l'uomo sia afflitto dalla malattia? In verità, ad essere in incessante aumento sono i disturbi psichici più che quelli fisici, e la malattia mentale prodotta da tensioni e preoccupazioni è all'origine di tanti disturbi fisici.

L'uomo d'oggi è afflitto dall'insoddisfazione. Non appena ha dato fondo a una serie di desideri, ne affiora subito un'altra. Si è più contenti quando si pone un freno ai desideri.

Il pensiero agisce sulla materia

Inoltre, a causa della degenerazione morale in atto nel Kali Yuga, i cinque elementi-base della natura – etere, aria, fuoco, acqua e terra – sono inquinati. L'acqua che beviamo è impura; l'aria che respiriamo è inquinata; il cibo che consumiamo è contaminato. Di conseguenza, la mente si corrompe.

È ora che l'uomo comprenda quale sia l'autentico rapporto che esiste tra il pensiero e la materia. Quando si chiede a qualcuno un'opinione, ti risponde: Don't mind (Non mi interessa); se gli chiedi qualcosa su un argomento, ti dice: It doesn't matter (Non importa). E, in questa indifferenza, l'uomo finisce per non capir più che significhi mente (ingl. mind) e materia (ingl. matter). Solo quando ha capito la natura della mente egli è in grado di riconoscere la vera natura dell'umanità.

Che cos'è la mente? Non è qualcosa di negativo, bensì di positivo; rappresenta il potere dell'Âtma, la forza del pensiero. Il pensiero può viaggiare coprendo un'indefinita distanza nello spazio; riesce ad esplorare i campi d'energia dell'atomo. Il pensiero sa riconoscere la verità che resiste alle tre

dimensioni del tempo: passato, presente e futuro. La mente è quindi assolutamente indispensabile alla vita quotidiana dell'uomo ed è una parte intimamente essenziale della sua vita. È la sorgente di ogni forza. L'uomo moderno è insensibile all'importanza e ai poteri della mente.

La ricerca della felicità

Dalla nascita alla morte, gli uomini cercano di essere felici. È una ricerca che ha inizio sui banchi di scuola; ma l'istruzione non conferisce felicità. Poi desidera un lavoro, che però non lo rende felice; si sposa credendo che ciò serva a dargli felicità, ma ciò non accade perché anche la moglie ha la stessa pretesa. Allora protesta: «Mia moglie è una musona». Qual è la ragione di questo sentimento? L'ego ne è la causa. Man mano l'uomo cresce, insieme a lui cresce anche il suo egoismo. I desideri vanno aumentando, uno dopo l'altro, e la loro soddisfazione non gli dà mai la felicità che cerca.

Dove trovare questa felicità o questa beatitudine? Non certo nelle cose materiali, né nei piaceri di natura fisica. La verità è che l'uomo è l'incarnazione della beatitudine, ma egli la va cercando al di fuori di sé stesso. Questo è un tipico segno di ignoranza. Come può garantirsi la felicità al di fuori di sé, se egli stesso è l'incarnazione della felicità?

Oggi l'uomo, nonostante tutta la sua ricchezza, è infelice, è incessantemente tormentato dalla mancanza di pace. Qui vengono devoti da ogni parte del mondo e ognuno di loro reclama pace: «Io voglio pace». Tre parole: io, voglio e pace. "Io" è l'ego; "voglio" è il desiderio. Togliete l'ego e il desiderio, ed avrete la pace. L'ego e il desiderio hanno nascosto la pace. Una volta rimosso l'involucro, si manifesterà da sé la pace.

Felicità nei valori umani

Solo quando si gode buona salute è possibile condurre una vita felice, beata. La ricchezza può offrire delle agiatezze, ma non la pace; potrà farvi avere un palazzo di più piani, ma vi toglierà il sonno. Gli agi fisici che può procurarvi la ricchezza non danno felicità: potete dormire su materassi soffici, tra due guanciali e alla frescura di un condizionatore, ma se non avete pace nel cuore, a che vi serve tutto questo? Il corpo è una bollicina d'acqua, la mente una scimmia; non seguite né l'uno né l'altra, ma la coscienza.

L'uomo d'oggi non segue la coscienza; si abbarbica invano al corpo e alla mente. Egli deve andare a fondo del problema «Chi sono io?». Scoprirà allora che corpo, mente e sensi non sono che strumenti e che egli ne è il padrone. Oggi il padrone si è fatto schiavo del suo corpo e della sua mente, mentre invece dovrebbero essere loro i suoi servitori. Siete voi l'anima: fatela essere la base di tutte le vostre attività.

Oggi l'uomo sta dimenticando la sua essenza, che è quella di essere umano. La sua peculiarità primaria sta nell'aver coscienza dei valori umani: Verità, Rettitudine, Pace e Amore. Per accendere una lampadina servono dei fili, un interruttore e la corrente elettrica. Per l'uomo quella corrente è la Verità oppure Dio. Si tratta di energia, un'energia divina che deve passare attraverso il filo della Rettitudine, giungere alla lampadina della Pace e produrre la luce dell'Amore. L'amore è Dio: vivete in amore. L'amore è tutto; senza amore, l'uomo sarebbe un morto vivente.

L'origine della malattia

L'amore, a seconda della persona, si esprime in maniere diverse, ma, nella sua essenza, è unico. L'amore, come viene vissuto oggi, è contaminato dall'egoismo, sia che si tratti della madre, della moglie, dei figli o d'altri. L'egoismo umano sta corrompendo tutta la società. È naturale attaccarsi ad altre persone, ma occorre stare entro certi limiti. Quando questi limiti si oltrepassano, l'attaccamento diventa un morbo. Ciò vale per tutti i casi: l'eccesso di desideri fa sì che l'uomo soggiaccia ad ogni

genere di malattia.

La più diffusa causa di malattie fra la gente oggi è la tensione. Ma, qual è la causa della tensione? È l'indulgere nelle più svariate intemperanze. Gli uomini debbono imparare a moderare l'andatura febbrile nel modo di vivere. La fretta è causa di ansia e l'ansia produce malattie. Hurry, worry and curry sono causa di malattie cardiache: («Fretta, spezie e affanno al cuor fanno un gran danno», si potrebbe coniare il proverbio, NdT). La prima cosa che dunque si richiede è il controllo del cibo e del pensiero. Se terrete sotto controllo questi due elementi, non ci sarà mai posto per la malattia.

Il valore di un occhio della testa

Oggi nel nostro ospedale è stata inaugurata un'altra sala operatoria (di chirurgia oftalmica). Ai medici è noto come nell'occhio ci siano milioni di cellule che reagiscono ai raggi luminosi. Se alcune di queste cellule si ammalano, la vista ne rimane offesa. L'occhio è per l'uomo l'organo che nella comprensione dell'Universo riveste la massima importanza; perciò, va considerato come uno strumento sacro.

Non potete cambiare il creato, ma potete avere una giusta visione dell'Universo modificando la vostra visione. Eccovi una storiella che vi spiega come. C'era una volta un re a cui era venuto un gran mal di stomaco. Qualunque medicina gli somministrassero i medici non gli era di alcun giovamento. Allora convocò un grande yoghi, il quale, interpellato, gli disse che per il suo disturbo doveva trattare la vista: avrebbe dovuto vedere nessun altro colore all'infuori del verde. Congedato lo yoghi, il re diede subito ordine di dipingere di verde ogni angolo del suo regno. Un po' di tempo dopo, lo yoghi tornò e vide che la gente era tutta intenta a metter vernice verde dappertutto. Quando ne chiese la ragione, gli fu risposto che quelli erano gli ordini del re. Allora lo yoghi andò dal re e gli disse che, per vedere tutto in verde, tutto ciò che bastava fare era mettersi un paio d'occhiali verdi. Non era proprio il caso di cimentarsi nell'assurda impresa di dipingere tutto di verde!

Allo stesso modo, se noi cambiamo il nostro modo di vedere, sperimenteremo la pace. Quando si guarda al mondo secondo una visuale d'amore, se ne ricava pace e tutte le malattie guariscono. La maggior parte della malattie sono psicosomatiche, hanno cioè origine dalla mente. Ogni cosa ha un fondamento psicologico. Quando una persona percepisce in sé qualcosa di sbagliato, fa nascere una malattia. Mens sana in corpore sano: la salute della mente è necessaria a quella del corpo. Ma non basta essere fisicamente in salute; l'uomo ha bisogno anche della Grazia di Dio, e, per acquisirla, dovete coltivare l'amore di Dio.

Oggi l'amore è divenuto una forma d'esibizionismo, ma l'amore genuino dovrebbe sgorgare dal cuore. Incominciate il giorno con amore, trascorrete il giorno con amore, terminate il giorno con amore: questa è la via verso Dio. Se il vostro amore cresce, la malattia non vi sfiorerà.

La salute di Swami

Io ora vado per i settant'anni. Riesco a vedere persino una formica da lontano, senza scomodare un potere divino; è per un semplice potere fisico. Per quale ragione, vi domanderete. Dipende dal controllo della dieta. Il mio peso corporeo è rimasto lo stesso per sessant'anni: 108 libbre soltanto (quasi 49 chili). Bisogna mantenere per tutta la vita un giusto equilibrio e ci dev'essere equilibrio anche nel campo della conoscenza e in vari altri campi. Gli studenti inquinano la loro conoscenza vedendo cose cattive, ascoltando discorsi cattivi e formulando pensieri non buoni. L'esser poi dediti alla visione di film guasta la loro mente. Dovrebbero imparare a condurre una vita pura, perché solo allora potranno sperimentare gioia vera e salute.

Incarnazioni del Divino, siate consci del valore della salute. È indispensabile esser modici per mantenerla. Abbiate delle abitudini regolari; sviluppate le buone maniere, caratteristica che distingue un vero uomo. Così pure, buono è il devoto che compie il proprio dovere. Il dovere è Dio. Ciascuno deve potenziare quell'educazione che si richiede nella vita di tutti i giorni. Ciò che si fa per

consuetudine dovrebbe essere tale da arrecare soddisfazione. Dovete comportarvi in maniera corretta non per ostentarlo agli altri, bensì per il vostro stesso bene. Vi sentirete realizzati, quando sarete soddisfatti di voi stessi.

A questo fine dovete proporvi di aver fiducia in voi stessi. La maggior parte della gente oggi non si fida di sé ed è continuamente tormentata da dubbi. All'epoca di Gesù ci fu un solo Tommaso che dubitava, ma oggi ci sono solo dei Tommasi dubbiosi. Ognuno dubita di chiunque altro.

Due cose sono essenziali a tutti: una salute buona e felicità: la salute per il corpo, la felicità per lo spirito. Con queste due ali potete librarvi a qualsiasi altezza. Giacché avete bisogno di entrambe le cose, dovete assicurarvi la Grazia di Dio, per ottenere la quale dovete impegnarvi in attività sane. Tenete bene a mente le tre P: Purezza, Pazienza e Perseveranza. Con queste tre virtù è giocoforza che abbiate buona salute e felicità.

Potete crederci oppure no, ma la verità è che queste tre qualità sono la vera causa del mio stato di salute e della mia beatitudine. Io sono sempre felice. Vorrei mettermi a correre, ma non c'è un posto ove possa farlo. Posso elevare chiunque a quest'età, poiché questa forza è presente in potenza in ciascuno; ma viene sprecata. Qualunque cosa si potrebbe fare se si economizzasse debitamente questa energia.

L'Ospedale di Whitefield

Quest'ospedale qui è partito dal piccolo, con una stanza sola e, negli anni, si è esteso. La Dr.ssa Rajeswari, madre di Srinivas (ex custode dell'ostello di Brindavan), lavorò sodo per sviluppare l'ospedale, dedicando ogni suo guadagno all'espansione dell'edificio e lavorando giorno e notte. È passata recentemente a miglior vita, nell'ospedale stesso.

Le è succeduta la Dr.ssa Savitri, la quale ne continua il lavoro. Lavora instancabilmente, facendo tutto da sola. Col suo lavoro per i pazienti sta lei stessa riducendosi a paziente. Dovrà prendersi cura del proprio stato di salute. Solo quando il medico è in buona salute può curare i pazienti, poiché come è il dottore, così è il paziente. Perciò Savitri deve aver cura della sua propria salute. Questo è tutto quanto serve, perché l'ospedale sta espandendosi giorno dopo giorno. Srinivas si renderà utile per tutto ciò che serve. E poi ci sono altre persone che, in un modo o nell'altro, fanno un servizio all'ospedale.

L'Ospedale di Whitefield, che ha aperto i battenti con una stanza sola, sta per diventare un grosso complesso. I medici debbono far fronte ad una richiesta sempre più crescente di servizi e, nello stesso tempo, il numero dei pazienti è in continuo aumento. Tutti i servizi ospedalieri sono gratuiti: ai pazienti non viene chiesto nemmeno un centesimo. È un'assistenza gratuita che non ha pari in tutto il resto del mondo.

Etica medica

E questo vale per il Super-Speciality Hospital di Prashantigram. Gli altri ospedali del mondo sono diventati dei grossi centri d'affari. In effetti, lo spirito commerciale si è diffuso in ogni campo: l'istruzione scolastica è un commercio, la musica è un commercio, la salute è un commercio. Il mondo intero è diventato una piazza da mercato. Il servizio sanitario dovrebbe essere gratuito per tutti; vi sono persone, e sono tante, che non possono permettersi di affrontare i costi di una cura medica. I dottori dovrebbero rendersi gratuitamente disponibili a queste persone. Non fraintendete però le mie parole: anche nei profitti ci dev'essere un limite. Molti medici sono irresoluti; si fanno assumere da un ospedale che offre un buon salario, ma dopo un mese o due, si aggregano ad un nuovo ospedale che promette loro un'entrata maggiore. Quanto tempo è probabile che rimaniate nell'altro ospedale? Se vi comporterete come quei medici, vi giocherete la fiducia della direzione ospedaliera. Si comporta così anche i lavoratori comuni; vanno in trasferta da un posto all'altro. La cosa migliore sarebbe quella di

mantenersi fissi in un lavoro per tre o quattro anni. Allora la vostra professione ne guadagnerà spontaneamente in stima.

I medici sono ossessionati dal guadagno; dovrebbero invece applicarsi di più ai pazienti. Concentrandosi sui loro pazienti, progrediranno fino a diventare dei dottori eccellenti. Ispirate fiducia nei vostri pazienti, e qualsiasi farmaco prescriviate opererà meraviglie. Il paziente indicherà un tal medico come un "bravo dottore". Un buon (good) dottore diverrà a suo tempo un dottore-Dio (God). Vaidyo nârâyano harih, è stato detto: «Il medico è la Divinità in persona». I medici dovrebbero adempiere il loro servizio in questo spirito. Il servizio è Dio.

Nel nostro ospedale, come del resto altrove, si sta svolgendo un buon lavoro. L'India non sarebbe quella che è se non avesse della gente buona. Potrebbe mai il mondo sperimentare la luce se non fosse per la gente che la merita? Nel mondo ci sono buoni e cattivi, ma tutti dovrebbero diventar buoni e trasformarsi in devoti. In ciascuno è presente il medesimo Ātma. I medici dovrebbero seguire i loro pazienti, usando verso di essi le stesse cure che avrebbero per i loro parenti. Allora tutti sperimenterebbero una gioia equanime.

Whitefield, 3 Giugno 1995.

Sri Sathya Sai Hospital.

(Trad. dal Sanathana Sarathi, Luglio 1995)

L'egoismo è come un pallone pieno d'aria: se lo pungi, l'aria che c'è dentro si mescola a quella di fuori. Quando il pallone è sgonfio prende piede l'amore altruistico.

Ama tutti e coltiva una compassione universale. L'amore di sé dovrebbe evolvere in amore di Dio, che è la più alta forma di amore. Saliamo dallo stadio più basso dell'amore verso quello più alto, proprio come ascendiamo dal livello inferiore di verità per giungere a un livello superiore.

Solo nell'altruismo ti sarà possibile pervenire allo stato di divinità.

– Baba