



## DISCORSO DIVINO

### Purificate le mente e focalizzatela sulla Divinità

13 ottobre 2002

'Oh, mente stolta! Perché ti volgi dappertutto alla ricerca di Brahma, quando Egli è presente in te? Volgiti all'interno e lo troverai. Non c'è fortuna maggiore di questa.'  
(Poesia Telugu)

Incarnazioni dell'Amore!

La creazione di Dio è meravigliosa e misteriosa. Gli aspiranti spirituali intraprendono varie pratiche spirituali per avere la visione di Dio. Ogni 'mantra' è una combinazione di parole con significati interiori profondi. Ha miriadi di significati, ma dobbiamo cogliere quello che è adatto al luogo ed alle circostanze in cui ci troviamo. La Divina Dakshinamurti comunicò il recondito significato di questi mantra, a beneficio dei ricercatori, affinché essi potessero capirli con facilità e potessero sperimentare la beatitudine. Insegnò i mantra al mondo in modo semplice e chiaro.

Dette particolare enfasi alle tre parole che rappresentano l'individuo (Jiva), Dio (Deva) e la mente (Manas).

Qual è il ruolo della mente, che separa l'individuo e Dio? Dio è l'incarnazione della coscienza (Chaitanya). Alla mente è assegnato il compito di mettere insieme la materia inerte (jada) con la coscienza.

L'individuo, Dio e la mente, in congiunzione, costituiscono un mantra.

Il termine usato per descrivere questi tre è 'Jivisvaraprakriti'. Il dovere della mente è quello di trasformare l'individuo nel Divino. Ma come fa la mente a svolgere questo ruolo?

L'individuo è rappresentato dal termine 'Vyashti', mentre Dio è l'incarnazione della Società (Samasthi). La mente è una combinazione di 'Vyashti' e 'Samasthi'.

Quindi, la mente è dotata di energia sacra. In quest'era moderna, la mente viene descritta come una scimmia pazza. Non è una scimmia pazza, come crede la gente. La mente rappresenta l'umanità.

Funge da connessione fra l'uomo e Dio. Ecco perché la mente è altamente sacra e potente.

'La mente è responsabile sia della schiavitù che della liberazione dell'uomo.' Il potere della mente è unico. Ma la gente non ha afferrato la grandezza della mente e pertanto non le accorda il dovuto rispetto. Non hanno nemmeno capito il corretto significato della parola 'mente' e la usano per frivoli compiti mondani. La mente è molto intensa e possiede svariate sfaccettature. È dotata di purezza, valore, coraggio etc. Nessuno è riuscito a capire la natura ed il potere della mente.

Senza la mente i termini 'Jiva' (individuo) e 'Deva'(Dio) perdono il loro significato.

La mente dimostra il suo grande potere connettendo l'individuo e Dio.

Dovete sforzarvi di capire la differenza fra mente, individuo e Divinità interiore.

Come vi ho detto ieri, la mente rappresenta Vishnu, il respiro Isvara e la parola Brahma. Si dice che Vishnu sia emerso dall'ombelico di Brahma. Allo stesso modo, la parola ha origine dalla mente.

La parola è dotata di immenso potere. I Veda e le Upanishad contengono molti insegnamenti, ciascuno dei quali consiste in tre parole. Queste parole diventano 'mantra' esse stesse. Non tutti possono capire l'essenza di questi 'mantra'.

'Tat Twam Asi' (Quello sei Tu); 'Ayam Atma Brahma' (questo Atma in verità è Brahma); 'Sarvam Khavidam Brahma' (in verità tutto questo è Brahma); 'Brahmavid Brahmaiva Bhavati' (il conoscitore di Brahman diventa Brahma egli stesso): tutti questi insegnamenti delle Upanishad sono in realtà 'mantra' sacri. Persino i Nomi Divini, che sembrano mere denominazioni, sono 'mantra'.

Ci sono quattro profonde affermazioni in ciascuno dei quattro Veda. I Rig Veda, Yajur Veda, Sama Veda e Atharvana Veda: questi danno la vera essenza dei Veda. Ciascun 'mantra' contiene l'essenza di tutti i 'mantra'. Perciò non è necessario conoscere tutti i 'mantra' ed i loro significati.

Prendete ad esempio 'Tat Twam Asi' (Quello sei tu) e 'Aham Brahmasmi' (io sono Brahma). Se indagate a fondo, vedrete chiaramente che il significato è lo stesso. Il mantra 'Sarvam Khavidam Brahma' (in verità tutto questo è Brahma) trasmette anch'esso la stessa Verità.

A questo modo tutti i mantra proclamano essenzialmente la stessa Verità. La vera pratica spirituale consiste nella comprensione di questa unità. 'Brahmavid Brahmaiva Bhavati' (il conoscitore di Brahman diventa Brahma egli stesso). Chi realizza l'unità in verità diventa Dio. Questo è il messaggio delle Upanishad.

Incarnazioni dell'Amore!

Voi siete Dio. Capite questa Verità innanzitutto. Tutti sono divini.

Allora, potete chiedervi, per quale motivo è necessario adorare Dio?

Dovete adorarlo fino a quando capite e sperimentate questa unità. Voi conducete una vita molto comune e mondana. Come potete aspettarvi, stando così le cose, di capire il principio divino e trascendentale?

Voi siete dei sé individuali (Vyashtiswarupa), mentre Dio è la Forma Cosmica (Samashtiswarupa). Non è possibile per Vyashti capire Samashti. Né le pratiche spirituali, né il canto dei mantra possono trasformare Vyashti in Samashti. La trasformazione è possibile solo quando Vyashti si identifica con Samashti. Vyashti deve credere fermamente: "Io sono Dio".

Un vasaio prende dell'argilla dalla sponda del fiume, la mescola con l'acqua, la mette su una ruota e fa dei vasi. Il vaso non tiene l'acqua se prima non subisce il raffinamento per mezzo del fuoco ('Agni Samkara'). Proprio come il vaso diventa forte quando passa dal fuoco, l'uomo diventa Dio quando viene raffinato nel fuoco della saggezza. Il vaso fatto dall'argilla alla fine si disintegrerà nuovamente e diventerà uno con essa. Allo stesso modo, ogni oggetto ed ogni essere in questo mondo alla fine tornerà alla sua fonte d'origine. Gli esseri umani possono essere paragonati ad un vaso di terracotta e Dio al vasaio. Se il 'vaso' non passa per il fuoco della saggezza, si romperà al momento dell'uso.

Che cos'è la saggezza? La percezione della non-dualità è la saggezza.

Si deve raffinare se stessi nel fuoco della saggezza e sperimentare il non dualismo.

L'argilla prende valore quando viene raffinata e diventa un vaso di terracotta. L'oro prende valore e forza quando viene trasformato in un bel gioiello. Allo stesso modo, la raffinazione rende manifesta l'energia latente nell'uomo e ne aumenta il valore. La volontà di Dio è Vajra Sankalpa.

Dio è conosciuto come Hiranyagarba (Colui che ha il grembo d'oro). Egli è presente in tutti. Visto che siete incarnazioni di Dio, io vi chiamo 'Bangaru' (oro)! Avere l'oro non basta. Bisogna farne dei gioielli. Per farne dei gioielli, all'oro si devono aggiungere degli altri metalli, quali il rame, l'ottone etc. Solo allora l'oro diventerà forte, pesante e resistente.

Gli studenti di scienze capiranno queste cose con facilità. Il cibo che assumiamo contiene molti metalli come l'oro, il rame, il ferro, etc. Il ferro è contenuto particolarmente nei vegetali a foglia. Il tamarindo ed il limone sviluppano l' 'amia', che è il costituente di base nella formazione delle cellule. In questo modo il cibo rende il vostro corpo più forte.

I sogni che avete sono veramente le reazioni al cibo che mangiate ed alle vostre abitudini. C'è una relazione intricata ed inseparabile fra il cibo, la testa e Dio. Il cibo svolge un ruolo vitale nel sentiero spirituale. Se consumiamo il giusto tipo di cibo, esso ci aiuterà nel nostro sforzo di capire la Divinità. Com'è il cibo, così è la mente. Solo chi ha una mente pura può capire la Divinità. Per coltivare la purezza di mente dovete assumere cibo puro e sattvico. Dovete considerare il cibo come Dio.

Viene detto: Yad Bhavam Tad Bhavati (come pensi, diventi). Se considerate il cibo come mera materia, esso rimarrà tale. In conseguenza a ciò che percepite, le cose cambiano. Prendete ad esempio l'energia magnetica nel corpo. Esso viene trasformato in energia elettrica. Dà origine

all'energia sonora e sviluppa lo

splendore radiante. I gioielli splendono di più se vengono lucidati.

Allo stesso modo l'uomo è dotato di fuoco interiore o splendore radiante (Tejas), che è conosciuto come Chaitanya Shakti (energia della Coscienza).

Se indagate a fondo, potete visualizzare Dio in ogni essere umano ed in ogni materiale. La materia non dovrebbe essere considerata come mera materia (padartha), ma come essenza della Divinità (Parartha). C'è un abisso di differenza fra il padartha ed il Parartha.

Il primo corrisponde alla materia del mondo, mentre il secondo è il principio divino trascendentale. Dato che padartha viene visto come mera materia, e non come Parartha, il suo valore si abbassa.

Qui si dà valore a ciò che non ha un vero valore. Dall'altra parte invece non stimiamo convenientemente ciò a cui dovremmo attribuire il massimo valore. La mente è responsabile di tutto questo.

Dobbiamo pertanto purificare la mente e focalizzarla sulla Divinità. Se la mente viene focalizzata sulla Divinità anche il nostro splendore radiante aumenta.

Oggi l'uomo spreca la sua energia intrattenendo cattivi pensieri e cattivi sentimenti. Per tenere a bada i cattivi sentimenti si devono sviluppare pensieri Divini. Quali sono i pensieri Divini?

Dovete considerare tutti come Divini. ogni goccia di sangue nel vostro corpo è soffusa di Divinità.

Il cibo genera il sangue e l'energia nel corpo. Questa energia Divina dev'essere utilizzata appropriatamente intrattenendo buoni pensieri. Non si può mangiare il riso nella sua forma nativa.

Dev'essere ripulito dalla buccia e raffinato, e quindi cotto bene. Solo allora sarà adatto ad essere consumato. Quando il chicco integrale (con la buccia) sottostà al processo di raffinazione e diventa riso, il suo valore aumenta moltissimo. Il processo di raffinazione include la strofinatura, la mondatura, la rimozione della polvere e la lucidatura.

Allo stesso modo, non si può ottenere la felicità solo chiedendola.

Bisogna lavorare per ottenerla.

Più si lavora giustamente, maggiore sarà la ricompensa. Si deve essere preparati a lavorare duramente e a venir raffinati. Studiare, mangiare, camminare, stare seduti, correre, sorridere e piangere, tutti questi [atti] fanno parte del processo di raffinazione.

Come può il pianto raffinare l'uomo? Quando si piange, si elimina l'acqua impura. Il processo di raffinazione consiste nell'accettare ciò che è buono e rifiutare ciò che non lo è. Per esempio, considerate il nostro processo respiratorio. Noi inaliamo ossigeno ed esaliamo biossido di carbonio (anidride carbonica).

Ovunque si celebri un matrimonio, la gente si riunisce in gran numero e una grande quantità di biossido di carbonio viene prodotta e rilasciata nell'atmosfera, che ne viene inquinata. Le foglie verdi assorbono l'anidride carbonica e rilasciano ossigeno. Questo è il motivo per cui i nostri antenati decoravano il luogo ove si svolgeva un matrimonio con stendardi di foglie fresche di mango e foglie di piantaggine.

Sfortunatamente la gente ha dimenticato il significato profondo di questa tradizione sacra. Essi decorano le loro case con stendardi di foglie di plastica perché durano a lungo ed è più facile procurarsele. In nome del 'modernismo', essi rovinano la propria salute. Non capiscono la sacralità del cibo. Adottano metodi moderni di preparazione del cibo e nel processo sprecano molto denaro. Il modernismo li ha resi pigri. Sono pronti a pagare una rupia ad un facchino affinché trasporti delle verdure che vengono vendute a mezza rupia. Questo è lo stato misero in cui si ritrova l'economia.

**Incarnazioni dell'Amore!**

Considerate il cibo come Dio e non come materia. State attenti a che il cibo che ingerite aiuti a mantenervi in buona salute. Non consumate cibo stantio: è come veleno.

**Studenti!**

Voi non state mettendo in pratica ciò che studiate. Avete imparato che la combinazione di idrogeno ed ossigeno risulta in acqua, ma a quanto vi serve questo nella vostra vita

quotidiana? Qual è l'utilità di fare esperimenti in laboratorio se la gente non ne trae beneficio? Oggi la gente in molti posti soffre per la scarsità d'acqua. È possibile mescolare l'idrogeno e l'ossigeno e far sì che la gente abbia acqua? No. Ci sono molti fiumi in India, ma a che cosa servono? Le loro acque fluiscono verso il mare senza venir usate appropriatamente. Oggi molti stati litigano fra di loro a causa dell'acqua. Perché non fanno un uso appropriato dell'acqua disponibile? Fate un uso appropriato dei fiumi che fluiscono in India, che è una terra sacra e prospera. Si è guadagnata l'appellativo di 'terra piena di cibo' ('Annapurna').

Ma oggi la gente in India soffre per la mancanza di cibo. Per quale ragione? La gente usa male le risorse disponibili. Se le usate in modo appropriato, sia voi che i vostri fratelli potete essere felici.

Incarnazioni dell'Amore!

Non sprecate nulla. Nemmeno quando vi lavate le mani. Molta gente apre troppo il rubinetto ed in questo processo viene sprecata molta acqua. Lo spreco dell'acqua Mi provoca un vero dolore. Non sprecate l'acqua, non sprecate il cibo. Molta gente al mondo sta morendo di fame. Perciò, invece di sprecare il cibo, datelo a coloro che ne hanno tanto bisogno. Ci sono alcuni che evadono dalla realtà dicendo che il cibo che gettano via non va sprecato, in quanto se lo mangeranno i cani. Nemmeno i cani toccheranno quel cibo, perché sarà in uno stato di completo deterioramento.

In quest'era moderna non solo gli esseri umani, ma anche gli animali sono molto intelligenti. Decidono di mangiare o meno, solo dopo aver annusato [il cibo]. Non sprecate il cibo, il tempo, l'energia e l'acqua. Dovete capire che il tempo è molto importante. Il tempo sprecato è vita sprecata. Ieri vi ho parlato a lungo di vari argomenti. Dato che parlo tutti i giorni, la Mia voce diventa più forte e più chiara, e questo vi dimostra che quando dite delle buone parole diventate più forti. Non indulgete in chiacchiere inutili.

Parlate solo quando è necessario. Non sprecate le vostre parole. Se parlate a voce alta, questo equivale a sprecare le parole. Solo coloro a cui sono destinate devono udire le vostre parole.

Ci sono alcuni che parlano a voce altissima persino mentre camminano in strada. Nessuno avrà rispetto di gente siffatta. Dovete sostenere il rispetto di voi stessi e manifestarlo mediante ciò che dite e attraverso la vostra condotta. 'Senza disciplina, non può esserci benessere'.

Perché cammino lentamente? Solo per far sì che abbiate un Darshan più lungo. Posso camminare molto più velocemente, ma non voglio perché camminando lentamente, per vostra contentezza, potete avere tutti il Mio Darshan. Sono felice se voi siete felici. Cammino lentamente per rendervi felici.

Studenti!

Non parlate senza freno. Vi guadagnerete il rispetto altrui solo quando rispetterete le vostre parole. Potete studiare bene e prendere buoni voti, ma questo non basta. Dovete sviluppare fiducia in voi stessi e seguire i dettami della vostra coscienza. Se soddisfatte la vostra coscienza, otterrete senz'altro una posizione elevata nella vita.

Abraham Lincoln nacque in una famiglia povera. Durante l'infanzia non aveva nemmeno cibo a sufficienza. I suoi vestiti erano lacerati e sporchi. I suoi compagni di scuola, di famiglia ricca, si prendevano gioco dei suoi vestiti. Lincoln non riusciva più a sopportare una tale umiliazione. Un giorno tornò a casa da scuola piangendo. Quando sua madre gli chiese perché piangesse, egli rispose che i suoi compagni si prendevano gioco della sua povertà.

Voleva un paio di vestiti nuovi. Sua madre lo consolò e gli disse: "Figlio, lascia che gli altri dicano quel che vogliono. Rispetta tutti. Non odiare nessuno. Capisci la situazione della tua famiglia ed agisci di conseguenza. Con le nostre magre entrate non possiamo permetterci di comprarti un nuovo vestito.

Fa' che il tuo abito sia ordinato e pulito. Sviluppa la fiducia in te stesso. Tieni alto il rispetto di te stesso."

Le parole di sua madre fecero un'impressione indelebile sul cuore tenero di Lincoln. Seguì i consigli di sua madre ed alla fine divenne Presidente d'America. Riuscì ad occupare una posizione così elevata per merito della fiducia in se stesso. Rispettò tutti.

Vi dò il Mio stesso esempio. Quando ero in terza e quarta elementare avevo solo un paio di pantaloncini corti ed una camicia. Non mi potevo permettere di darli ad un dhobi (lavandaio; N.d.T.) per farli lavare e stirare. Ogni giorno, quando tornavo da scuola, mi avvolgevo in un asciugamano e mi lavavo il vestito. Mettevo delle braci in un piccolo contenitore di metallo e me lo stiravo. Successivamente avevo solo due vestiti per tutto l'anno.

Ogni volta che Pedda Venkama Raju mi chiedeva se avevo bisogno di un nuovo vestito rispondevo: "Ne ho a sufficienza. Non ho bisogno di nulla." Non volevo che venissero sprecati dei soldi. L'uso sbagliato del denaro è malvagio. A quei tempi un paio di pantaloncini corti ed una camicia costavano solo un paio di 'anna' (monetine indiane). Ma non li chiesi mai comunque.

Facevo sempre il Mio Lavoro da solo. La gente può pensare che Swami ha molti servi che fanno il Suo lavoro. Nessuno deve servire ed Io non Mi aspetto nessun servizio dagli altri. Sin dalla Mia infanzia, Io ho sempre rispettato tutti. Oggi il mondo intero Mi rispetta. Come vi ho detto l'altro giorno, se amate e rispettate tutti sarete amati e rispettati da tutti.

Amate tutti, senza considerazione di casta, lingua, religione e nazionalità. Allora Dio riverserà su di voi la Sua Grazia. Più servirete gli altri con spirito di sacrificio, maggiore sarà la ricompensa.

Agli studenti moderni manca la bontà. Non si interessano dei loro genitori. Indossano ogni tipo di vestiti stravaganti e vagabondano per le strade. Gli studenti devono sviluppare umiltà e rispettare gli altri. Non dovete parlare agli anziani in modo irrispettoso.

Innanzitutto imparate a rispettare tutti. Se volete guadagnarvi un buon nome, la vostra condotta dev'essere buona. Oggi tutto il mondo Mi rispetta, perché Io rispetto tutti. Chiamo i devoti 'bangaru' (oro) e parlo loro in modo amabile. Anche voi dovete imparare a parlare in modo amabile. Lincoln affrontò un'acuta povertà ma andò avanti nella vita per merito della sua umiltà e fiducia in se stesso. Emulate il suo ideale.

Siete soddisfatti di ciò che avete. Non intrattenete desideri eccessivi.

Studenti!

Molti insegnamenti sacri sono contenuti nella Upanishad. Metteteli in pratica e guadagnatevi un buon nome. Non avete bisogno di diventare grandi, è sufficiente che siate buoni.

Bhagavan ha concluso il Suo Discorso col Bhajan: 'Hari Bhajana Bina Sukha Santhi Nahin...'

Prasanthi Nilayam, Sai Kulwant Hall, 13 ottobre 2002  
Festività di Dasara