Discorso Divino
Bhagavân Shrî Sathya Sai Baba
19 Febbraio 2004

Concentrare la mente su Dio è vera disciplina spirituale

Naciketas, figlio di Vâjashravas, pregò il Signore Yama di insegnargli l'Âtmavidyâ(1). Allora, il Signore Yama disse: "O figlio dell'Immortalità, ascolta! Come prima cosa stabilisci il tuo legame con la sorgente dalla quale sei venuto in questo mondo". Inoltre disse a Naciketas che, poiché il corpo è impermanente come una bolla nell'acqua e la mente è effimera, entrambi devono essere messi da parte; ciò significa che non bisognerebbe dar loro alcuna importanza, mentre invece ci si deve sforzare di comprendere la Verità fondamentale.

Il Signore del Kailâsa

Il Signore del Kailâsa ha manifestato la Sua forma divina,
con la luna crescente che Gli adorna il capo,
la fresca acqua del Gange che scorre tra i Suoi capelli intrecciati,
l'occhio radioso al centro della fronte
e il collo porporino risplendente come mora lucente.
Egli porta serpenti come braccialetti e ha una serpe per cintura;
tutto il Suo corpo è cosparso di vibhûti,
la fronte è ornata da un punto di kumkum,
le labbra risplendono vermiglie di succo di betel,
dalle orecchie pendono orecchini d'oro
tempestati di diamanti e tutto il Suo corpo,

dalla scura carnagione, brilla di divino splendore.

“Naciketas! Non c'è alcun bisogno che tu cerchi il Signore Îshvara, perché Egli è davvero presente in te”, disse il Signore Yama.

Significato e filosofia della festa di Shivarâtrî

Cari studenti e devoti!

Dovete cercare di comprendere il vero significato e la filosofia che si celano dietro la festa di Shivarâtrî. Come prima cosa dovete comprendere che non siete il corpo fisico, che è mortale e impermanente. Dovete guardare a questo mondo oggettivo con Jñâna Chakshus (l'Occhio della Saggezza), e non con charma chakshus (gli occhi fisici). Sono gli animali, gli insetti, gli uccelli e le bestie che guardano in questo mondo con gli occhi fisici. Se anche voi guardate questo mondo oggettivo solo con gli occhi fisici, che differenza c'è tra voi e questi esseri? Rimarrete semplicemente un animale, un uccello, una bestia, o un insetto e non saprete comprendere la vostra vera natura, che è ben al di là del mondo fisico.

Che cosa è l’Âtma?

Dovete capire la Realtà trascendente, che è al di là del corpo e della mente. Questo è possibile solamente mediante l'Occhio della Saggezza. Il corpo è come una bolla nell'acqua, e un giorno o l'altro è destinato a scomparire. Voi non siete il corpo che ha una nascita, una crescita, un decadimento, e che infine muore. Per questo il Signore Yama esortò Naciketas a realizzare l' Âtmatattva , il Divino Principio Atmico, che non ha nascita né morte.

A questo punto sorge la domanda: che cos'è l' Âtma ? L' Âtma non ha forma; è infinito, indescrivibile, incommensurabile.

Nirgunam niranjanam sanâtana niketanam
nitya shuddha buddha mukta nirmala svarûpinam

L' Âtma è senza attributi, puro, ultimo rifugio, eterno,
senza macchia, illuminato, libero, manifesto in ogni sacralità.

Il Principio Atmico è immanente in ogni individuo nella forma della Coscienza

Tale Principio Atmico è immanente in ogni individuo, anzi, in ogni essere, nella forma della Coscienza. La vostra vita, come esseri umani, acquisirà uno scopo e un significato solo quando comprenderete la vostra Coscienza. Indagare circa le cose del mondo è vano ed è un esercizio del tutto inutile.

Il Signore Yama esortò Naciketas a realizzare questo Divino Principio, compreso il quale, ogni altra cosa sarebbe stata compresa.

Il corpo nasce, cresce, decade e infine muore, ma l' Âtma non ha tali caratteristiche: è l'eterno Testimone di tutto ciò che accade in questo universo. Per questo motivo dovete realizzare il Principio Atmico. Questo fu l'insegnamento che il Signore Yama diede a Naciketas.

L'Âtma è eterno: non ha nascita né morte.
Non ha un inizio, né un periodo intermedio, né una fine.
È onnipresente ed è l'eterno Testimone.

Guardate! Ci sono tante lampadine che brillano qui; sebbene esse siano diverse per misura, potenza e colore, l'energia elettrica che si manifesta come luce attraverso di esse, è sempre la stessa. Analogamente, lo stesso Potere Divino è presente in ogni essere vivente e lo rende attivo. Questo è l' Âtmatattva.

Dite la Verità e agite con Rettitudine

Io utilizzo spesso termini come Satya (Verità), Dharma (Rettitudine), Shânti (Pace), Prema (Amore). Satya è l'elettricità, Dharma è il filo nel quale passa la corrente elettrica; Shânti è la lampadina, e Prema è la luce. Se volete raggiungere Âtmânanda (la Beatitudine dell' Âtma)

dovete seguire Satya e Dharma.
Per questo motivo l'antica cultura indiana esortava l'umanità:

Satyam vâda dharmam chara
Dite la Verità e agite con Rettitudine.

Contrariamente a questo nobile concetto, che cosa accade oggi? La Verità viene uccisa e la Rettitudine viene messa in prigione. No, no.
Questa non è umanità. Dite sempre la Verità e comportatevi in modo corretto.
Il Signore Yama disse a Naciketas: “Questo corpo umano è come una bolla nell'acqua ed è destinato un giorno o l'altro a sparire. Pertanto realizza il Principio Atmico che è reale ed eterno”.
Dovete riconoscere l' Âtmatattva , il Principio Divino, non con gli occhi fisici, bensì con gli occhi della saggezza.

Sperimentare il Principio del non dualismo è vera Saggezza
Sorge ora la domanda: che cos'è Jñâna (la Saggezza)? È la conoscenza fisica o profana, oppure è la conoscenza relativa agli oggetti della natura? No, niente di tutto ciò. Sperimentare il principio del non dualismo è vera saggezza. L' Âtma trascende nome e forma. Il Signore Yama, pertanto, esortò Naciketas a conseguire la Conoscenza dell' Âtma .
Oggi la gente impazzisce nel ricercare la conoscenza spirituale; adotta una quantità di pratiche e posture fisiche, e le chiama discipline, ma nessuna di queste serve a conseguire la Conoscenza del Sé. La cosa più importante è Prema (l'Amore), che è la corrente comune a tutte le discipline spirituali. Dopo avere capito la natura impermanente di questo deha (il corpo), si deve realizzare Colui che vi risiede, Dehin , che è l'eterno Âtma .

Il corpo è costituito dai cinque elementi
ed è destinato prima o poi a perire,
mentre il suo Residente non ha nascita né morte,
non ha alcun attaccamento ed è l'eterno Testimone.
In verità, il Residente presente come Âtma è proprio Dio stesso.

Il vero ed eterno Principio Atmico è immanente nel corpo di tutti e può essere realizzato solo con gli occhi della saggezza. Dovete gradualmente liberarvi di dehâbhimâna (l'attaccamento al corpo) e coltivare Âtmâbhimâna (l'Amore per il Sé). Voi siete convinti di essere il corpo e per

questo sviluppate attaccamento verso di esso. Finché nel corpo si svolge il processo d'inspirazione ed espirazione, voi lo considerate come vostro, ma, quando tale processo si arresta, non vi rendete più conto di che cosa stia accadendo intorno.

Il corpo umano, sebbene sia di natura mortale, insegna una grande lezione, ovvero soham (non siete altro che l'eterno Principio Atmico).

Quando inspirate emettete il suono ‘ so ' e mentre espirate emettete ‘ ham '. Il processo di inspirazione rappresenta la vita, quello di espirazione rappresenta la morte. Per vincere la vita e la morte, basta un istante.

Frattura all’anca e sofferenza del Corpo di Swami

Dovete abbandonare ogni attaccamento al corpo, come Io vi dimostro giorno dopo giorno. Il Corpo che ho assunto è stato sottoposto a varie sofferenze. Come il vostro soffre per diverse malattie, così anche questo Corpo è soggetto alla sofferenza. Io, però, non do alcuna importanza ad essa. Molti devoti e studenti sono in ansia e temono che Io patisca molto dolore quando il lingam emerge dal Mio Corpo. Le vostre preoccupazioni sono senz'altro autentiche, ma Io non sento alcun dolore. Infatti, è solo se identifico Me stesso con il corpo che subisco il dolore, ma, poiché non sono il corpo, non provo alcun dolore.

Per esempio, questo è un fazzoletto (*Swami tiene un fazzoletto in mano – N.d.T.*). Finché lo considerate vostro, lo prendete, vi asciugate il viso e con cura lo riponete; ma, solo perché è vostro, lo prendereste in mano anche se fosse sporco? No, mai. Certamente lo rifiutereste. Allo stesso modo dovete comprendere di essere differenti dal corpo. Non dovete attribuire alcuna importanza alle pene del corpo. Tutti gli oggetti che considerate vostri, dovranno essere abbandonati un giorno o l'altro. Se non considerate vostra una cosa, non soffrirete quando dovrete abbandonarla.

Questo Corpo ha subito molte sofferenze, di cui la più recente è una frattura all'anca. Il corpo, dopo tutto, è solo un insieme di organi. Qualunque cosa sia successa, è successa al Corpo e non a Me.

Se adotterete un atteggiamento del genere, avrete la pace. Per esempio, se vi graffiate per scacciare una formica che vi cammina sulla mano, provate un male maggiore (del fastidio che vi procura la formica). Per quale motivo dovreste soffrire tanto se un piccolo insetto come una formica vi cammina addosso? Questo dipende solo dall'illusione di essere il corpo. Gli occhi vedono qualcosa, ma ciò che vedono può essere irreale perché è soggetto a cambiare con il tempo. Ciò che le orecchie odono può anch'esso cambiare nel tempo. Allo stesso modo, anche il cibo che si mangia subirà un cambiamento dopo poche ore. Non c'è nulla di permanente in questo mondo.

Dovete comprendere questa Verità e ricercare ciò che rimane costante nei tre tempi: passato, presente e futuro.

Se vi spiegassi questa verità citando importanti versi sanscriti o dei mantra , potreste non essere in grado di comprenderla; se invece mi riferisco alla vostra vita quotidiana, comprenderete meglio questi concetti.

Tempo fa, quando la Mia anca si è fratturata, fui portato all'ospedale. I chirurghi pensavano di compiere un grande intervento di chirurgia ortopedica. Io dissi loro: “Potete fare ciò che volete: questo Corpo è vostro. Io non sono questo Corpo. Non sono sotto il controllo del corpo. Io sono Io”. I medici eseguirono un intervento chirurgico su questo Corpo, ma Io non ho mai sofferto alcun dolore.

Qualunque dolore ci fosse, soffriva soltanto il Corpo, ma non Io. Se anche voi adotterete un'attitudine simile, non sentirete mai alcun dolore. Per questo motivo dovete gradualmente ridurre l'attaccamento al vostro corpo.

L’Amore unico rifugio

Tutti voi praticate qualche tipo di sâdhanâ (disciplina spirituale).

Qual è esattamente il significato di questa parola? Sâdhanâ non è semplicemente acquisire la conoscenza della natura del corpo; di fatto, dovete dimenticarvi del corpo e concentrarvi sulla Beatitudine Atmica.

Come può essere raggiunta tale Beatitudine? Potete ottenerla solo attraverso Prema (l'Amore puro). Se ci fosse puro Amore, ogni vostra sofferenza verrebbe eliminata; coltivate perciò Amore puro, non egoistico.

Supponete di incontrare per strada una persona che vi è nemica. Se la odiate e le girate al largo considerandola vostra nemica, la distanza tra voi aumenterà. Se invece la salutate amabilmente, dicendo: “Ciao! Come stai?”, anche lei vi risponderà con benevolenza. Se vi salutate quindi con amore, non ci sarà più motivo per l'odio. Com'è il vostro sentimento verso gli altri, così sarà il loro verso di voi. Lo stesso concetto è contenuto nell'asserzione vedica: “Come è il sentimento, così è il risultato”.

Oggi rivolgiamo tutti i nostri sentimenti negativi verso gli altri; invece, non dovremmo nutrire malevolenza verso nessuno. Tutti i sentimenti negativi sono come nuvole passeggere: vanno e vengono. Il sole può non essere visibile finché si trova dietro spesse nuvole, ma, quando le nuvole scompaiono, esso torna a mostrarsi. Analogamente, quando i vostri sentimenti negativi scompariranno, ciò che rimarrà sarà Amore puro. In questo mondo, potrete ottenere tutto attraverso l'Amore; potete tenere il mondo intero sotto il controllo attraverso l'Amore.

La gente dice di fare meditazione mattina e sera, ma che genere di meditazione? Che beneficio ne trae? Quanto durerà il suo effetto? Neppure un momento. Ricordatevi che tutto ciò che accade in questo mondo è come una nuvola passeggera; perciò non impegnatevi nelle cose terrene più di tanto.

Una volta Chaitanya Mahâprabhu stava passeggiando nella piazza del mercato cantando il Nome Divino; in pratica stava danzando in estasi. Alcune persone, vedendolo, pensarono che fosse matto e gli strapparono via il mridanga (il tamburo a cassa allungata). Egli però non se ne risentì, e cominciò a cantare il Nome del Signore suonando i cimbali. Gli adirati astanti gli tolsero di mano anche quelli.

Anche in quel caso non se la prese e pensò che forse il Signore non apprezzasse il suono dei cimbali. Così decise di non usarli perché forse non erano graditi al Signore. Si consolò

pensando che gli strumenti che gli erano stati tolti non fossero graditi a Dio. La volontà di Dio deve sempre prevalere, e tale era la sua fede. Da quel momento abbandonò ogni attaccamento terreno, concentrandosi sul Principio dell'Amore che nessuno avrebbe mai potuto togliergli. Si deve sempre desiderare solo quello che non può essere sottratto da altri: il puro Amore. Uno scritto non può essere separato dal pezzo di carta sul quale è stampato. Allo stesso modo il vostro cuore deve essere come un foglio di carta immacolato, e l'Amore deve essere quanto vi è stampato sopra. Queste due cose sono inseparabili.
Coltivate quindi tale Amore.

L'Amore è il vostro unico rifugio ovunque vi troviate,
in una foresta o nel cielo, in una città o in un villaggio,
sulla cima di una montagna o in mezzo al mare profondo.

Dovunque vi troviate, l'Amore Divino vi proteggerà sempre. Sviluppate questo tipo di Amore. Questa è vera disciplina spirituale. Sâdhanâ non è qualcosa di associato a dhana (il denaro), ma significa sâlokya, sâmîpya, sârûpya e sâyujya(2) .
Sfortunatamente la gente d'oggi non comprende il vero significato di sâdhanâ .

Studenti!
Voi leggete grossi tomi scritti dai dotti; tuttavia la semplice lettura non vi sarà d'aiuto. Quando leggete pustaka (un libro), qualunque cosa vi sia scritta, entrerà in mastaka (nella vostra testa); ciò significa che il libro e la testa divengono una cosa sola, ma non dovete fermarvi a questo. Qualunque cosa entri nella vostra testa deve poi raggiungere il cuore, dove rimarrà per sempre.

Incarnazioni del Divino Âtma !
L' Âtma è Divino! Non scordate mai questo aspetto. Alcune persone provano felicità nelle espressioni fisiche di sâdhanâ , ma il piacere che ne traggono è solo di natura fisica e temporanea. Tutto ciò che è riferito al tempo è destinato, prima o poi, a scomparire; dovete attaccarvi invece solo a ciò che è permanente, eterno e reale.

Amore fisico e Amore puro
L'Amore di Dio è al di là di ogni descrizione; è supremo. Al contrario, l'amore fisico è solo temporaneo perché è associato a una relazione fisica; tutto ciò che è associato al corpo va e viene, mentre l'Amore puro e altruistico che sorge dal cuore, viene e cresce. Dovete coltivare un simile Amore; esso non diminuirà mai. Non avete bisogno di elemosinarlo da qualcuno per

averlo, né potete acquistarlo al mercato perché non è un articolo in commercio. Dio è la sola sorgente dalla quale questo Amore fluisce. Esso è disponibile solo nella Sua bottega. Pertanto, cercate il modo per raggiungere Dio.

Sfortunatamente, oggi gli uomini non aspirano ad acquisire questo Amore puro, nonostante si trovino molto vicino alla Sua sorgente.

Essi non comprendono neppure che questo impareggiabile dono è disponibile proprio davanti a loro. La gente desidera ardentemente solo favori e oggetti materiali, pensando di trarre una grande felicità dal loro possesso. No! Questi non potranno mai dare una vera felicità. La felicità che deriva dalle cose materiali è solo momentanea; solo l'Amore di Dio è il Principio Eterno. Pertanto, amate questo Amore divino che non potrete avere da altri che da Dio.

Dio non ha nascita né morte. Non ha principio né fine.
È presente in tutti gli esseri come eterno Testimone.

Liberazione è sbarazzarsi degli attaccamenti

L'Amore di Dio è la sola Verità: essa non cambierà mai. Venerate tale immutabile Verità, e cercate rifugio in essa. Questa è l'unica vera disciplina per ottenere la Liberazione. Che cosa si intende per Moksha (Liberazione)? È forse vivere in qualche palazzo sontuoso, dotato di stanze con aria condizionata, situato in paradiso? No, niente di tutto questo. Moha (liberarsi dagli attaccamenti) è vera Moksha (Liberazione). Come prima cosa dovete abbandonare ogni attaccamento al corpo. Una volta abbandonato tale attaccamento, in modo del tutto naturale svilupperete vairâgya (il distacco) che infine vi condurrà alla Liberazione. L'Amore è la sola strada che conduce alla Liberazione.

Vedere la molteplicità è ignoranza; Vedere l'unità nella molteplicità è Saggezza

Avrete certamente sentito la storia di Mandana Mishra, un erudito di grande reputazione. Sua moglie, Ubhayabhârati, era anch'ella molto erudita. Mentre Âdi Shankara stava procedendo nella sua marcia vittoriosa(3) , incontrò Mandana Mishra con il quale iniziò un dotto dibattito. Essi concordarono che Mandana Mishra sarebbe diventato un rinunciante nel caso fosse stato sconfitto nella disputa. Ubhayabhârati fu scelta come arbitro della sfida. Chi avrebbe mai accettato la moglie del rivale come giudice? Ma Âdi Shankara non ebbe alcuna esitazione ad accettarla, poiché sapeva che ella aderiva strettamente al principio di Verità, nella lettera come

nello spirito. Ella fu imparziale nel suo giudizio e alla fine dichiarò Shankara vincitore. Mandana Mishra prese il voto di sannyâsa (di totale rinuncia), secondo le condizioni della sfida. Ubhayabhârati, essendo la sua metà migliore, seguì il marito senza esitazioni.

Ubhayabhârati andò a vivere in un eremitaggio vicino alla sponda del fiume Gange e molte donne divennero sue discepole. Ogni mattino erano solite recarsi alla riva del Gange per le abluzioni. Sul percorso viveva un sannyâsin (rinunciante) che la gente considerava un brahmajñânin (un realizzato, un conoscitore del Brahman). Egli aveva rinunciato al mondo per ottenere la vera saggezza; era tuttavia molto attaccato a una zucca secca nella quale era solito conservare l'acqua. Quando dormiva la usava come cuscino per evitare che gliela rubassero.

Ubhayabhârati si avvide di ciò e chiese alle sue discepole chi fosse quell'uomo. Una di esse rispose che quell'uomo era ritenuto un brahmajñânin . Allora Ubhayabhârati osservò: “Sebbene sia tanto saggio, è attaccato alla sua zucca che usa persino come cuscino”. Il cosiddetto brahmajñânin udì la loro conversazione e si arrabbiò moltissimo. Quando Ubhayabhârati e le sue discepole fecero ritorno dal fiume, egli gettò la zucca in mezzo alla strada per dimostrare che non vi era attaccato. Nel vederlo, Ubhayabhârati prontamente sottolineò: “Pensavo avesse solo un difetto, abhimâna (l'attaccamento), ma ora devo constatare che ne ha anche un altro: ahamkâra (l'ego).

Come può una persona dotata di attaccamento e di ego essere un saggio?”

Questa sua osservazione fece aprire gli occhi al sannyâsin , il quale, immediatamente, cadde ai suoi piedi e le chiese di insegnargli quale fosse la vera conoscenza.

Vedere la molteplicità è ajñâna (ignoranza), mentre vedere l'unità nella molteplicità è jñâna (saggezza). Ubhayabhârati impartì tali sacri insegnamenti e trasformò le persone. Poiché aveva compreso il principio di unità, ella alla fine conseguì la Liberazione. Al contrario, Mandana Mishra non poté ottenere la Liberazione, perché era immerso in sentimenti mondani.

Ubhayabhârati cominciò a predicare e a diffondere tali insegnamenti di saggezza e divenne il guru di moltissime persone. Un vero guru è colui che disperde l'oscurità dell'ignoranza e accende la lampada della saggezza. Ciò che rimane immutato in tutti e tre i periodi di tempo (passato, presente e futuro) è vera saggezza. La gente accettava Ubhayabhârati come proprio guru perché i suoi pensieri, le sue parole e le sue azioni erano in perfetta armonia.

Coloro i cui pensieri, parole e azioni
sono in perfetta armonia sono grandi anime.

Armonia di pensieri, parole e azioni

L'annullamento della mente è quello per cui bisogna lottare. Dovete avere desiderio solo di Dio e niente altro. Non dovete lasciarvi intrappolare dalle relazioni mondane. Questa è vera saggezza.

L'insegnamento di Ubhayabhârati si diffuse in lungo e in largo ed ella fu molto stimata per la

sua saggezza. Ancora oggi ci sono molte persone altrettanto sagge. Se non ci fossero tali esseri meritevoli e saggi, come potrebbe la Luce risplendere nel mondo? Tuttavia la saggezza non può essere acquisita dagli uomini; può essere conseguita solo sviluppando l'Amore per Dio. Un mendicante che viene a elemosinare alla vostra porta dice: " Bhavati bhiksham dehi "(4) . Egli pronuncia Dehi (il Residente) e non deha (il corpo fisico).

In tal modo potete apprendere un'importante lezione spirituale perfino da un mendicante.

Si può acquisire una laurea prestigiosa
e raggiungere posizioni autorevoli.
Si possono accumulare ricchezze,
realizzare opere caritatevoli, ottenendo notorietà.
Si può avere una grande forza fisica
e godere di una vita lunga e sana.
Si può essere grandi eruditi che studiano e predicano i Veda,
ma nessuno di questi può reggere il confronto con un vero devoto del Signore.

Studenti!

Dovete impadronirvi sia dell'istruzione profana che di quella spirituale, come Ubhayabhârati; ma ricordate sempre che solo la conoscenza dell' Âtma è vera conoscenza. Una volta acquisitala, avrete ottenuto ogni altra cosa.

Questa notte all'una (durante il canto dei bhajan) sono venuto nel Sai Kulwant Hall . È a quest'ora propizia che i lingam divini emergono dal Kailâsa . I lingam emergono spontaneamente secondo la Volontà Divina.

Ho visto molti studenti e devoti cantare i bhajan con grande devozione; ma chi sono i veri devoti? Ho osservato che solo poche persone cantavano con vera devozione e con il cuore puro, contemplando costantemente il Nome Divino. C'erano migliaia di persone che partecipavano ai bhajan , ma non tutti erano veri devoti. Il loro corpo era presente, ma la loro mente non era concentrata su Dio: partecipavano ai bhajan solo meccanicamente. Questa non è vera devozione. Dovunque sediate, sia nella sala delle preghiere che in qualche altro posto, se i vostri pensieri sono fissi su Dio, siete dei veri devoti e otterrete la Sua grazia. Se avete sonno, potete dormire: niente da obiettare. Ma anche durante il sonno, siano i vostri pensieri concentrati sulla Divinità.

I Veri Devoti

Studenti!

Dovete impadronirvi sia dell'istruzione profana che di quella spirituale, come Ubhayabhârati; ma ricordate sempre che solo la conoscenza dell' Âtma è vera conoscenza. Una volta acquisitala, avrete ottenuto ogni altra cosa.

Questa notte all'una (durante il canto dei bhajan) sono venuto nel Sai Kulwant Hall . È a

quest'ora propizia che i lingam divini emergono dal Kailâsa . I lingam emergono spontaneamente secondo la Volontà Divina.

Ho visto molti studenti e devoti cantare i bhajan con grande devozione; ma chi sono i veri devoti? Ho osservato che solo poche persone cantavano con vera devozione e con il cuore puro, contemplando costantemente il Nome Divino. C'erano migliaia di persone che partecipavano ai bhajan , ma non tutti erano veri devoti. Il loro corpo era presente, ma la loro mente non era concentrata su Dio: partecipavano ai bhajan solo meccanicamente. Questa non è vera devozione. Dovunque sediate, sia nella sala delle preghiere che in qualche altro posto, se i vostri pensieri sono fissi su Dio, siete dei veri devoti e otterrete la Sua grazia. Se avete sonno, potete dormire: niente da obiettare. Ma anche durante il sonno, siano i vostri pensieri concentrati sulla Divinità.

Il mantra delle cinque sillabe: "Om Namah Shivâya"

Non è forse per il vostro amore e per la vostra devozione verso Dio che siete venuti sino a Prashânti Nilayam per partecipare ai bhajan di Shivarâtrî ? Io posso capire la vostra devozione. Un vero devoto non ha bisogno di alcuna comodità. Non desidera alcun genere di conforto. Ovunque andiate, dovete mantenere sempre la mente sotto controllo e dirigere i vostri pensieri verso Dio: quella è vera devozione. Questo è ciò che Ubhayabhârati insegnava ai suoi discepoli. Se anche voi coltiverete tale devozione, la vostra vita sarà santificata. Non deviate la vostra attenzione verso le comodità fisiche. Recitate continuamente il Pañchâkshari mantra (il mantra dalle cinque sillabe) " Om Namah Shivâya ". Se lo cantate soltanto con le labbra, esso si confonderà con i suoni del mondo, mentre, se ripetete il sacro Nome con sincerità e totale concentrazione mentale, esso si diffonderà in tutto il mondo. Cantare il Nome Divino con totale concentrazione della mente è vera disciplina spirituale.

(Baba ha concluso il Discorso con il bhajan: "*Hari Bhajana Binâ Sukha Shânti Nahi …*").

Prashânti Nilayam, 19 febbraio 2004
Sai Kulwant Hall
Festa di Shivarâtrî
(Traduzione tratta dal testo inglese pubblicato sul sito internet dello

Shrî Sathya Sai Central Trust di Prashânti Nilayam).

1. Letteralmente, la ‘scienza dell' Âtma ', cioè la scienza della realizzazione della Realtà dell' Âtma . La conoscenza del Conoscitore: essa implica la sopraffazione dell'ego, vale a dire della sensazione di ‘io' e ‘mio'.
2. I quattro stadi della sâdhanâ , o quattro ‘Liberazioni', che trovano il proprio compimento nell'ultma (sâyujya) . Essi sono nell'ordine: sâlokya , essere mentalmente vicini a Dio, cioè aver il pensiero costantemente rivolto a Lui; sâmîpya , essere fisicamente vicini a Dio, ovvero essere permeati della coscienza del Divino; sârûpya , identificarsi con Dio, cioè il gustarNe la Forma fino a esserNe impregnati in un processo di assimilazione; sâyujya , diventare una cosa sola con Dio, ovvero essere completamente fusi in Lui, tanto da sperimentare l'Unità.
3. Si tratta dei famosi ‘viaggi trionfali' (digvijaya) del grande mistico indiano Âdi Shankara, così definiti perché sempre coronati da successo. Essi lo portarono a spostarsi in lungo e in largo per tutto il territorio indiano, quale monaco itinerante, al fine di diffondere l' Advaita , la dottrina della Non dualità, secondo cui il Brahman è l'unica realtà. La molteplicità del mondo empirico risulta, pertanto, solo un'illusione (mâyâ). Così facendo, Shankara volle ‘rivivificare' la tradizione vedica.
4 “Madre, datemi un po' di cibo!” È la formula tradizionale di chi, in India, chiede l'elemosina.