



## **DISCORSO DIVINO**

**Voi stessi siete Dio**

**25 dicembre 2003**

Per il giovane Prahlada, per il disperato re elefante, per il bambino Dhruva e la sua costante devozione, per l'indigente Kuchela, prolifico ma sostanzialmente povero - per tutti questi, il sempre compassionevole Vishnu dagli occhi di loto, esaltato dai Veda e al quale vengono conferiti doni di ogni genere, il Signore dei Signori, Incarnazione dell'Amore di tutti coloro che sono stati citati qui sopra e di altri ancora, oggi si è incarnato.  
(Poesia Telugu)

**Incarnazioni dell'Amore!**

Dov'è Dio? Quando si incarna? Queste sono le domande che oggi turbano le menti della gente. Dio è onnipresente. Tutti sono incarnazioni di Dio. Oggi la gente attribuisce vari nomi e varie forme a Dio, quali Rama, Krishna e Gesù, e ne festeggia i compleanni. In verità, può mai Dio avere un compleanno? No. Pensare che Dio sia nato in un determinato giorno di un certo anno è segno di ignoranza. Dio, nella forma del respiro, si trova in tutti gli uomini. 'Soham' simboleggia il processo di inspirazione ed espirazione. 'So' significa 'Quello' (Dio), 'Ham' sta per 'io' (l'individuo). Sebbene le parole siano due ('Dio' e 'individuo') fra i due non esiste alcuna differenza. Essi sono uno e lo stesso. Infatti, Dio non nasce. Egli non ha bisogno di conseguire alcuna meta. Comunque, allo scopo di instillare la fede nelle menti della gente, Egli si incarna. Se si nasce, si deve anche morire. Ma Egli non ha né un inizio né una fine. Il pensiero che Dio possa compiere gli anni è solo frutto della vostra immaginazione. I devoti confinano Dio entro un corpo fisico, Lo adorano e Ne festeggiano i compleanni. Sono tutte fantasie immaginarie che non corrispondono alla verità. Ogni giorno, a questo mondo, molti nascono e molti muoiono. Che cosa si intende con 'nascita' e 'morte'? Assumere un corpo corrisponde alla nascita, mentre abbandonarlo corrisponde alla morte. È a causa dell'illusione che l'uomo sperimenta il dualismo della nascita e della morte, mentre Dio le trascende entrambe. 'Con mani, piedi, occhi, teste, bocche ed orecchie Egli pervade l'intero universo' (Sarvatah Panipadam Tat Sarvathokshi Siromukham, Sarvatah Sruthimalloke Sarvamavrutya Tishthati). È a causa dell'ignoranza che l'uomo viene catturato nel ciclo della nascita e della morte. La nascita e la morte sono causate dalla Volontà di Dio. Dio è la vera e propria impersonificazione dell'Amore. Egli è presente in tutti gli esseri sotto forma di Respiro Vitale. Sin dai tempi antichi, la gente ha fatto concertati sforzi per comprendere il mistero della nascita e della morte. Non c'è bisogno di andare lontano per capire questo mistero. Il corpo che abbiamo assunto ce lo fa sperimentare ad ogni istante: il processo dell'inspirazione simboleggia la nascita e l'espirazione la morte. L'uomo è incapace di capire il profondo significato del processo respiratorio. Che cosa deve fare l'uomo, per sfuggire al ciclo delle nascite e delle morti? Deve sviluppare l'Amore sempre di più. In lui c'è Amore, ma egli non riesce a sperimentarlo. Deve attribuire valore al principio dell'Amore, e non solo agli individui. Quando inspiriamo (So) il principio vitale entra nel nostro corpo, e quando espiriamo (Ham) ne esce. In ogni momento, il processo di inspirazione ed espirazione ci ricorda la nostra Divinità inerente ('Io sono Dio'). Fino a quando persiste il respiro vitale, il corpo è considerato 'Sivam', cioè di buon auspicio. Una volta che il principio vitale viene meno, esso diventa 'Savam', cioè un cadavere. Sia la nascita che la morte sono relative al corpo e non hanno niente a che vedere con il principio vitale. Fra la nascita e la morte, in modo misterioso, hanno luogo molti cambiamenti, dei quali è Dio ad essere responsabile. Ma alcuni negano l'esistenza di Dio e sprecano il loro tempo in vane discussioni. Dio ESISTE. Egli non viene, né va via: Egli è presente ovunque ed in ogni momento. L'uomo sperimenta la nascita e la morte a causa dei suoi attaccamenti. Egli verrà liberato dal ciclo delle nascite e delle morti il giorno in cui rinuncerà all'attaccamento al corpo e si arrenderà completamente alla volontà di Dio. Oh, Dio, ti offro il cuore sacro che Tu stesso mi hai dato. Che cos'altro posso offrire ai Tuoi Piedi di Loto? Accetta, Ti prego, la mia umile offerta! (Poesia Telugu) La nascita e la morte hanno origine dall'illusione. A questo mondo, ogni giorno molti esseri nascono e molti esseri muoiono. La nascita e la morte 'accadono' secondo il momento e le circostanze. Nell'intervallo che intercorre fra la nascita e la morte l'uomo cade preda dell'illusione relativa al corpo fisico e

sviluppa varie relazioni a livello fisico. Egli si identifica con il corpo e viene sviato dal sentimento del 'mio' e del 'tuo'. Questo è un grave errore. Fino a quando il corpo dura, avete delle relazioni con questa o quell'altra persona. Ma una volta che il corpo perisce, che cosa accade alle vostre relazioni? Una relazione è vera se è a livello Atmico, non fisico. Prima di nascere, chi ha delle relazioni, e con chi? Che cosa succede dopo la morte? Sia la nascita che la morte sono il risultato dell'illusione (bhrama), perché non riuscite a realizzare la Divinità (Brahma). Essendo irretiti nella mondanità, non riusciamo a comprendere il Principio Trascendentale.

La vera pratica spirituale consiste nella comprensione della propria identità. Ci si deve chiedere: "Chi sono io?" Tutte le pratiche spirituali sono intese a farvi realizzare chi siete realmente. Tutti, quando si presentano, usano la parola 'Io'. Questo significa che il principio dell' 'Io' (il Sé) presente in voi è lo stesso presente negli altri. Ma l'uomo non è capace di capire l'Unità. Egli viene sviato dalle differenze basate sul corpo fisico. Di conseguenza, lascia spazio ai conflitti ed all'inquietitudine.

#### Incarnazioni dell'Amore!

La nascita e la morte sono relative al corpo e non all'anima individuale. La mente è responsabile di entrambi: tutto è una creazione dell'uomo. La vita è un sogno. Com'è possibile che una cosa che appare in sogno sia vera? Tutto è soltanto una mera illusione. Fino a quando resterete immersi in questa illusione (bhrama) non vi sarà possibile avere la visione di Brahma. Solo quando romperete i legami dell'illusione potrete realizzare la Realtà. Potreste capire la vostra vera identità osservando il vostro processo respiratorio. Ma all'uomo questo semplice sentiero non interessa. Egli intraprende sentieri accidentati e difficili, che alla fine gli procurano frustrazioni. Fino a quando la spina rimane nella carne, fa male. L'attaccamento corporeo è come una spina, che causa sofferenza. Una volta che rinuncerete all'attaccamento al corpo conoscerete il vostro vero Sé. Voi soffrite a causa della vostra identificazione con il corpo, ma esso non è che un'illusione. Ecco che cosa disse Shankara: 'Di nascita in nascita, di morte in morte, di utero in utero, restando [qui] per qualche tempo: tale è il soggiorno in questa vita transeunte. Oh, distruttore del demone Mura, concedimi la tua munifica Grazia e fammi da nocchiero in questo mare turbolento!' (Punarapi Jananam Punarapi Maranam Punarapi Janani Jathare Sayanam Iha Samsare Bahu Dustare Kripayapare Pahi Murare) Non è necessario intraprendere pratiche spirituali intense per attraversare l'oceano del Samsara. Tutto ciò che bisogna fare è contemplare Dio incessantemente. Sebbene Dio sia interiore, l'uomo non è in grado di realizzarlo. Nello stato di sogno l'uomo può sperimentare la [propria] morte e sentirsi triste per questo. Quando si sveglia, nel rendersi conto che ciò che ha visto era soltanto un sogno, trae un respiro di sollievo. Ma allora, chi è morto nel sogno? Si trattava solo di una creazione della mente. Allo stesso modo, anche nello stato di veglia, tutto ciò che si sperimenta è una creazione della mente. Mio padre, mia moglie, i miei figli, etc... tutti questi sentimenti hanno origine dall'illusione. Non corrispondono alla realtà. È a causa dell'illusione che l'uomo sviluppa relazioni fisiche, assoggettandosi alla sofferenza. Se l'uomo sviluppa un amore puro ed immacolato, non sperimenterà dolore e sofferenza. L'amore per il corpo fisico è falso e [destinato a] svanire. L'amore per il Sé è vero ed eterno. Per capire la verità della vostra identità, dovete compiere un' autoindagine interiore. Una volta, mentre Sankaracharya ed i suoi discepoli camminavano lungo il Gange, passarono vicino ad un uomo seduto sotto un albero, che ripeteva 'Dukrun Karane, Dukrun Karane', cercando di padroneggiare la grammatica Panini. Sankara ebbe pietà di lui e gli consigliò di contemplare il Signore, invece di sprecare il proprio tempo ad acquisire la conoscenza mondana. 'Oh, uomo stolto! Ripeti il Nome del Signore Govinda. Le regole della grammatica non verranno a salvarti quando la fine sarà vicina' (Bhaja Govindam, Bhaja Govindam Govindam Bhaja Moodha MatheSamprapthe Sannihithe Kale Nahi Nahi Rakshati Dukrun Karane). Sia bhrama che Brahma hanno come fondamento la vostra mente. Essi non sono presenti 'fuori'. Brahma è dentro di voi. Ma quando siete immersi nell'illusione (bhrama) considerate la Divinità (Brahma) un'entità costante. Una volta che realizzate di essere Brahma, vi liberate una volta per tutte di 'bhrama'. Se riuscirete a sbarazzarvi dell'attaccamento corporeo, sperimenterete la felicità eterna.

#### Incarnazioni dell'Amore!

Il piacere ed il dolore sono vostre creazioni. Non vi sono state date da Dio. La causa delle vostre sofferenze siete voi, e nessun altro. Comprendete questa verità. Da un punto di vista spirituale, il piacere, il dolore e le relazioni mondane sono illusori. Essi non sono reali. Dall'alba al tramonto, l'uomo vive nell'illusione. Per il fatto di esser nato come essere umano,

l'uomo dovrebbe sperimentare la verità. Il corpo fisico cresce per un certo periodo, poi diventa debole e decrepito. La nascita e la crescita sono relative al corpo, che è irreali. Ma l'uomo considera il corpo reale, e per questo motivo soffre. Quando guardate con gli occhi bene aperti, riuscite a vedere molta gente. Ad occhi chiusi, invece, non vedete nessuno. Da dove viene tutta quella gente, quando chiudete gli occhi? Non lo sapete. Infatti, non conoscete il vostro luogo di origine, né la vostra destinazione. È per questo che soffrite. Se realizzerete di non essere il corpo e che niente a questo mondo vi appartiene, non soffrirete più. È tutto una vostra creazione. Niente è reale.

Incarnazioni dell'Amore!

È solo Dio, l'incarnazione dell'Amore, ad essere con voi ed in voi, sempre. Senza Amore l'uomo non può esistere. L'Amore è la vostra vita. L'Amore è la luce che disperde l'oscurità dell'ignoranza. Chi non coltiva l'Amore rinascerà continuamente. La nascita e la morte sono gli effetti (Prabhava) del mondo oggettivo. L'uomo è in preda all'illusione di questi effetti, e per questo è soggetto al pericolo (Pramada).

Incarnazioni dell'Amore!

L'amore del mondo è transeunte. Non può neppure essere chiamato amore. Il vero Amore è immortale. Dovete coltivare questo tipo di amore. Il corpo fisico cresce e si deteriora. Come potete considerarlo reale? Infatti, niente è reale a questo mondo. L'attaccamento al corpo è causa di illusione, perciò, riducete gradualmente l'attaccamento che avete verso il vostro corpo. Questa è la pratica spirituale (sadhana) più importante da intraprendere. La ripetizione del Nome (japa), la penitenza (thapa), la comunione con Dio (yoga) etc. non costituiscono una vera 'sadhana'. Tutto ciò che considerate reale, infatti, è irreali. Si deve rinunciare a tutto ciò che è irreali. Come prima cosa dovete capire questa verità. È molto facile rinunciare all'attaccamento al corpo. Mi chiedo come mai la gente non ci riesca!

Qui potete vedere molte lampadine accese. Ma la corrente elettrica che le percorre è la stessa in tutte. I corpi sono come lampadine, ed il principio Atmico è come la corrente che passa attraverso tutte le lampadine. Dovete capire questa unità e condividere il vostro amore con tutti. Non considerate nessuno vostro nemico. Voi considerate chi vi ama vostro amico e chi vi odia vostro nemico, ma non ci sono né amici né nemici. Tutto è solo nella vostra immaginazione.

Oggi la gente intraprende diverse pratiche spirituali (sadhana) cercando di sperimentare la Divinità. Dio si avvicinerà maggiormente a voi, se seguite queste pratiche spirituali? O, se non le seguite, si allontanerà da voi? No. Quando perseguite le vostre sadhana, è bhrama ad allontanarsi da voi. Come risultato, vi avvicinate a Dio (Brahma). Dovete compiere ogni sforzo per liberarvi di bhrama. Rinunciate al sentimento di essere il corpo, di essere colui che agisce. Solo così potete liberarvi dall'illusione e dalla paura. Riducete il vostro attaccamento al corpo. Questa è la sadhana che dovete intraprendere. La pratica spirituale non consiste nel ripetere il Nome (japa), nel fare penitenza (thapa), nel fare meditazione (dhyana), etc. Tutte queste pratiche servono solo a darvi una soddisfazione mentale, ma non la visione di Dio. Sviluppate una fede ferma nel fatto che voi siete Dio. Ricordate a voi stessi continuamente: "Io sono Dio, Io sono Dio, Io sono Dio." Allora diventerete Dio. Il corpo è solo un abito che indossate. Esso non è il vostro vero Sé. Quando l'attaccamento al corpo aumenta, aumenta anche la sofferenza. 'Rinunciate alle cattive compagnie; state in buona compagnia e compite azioni meritorie, giorno e notte' (Tyaja Durjana Samsargam; Bhaja Sadhu Samagamam; Kuru Punyam Ahorathram). A questo mondo ci sono molti nomi e molte forme. Non significa forse che essi sono tutti diversi l'uno dall'altro? No! Tutti sono Uno. È sempre e solo la Divinità ad esprimersi sotto forma di madre, padre, fratello, sorella, etc. I nomi e le forme possono essere differenti, ma la Verità che sta sotto a tutto è una. Se tenete in vista questo Principio di Verità, l'Amore fluirà costantemente da voi. Immergetevi nel fiume dell'Amore. Non rinunciate mai all'Amore, in nessuna circostanza. Anche se capita che qualcuno vi odi, dovete trattarlo come se fosse vostro fratello. Se doveste incontrarlo in strada, non mostrate rabbia verso di lui, anzi, salutatelo con amore. Il vostro amore opererà in lui una trasformazione. La vera felicità consiste nello spirito di sacrificio. Il sacrificio (thyaga) è il vero yoga. L'uomo d'oggi non fa penitenza. Invece, cerca il piacere dei sensi (bhoga), rendendosi soggetto alla malattia (roga). Quando sviluppate lo spirito di sacrificio, vi liberate della sofferenza. La vera pratica spirituale è quella che vi aiuta a superare l'illusione. A che cosa serve, se man mano che gli anni passano, affogate sempre più nell'illusione? "Io non sono il corpo, niente è mio": questo è ciò che dovrete sapere. Chiedetevi: "Chi sono io?", e riceverete la risposta: "Io sono Io". Se capite e sperimentate questa verità, nessuno può causarvi più sofferenza. Non potete sfuggire

alla sofferenza fino a quanto restate immersi nel sentimento dualistico che voi siete un mero mortale e che Dio è separato da voi. Il sentimento: "Io sono separato da Te" [è frutto della vostra] immaginazione. Se 'voi' ed 'io' ci uniamo, diventiamo 'noi'. Comunque, addizionando 'noi' a 'Lui' (Dio) si ottiene 'Lui', che è immutabile. Voi ed io, invece, cambiamo costantemente.

Incarnazioni dell'Amore!

Sono in molti a fare 'japa' (ripetere il Nome) e meditazione (dhyana), ma né l'uno né l'altra servono a granché, anche se, in un appropriato lasso di tempo, possono apportare qualche cambiamento. Essi possono conferire [solo] risultati temporanei, ma non possono garantire la Beatitudine eterna. Non dovrete preoccuparvi dei risultati temporanei. Il sentimento dell' 'Io' e del 'mio' sono alla radice delle preoccupazioni, che vi seguiranno fino a quando non realizzerete Dio. Siete preoccupati perché vi identificate con il corpo. Una volta che vi identificherete con il Sé (Dio), sarete liberi da tutte le preoccupazioni. Pertanto, fate ogni sforzo per realizzare il vostro vero Sé. Quale che sia la circostanza, non versate mai lacrime di dolore. Si diventa liberi da ogni preoccupazione nel momento in cui si rinuncia all'attaccamento al corpo. Per liberarvi dalle preoccupazioni e dalla paura dovete realizzare che 'Io sono Io'. Quando crederete con forza a questa affermazione, nessuno potrà scuotervi. Non sviluppate un attaccamento improprio per il corpo e per i possedimenti materiali. Verrete redenti solo quando vivrete le vostre vite con spirito di sacrificio. Dovete acquisire 'thyaga', e non 'bhoga'. Considerare qualcosa come 'vostra' è 'bhoga'. Realizzare che niente ci appartiene è 'yoga'. Lo yoga riversa su di voi la vera forza.

Gesù praticò varie discipline spirituali ed alla fine realizzò questa verità. Una volta Maria e Giuseppe portarono il figlioletto Gesù al mercato di Gerusalemme. Nella folla persero il bambino, e lo cercarono dappertutto. Gesù era rimasto dentro il Tempio tutto il tempo, ad ascoltare il sermone del sacerdote, mentre i genitori Lo stavano cercando fuori. Alla fine Sua madre, Maria, si rese conto che Gesù si trovava all'interno del Tempio. Si precipitò da Lui e Lo abbracciò con affetto, chiedendoGli: "Figlio mio, che cosa ti era successo? Dov' eri andato? Ti stavamo cercando!" Gesù le rispose: "Mamma, non sono mai uscito dal Tempio, sono stato qui ad ascoltare il sermone del sacerdote. Perché hai paura? Solo coloro che credono nel mondo hanno paura. Come può avere paura, chi crede in Dio? Io sono in compagnia del Padre, di che cosa hai paura?" Avendo dimenticato la vostra Divinità innata, voi cercate Dio nel mondo esterno. Voi siete Dio stesso. Non è sciocco cercare voi stessi nel mondo esterno? Rivolgetevi all'interno, solo così potete trovare Dio. È molto facile capire l' Unità. Ma per cominciare dovete avere una fede salda. Dovete credere che Dio non è separato da voi. Dopo un'indagine profonda, realizzerete che Dio è sia in voi che fuori di voi.

Incarnazioni dell'Amore!

Rivolgete la vostra visione verso l'interno e cercate il vostro vero Sé. L'autoindagine conduce alla vera visione di Dio (Sakshatkara). Una volta che avrete la visione di Dio, sarete liberi dalle preoccupazioni. È un errore dire che non avete sperimentato Dio. Egli è presente in voi. Una persona mise una banconota da dieci rupie in un libro che portava sempre con sé e se ne dimenticò. Un giorno ebbe bisogno di dieci rupie. Chiese ad un amico di prestargliele, e questi acconsentì prontamente. Ma prima di dargli il denaro, il suo amico volle dare uno sguardo al libro che egli si portava sempre dietro. Nell'aprirlo, la banconota da dieci rupie scivolò [a terra]. L'uomo fu molto felice di aver trovato i soldi che gli servivano, senza doversi far prestare dall'amico. Allo stesso modo, oggi l'uomo cerca Dio, perché ha dimenticato la sua Divinità innata. L'uomo può realizzare Dio mediante l'autoindagine.

Incarnazioni dell'Amore! Studenti!

Voi cercate in vari modi di sperimentare la Divinità. Non dovete cercare Dio fuori di voi. Egli è dentro di voi. Tutto è dentro di voi. Tutto ciò che vedete all'esterno è illusorio. Non fatevi sviare dal mondo illusorio. Solo a questo modo potete ottenere la pace ed infine realizzare la verità 'Io sono Io'. Per arrivare a conoscere questa semplice verità non dovete consultare i vari testi sacri. Lasciate da parte i libri. Sviluppate la visione interiore. Visualizzate il vostro vero Sé.

(Bhagavan ha concluso il Suo Discorso con il Bhajan 'Bhaja Govinda')

Prasanthi Nilayam, Sai Kulwanth Hall, 25 dicembre 2003

(Testo del Discorso Divino di Bhagavan Sri Sathya Baba tenuto il 25.12.2003 in occasione della ricorrenza del Natale e tratto dal testo reso disponibile dallo 'Sri Sathya Sai Central Trust' di P.N.)