



DISCORSO DIVINO

Portate a manifestazione il Principio Atmico in voi con la pratica costante

20 luglio 2009

La Fonte e il Sostegno di ogni cosa

Incarnazioni dell'Amore!

Tutti chiedono "Swami, dov'è l'Âtma?" ma non comprendono che cosa sia. Le Upanishad si sono soffermate a lungo sul Principio Atmico ma oggi, purtroppo, la gente non è in grado di interpretare correttamente i loro insegnamenti. Gli ammaestramenti della Bhagavad Gîtâ, del Râmâyana e del Bhâgavata hanno origine nelle Upanishad.

Nell'antichità, i nostri saggi si sottoponevano a penitenze severe per comprendere la natura dell'Âtma e alla fine dichiararono che Esso è il fondamento sostanziale di ogni cosa nell'universo. Quando assume un corpo fisico, anche se questo subisce cambiamenti continui dalla nascita alla morte, l'Âtma rimane il Principio eterno e immutabile; Esso è la sorgente e il sostegno di tutto e non ha nascita né morte. La gente celebra con grande entusiasmo diverse festività come, ad esempio, Mahâshivarâtrî; significa forse che il Signore Shiva è nato quel giorno? No, il Nome Shiva significa "di buon auspicio" e il Suo Principio è onnipresente.

Sarvatah pâni pâdam tat sarvatokshi shiro mukham

sarvatah shrutimalloke sarvam âvritya tishtathi

Con mani, piedi, occhi, testa, bocca e orecchie

che pervadono ogni cosa, Egli permea l'universo intero.

Qualunque cosa venga vista dagli occhi o udita dalle orecchie, le parole che vengono pronunciate, tutto è Brahman; non esiste nulla nell'universo che non sia Brahman. Ecco perché Esso viene descritto come:

Shabda Brahmamayî, Charâcharamayî, Jyotirmayî, Vângmayî,

Nityânandamayî, Parâtparamayî, Mâyâmayî, Shrîmayî

Incarnazione del suono, della mobilità e dell'immobilità, della luce, della parola,

della beatitudine eterna, della perfezione, dell'illusione e della prosperità.

Nessuno può dire: "Questo è Brahman e quello non Lo è". Anche questo fazzoletto, ad esempio, è Brahman. Da dove ha avuto origine? Esso è composto di fili che, a loro volta, vengono dal cotone; poiché i fili sono intessuti, il cotone ha preso la forma di un pezzo di stoffa. La stoffa ottenuta con i fili di cotone può diventare un dhothî, un sari o una camicia. Alcuni affermano che la mente sia all'origine dell'universo ma ciò non è vero perché anch'essa ha una fonte e ne dipende; senza dubbio è molto forte e potente ma è nata proprio dall'Âtma. La mente dirige tutte le attività nel mondo fisico, è molto instabile e muta continuamente.

Questo è il motivo per cui è chiamata "mente di scimmia".

L'Âtma è la fonte e il sostegno del corpo, della mente, dell'intelletto, della consapevolezza (citta), della discriminazione (viveka), della più alta saggezza (vijñâna) e della sapienza più elevata (sujñâna). Tutte queste hanno avuto origine dall'Âtma e assumono in un momento specifico una forma particolare come quella di un neonato, di un bambino, un ragazzo, un giovane e una persona anziana nella vita dell'essere umano. Queste diverse forme in stadi differenti non hanno un'esistenza indipendente, avviene una transizione da uno stadio all'altro. L'Âtma, tuttavia, è la fonte e il sostegno per tutte queste entità, è il Principio Fondamentale.

Dio è Uno senza secondo

Per comprendere questo Principio, la gente Gli ha assegnato nomi diversi. Alcuni Lo hanno chiamato Aum, il suono primordiale, altri Tat tvam asi (Quello tu sei) e altri ancora Brahman. Taluni Gli hanno dato Nomi come Râma, Krishna, Allah, Îshvara e Gesù. Tali diversi appellativi e forme vengono dati al solo scopo identificativo, vengono assegnati a Dio in base alle proprie preferenze ma la Divinità non ha nome né forma. Alcuni desiderano adorare Dio come Venkateshvara (appellativo di Vishnu - N.d.T.) e visualizzarlo in tale Forma. Chi L'ha creato? È la mente umana a immaginare Dio in quel modo come, ad esempio, pittori come il famoso Ravi Varma che Lo dipinse in varie Forme: Râma, Krishna ecc. Esse sono tutte creazioni umane, non rispondenti a realtà. Si può adorare Dio come Râma, Krishna o Shiva e visualizzarlo in quelle sembianze ma, fondamentalmente, Egli è Uno e Uno soltanto, è il Brahman senza Forma, senza Nome e senza Attributi. Questa verità sostanziale è stata spiegata nell'aforisma:

Ekam evâdvitîyam brahma

Dio è Uno senza secondo.

Tuttavia, persone differenti in tempi diversi vengono illuse dai Nomi e dalle Forme. Si può asserire che tutto rientra nella loro immaginazione; di fatto, essa è la causa principale di tutti i problemi del mondo. Nomi e Forme differiscono ma Dio è soltanto Uno.

Voi pensate che il tal dei tali sia cattivo ed egli vi apparirà così; se, al contrario, pensate sia una buona persona, egli vi sembrerà davvero tale. È il vostro sentimento nei suoi confronti a fare la differenza fra buono e cattivo; tutto ciò ha origine dai vostri pensieri di cui la mente è la sorgente. Dovete dunque prendere le cose per come sono.

Un processo graduale

Voi pensate di meditare su una forma o un oggetto particolari ma, a dir la verità, non si tratta di meditazione. La forma o l'oggetto, su cui supponete di meditare, potrebbe cambiare dopo qualche tempo. Quindi questa non è meditazione nel vero senso del termine e non è neppure concentrazione; è semplicemente contemplazione per un certo periodo di tempo. Quando, dopo una pratica regolare, l'oggetto si stabilizza, siete in grado di meditare.

Meditare nel momento in cui ci si siede per farlo non è possibile per nessuno, nessuno è riuscito in questo tentativo. La gente afferma di meditare ma è una cosa artificiosa; la falsa meditazione è veramente negativa. In questo processo, ci sono tre fasi: concentrazione, contemplazione e meditazione; è un percorso graduale in cui occorre una pratica (abhyâsa) sistematica e costante. Questa abhyâsa yoga (disciplina della pratica costante), e la pace conseguente che la persona ottiene, sono spiegate splendidamente nella Bhagavad Gîtâ in questo modo:

Shreyo hi jñānam abhyāsāt jñānāddhyānam vishishyate

dhyānāt karmaphala tyāga tyāgāt shāntih anantaram

La conoscenza è, in verità, migliore della pratica;

alla conoscenza è superiore la meditazione,

alla meditazione è superiore la rinuncia al frutto dell'azione,

alla rinuncia segue immediatamente la pace.

Bg. 12.12

Un bimbo appena nato non diventa immediatamente un adulto, lo fa gradualmente. È sbagliato pensare che ogni desiderio dia frutto; se così fosse, non ci sarebbe affatto sforzo umano e l'esistenza dell'uomo non avrebbe senso. Quindi, innanzitutto, concentratevi sul Principio dell'Io, tenete costantemente la mente sull'aforisma "Io sono l'Âtma". Voi e l'Âtma siete una cosa sola, non due entità separate.

Tutto muta tranne l'Âtma

Oggi giorno, ogni azione dell'uomo porta alla confusione che, a sua volta, conduce alla depressione; qual è la ragione di questa successione di eventi? E' la vostra natura instabile. Di fatto, le condizioni ambientali del mondo stanno subendo un cambiamento; c'è un mutamento nell'acqua, nell'aria, nelle nuvole e anche nel cibo. Il fatto che ogni cosa che vi circonda è in fase di cambiamento ha ovviamente effetto anche su di voi. I cambiamenti in corso agiscono anche sulla trasformazione della mente. C'è un solo Principio immutabile: la Consapevolezza Piena e Costante (Prajñānam).

Le Upanishad dichiarano: "Prajñānam brahma" (Brahma è la Consapevolezza Suprema). Se desiderate ottenere quello stato, dovete sviluppare il sentimento di Unità (Ekātmabhāva). Sebbene i corpi siano diversi, un solo Âtma dimora in tutti gli esseri viventi. I corpi umani sono come dei recipienti, la mente è l'acqua che contengono e un'unica luce si riflette in tutti quei contenitori. In ogni dove, c'è solo reazione, riflesso e risonanza.

Cari bambini!

Non potete comprendere il Principio Atmico (Âtma Tattva). Âtma non è semplicemente una parola formata di due sillabe; Esso connota lo sviluppo del sentimento di Unità. Tutti sono uno, siate equanimi con tutti. Come si può sviluppare fede in questa massima? Un piccolo esempio: voi state facendo un lavoro particolare e il vostro vicino ne fa uno diverso ma, anche se fate due cose differenti, l'ambiente in cui agite è il medesimo. L'Âtma è la Consapevolezza che permea tutto e questo Principio onnipresente è Verità.

La creazione emerge dalla Verità e in Essa si fonde.

C'è forse un luogo nell'universo ove la Verità non esista?

Visualizzate questa Verità pura e immacolata.

L'universo intero è permeato della Verità; Essa è sopra, sotto e dovunque. Quella Verità (Satya) è Âtma, è eterna e immutabile. Il poema epico Bhâgavata ci ingiunge di dire la verità e di parlare dolcemente e sommestamente.

Satyam bruyât priyam bruyât na bruyât satyamapriyam

Dite la verità ma ditela piacevolmente, in modo non sgradevole.

La verità è la fonte e il sostegno di ogni cosa nell'universo. Dove c'è Satya, ci sarà Dharma; dove Satya e Dharma vanno assieme, il risultato sarà la Pace e dove c'è Pace non può esserci ira (krodha), agitazione (tâpa), invidia (îrshyâ), gelosia (asûyâ) e presunzione (dambha). Questa Pace, priva di tali qualità malvagie, si trasforma in puro Amore.

L'immutabile e inevitabile legge del karma

Una volta, Hanuman entrò nella città di Lankâ in cerca di Sîtâ che era stata rapita da Râvana e relegata lì; egli La cercò in ogni strada ed edificio ma non riuscì a trovarla. Trovò però le donne demoni (râkshasa) in atteggiamenti imbarazzanti e giunse alla conclusione che Sîtâ, essendo una donna nobile, non si sarebbe abbassata a tali livelli. Non riuscendo a trovarla da nessuna parte, Hanuman si lamentò: "L'ho cercata in ogni casa e anche nei giardini in fiore. Ho un forte desiderio di vederla". Egli si diresse poi verso l'Ashokavana e la vide seduta sotto un albero; ne fu estremamente felice e, in quello stato d'animo euforico, cominciò ad abbattere gli alberi carichi di frutti rovinando quel giardino bellissimo. L'atto impertinente di Hanuman fece infuriare i demoni che, catturatolo e legatolo con delle corde, lo condussero di fronte a Râvana. Alla corte reale del re demone, Hanuman cominciò a discutere con lui circa la correttezza del suo atto odioso di rapire Sîtâ parlandogli in termini estremamente mortificanti. Non riuscendo a sopportare questo comportamento impertinente e arrogante, il re si infuriò e lo ammonì: "Senti un po', scimmione! Nessuno, neppure i re, si sono mai azzardati a rivolgersi a me con un linguaggio così umiliante. Provvederò a farti chiudere la bocca all'istante!"

Hanuman ribatté: "Tu sei un demone, mentre io sono il servitore di un Imperatore che governa i quattordici mondi (loka); non puoi farmi nulla".

Râvana non riuscì più a contenere la sua ira e ordinò che la coda di Hanuman fosse avvolta con degli stracci imbevuti d'olio e incendiata, il che i demoni eseguirono immediatamente. Con la coda in fiamme, Hanuman cominciò allora a saltare da un edificio all'altro mettendo a fuoco tutti i palazzi di Lankâ. In un baleno le fiamme si diffusero ovunque e lo spettacolo che si presentò fu un'intera città incendiata. Gli abitanti, in preda al panico, si riversarono sulle strade chiedendosi e dibattendo fra di loro: "Chi è questa scimmia? Di dove è venuta? Chi l'ha mandata? La nostra città sta bruciando: dove andremo ora?"

Neppure il palazzo di Mandodarî (la moglie preferita di Râvana - N.d.T.) fu risparmiato. Tutta la città, compresi gli edifici e i beni personali degli abitanti, fu ridotta in cenere; si salvò una casa sola, quella di Vibhîshana (fratello di Râvana - N.d.T.). Quello fu il prezzo che i residenti di Lankâ dovettero pagare per i loro peccati. La legge del karma è immutabile e inevitabile: le persone devono subire le conseguenze dei loro atti malvagi. Qualunque cosa uno compia, buona o cattiva, gli tornerà indietro.

Quando l'uomo emerge dal ventre di sua madre

non trova alcuna ghirlanda attorno al suo collo,
non ci sono gioielli fatti di perle né sfavillanti ornamenti d'oro,
non ci sono collane tempestate di pietre preziose come smeraldi o diamanti.

C'è però una sola ghirlanda al suo collo:

Brahma infila, una dopo l'altra, le conseguenze delle sue azioni passate
fino a formare una ghirlanda pesante e gliela mette attorno al collo al momento della nascita.

Il risultato delle azioni passate (karma), dunque, ci perseguita. Supponete di aver mangiato pakoda (frittelle) a casa vostra; dopo un po', il vostro alito saprà unicamente di quel cibo. Allo stesso modo, otterrete soltanto i risultati delle vostre azioni passate. Per tale ragione, i vostri atti devono essere sempre buoni e, perché ciò avvenga, è necessario coltivare amore per Dio, timore del peccato e moralità nella società (Daiva prîti, pâpa bhîti e sangha nîti); chi coltiva questi tre sarà in grado di astenersi dal commettere azioni cattive. Essi sono interdipendenti, uno consequenziale all'altro. Il Nâmasmarana (la ripetizione del Nome di Dio) vi aiuterà a perseguire tali nobili qualità; ecco perché vi esorto ripetutamente a fare incessantemente Nâmasmarana. Esso è il mezzo con cui attraversare l'oceano del samsara (il mondo oggettivo).

Per ottenere l'Âtma Tattva, occorre cercare rifugio unicamente nell'Âtma. Una volta compreso il Principio Atmico, voi stessi diverrete Âtma. Dovete meditare costantemente sulla dichiarazione delle Upanishad "Aham brahmâsmi" (Io sono Brahma) e ricordare a voi stessi: "Io non sono umano, non sono un demone (rakshasa): io sono l'Âtma".

Desidero che gli studenti abbandonino gradualmente il parlare licenzioso e le attività superflue; le vostre parole devono essere buone, la vostra visione positiva e così anche i vostri pensieri. Quando pensieri, parole e azioni saranno buoni e in perfetta armonia, diverrete persone ideali. I testi sacri, come il Râmâyana, il Mahâbhârata e la Bhagavad Gîtâ, insegnano la stessa cosa. Innanzitutto, alimentate l'amore per Dio; averlo equivale ad avere tutto.

Dal livello umano a quello divino

Se volete sperimentare il Principio Atmico, dovete meditare costantemente sull'Âtma. Allorché avrete fatto esperienza dell'Âtma Tattva, diverrete voi stessi il Brahman. Per ottenere questo, bisogna seguire una pratica regolare. Persino per avere le piccole cose della vita quotidiana ci si esercita molto; senza esercizio, nella vita non si ottiene niente, si commettono degli errori. Prima di ogni altra cosa, imparate a vivere come veri esseri umani ricordando continuamente a voi stessi: "Io sono un essere umano, non sono un animale o una bestia crudele". Dal livello umano dovete innalzarvi a quello divino; non scendete al livello di un animale o di una bestia. In verità, tutti gli Avatâr vengono solamente per elevare il livello di coscienza degli uomini a quello della Divinità, vengono soltanto per trasformare gli esseri umani in esseri divini. Se seguirete meticolosamente le ingiunzioni di Dio e compirete azioni a Lui gradite, divrerete sicuramente Dio a tutti gli effetti. Non è un compito difficile: la pratica costante vi farà raggiungere quella meta. Se, al contrario, vi unirete a persone negative, diventerete tali anche voi; "Dimmi con chi vai e ti dirò chi sei" dice il proverbio e voi sarete simili alla compagnia che frequentate.

Prashânti Nilayam, 20 luglio 2009,

Sai Kulwant Hall

(Tradotto dal testo in inglese pubblicato da: www.sathyasai.org)