





Titolo originale: ***Prema Vāhinī***
(Tradotto in Inglese dall'originale Telugu)

Traduzione italiana a cura della Redazione
Mother Sai Publications.

© **Copyright – 2001 Mother Sai Publications**
Sathya Sai Books and Publications of Italy

Via Umbria 19 – 20093 Cologno Monzese (MI) - Italy
Tel.: 02 26 70 82 88 - Fax: 02 25 37 10 63

© - The Convenor, Śrī Sathya Sai Books & Publications Trust
Prashānti Nilayam P.O.- Anantapur Dist., A.P. 515134 (India).

Il Copyright e i diritti di traduzione in qualsiasi lingua sono riservati agli Editori. Parti, paragrafi, citazioni, testi, fotografie o disegni non possono essere riprodotti, copiati o utilizzati, sia in lingua originale, sia nella traduzione, in nessuna forma né con mezzi elettronici o meccanici, né per fotocopia, registrazione né sotto forma di informazione, memorizzazione, né con sistemi di recupero, se non in caso di previa ed esplicita licenza, richiesta al Convenor.

La S.S.S. Books & Publ. Trust ha concesso formalmente ogni licenza di traduzione e stampa delle proprie pubblicazioni *esclusivamente* alla “ Mother Sai Publications” – Sathya Sai Books and Publications of Italy.

Finito di stampare: Febbraio 2005
Maingraf, Bresso (Milano)

Collana Vāhinī

Śrī Sathya Sai Baba

**L'Amore
di Dio**
(Prema Vāhinī)



Mother Sai Publications

Nota sulla traduzione e sulla grafia dei termini sanscriti

Nel testo inglese i termini sanscriti sono molto numerosi. Quelli traducibili con sicurezza con un solo vocabolo, poco ripetitivi e privi di implicazioni profonde che richiedano ulteriori spiegazioni sono stati tradotti in italiano.

Nei limiti che permettessero una lettura sufficientemente scorrevole, la traduzione consistente in un solo vocabolo è stata aggiunta subito di seguito al termine sanscrito traslitterato, scritto in corsivo.

In diversi casi questa soluzione è stata ritenuta insufficiente per l'importanza dei vocaboli, per la loro profondità, ampiezza o pluralità di significati; in tali casi i termini sanscriti sono stati riportati nel testo tal quali, rimandando il lettore al glossario allegato, la cui consultazione è comunque consigliabile per una più sicura comprensione di tutti i vocaboli.

I termini sanscriti sono stati trascritti così da indurre in modo intuitivo il lettore italiano alla riproduzione fonetica più esatta possibile, scegliendo però di non adottare il rigoroso sistema dei segni diacritici che forse creerebbe confusione e difficoltà nella maggior parte dei lettori.

Come riferimento per la traslitterazione è stato utilizzato il **Glossario di Termini in Sanscrito** compilato da G. Fornasiero, al quale ci si è attenuti in particolare per ciò che riguarda l'impiego delle consonanti pure: 'b', 'd', 'g', 'k', 't' - piuttosto che aspirate: 'bh', 'dh', 'gh', 'kh', 'th'.

Sono state considerate invece inevitabili le grafie di derivazione inglese 'w' e 'sh', in quanto ormai largamente affermate, e la cui sostituzione avrebbe rischiato di apportare più confusione nella generalità dei lettori, come pure 'ch' per il suono 'c' dolce prima delle vocali 'a', 'o', 'u', onde non introdurre dittonghi artificiosi.

L'accento piano evidenzia le vocali lunghe (*ā, ī, ū*).

Alcune discrepanze rispetto al testo inglese derivano dal riesame di quei passaggi che risultano non chiari, imprecisi o di errata traduzione dall'originale in lingua Telugu.

Essi sono stati verificati col testo originale da persone qualificate e nella versione italiana è stato riportato il significato esatto.

Prefazione

di N. Kasturi

Caro lettore!

Rivolgendosi ad una grande folla radunatasi a Gudur alcuni anni or sono, Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba esclamò: “Non sarebbe sbagliato se voi mi chiamaste *Prema Svariipa*, Incarnazione del Divino Amore”.

Infatti Baba diffonde *Prema*, puro Amore, cerca *Prema* ed instilla *Prema* nel cuore degli uomini, nel tessuto sociale ed in tutte le nazioni. L'umanità che ha smarrito la strada e trema di terrore, incapace di controllare il male che ha generato coi suoi giochi insani, ha bisogno della Grazia e dell'Amore di Baba per acquietare la sua nevrosi e ritrovare la luce.

Alcuni anni fa Baba affermò che al compimento dei trentadue anni del Suo soggiorno sulla Terra avrebbe dato inizio alla Sua missione di ricreare e riformare l'uomo sulla vera base del *Dharma*. Nel 1958, quando giunse quel momento, Egli benedisse il varo di un periodico mensile cui diede il nome di Sanātana Sārathi, un nome pieno della fragranza della Gītā e del ruolo del Signore quale Auriga di chiunque lo scelga come guida.

È significativo che proprio la prima serie di articoli che Baba scrisse per il Sanātana Sārathi fosse *Prema Vāhini*.

Tali articoli, tradotti in inglese, sono stati raccolti in questo libro così come furono presentati originariamente.

Satya, Shānti, Dharma e Prema (Verità, Pace, Rettitudine ed Amore) sono i quattro pilastri del nuovo mondo dell'Era Sai. Sotto la guida di Baba l'umanità deve scoprire *Shānti* tramite *Prema*; per questo compito il presente libro sarà d'immenso aiuto. Nel leggerlo siete in contatto proprio con la fonte dell'Amore; nel tradurre in azione il Suo messaggio siete palesemente guidati dalla Grazia del Signore stesso. Nel gustare l'esperienza emozionante della disciplina spirituale qui prescritta voi rispondete veramente alla Maestà dell'Oceano di Compassione.

N. Kasturi

Capitolo I

Le nobili qualità per il cammino dell'aspirante

Impegno spirituale

[1] Il *Kali Yuga*, più che le ere precedenti, offre molteplici vie attraverso cui l'uomo può acquisire la discriminazione. Se è l'istruzione che occorre, ci sono tutte le scuole e gli istituti necessari; se è la ricchezza che si desidera, ci sono varie strade attraverso cui, con l'impegno, la ricchezza può essere ottenuta onorevolmente. Nonostante ci siano tutte queste opportunità, nell'uomo non si riscontra felicità o pace; anzi, c'è molta più infelicità che nelle epoche passate! Dove risiede allora la causa? Il motivo è da ricercare nel comportamento dell'uomo, nel suo stesso modo di vivere.

La vita umana è senza dubbio la più elevata nella scala evolutiva e per conferirle significato l'impegno spirituale è essenziale, un impegno che deve essere santo e puro. Per condurre un tale stile di vita, il carattere è essenziale. Il carattere rende la vita immortale e sopravvive persino alla morte. Alcuni asseriscono che la conoscenza sia potere, ma non è vero. Il carattere è potere. Anche l'acquisizione della

conoscenza richiede un buon carattere. Tutti devono quindi aspirare a conseguire un carattere integerrimo, esente da qualsiasi ombra di malvagità.

**Importanza
del carattere**

[2] Rendetevi conto che Buddha, Gesù Cristo, Shankārachārya e Vivekānanda, grandi saggi, santi e devoti del Signore, sono ancor oggi ricordati molto vividamente. Quale qualità li rese per sempre degni di memoria? Il loro carattere. Se manca il carattere, ricchezza, erudizione e posizione sociale non sono di alcuna utilità. È il profumo che fa apprezzare il fiore. Poeti, pittori o scienziati possono essere grandi nei loro rispettivi settori, ma senza il carattere non hanno alcuna reputazione nella società.

Ci si potrà chiedere se tutti coloro che sono oggi onorati e rispettati dalla società posseggano quel carattere che consideriamo essenziale per conseguire la grandezza; ma Io parlo di una società e di un carattere che si attengano ad alcuni valori immutabili. Generalmente la società attribuisce a certe qualità un significato che cambia di giorno in giorno, e certi aspetti del carattere variano con le stravaganze della società stessa; invece la natura fondamentale di un carattere irreprensibile è eterna, e rimane immutata qualunque siano le vicende sociali. In questo senso il carattere è veramente eterno perché è associato ad un'altra Entità eterna: l'*Ātma*, il Sé.

**Le nobili
qualità**

[3] Tra le qualità che concorrono a formare un carattere integerrimo, l'amore, la pazienza, la tolleranza, la costanza e la carità sono le più nobili, e come tali devono essere onorate e riverite. I piccoli gesti che noi compiamo ogni giorno si cristallizzano in abitudini, le abitudini plasmano l'intelligenza e forgianno l'atteggiamento e la nostra stessa

vita.

Tutto quello che tessiamo nella nostra immaginazione, che ricerchiamo come ideale e desideriamo nelle nostre aspirazioni, lascia un'impronta indelebile nella mente; influenzati e condizionati da tutto ciò, sviluppiamo così la conoscenza e l'immagine del mondo intorno a noi alla quale rimaniamo poi attaccati.

Trasformazione

[4] Il presente non è altro che il risultato del passato e delle abitudini che l'uomo ha sviluppato durante quel lungo periodo. Tuttavia, qualunque sia il tipo di carattere venuto così a costituirsi, esso può essere modificato cambiando l'abituale processo di pensiero e d'immaginazione.

Nessun uomo ha una cattiveria incorreggibile. Il bandito Angulimala non fu forse trasformato dal Buddha in un uomo dal cuore tenero? Il ladro Ratnākara non divenne Vālmīki, il Saggio? Con lo sforzo consapevole è possibile cambiare le abitudini ed affinare il carattere.

L'uomo ha sempre dentro di sé, alla sua portata, la capacità di sfidare tutte le sue tendenze malvagie e di mutare le cattive abitudini. Col servizio altruista, la rinuncia, la devozione, la preghiera ed il raziocinio, le vecchie abitudini che incatenano l'uomo alla terra possono essere abbandonate per introdurre abitudini nuove che lo accompagnino lungo il sentiero divino.

La pratica quotidiana

[5] Sondare la natura del carattere, le sue maniere e bizzarrie, al fine di fornire informazioni su come riformarlo è lo scopo di tutta la letteratura spirituale, delle poesie, delle epiche, dei libri e dei periodici. Il Sanātana Sārathi (il periodico 'L'eterno Auriga') non ha altri obiettivi e non mira ad esibire erudizione né ad acquisire fama o

rinomanza; va tuttavia detto che la sola lettura di un libro o di un giornale non accorderà la discriminazione. Tutto quello che si vede, si ode o si legge deve essere messo in pratica nella vita quotidiana. Se ciò non accade, il leggere è una semplice perdita di tempo. Se si legge qualcosa per far passare il tempo, quella cosa passa insieme al tempo stesso senza lasciare traccia alcuna.

Discriminazione nella scelta dei libri

Lecture
selezionate

[6] C'è vasta disponibilità di libri, anche a prezzi molto bassi. I *Veda*, le Sacre Scritture, i *Purana* sono accessibili a tutti. Non c'è neppure scarsità di *guru*; infatti, i dotti abbondano ed assicurano, apparentemente, il dono della conoscenza. Per addestrare la mente c'è una gran quantità di mezzi alla portata di tutti. Tuttavia, da nessuna parte si ode una sola nota di contentezza per avere gioito del nettare di *Jñāna*, la Saggezza.

Quando vedo mucchi di libri accatastati dappertutto, penso che la saggezza ivi contenuta non riesca a trapassare quelle pesanti rilegature per emergere alla luce. Come Dio viene nascosto dalle catene montuose della lussuria, dell'ira, dell'invidia e dell'egoismo, così il sole della saggezza è nascosto dietro queste enormi pigne di libri.

Sebbene i libri siano diffusi in ogni angolo della terra, non si può certo affermare che cultura o saggezza siano in aumento, anzi l'uomo non è poi così distante dalla scimmia.

Un titolo ed una rilegatura attraenti o una bella foto: ecco cosa cerca il lettore; tutto questo equivale ad un piacere

passaggero, ad una soddisfazione momentanea. Solo quelli che con discriminazione selezionano i libri da leggere e soprattutto mettono in pratica ciò che leggono possono realizzare la Verità e godere della Beatitudine eterna; solo costoro conducono vite degne di essere vissute.

Concentrarsi su un solo obiettivo

[7] Chi cerca il sentiero più alto e trova gioia nei pensieri rivolti a Dio deve sforzarsi di leggere solo le biografie di santi e saggi, nonché quei libri che inducono a contemplare il Divino. Leggere dei libri senza uno scopo o qualsiasi cosa capiti in mano contribuirà a creare ancor più confusione, senza apportare alcun vantaggio né conferire pace.

La cosa più importante è coltivare stabilità e costanza, concentrare cioè la mente su un unico obiettivo, qualsiasi cosa si faccia. La visione equanime ed imperturbabile è la visione giusta.

Quando la visione è imperfetta

[8] Anche se il leone è il re della foresta, mentre si muove tra gli alberi si guarda indietro ogni pochi passi per paura di essere inseguito. La paura nella mente fa vacillare la visione; la violenza nel cuore altera la visione e distrae la vista.

L'uomo deve avere una visione equanime. Tutta la creazione deve apparire ai suoi occhi ugualmente propizia e fausta. Egli deve guardare ad ogni essere con amore e con tanta fiducia quanta ne ha in sé stesso, perché non esiste il male nella creazione, no, neppure un briciolo. Il male appare tale solo per effetto di una visione imperfetta. La creazione assume il colore degli occhiali che portiamo, ma di per sé è eternamente pura e santa.

***Sādhana*, il modo di vivere**

Ottenere la Perfezione

[9] Ci sono sempre stati, ci sono e ci saranno sempre i Maestri che rivelano ed insegnano all'uomo come conseguire le altezze che egli, mantenendo una ferma determinazione, può raggiungere tramite la piena espressione delle sue capacità fisiche, mentali ed intellettuali.

La mente umana trae piacere dagli oggetti esterni, dalle osservazioni inutili e dal criticare il mondo esteriore. Come si può quindi addestrarla ad essere stabile e costante? Tutti devono porsi una domanda: "I Grandi Esseri erano persone come me ed erano anch'essi uomini incarnati; se sono riusciti a raggiungere la perfezione, posso riuscirci anch'io seguendo il loro metodo. Che vantaggio traggo se passo il mio tempo a cercare i difetti e le debolezze altrui?" Perciò la prima pratica spirituale consiste nel ricercare gli errori e le debolezze in sé stessi, sforzandosi di correggerle e di diventare perfetti.

Abitudini e comportamento

[10] Il continuo ed arduo lavoro di ogni giorno ha come fine questo compimento: rendere dolci e piacevoli gli ultimi giorni. Ma anche ogni giornata ha la sua sera; se il giorno viene speso in buone azioni, allora la sera ci benedirà con un sonno profondo, un sonno che rinvigorisce e ristora e che è - come si suol dire - simile al *Samādhi*, uno stato di estasi e di pura consapevolezza.

Qui sulla terra l'uomo ha a disposizione solo un breve periodo di vita, ma anche in questa breve vita può raggiungere la beatitudine Divina facendo un saggio uso

del suo tempo.

Due uomini in apparenza uguali, palesemente dello stesso stampo, crescono nelle medesime condizioni, ma uno si rivela un angelo, mentre l'altro persiste nella sua natura ordinaria. Qual è la causa di uno sviluppo così diverso? Le abitudini nonché il comportamento che si è formato per effetto di quelle abitudini, come pure il carattere in cui quel comportamento si è consolidato. L'uomo è quindi la creatura del suo carattere.

Capitolo II

La vera natura della vita umana

Ogni gesto
è un'offerta

[1] Ad un osservatore superficiale la vita di un uomo appare come un ciclo senza fine, fatto solo di mangiare, bere, lavorare duramente e dormire; ma la vita ha invece un significato più grande e più profondo. La vita è un sacrificio, uno *yajña*; ogni piccolo gesto è un'offerta al Signore. Se si trascorre la giornata compiendo azioni con un tale spirito di resa, cosa può essere il sonno se non un *Samādhi*?

La falsa
identifica-
zione

[2] L'uomo commette il grave errore di identificarsi col corpo ed accumula una gran quantità di oggetti per il suo mantenimento. Anche se col passare degli anni il corpo diventa debole e decrepito, egli cerca in un modo o nell'altro di sostenerlo; ma per quanto tempo si può posporre la morte? Quando il mandato di Yama (il Signore della morte) arriva, tutti devono andarsene. Davanti alla morte tutto scompare: posizione, orgoglio, potere. Con purezza di corpo, di mente e di spirito, sforzatevi giorno e notte di realizzare il Supremo Sé attraverso il servizio reso a tutti gli esseri viventi.

Il corpo deve essere preservato quale veicolo atto a svolgere tale servizio, ma ricordate: voi non siete questo corpo, questo corpo non può essere voi.

TAT TVAM ASI – TU SEI QUELLO.

Questo è il sommo, il più santo degli Assiomi Divini detti *Mahāvākya*.

Tu sei l'indistruttibile Principio Ātmico, il Sé.

**Il corpo è
uno stru-
mento**

[3] È per amore di quel Principio *Ātmico* che possedete questo corpo; pertanto nel tentativo di realizzare il Signore Supremo qui ed ora, dovete essere sempre pronti ad offrirlo come sacrificio. Esercitate l'autorità che avete su questo corpo per promuovere il bene del mondo. Il corpo è solo uno strumento, un attrezzo donatovi da Dio; lasciate quindi che serva al suo scopo. Finché non si compirà il proposito per cui tale strumento vi è stato dato, è vostro dovere vigilare su di esso e proteggerlo da ferite e menomazioni.

**Le tre
lezioni**

[4] Durante l'inverno si indossano abiti di lana per sopportare il rigore dei venti freddi, ma quando il freddo diminuisce quegli abiti vengono smessi. Analogamente, quando i venti freddi della vita materiale non ci toccano più, il corpo fisico non è più essenziale e si diventa consci soltanto del corpo immateriale.

Quando arriva un acquazzone, cielo e terra diventano una cosa sola nello scrosciare della pioggia. Questa è davvero una bella immagine ispiratrice nella quale la creazione vi insegna a diventare Uno, in unisono con lei.

Ci sono tre lezioni da imparare: la caducità e temporaneità delle cose create, il ruolo dell'uomo quale servitore e quello

di Dio quale Signore. Questa creazione è il mezzo da utilizzare per l'adorazione, l'uomo è colui che adora e Dio è l'adorato. La partita chiamata vita si gioca così.

**Tutto è
adorazione**

[5] L'uomo deve essere felice che l'Essere Supremo gli abbia disposto intorno cose sempre nuove per permettergli di servirlo e di adorarlo in forme diverse; deve pregare per avere opportunità sempre nuove ed esultare se gli capitano tali occasioni. Un'attitudine del genere conferisce una gioia incommensurabile, e condurre una vita pervasa da questa gioia è vera beatitudine.

Tutto ciò che si compie, dall'alba al tramonto, deve essere consacrato come atto di adorazione al Signore. Come si ha cura di cogliere solo fiori freschi e di mantenerli tali senza farli appassire, così ci si deve sforzare incessantemente di compiere atti puri e senza macchia.

Se si mantiene vivida nella mente tale attitudine e si vive in conformità, allora tutto diventerà un lungo, ininterrotto servizio al Signore. Il senso di «io» e «Tu» svanirà presto ed ogni traccia di ego andrà distrutta. La vita si trasformerà in un autentico assorbimento in Dio. «Io sono il servitore, questo mondo è l'offerta, Dio è il Signore da adorare»; quando si raggiungerà questo stadio di pensiero, di sentimento e di azione, tutte le differenze di «mio» e «tuo» svaniranno.

Identità fra Devozione e Saggezza

**Non c'è
separazione**

[6] Non c'è differenza tra *Bhakti* e *Jñāna*, devozione e saggezza. Come *Saguna*, la concezione di Dio dotato di attributi, diventa *Nirguna*, esente da qualità, così *Bhakti* diventa *Jñāna*. Non sono d'accordo nel considerare

separate l'azione, la devozione e la saggezza; neppure mi piace classificarle una al primo posto, l'altra al secondo e l'ultima al terzo. Non accetto neppure che se ne faccia una mescolanza. L'azione è devozione, la devozione è saggezza.

Una torta possiede dolcezza, peso e forma, e queste tre qualità non possono essere separate l'una dall'altra. Ogni piccola parte della torta ha dolcezza, peso e forma; non troviamo la forma solo in una parte, il peso in un'altra e la dolcezza in una terza parte. Quando la si mette sulla lingua se ne sente il sapore, il peso diminuisce e la forma viene modificata, tutto simultaneamente. Così il *Jīva* (l'anima individuale), l'*Ātma* (il Sé) ed il *Paramātmā* (il Sé Supremo ed Universale) non sono separati: sono uno ed il medesimo.

**L'incanto
della vita**

[7] Ogni singolo atto deve essere colmo dello spirito di servizio, amore e saggezza. In altre parole, tutte le attività della vita devono essere sature di *Karma*, *Bhakti*, e *Jñāna*. Questo è in realtà il *Purushottama Yoga*, lo *Yoga* della Conoscenza della Persona Suprema; tutto ciò deve essere messo in pratica e non dibattuto soltanto a parole. *Sādhana*, la disciplina spirituale, deve essere praticata costantemente con il cuore in continua espansione, saturo di devozione e saggezza. La dolcezza del Nome del Signore è l'incanto della vita.

**Significato
di
*Om Tat Sat***

[8] Quando si compie un atto come offerta al Signore, il proprio bene, il bene altrui ed il Sommo Bene¹ diventano una cosa sola. Dapprima tu ed io diventano noi; poi noi e Lui si identificano. Il *Jīva* (io) deve essere in armonia con la

¹Inteso come la Conoscenza dell'Essere Supremo.

Creazione (tu) per realizzare l'unità con il Principio Divino che pervade tutta la Natura; infine il *Jīva* deve conseguire l'identità con il *Paramātmā*, il Sé Supremo (Lui). Questo, invero, è il significato del *mantra OM TAT SAT*.

Ieri, oggi e domani *OM TAT SAT* era, è, sarà. «Lui» ed «Io» esistono sempre, e così anche la disciplina spirituale. Come il sole è inseparabile dai suoi raggi, così un aspirante non deve mai in nessun caso essere senza *Sādhanā*, la pratica spirituale. Solo quando l'aspirante si attiene ininterrottamente alla sua disciplina si può affermare che egli sia uno con l'*OM*.

Capitolo III

I doveri della vita

Cosa si
richiede
all'uomo

[1] Le imperfezioni del cuore devono essere lavate via con una vita morale e col compimento del proprio dovere. Può arrivare un giorno in cui l'uomo si sente stanco e debole; in quel caso egli deve pregare così: "Signore, le cose sono andate oltre le mie capacità. Sento che uno sforzo ulteriore sarebbe una fatica troppo grande. Oh Signore, dammi la forza!"

Sulle prime Dio resterà ad una certa distanza per osservare gli sforzi dell'uomo, come l'insegnante che resta in disparte mentre gli studenti scrivono le risposte alle sue domande. Poi, quando l'uomo si libererà del suo attaccamento ai piaceri sensoriali e comincerà a dedicarsi alle buone azioni ed al servizio, Dio si avvicinerà a lui per incoraggiarlo, poiché Egli è come il sole che attende fuori dalla porta chiusa; è come il servitore che, conscio dei diritti del suo padrone e dei propri limiti, non annuncia a gran voce la sua presenza né sbatte la porta, ma resta silenziosamente in attesa.

Se però la porta si apre anche solo un poco, ecco che il sole entra subito e scaccia via l'oscurità che si trova all'interno.

Se si cerca il Suo aiuto, Egli è presente al fianco dell'uomo con le mani tese per assisterlo. Perciò all'uomo si chiede soltanto di avere la discriminazione di pregare il Signore e la saggezza di ricordarsi di Lui.

**Solo la virtù
è vera Sag-
gezza**

[2] *Jñāna* significa Conoscenza Suprema, Saggezza, ma non si riferisce ad un fatto puramente intellettuale. Mangiare non significa mettere solo il cibo sulla lingua; mangiare ha valore solo se il cibo viene masticato, ingerito, digerito, assimilato dal flusso sanguigno e trasformato in muscoli ed ossa, in forza e vigore. Allo stesso modo *Jñāna* deve permeare e dare vigore a tutti i momenti della vita; deve essere espressa attraverso ogni organo e senso, attraverso tutti gli organi di azione e di percezione. È questo stadio elevato che l'uomo deve raggiungere. Il semplice accumulare nozioni non è *Jñāna*; solo la virtù è Saggezza.

**Ogni atto è
un sacrificio**

[3] Per poter svolgere del servizio si deve provare anche un po' di piacere, il quale va a far parte dello *yajña*, del sacrificio stesso. Per far funzionare la macchina del corpo occorre usare il cibo come carburante; il cibo non è il sacrificio, ma lo rende possibile. Perciò assumere il cibo non è una cosa da schernire come se si trattasse di soddisfare la propria ingordigia o di riempirsi la pancia, ma fa parte dell'adorazione.

Adorare non è semplicemente cogliere un fiore e metterlo davanti all'immagine sacra; il giardiniere che ha faticato duramente per coltivare la pianta che ha poi prodotto il fiore, ha praticato anch'egli l'adorazione. È soltanto

quando il cibo viene ingerito che il corpo può funzionare. Quindi, anche i mezzi per espletare un sacrificio sono *yajña*, il sacrificio stesso.

Ogni attività svolta a favore delle tre seguenti realtà è sacrificio: utilizzare il mondo per adorare il Signore, stabilire pace e giustizia nella società, controllare e coordinare le funzioni del corpo; il primo è detto *yajña*, il secondo *dāna*, il terzo *tapas*. Tutti gli atti dell'uomo devono servire questi tre aspetti.

Verità è Dio

Una vita
morale

[4] Per raggiungere questo stadio è fondamentale condurre una vita morale e saper discriminare tra Verità e falsità. Come si tiene la perla e si getta via la conchiglia, così l'Essenza che è Verità deve essere accolta e la non-essenza respinta; devono esserci sia lo sforzo individuale sia la Grazia Divina, e si deve mettere costantemente in pratica la grande lezione che l'*Ātma* ed il corpo sono distinti. Questo è un esercizio molto benefico; tale discriminazione è necessaria per tutti gli aspetti della vita secolare e spirituale ed è indispensabile per realizzare la Verità che persiste nella Creazione, Esistenza e Distruzione. Tale Verità è Dio stesso.

Purezza del
cibo

[5] Per servire il Signore Supremo bisogna osservare purezza nella dieta. Per ciò che riguarda l'alimentazione, la questione non è la quantità ma la qualità; ovviamente anche la quantità non va trascurata. Perché il cibo è indispensabile? Esso serve ad acquisire la forza necessaria a compiere il servizio. Affinché il servizio dia i suoi frutti, il

cibo è necessario e deve essere puro; dovete quindi prestare molta attenzione all'alimentazione.

Bisogna anche essere sempre attenti alle proprie abitudini ed ai tratti del carattere; alla fine l'attaccamento al corpo cadrà, ed il compito di conseguire la beatitudine dell'*Ātma* sarà facilitato.

**Il valore
dello sforzo
spirituale**

[6] L'uomo deve adempiere questi doveri prima di ottenere la realizzazione; infatti può pervenire alla purezza solo attraverso una vita spirituale e soltanto grazie ad una natura senza macchia potrà realizzare lo Spirito Supremo. Se egli non s'impegna in questo compito, non serve che poi pianga angosciato per non aver potuto conoscere il *Paramātma*.

Vivendo in questo mondo materiale, l'uomo non riuscirà ad apprezzare il valore della ricerca spirituale se prima non fa esperienza di una vita spirituale e della sua purezza. Si potrebbe affermare che ci si deve impegnare nella pratica spirituale solo dopo averne apprezzato il valore, ma ciò sarebbe come dire che si deve entrare in acqua solo dopo aver imparato a nuotare. S'impara a nuotare solo quando si entra in acqua e si tiene un salvagente intorno al corpo. Allo stesso modo, con un salvagente per la mente, immergetevi senza paura nella disciplina spirituale; allora capirete da soli il valore di questo sforzo.

La natura e le condizioni del sentiero spirituale sono note solo a chi ha percorso quella strada; costoro sanno che la via della Verità e della discriminazione conduce al *Paramātma*. Chi non l'ha percorsa e non è consapevole della sua esistenza non può spiegarla né a sé né agli altri.

Solo il Sé
Supremo è
reale

[7] Il *Paramātma* soltanto è reale. Il *Paramātma* è Verità, il *Paramātma* è Amore. Meditate su di Lui come Verità, come Amore. È possibile realizzarLo in qualsiasi forma su cui voi meditate.

Siate sempre in compagnia dei Suoi devoti; mediante questa associazione, la discriminazione ed il distacco si radicheranno e si svilupperanno in voi, e questo rafforzerà il vostro spirito e vi donerà pace interiore. Alla fine la vostra mente si fonderà nel *Paramātma*.

Qualsiasi attività svolgiate, utilizzate tutta la forza e l'abilità di cui siete dotati parlando ed agendo con sincerità.

Sulle prime potrete fallire ed incontrare difficoltà e delusioni, ma poi avrete successo ed otterrete vittoria e beatitudine. Grazie al vostro comportamento ed al vostro modo di vivere potrete realizzare la Verità, potrete realizzare il Sé Supremo.

L'egotismo è causa d'inquietudine

L'origine di
ogni cosa

[8] L'uomo crea e sviluppa in sé una gran varietà di atteggiamenti e di abitudini egoistiche, intensificando così la propria insoddisfazione. Questo impulso gli deriva dal complesso per il potere, dalla bramosia di accrescere la sua autorità ed il suo dominio, nonché dalla cupidigia per cose che non potranno mai essere eterne e piene; infatti, è impossibile che l'uomo possa conseguire tutto ciò sino a raggiungere la sazietà. L'Onnipotenza appartiene al Signore di Tutto.

Un uomo può esultare per saper padroneggiare tutte le arti, per essere il possessore di tutte le ricchezze, il detentore di

tutta la conoscenza o il depositario di tutte le sacre Scritture; ma da chi ha acquisito tutto ciò? Quella fonte deve essere certamente molto più grande. Egli può anche sostenere di aver conquistato tutto grazie ai suoi sforzi, alla sua fatica ed al duro lavoro, ma certamente qualcuno glielo deve aver dato, in una forma o nell'altra: è innegabile. La fonte da cui ha origine tutta l'autorità ed il potere è il Signore stesso. Ignorare tale Onnipotenza, illudersi che il piccolo potere ottenuto sia proprio, è autentico egotismo, presunzione, orgoglio, *ahamkāra*.

**Il peggior
nemico**

[9] Se un uomo manifesta veramente quel potere, è possibile riconoscerlo per le sue caratteristiche di sincerità, gentilezza, amore, pazienza, tolleranza e gratitudine. Dove ci sono queste virtù, l'egotismo non può esistere, non trova posto. Cercate perciò di sviluppare tali qualità.

Lo splendore dell'*Ātma* è oscurato dall'egotismo; quando quest'ultimo viene annientato tutte le difficoltà cessano, le insoddisfazioni svaniscono e la beatitudine è raggiunta. Come il sole è celato dalla nebbia, così *ahamkāra*, l'egotismo, cela l'eterna Beatitudine.

Anche se gli occhi sono aperti, un pezzo di stoffa o di carta può impedire alla vista di funzionare con efficienza. Analogamente lo schermo dell'egotismo impedisce all'uomo di vedere Dio che - di fatto - gli è più vicino di qualsiasi altra cosa. Molti aspiranti, eremiti e rinuncianti hanno permesso che le loro eccellenti qualità, conquistate dopo lunghi anni di lotte e sacrifici, si dileguassero a causa dell'attaccamento al proprio sé; infatti, il potere privo della gioia della realizzazione di Dio è come un muro privo di fondamenta.

**Solo la
pratica
conta**

[10] La sola cultura non serve a nulla. I Veda, le Upanishad e le sacre Scritture sono dottrine da mettere in pratica nella vita quotidiana. Per quanto vasta sia la dialettica, qualunque sia il livello d'erudizione, è tutto uno spreco colossale. Per portare gli insegnamenti dei Veda, delle Upanishad e delle sacre Scritture nella propria vita, l'uomo deve eliminare l'idea «io so»; deve aprire gli occhi alla vera Essenza ed indagare sulla sua profondità. Allora, senza dubbio, egli potrà conseguire la Beatitudine.

**Le Scritture
indicano la
via**

[11] Un almanacco può prevedere quanta pioggia cadrà, ma anche se lo si piega e strizza dieci volte non ne uscirà una sola goccia. Lo scopo del calendario non è di fornire la pioggia, bensì le indicazioni circa la pioggia e la sua quantità; le sue pagine non contengono la quantità di pioggia prevista, perché questa si trova su nelle nuvole. Allo stesso modo, le Scritture possono solo dare delle indicazioni circa le dottrine, gli assiomi, le regole, i regolamenti ed i doveri da praticare.

La sublime caratteristica dei Veda, delle Upanishad e delle Scritture è di fornire le istruzioni sui metodi per raggiungere la pace e la liberazione, ma essi di per sé non contengono l'essenza della beatitudine tanto da poterla raccogliere se si strizzano le loro pagine. Il sentiero, la direzione e la meta ivi descritti devono essere scoperti; quindi si deve percorrere il sentiero, seguire la direzione e raggiungere la meta. Tuttavia, se il senso dell'io produce orgoglio - «io so tutto» - il fallimento è inevitabile; l'illusione causa la morte. Il segreto della salvezza sta nel realizzare questo pericolo, ma la rinascita sarà inevitabile se questo pericolo non verrà allontanato.

**Risvegliarsi
alla Realtà**

[12] Se v'immergerete nella pratica spirituale con questa consapevolezza, il mondo e le sue preoccupazioni non potranno toccarvi; se invece vi terrete lontano da questa Verità, soffrirete, sarete afflitti e tormentati.

Quando si è ad una certa distanza dal mercato si sente solo un rumore indistinto, ma se ci avviciniamo possiamo distinguere chiaramente ogni singola trattativa. Così, finché la Realtà del *Paramātma* non sarà conosciuta, sarete sopraffatti e storditi dal tumulto del mondo, ma quando vi addenterete profondamente nel regno della ricerca spirituale tutto diverrà chiaro e la conoscenza della Realtà si risveglierà in voi. Fino a quel momento, però, rimarrete intrappolati nell'inutile schiamazzo delle argomentazioni, delle dispute e dell'ostentazione esibizionista.

Capitolo IV

Gli aspiranti sulla via della devozione

Le caratteristiche del devoto

[1] Gli aspiranti che cercano l'Eterno mediante il sentiero della devozione devono sforzarsi di acquisire queste caratteristiche: rifuggire le agitazioni, le crudeltà e le falsità di questo mondo e praticare la verità, la rettitudine, l'amore e la pace. Questo è il sentiero di *Bhakti*. Chi cerca l'unione con Dio, chi cerca il bene del mondo deve considerare privi di qualsiasi valore la lode ed il biasimo, gli apprezzamenti e le derisioni, la prosperità e l'avversità. Egli deve con coraggio avere fede ferma nella sua innata Realtà e dedicarsi all'elevazione spirituale.

Nessuno può sfuggire alle critiche ed alle accuse, neppure una Grande Anima o un *Avatār*, ma questi non cedono alle minacce. Chi è dedito a critiche ed accuse comprenderà la vera natura di una Grande Anima o di un *Avatār* solo dopo essere passato attraverso tremende tribolazioni; poi anch'egli comincerà ad elevare loro inni di lode. L'ignoranza è la causa di tale disgrazia. L'aspirante stia perciò alla larga dalle persone instabili ed ignoranti, si

astenga dal discutere le sue credenze con loro, s'immerga nei testi sacri e nella compagnia dei devoti del Signore. In seguito, ricco dell'esperienza della realizzazione ed impavido per essere in contatto con la Realtà, potrà associarsi senza pericolo a qualsiasi compagnia e cercare persino di guidare altre menti verso la verità che egli stesso ha conosciuto.

Tre tipi di devoti

[2] Tra le persone che cercano di compiere buone azioni e percorrono la via della realizzazione del Sé si possono individuare tre tipi: 1) Quelli che sono troppo spaventati da problemi, rinunce e difficoltà per iniziare lo sforzo; essi appartengono al livello più basso. 2) Coloro che depressi e sconfitti dagli ostacoli e dalle delusioni si ritirano a metà strada; essi sono i tipi di mezzo. 3) Quelli che tenacemente seguono il sentiero con calma e coraggio, comunque si riveli il percorso e per quanto dura sia la via; costoro appartengono naturalmente al livello più alto. La tenacia, la fede e la costanza sono le caratteristiche del devoto.

Ingannati dall'attaccamento a questo mondo illusorio ed attratti da gioie temporanee, non svendete i mezzi per conseguire la felicità permanente ed assoluta, ma perseverate nel vostro impegno spirituale con piena devozione.

Come sviluppare Prema

[3] Il *Paramātma* non può essere conosciuto se non c'è fede e costanza. *Sbraddhā*, la fede salda, scaturisce solo da *Prema*, il puro Amore Divino; solo attraverso *Sbraddhā* si ottiene *Jñāna*, la saggezza; solo attraverso *Jñāna* si ottiene *Parabhakti*, la devozione assoluta, e solo attraverso *Parabhakti* si raggiunge il *Paramātma*, il Sé Supremo.

Come sviluppare *Prema*? Ci sono due metodi:

1° - Per quanto grandi, considerate sempre gli errori altrui trascurabili ed insignificanti. Invece, anche se irrilevanti e trascurabili, considerate sempre grandi i vostri errori, siatene pentiti e rattristati. In tal modo eviterete di sviluppare colpe e difetti maggiori ed acquisirete la qualità della fraternità e della tolleranza.

2° - Qualsiasi cosa facciate, da soli o con altri, ricordatevi che Dio è Onnipotente: Egli vede, ode e sa tutto. Qualsiasi cosa diciate, ricordate che Dio ode ogni parola; discriminate tra il vero ed il falso e dite solo la verità. Qualunque cosa facciate, distinguete il giusto dall'ingiusto e fate solo le cose giuste. Sforzatevi in ogni istante di essere consapevoli dell'Onnipotenza di Dio.

La relazione
fra il *Jīva* ed
il Signore

[4] Il corpo è il tempio del *Jīva*, il Sé individuale, quindi tutto ciò che accade in quel tempio interessa il *Jīva*. Analogamente, il mondo è il corpo del Signore e tutto ciò che vi accade, buono o cattivo, riguarda Lui. Per mezzo del rapporto visibile esistente tra il *Jīva* ed il corpo, cercate di comprendere la verità del rapporto invisibile esistente tra il Signore ed il mondo. La relazione fra il *Jīva* ed il Signore, l'affinità fra i due può essere afferrata da chiunque possieda tre strumenti principali: una mente libera da attaccamenti e da odio, una parola non macchiata dalla falsità, un corpo non contaminato dalla violenza.

Gioia e pace non sono insite negli oggetti esterni, ma sono in voi stessi; tuttavia la gente, nella propria stoltezza, cerca pace e gioia al di fuori di sé, in un mondo che prima o poi dovrà abbandonare. Risvegliatevi dunque, senza indugio! Cercate di riconoscere l'Essenza di tutto, la Verità eterna; sforzatevi di far esperienza dell'Amore che è il *Paramātma*

stesso. Discriminate ad ogni passo accettando ciò che è vero e scartando il resto. Finché nutrirete desideri mondani non potrete sfuggire al dolore.

La venerazione delle immagini

[5] Ci sono molti che mettono in discussione la venerazione delle immagini, ma essa si basa sulla capacità dell'uomo di vedere il macrocosmo nel microcosmo. Il valore della venerazione delle immagini è convalidato dall'esperienza stessa dell'uomo, non è fantasia. Quello che si trova nel *Virāt Svarūpa*, nella Forma Cosmica del Signore, si trova anche - puro ed integro - nell'immagine della Forma. Le immagini hanno lo stesso scopo delle metafore e delle similitudini in poesia. Esse illustrano, ampliano e chiariscono un concetto.

L'uomo riceve gioia non dalla forma delle cose, ma dalla relazione che stabilisce con queste. È solo il figlioletto, non un bambino qualsiasi, che rende felice la mamma. Questo vale per tutti e per tutto. Se l'uomo stabilisce una relazione di parentela, ovvero d'Amore Divino, con tutti e con ogni cosa nell'universo, quale immensa gioia potrà provare! Solo chi ne ha fatto esperienza può capire!

Lo studio

La Coscienza Interiore

[6] I Veda ed i *Purāna* meritano di essere letti ed ascoltati. Il nome di Dio va recitato ed ascoltato. Per alcune malattie vengono prescritte medicine per uso esterno, per altre si prescrivono farmaci per uso interno; ma per questa malattia universale che è il ciclo delle nascite e delle morti sono prescritti l'ascolto, il canto nonché altri rimedi per uso esterno ed interno. Si deve recitare ed ascoltare il Nome del Signore. Un aspirante può guadagnarsi la Grazia

di Dio, la grazia del *Guru* e la grazia dei devoti del Signore, ma ciò non è di alcun vantaggio se non riesce ad assicurarsi anche un'altra grazia, quella della sua Coscienza Interiore; senza questa grazia egli cade nella perdizione, poiché tutte le altre non sono di alcuna importanza.

**Sradicare
l'ego**

[7] La Grazia di Dio non si ottiene facilmente. *Ahamkāra*, il senso dell'«io» che induce ad asserire «io sono colui che compie l'azione», deve essere sradicato dal cuore. Ogni uomo, dotto od analfabeta che sia, deve avvertire un irresistibile impulso a conoscere Dio. Il Signore ha il medesimo affetto verso tutti i Suoi figli, poiché illuminare è la natura della luce. Con quella luce alcuni possono leggere buoni libri, ed altri svolgere attività d'ogni tipo. Così, nel pronunciare il Nome Divino un uomo può progredire verso la realizzazione di Dio, un altro può addirittura compiere azioni empie.

Tutto dipende da come si usa quella luce; ma il Nome del Signore è eternamente senza macchia.

L'Eterna Sapienza

**L'Eterna
Conoscenza**

[8] Gli uomini non hanno forse appreso innumerevoli mestieri, arti e scienze? Non hanno inventato un'infinità di macchine? Non hanno accumulato una quantità di conoscenza? Eppure non hanno raggiunto la pace della mente che è così essenziale per essere felici. Anzi, giorno dopo giorno, questo tipo di conoscenza trascina l'uomo in acque sempre più profonde mentre la pace scompare sempre più in lontananza.

La ragione è che quelle arti e quelle scienze hanno valore

solo transitorio; le macchine soddisfano le comodità materiali, la conoscenza riguarda esclusivamente cose temporanee e passeggere, ma non rivela il segreto più recondito dell'Universo. C'è un segreto che, una volta conosciuto, svela tutti i segreti; se quel problema è risolto, tutti gli altri sono risolti; c'è un nodo, sciolto il quale, tutti gli altri sono sciolti. C'è una scienza, conosciuta la quale, tutto è conosciuto: quella scienza-chiave è la Conoscenza Eterna, *Sanātana Vidyā*.

Volendo abbattere un albero, bisogna tagliare la sua radice principale. Non serve cercare di farlo morire strappando le foglie una ad una; ci vorrebbe troppo tempo ed il risultato non sarebbe certo.

La rovina
dell'oblio

[9] Gli antichi Veggenti Vedici conoscevano l'Eterna Sapienza, ma oggi gli Indiani si vergognano di proclamarsi loro discendenti. Grazie alle loro pratiche ascetiche, i Veggenti ebbero la visione di Dio ed ottennero la Sua Grazia; essi divulgarono poi quella Conoscenza che avevano scoperto con tanto coraggio. I ricercatori di altri paesi, esaminando attentamente quei testi, affermarono che l'India aveva aperto una via nuova al mondo intero.

Un fatto è ben noto: il lampione illumina la casa, ma proprio alla sua base si crea un cerchio d'ombra. Così, l'India non sa o non si cura di quel tesoro. Possiamo allora attribuire tutto ciò al gioco del destino e starcene tranquilli?

In passato gli Indiani compivano i loro riti quotidiani, si sedevano in un luogo puro, circondato di sacralità, e s'immergevano nello studio e nella pratica degli insegnamenti dei Veda e delle Upanishad. Inoltre

trascrivevano le loro esperienze per essere di guida agli altri e per rivivere quelle stesse esperienze nella loro coscienza. Anche i loro figli e nipoti hanno depresso quei testi sugli altari e tributato loro grande venerazione.

L'oblio li ha però ridotti in polvere, le foglie di palma si sono disintegrate ed i topi le hanno mangiate. Invece, tenaci studiosi occidentali hanno riesumato gli antichi scritti e, rendendosi conto che racchiudevano un'incomparabile fonte di illuminazione ed inestimabili perle di saggezza, li hanno elevati riverenti sopra le loro teste, proclamando che essi erano un dono prezioso che la terra di Bhārat aveva regalato loro ed ai loro figli. Costoro portarono quei sacri testi oltre oceano con la gioia negli occhi e la gratitudine nel cuore.

**C'è solo
noncuranza**

[10] Volete che vi sveli cosa hanno fatto invece i figli dell'India? Essi non hanno nemmeno sfogliato quelle pagine, non ne hanno studiato il contenuto e neppure se ne sono interessati. Solo uno su un milione le legge, ma anche costui viene deriso come fosse un insensato o uno stravagante. Questi testi vengono ridicolizzati come se si trattasse di una raccolta di menzogne e di leggende, e si dubita persino della loro autenticità storica e di quella degli autori.

Gli indiani bandiscono il Sanscrito in quanto 'di difficile apprendimento' e trasferiscono tale tesoro nelle mani di studiosi di altri paesi. Che triste spettacolo è mai questo! Essi sarebbero stati ricompensati se avessero studiato attentamente la loro madre lingua, ma neppure questo fanno. C'è solo trascuratezza, c'è noncuranza ovunque.

La felicità
terrena è
transitoria

[11] Io non condanno la felicità terrena e sono contento quando la gente è felice, ma non pensate che questa felicità sia permanente. Voglio che voi studiate le arti e le scienze per conseguire la felicità nel mondo, ma voglio anche che tutti voi ricordiate che questa felicità non è duratura.

La felicità permanente può essere ottenuta soltanto attraverso una scienza: la scienza delle Upanishad. Quella è la scienza della Realizzazione di Dio, è l'insegnamento dei *Rishi*. Solo quella può salvare l'uomo ed assicurargli la pace. Non c'è nulla di più elevato: è indiscutibile. Qualunque sia la vostra gioia o il vostro dolore, qualunque sia la specializzazione con cui vi guadagnate da vivere, dovete mantenere i vostri occhi fissi sulla scienza di Dio. Se si affina solo l'intelligenza senza sviluppare e praticare le virtù, se nel cervello si archiviano solo delle semplici informazioni, il mondo non potrà progredire ed il suo benessere sarà in pericolo.

Oggi sembra che la gente perda fiducia nelle virtù, poiché il sistema educativo non assegna alcuno spazio all'insegnamento o alla preparazione spirituale. L'educazione vera è quella che non s'accontenta di riempire i cervelli di farraginose inutilità; è benefica solo quell'educazione che concede ampio spazio allo sbocciare di tutte le virtù che contraddistinguono l'uomo.

Il mondo oggettivo non è reale

Scambiare
l'apparenza
per realtà

[12] In realtà gli uomini vedono l'ombra e pensano che sia la sostanza; vedono lunghezza, larghezza, altezza e spessore e saltano alla conclusione di avere davanti un oggetto. Essi fanno esperienza di varie sensazioni e ricordi

e, sommandoli, deducono che ci siano degli oggetti a produrli. Questo prendere l'apparenza per realtà viene erroneamente chiamato 'conoscenza'. Ma come può essere conoscenza? Può forse l'immagine di un uomo essere presa per l'uomo stesso? Se l'immagine viene scambiata per l'uomo, possiamo definirla conoscenza? Ecco com'è la conoscenza d'oggi! Quello che viene percepito come oggetto non è assolutamente reale; infatti la sua realtà non è percepibile.

La mente
purificata

[13] Il devoto 'non-dualista' ha fede in:

AHAM BRAHMĀSMI - IO SONO IL BRAHMAN

Come ha acquisito questa convinzione? Come fa ad affermarlo? Chiedeteglielo e la risposta sarà: "Le Scritture lo dichiarano; il *Guru* me lo ha insegnato". Apprendere questo concetto da tali fonti non gli conferisce, tuttavia, l'autorità per fare una dichiarazione tanto profonda. Anche se una persona ha la padronanza di queste tre parole "*Aham, Brahma, Asmi*" ottiene forse l'unità con il Brahman? No. Lo sforzo incessante attraverso innumerevoli nascite ed il fedele adempimento dei doveri prescritti dalle sacre Scritture sono le cose che purificano la mente. In una mente purificata germinano i semi della devozione e, se questi vengono coltivati con cura e cognizione, i fiori sbocciano, i frutti nascono e maturano e si riempiono di dolcezza e fragranza. Quando il frutto viene mangiato, l'uomo diventa Uno con il Supremo, con il Potere che pervade tutte le cose e tutte le religioni, e che è eternamente presente, consapevole e beato.

È l'esperien-
za che conta

[14] Un uomo può pronunciare correttamente la sacra formula '*Aham Brahmāsmi*'; l'etimologia può anche essere

perfetta, ma se egli è ignaro del mondo, inconsapevole dell'«Io» e completamente all'oscuro del Brahman, potrà mai gustare la rara gioia di un Saggio? Non è la padronanza delle parole o del loro significato quello che conta; la consapevolezza, l'esperienza - queste sono le cose fondamentali.

L'Uno senza il secondo

[15] Solo l'argilla è reale. Rispetto all'argilla, la 'coscienza di essere vaso' nasce dall'ignoranza. L'argilla è la base, è la sostanza che produce il vaso. Come può un vaso esistere senza argilla? Come può l'effetto esistere separato dalla causa? Il mondo appare come molteplicità solamente all'ignorante. Per il Saggio esiste solo il Brahman, il Brahman su cui tutto viene *sovrimposto*. Il Saggio individua solo l'*Ātma*, il Sé: non c'è nient'altro. Questa è l'esperienza non dualistica.

Se il mondo fosse reale, dovrebbe essere percepito anche durante lo stato di sonno profondo senza sogni; invece non ne siamo affatto consci. Perciò, il mondo visibile è irrealmente quanto il mondo dei sogni.

Proprio come, a causa dell'illusione, un serpente viene *sovrimposto* ad una corda, così il mondo è *sovrimposto* al Brahman. Il serpente e la corda non vengono visti nello stesso momento: la corda appare come serpente. Così il Brahman è tutto questo mondo, è questa gran varietà di nomi e forme, ma tale molteplicità immaginativa è fondamentalmente falsa: solo il Brahman è vero.

Il Residente è senza macchia

[16] Il cielo può essere riflesso in un vaso senza per altro esserne contaminato. Analogamente, in questo veicolo che è il corpo, il Sé risiede puro ed incontaminato. I frutti dell'azione, buoni o cattivi, leciti o illeciti, seguono il

veicolo, non il Residente, Colui che osserva.

Quando questa saggezza albeggia, le oscure ombre dei tre aspetti del *Karma* - *Āgami*, *Sancita* e *Prārabdhā* - si dileguano di fronte ad essa. Certo, persino il *Prārabdhā Karma* può essere superato, poiché la Volontà di Dio è onnipotente e per l'Onnipotenza non ci sono limiti od eccezioni. Quando mediante la disciplina spirituale vi conquisterete il *Sankalpa* del Signore, grazie a quella Volontà Divina otterrete la vittoria anche sul *Karma* che incombe su questa vita. Pertanto non lasciatevi scoraggiare per nessun motivo.

Le sofferenze e le tribolazioni di questo mondo sono illusorie e transitorie. Fissate stabilmente la vostra mente su questo fatto straordinario ed incamminatevi con coraggio sulla via della disciplina spirituale, lungo il sentiero della devozione.

Capitolo V

La vita è un viaggio determinato dai *samskāra*, le tendenze ed impressioni subconscie

Le azioni
lasciano una
traccia

[1] Gli uomini sono immersi in molte attività ed impegnati in varie iniziative, tanto da pensare talvolta che le ventiquattro ore siano troppo brevi per svolgere tutte le attività quotidiane. Bere, mangiare, leggere, camminare, sedersi e poi sognare, odiare, vantarsi, lodare, piangere, ridere, rattristarsi, sperare – ogni tipo d'attività si rincorre senza fine e colma l'arco della vita. Queste attività sono tutte intimamente associate alla mente; tale fatto rende la vita una semplice collezione d'impressioni e tendenze che esercitano un impatto sul carattere e sulla personalità.

Ci sono due tipi di attività - buone e cattive - di cui prendere in considerazione gli effetti sulla vita umana. Gli atti compiuti in giovane età si dissolvono come lo scritto di un fanciullo su una lavagna. Se gli eventi della vostra fanciullezza cadono nell'oblio, com'è possibile rammentare quelli delle vite passate?

Tralasciando questo punto, è tuttavia sbagliato ipotizzare che solo i fatti di cui vi è rimasto il ricordo siano accaduti o

abbiano influenzato il vostro carattere. Le azioni e le attività realmente avvenute, anche se sono state gettate nell'oblio da fatti successivi, lasciano nella mente una traccia delle loro conseguenze, un residuo.

Le tendenze
subconscie

[2] Se prima di addormentarvi cercate di richiamare alla memoria i fatti della giornata, non tutte le cose accadute – insignificanti o importanti – vi ritorneranno in mente; solo quelle profondamente radicate possono essere ricordate.

Se succede così con i fatti di un singolo giorno, del quale dimentichiamo tutti gli eventi non associati a gioia o dolore, cosa sarà dei fatti accaduti la settimana scorsa o il mese scorso o gli anni passati? Solo gli avvenimenti più importanti rimangono registrati chiaramente; il resto diventa nebuloso, si affievolisce e scompare. Questi pochi fatti vanno a costituire i *samskāra*, le impressioni, le tendenze subconscie.

Pur compiendo innumerevoli azioni e raccogliendo vaste esperienze e conoscenze, pur imparando una gran varietà di lezioni da molteplici attività, l'uomo ne trattiene come suo patrimonio solo quattro o cinque, forti, profonde, vitali.

Impegnato nelle attività della vita, l'uomo ne ricava solo *samskāra*

L'ultimo
istante della
vita

[3] Un commerciante calcola i suoi debiti e crediti alla fine di ogni settimana, mese o anno e redige il bilancio per giungere ad un risultato: qual è stato il suo guadagno. Analogamente, in quest'impresa della vita tutto si conclude con un certo reddito netto in cui si perfezionano il dare e

l'averne. Alla fine della vita è quel piccolo risultato che verrà alla memoria. Quelle esperienze che persistono fino all'ultimo momento, quelle due o tre che balzano alla coscienza quando si ripensa a tutto ciò che è accaduto nella propria vita, quelli sono i conseguimenti autentici.

Ciò non significa che tutte le altre azioni ed esperienze siano andate sprecate. L'averle dimenticate significa solo che la loro funzione si è esaurita e che il loro valore è stato realizzato.

Quando si trattano affari per migliaia di rupie, si resta raggelati se si subisce una perdita di poche migliaia; il cuore esulta di gioia se invece ce n'è qualche migliaio di guadagno. Così è la storia della vita. Se in punto di morte uno desidera soddisfare la lingua, ciò dimostra che per tutta la vita la lingua ha fatto da padrona. Se in punto di morte una donna ricorda il figlio e vorrebbe coccolarlo, l'impressione dell'amore per il figlio è stata predominante nel corso di tutta la sua vita, e ciò prova che tutte le altre esperienze sono cadute nell'oblio.

**Sviluppate
tendenze
pure e nobili**

[4] Fra le impressioni della vita, alcune più intense delle altre predominano fino all'ultimo. Così è la vita, bisogna impararlo. Il risultato netto di questo vivere e faticare è quello che ritorna alla mente nell'ultimo istante di vita. Dovete perciò orientare tutta la vostra vita verso l'acquisizione di quel *samskāra*, di quell'impressione che ritenete sia la migliore per il vostro ultimo momento. Fissate la vostra attenzione su di essa, giorno e notte. Il sentimento che predomina al momento della morte esercita una grossa influenza sulla vita futura. Questa verità deve guidare l'uomo durante il percorso di tutta la vita,

poiché le impressioni sono essenziali sia per questo viaggio sia per il successivo.

**Il momento
del risveglio**

[5] Tenete sempre la morte, che è inevitabile, davanti all'occhio della mente; impegnatevi nel viaggio della vita desiderando il bene di tutti, seguendo rigorosamente la verità, cercando sempre la compagnia dei buoni e tenendo la mente sempre fissa sul Signore.

Vivete evitando le cattive azioni, i pensieri malvagi e pieni d'odio e non attaccatevi al mondo. Se vivete in questo modo, il vostro ultimo momento sarà puro, dolce e benedetto; lo sforzo disciplinato di tutta la vita è indispensabile per garantire questo compimento. La mente deve essere orientata verso le buone impressioni. Ognuno deve esaminare sé stesso con rigore, individuare i propri difetti e lottare per correggerli. Quando l'uomo realizza i suoi errori e li mette allo scoperto è come se rinascesse; allora egli ricomincia di nuovo, riparte da una nuova fanciullezza. Questo è l'autentico momento del risveglio.

**La vita è
insidiata
dalla morte**

[6] La vita è eternamente insidiata dalla morte, ma l'uomo non tollera neppure che si pronuncii la parola 'morte'; il solo udirla è considerato di cattivo auspicio, anche se - per quanto insopportabile sia la parola - tutte le cose viventi procedano ad ogni istante sempre più verso quell'evento.

Se salite su un treno determinati a fare un viaggio ed avete acquistato il biglietto, sia che leggete o meditate, sia che siate seduti o coricati, il treno vi porterà comunque a destinazione. Analogamente, ogni cosa vivente ha ricevuto alla nascita un biglietto con destinazione 'Morte', ed ha così intrapreso il suo viaggio; perciò, indipendentemente dalle vostre resistenze, dalle difese o precauzioni, un

giorno o l'altro quella destinazione sarà raggiunta. Tutto è incerto, ma la Morte è certa ed è impossibile mutare questa Legge.

**Pensiero,
parola ed
azione puri**

[7] L'uomo ha addestrato il proprio occhio, l'orecchio e la lingua al lusso della continua novità; ora deve insegnare loro l'attitudine inversa. La mente deve essere rivolta al bene e ad ogni istante le azioni devono essere analizzate per seguire questa regola. Ogni singolo atto è un colpo di scalpello che concorre a dar forma alla personalità umana, ed un colpo sbagliato può rovinarla e deturparla; perciò anche l'azione più piccola deve essere compiuta con grande attenzione e devozione.

Per l'uomo che stia annegando, anche una canna è un appiglio. Così, ad una persona che lotta nel mare del *Samsāra*, anche poche parole buone possono essere di grande aiuto. Nessuna buona azione andrà sprecata, ma neppure alcun atto empio, poiché anch'esso avrà le sue conseguenze. Sforzatevi quindi di evitare anche la minima cattiva azione; mantenete puri i vostri occhi, riempitevi le orecchie delle parole di Dio e delle storie delle Sue Opere e non permettete loro di ascoltare calunnia alcuna. Usate la lingua per pronunciare parole buone, gentili e sincere, e lasciate che essa vi ricordi sempre Dio.

Questo sforzo continuo deve condurvi alla vittoria. È per acquisire queste impressioni sacre che l'uomo deve mantenere ininterrotto il flusso dei pensieri e dei sentimenti elevati.

**Mani
impegnate
nel servizio**

[8] Le mani devono essere usate per compiere buone azioni. All'interno tenete il Nome del Signore ed all'esterno l'adempimento del vostro dovere. Non ci sono pericoli

quando le mani sono impegnate nel servizio altruistico e la mente è assorbita in questi pensieri. Quando la pioggia scroscia sulle cime dei monti e l'acqua scorre giù lungo i fianchi, non ne può scaturire un fiume. Quando invece le acque affluiscono in un'unica direzione, prima si forma un rigagnolo, quindi un ruscello, poi un torrente ed alla fine un fiume: in tal modo la pioggia raggiunge il mare. L'acqua che affluisce in un'unica direzione si riversa nel mare, mentre quella che scorre seguendo i quattro punti cardinali si disperde.

Le impressioni mentali sono simili a questo; a cosa servono se vanno e vengono continuamente, oggi di qui, domani di là? La sacra corrente delle buone impressioni deve scorrere pienamente e con costanza su un terreno di pensieri santi, ed al momento della morte deve riversarsi nel grande Oceano della Beatitudine. Veramente degno è colui che raggiunge questa Meta.

**I ventuno
colpi di
piccone**

[9] Venti colpi di piccone possono non riuscire a spaccare una pietra, ma il ventunesimo può romperla. Significa allora che i venti colpi sono stati inutili? No. Ognuno di quei venti colpi ha in parte contribuito al successo conclusivo; il risultato finale è dovuto all'effetto cumulativo di tutti i ventuno colpi. Così è per la mente, impegnata in una lotta interna ed esterna con il mondo.

Ovviamente il successo non è sempre sicuro; ma l'uomo può raggiungere la beatitudine eterna immergendosi in opere buone e colmando la mente con l'Amore di Dio. Saturate ogni momento della vostra vita con quell'Amore; in tal modo le tendenze malvagie non oseranno intralciare il vostro cammino. Con la mente sempre fissa sul Signore

sarete automaticamente attratti solo dalle buone azioni. L'obiettivo di ogni disciplina spirituale è la distruzione della mente e, prima o poi, qualche opera buona riuscirà a distruggerla, proprio come il ventunesimo colpo di piccone è riuscito a spaccare la pietra. Per ottenere questa vittoria, tutte le buone azioni compiute nel passato hanno dato il loro contributo: ogni piccola cosa conta, nessuna buona azione va sprecata.

**La fune
dell'aquilone**

[10] Mentre lottate nel campo spirituale, dovete prendere il Signore stesso come vostro protettore. Per infondere coraggio al bambino, la mamma lo induce a compiere pochi passi e poi lo fa tornare indietro, ma non gli permette di perdere l'equilibrio; standogli dietro, è pronta a sorreggerlo in caso dovesse cadere. Anche il Signore tiene gli occhi fissi sul *Jīvi*, l'individuo. Egli tiene in mano la fune di quell'aquilone che è l'uomo; a volte la tira, a volte l'allenta, ma qualsiasi cosa faccia, siate fiduciosi e tranquilli perché è Lui che tiene in mano quella funicella. Questa fede sempre presente, questo sentimento che si consolida in un *samskāra* vi riempirà del nettare d'Amore.

La fune è il legame d'Amore e di Grazia; l'aquilone, o *Jīvi*, è legato in tal modo al Signore. Voi dovete operare e guadagnarvi dei *samskāra* propizi, affinché il legame d'Amore e di Grazia possa esistere e continui a consolidarsi.

**I gradini
che portano
al Signore**

[11] Le tendenze, o *samskāra*, possono determinare il successo o il fallimento dell'individuo e costituiscono i gradini che lo conducono alla meta; questi *samskāra* lo fanno faticosamente avanzare attraverso la sconfitta e il dolore, ed è soltanto mediante le buone impressioni che

l'uomo può raggiungere il Signore. Perciò ogni *Jīvi* deve essere interamente impegnato nel *Satkarma*, in azioni benefiche e virtuose; queste costituiscono l'autentica adorazione ed il modo migliore per ricordare il Signore, l'inno più bello. Il *Satkarma* diffonde amore senza distinzioni o differenze ed è il servizio che ogni individuo ha il dovere di compiere.

Impegnatevi quindi in tali attività. Gioite incessantemente nel pensiero del Signore; questa è la strada reale verso il traguardo che dovete raggiungere.

Capitolo VI

Il *Sanātana Dharma* è la Madre Divina dell'Umanità

I due occhi
dell'India

[1] Il *Sanātana Dharma*, l'Eterna Legge Divina Universale, è la Madre di tutte le religioni, di tutti i codici etici e di tutti i doveri morali e religiosi di questo mondo, e Bhārata Desha, l'India, è la terra in cui la Madre nacque. Oh quale fortuna hanno gli Indiani! Che sublime splendore ha questa terra!

Il mondo nella sua interezza è il corpo del Signore, e questa Terra d'India è un organo particolare di quel corpo: l'occhio. Senza l'occhio il corpo non è padrone di sé stesso, non è così? Inoltre si può asserire che l'India sia stata ornata da due occhi: i Veda e gli *Shāstra*, i sacri trattati di codici morali; perciò si può dichiarare con sicurezza che i *samskāra* conseguiti dagli Indiani non siano stati acquisiti da alcun popolo di nessun altro paese.

Il *Sanātana Dharma* che insegna la verità di tutte le religioni e la tolleranza verso ogni religione è il *Dharma* per tutta l'umanità.

Pur essendo nati in varie regioni e seguendo percorsi diversi, i fiumi alla fine raggiungono l'oceano; allo stesso modo, nati in paesi diversi e percorrendo strade diverse di *Dharma*, gli uomini raggiungono l'oceano della Presenza del Signore mediante differenti modalità di adorazione. Il *Sanātana Dharma* è il punto focale verso cui convergono tutti i vari sentieri che pur seguono percorsi diversi.

I seguaci delle varie religioni devono praticare il *Sanātana Dharma*, dire sempre la verità, evitare l'ira e la gelosia ed operare sempre con un cuore amorevole. Tutti coloro che si attengono in tal modo al *Sanātana Dharma* e lo realizzano senza incertezze hanno il diritto di essere chiamati *Bhāratīya*.

La miniera
spirituale
del mondo

[2] Sin dai tempi più antichi, la religione induista è la sola che abbia conseguito e mantenuto una posizione preminente fra tutte le altre e si sia radicata in modo permanente. L'unico popolo sopravvissuto alle varie ere storiche senza essere distrutto è quello indù. Nella religione induista, più che in qualsiasi altra, gli uomini hanno colmato la loro vita di amore, equanimità e gratitudine. Gli Indiani hanno meritato il loro *Dharma* con la scoperta dei principi filosofici e grazie ai Veda, della cui essenza si sono profondamente imbevuti, essendo i Veda senza principio né fine.

Una terra così santa è un'autentica miniera spirituale per il mondo intero. Come in varie zone nelle viscere della terra si trovano miniere di metalli diversi, così in India, nella miniera del *Sanātana Dharma*, si trova l'essenza dei principi di tutte le Sacre Scritture, dei Veda e delle Upanishad.

Grazie alla buona sorte degli Indiani, oltre alla rivelazione

del tesoro del *Sanātana Dharma*, in questa terra sono nati capi eminenti, pensatori, esegeti, apostoli e maestri. Non solo, in questo paese videro la luce veggenti, *karmayogi*, saggi, anime realizzate e Personalità Divine, tutti collegati alla religione induista. Fu grazie a questi personaggi che la saggezza spirituale, avvalorata dalla loro stessa esperienza, dilagò in tutto il Paese. In tal modo il *Sanātana Dharma*, pregno di Essenza, si diffuse in tutto il mondo; ma in qualsiasi nazione sia stato divulgato, il suo paese d'origine rimane pur sempre l'India.

Osservate il mondo d'oggi: macchine, automobili, motori di questo o quel tipo vengono fabbricati in una nazione ed esportati in altre, ma il loro paese d'origine non può essere ignorato, poiché le auto ed i motori vengono prodotti sulla base dell'esperienza di quel paese. Nulla può essere realizzato senza quella base. Allo stesso modo il *Sanātana Dharma* è sorto in India, e popoli di altri Paesi hanno tratto beneficio da questa fonte grazie ai grandi personaggi ed ai testi da loro composti. La base del paese d'origine non può quindi essere ignorata, è impossibile.

Le mode
nuove

[3] In questa terra d'India, ove nacquero personaggi santi che sostennero e promossero il sacro *Dharma*, si deve oggi constatare con preoccupazione che gli Indiani accolgono mode nuove come loro *Dharma*, mentre il *Sanātana Dharma* è lasciato a gente di altri paesi e messo in disparte proprio da coloro che non ne hanno assaporato la dolcezza, non ne hanno colto il significato e lo hanno svilito con vacue dispute. Tutto ciò è dovuto alla mancanza di valide guide che sappiano indicare la via; ma anche se tali guide ci fossero, la gente si attaccherebbe a queste mode nuove che sono paragonabili alle frittelle vendute al mercato: col loro

odore attraggono, ma vengono acquistate da persone che non sanno discernere.

Nonostante il puro *Sanātana Dharma* sia il loro *Dharma* intrinseco, esso viene trascurato perché non possiede il fascino dell'esibizione esteriore. La Verità non ha bisogno di ornamenti; quello che conta è il suo sapore.

Il patrimonio comune

[4] La causa è che gli uomini oggi sono motivati semplicemente da capricci e fantasie. È diventato consueto rifiutare la realtà ed accettare il *Dharma* altrui. Questo è un grosso errore. È contrario al *Dharma* che gli Indiani si lascino attrarre da forme e da esibizioni esteriori. Nessun altro *Dharma* possiede o possiederà la Verità ed il supremo Amore contenuti nel *Sanātana Dharma*, che è l'autentica incarnazione della Verità. Esso è patrimonio di tutti. Non ci possono essere limitazioni per la Santità. La Santità è una senza un secondo.

Coloro che hanno conseguito la Liberazione in questa vita attenendosi al *Sanātana Dharma*, che hanno meritato la Grazia di Dio, che hanno compreso la natura della verità ed hanno ottenuto la Realizzazione, ebbene costoro sono tutti *Bhāratīya*. Gli Indiani hanno sempre riverito chi ha raggiunto questo santo stadio, senza distinzione di casta, fede o sesso. La sacralità di tale stato riduce in cenere simili limitazioni, ma finché non viene raggiunto è impossibile considerare le cose con equanimità; occorre perciò impegnarsi coraggiosamente nella realizzazione del *Sanātana Dharma*. Questo è il diritto di nascita dei *Bhāratīya*.

Grazia e disciplina

[5] Se studiamo la storia dalle sue origini, possiamo apprendere in quale casta indù nacquero i grandi personaggi. Incarnazioni, Personalità Divine e realizzati

come Rāma, Krishna, Balarāma, Janaka, Parīkshit, gli *yogi* più grandi come Vishvāmitra nacquero tutti tra gli *Kshatriya*. *Brahmarishi*, grandi sapienti, studiosi delle Scritture, veggenti Vedici ebbero origine tra i Bramini. Gli *Shūdra* predominano invece nei poemi epici, come Bhārata e Bhāgavata. Tra i grandi devoti del Signore, un folto numero è rappresentato dagli appartenenti alle caste più basse.

Per ottenere la santità senza essere condizionati dal mondo e per raggiungere il *Paramātma*, la disciplina spirituale è importante; altri fattori, quale la casta, non rappresentano alcun ostacolo. Occorre però meritare la Grazia necessaria e bisogna diventare regolari e disciplinati nella pratica.

I buoni
vengono
repressi

[6] Purtroppo oggi molti Indiani infangano la religione indù trascurando i principi di vita di questi grandi personaggi, non li studiano né seguono i loro insegnamenti; modificano invece il loro modo di vita per adeguarlo alla mutevolezza dei tempi (come dice il proverbio: “L’ora della rovina porta con sé pensieri ingannevoli”), diventano schiavi della fama e della notorietà ed ambiscono al potere, alla posizione, preoccupati di promuovere con mezzi egoistici il benessere delle loro mogli e dei loro figli.

Tuttavia non mancano le persone che amano tutti in uguale misura, prive d’egoismo, impegnate nel promuovere il benessere di tutti, dedite al servizio dell’umanità e pronte a sacrificare qualsiasi cosa; ma queste persone sono repressi, non sono apprezzate e non vengono conferite loro posizioni di autorità per timore che non ci sia più spazio per i malvagi, gli impostori e gli ingiusti.

**Il degrado è
incredibile**

[7] Per quanto vasto e profondo sia l'oceano, quando la terra trema nelle sue profondità le acque si sconvolgono e tornano a quietarsi solo quando lo scompiglio cessa. Così questi uomini buoni se ne stanno alla larga, senza lasciarsi coinvolgere dal terremoto dell'ingiustizia, della scorrettezza, dell'egoismo e dell'ostentazione; ma non appena la bufera finisce, essi rientrano nel mondo. L'autorità effimera e la glorificazione di sé non possono essere permanenti. "Crescere è solo decadere" – si afferma. L'attuale inquietudine è decadenza, non crescita.

Guardate gli Indiani che in passato crebbero in modo corretto, con sentimenti puri, con autocontrollo e riverenza per il buon nome, che furono nutriti col latte materno dei Veda, delle sacre Scritture e delle Upanishad, che accolsero ed onorarono persino popoli scacciati dai loro paesi accordando loro lo stesso amore, come oggi invece accusano i loro stessi fratelli per sete di potere e per egoismo. Gli uni invidiano la prosperità degli altri, e pazzi di avidità ingannano i loro stessi fratelli; tengono a distanza i veri benefattori, perseguono solo fini egoistici e moltiplicano le cattive qualità finora sconosciute tra gli Indù. Essi seguono strade sbagliate e modi di vita scorretti, diventando bersaglio di conflitti ed inquietudini per assenza di timore del peccato e timore di Dio, per mancanza di disciplina, rispetto e fede. Il degrado è davvero incredibile.

**È tempo di
risveglio**

[8] Fratelli Indù! Figli dell'India! Seguaci della Legge Eterna! Dove sono finite le qualità umane del passato? Verità, tolleranza, moralità, disciplina: quando le accoglierete? Sorgete, risvegliatevi! Insediate nuovamente Rāma come sovrano, risplendente di *Sathya, Dharma, Shānti*.

Amate i vostri fratelli Indiani. Praticate il *Sanātana Dharma*. Spegnete le fiamme divampanti dell'ignoranza, dell'inquietudine, dell'ingiustizia e dell'invidia con le acque dell'amore, della tolleranza e della verità. Sviluppate il sentimento di reciprocità, spazzate via l'ira e la gelosia. Ricordate le regole dei santi, le qualità dei più eminenti e del regno di Dio.

Ognuno deve riconoscere i propri errori e comprendere che non serve ricercare le colpe negli altri. Questa è una semplice perdita di tempo che porta solo alla disputa. Abbandonate quindi simili tratti. Se si perde questa opportunità, cos'altro si potrà fare? Non cedete allo sconforto, ma dite "Fine" a tutte le scorrettezze del passato. Pentitevi sinceramente e percorrete il sentiero della preghiera a Dio, delle buone azioni e dell'amore fraterno.

**Insediare
Dio nel
cuore**

[9] Insediate sul trono l'eterno re Rāma! Il *Sanātana Śārathi* è stato pubblicato per conquistare questo sovrano; il suo esercito sosterrà questo sforzo con parole e fatti. Trainate avanti il carro! Rimboccatevi le maniche e iniziate a prendere rifugio in Nārāyana. Gli Indiani sono tutti figli della stessa Madre: il Suo nome è *Sanātana Dharma*. Ripagate il debito che avete con la Madre; chi dimentica la madre non può chiamarsi figlio: non può essere buono chi asserisce che la madre sia cattiva. Il latte del suo seno è veramente il respiro della vostra vita. Il donatore di questa vita, il padre di tutti, è il *Paramātma*.

Tutti sono figli degli stessi genitori. Pertanto non criticatevi ed accusatevi reciprocamente e non desiderate il male altrui; dovete capire che i vostri fratelli hanno gli stessi

attaccamenti per gli oggetti che amano come voi li avete per quelli che amate. Non bisogna criticare ciò che gli altri amano né riderne; si deve anzi cercare di amare quelle stesse cose. Queste sono le caratteristiche di Verità e di Amore proprie degli Indiani.

Capitolo VII

L'Animatore Interiore di tutti gli esseri è Uno ed Unico

Il Supremo
Sé è
immanente
in tutto

[1] Dall'antichità sino ad oggi, i Veda, le Scritture, i messaggi dei Veggenti, tutti hanno proclamato concordemente e senza possibilità di dubbio che il *Paramātma* è l'Animatore Interiore di tutti gli esseri, ed è presente ed immanente in ogni cosa; eppure, questioni come la relazione esistente tra 'chi è servito', 'chi serve' e 'il mezzo del servizio' sono state oggetto di discussioni infinite. Tutti i credenti conoscono quel verso del Bhāgavata Purāna in cui il grande devoto Prahlāda afferma per esperienza propria che il *Paramātma*, l'Animatore Interiore, non deve essere cercato lontano perché è proprio vicino al ricercatore stesso:

*«Egli è qui, non è laggiù; abbandona questi dubbi.
Ascolta, oh capo dei Dānava!²
Ovunque tu cerchi, ovunque tu guardi
Lì...e là...Egli è!»*

²Prahlāda, in questo verso, si rivolge al padre Hiranyakashipu, capo dei demoni e ostile al Divino.

La gente parla del Signore attribuendogli una natura particolare, caratteristiche diverse, una certa forma, eccetera. Tali affermazioni sono vere fino al punto in cui l'immaginazione e le congetture si avvicinano alla Verità, ma non sono la Verità fondamentale. Queste supposizioni sono valide per quanto riguarda la conoscenza terrena, ma non rappresentano la conoscenza effettiva dell'Assoluto, perché è impossibile vedere l'Assoluto o parlarne.

**Rispettare le
fedi altrui**

[2] Nonostante ciò molti devoti ed aspiranti continuano a raffigurare diverse forme del Divino come base della propria devozione, ognuno secondo il livello del suo progresso interiore. Essi adorano il *Paramātma* come fosse presente solo in qualche luogo come Ayodhyā o Dvārakā e da nessun'altra parte; come se si trovasse in luoghi dove c'è un dipinto o un'immagine ed in nessun altro posto. Essi adorano quella forma come l'Infinito. Certo non è sbagliato fare così; tuttavia i devoti non devono proclamare che solo il loro credo sia la Verità, che i nomi e le forme del Divino da loro adorati siano gli unici e che tutti gli altri siano inferiori e privi di valore. Bisogna capire che i nomi e le forme idealizzati dagli altri sono a loro cari e sacri quanto altri nomi e forme sono sacri e cari a noi.

Quando una forma viene idealizzata, diventa simbolo dell'Universale; ma come può un semplice simbolo dell'Universale diventare l'Universale stesso?

Consapevole di ciò, ogni uomo deve accettare come ugualmente valide e vere tutte le forme dell'Ideale, senza dare spazio all'odio insensato; altrimenti è impossibile realizzare l'Infinito. Tutte le forme manifeste dell'Ideale sono pienamente sature del sottile Principio Divino.

**L'oceano e
la goccia**

[3] Il sapore del vasto oceano si trova interamente anche in ogni singola goccia delle sue acque; ma questo non significa che la goccia sia l'oceano. Sebbene la goccia e l'oceano siano considerati due entità separate, la loro natura ed il sapore sono identici. Analogamente, il *Paramātma* che anima tutti gli esseri, nonché le forme ed i nomi da Lui assunti attraverso i quali viene realizzato, non sono entità separate: sono identiche.

Nel descrivere questa Pura Esistenza che tutto pervade e tutto in Sé racchiude, il tema ed il metodo dipendono dalle idee di chi espone e dai gusti di chi ascolta. Quando il nome e la forma attribuitigli dal devoto si trasformano nel 'Senza Attributi' e nel 'Senza Forma', allora si parla del Brahman, mentre quando lo stesso Brahman appare dotato di attributi e forma viene chiamato Rāma, Krishna, Vishnu o Shiva. I seguaci di altre religioni non concordano forse nell'asserire che quando il devoto consegue l'estasi dell'unione mistica, tutte le distinzioni tra lui e Dio svaniscono?

**La Pura
Esistenza
non ha
attributi**

[4] Anche gli *yogi* ed i filosofi di altri paesi e di altre religioni accettano senza obiezioni che con la Devozione Assoluta si può fare esperienza della totale assenza di distinzioni. Tuttavia, se una minima traccia di diversità sussiste, ciò è dovuto al gusto ed all'inclinazione individuale, non a qualcosa di fondamentale.

Solo quando nome e forma subentrano, a questa Pura Esistenza vengono dati nomi distinti, come 'Natura', 'Supremo Sé' e 'Devoto'. Se nome e forma sono assenti, ogni dubbio e discussione sul fatto che sia maschile, femminile o neutro neppure si presenta. In tal caso,

qualsiasi descrizione si addice perfettamente, poiché a Qualcosa che è al di sopra e di là di ogni immaginazione si può attribuire qualsiasi nome e forma; infatti non possiede né attributi né forma: è onnipresente e pervade ogni cosa. Se questa sottile Onnipresenza è adorata con sistematicità per mezzo di una forma avente attributi, il devoto riuscirà a comprenderne la natura mediante la disciplina spirituale stessa.

**Il ruolo delle
Incarnazioni**

[5] Per accordare la realizzazione di questa Verità, per benedire i devoti donando loro beatitudine, il *Paramātma* privo di attributi s'incarna in questo mondo assumendo nome e forma per concedere a tutti gli esseri incarnati la possibilità di provare gioia e di avere un'esperienza concreta. Attraverso tali esperienze, le Divine Incarnazioni ci aiutano a capire che il *Paramātma* è il Motivatore Interiore, la Realtà Interiore di tutti gli esseri che tutto pervade, che è il Sé di ogni cosa nella Creazione. Il Signore Krishna mostrò l'intera Creazione contenuta nella Sua stessa Forma. Infatti Arjuna non riuscì a capire che Krishna era l'Animatore Interiore di tutto, finché non vide con i suoi occhi che il Signore Krishna conteneva nella Sua Forma corporea l'intera Creazione.

**Il Non-
dualismo**

[6] L'amore, colui che ama e l'amato sono tutti Uno ed il medesimo. Se non c'è amore non ci può essere chi ama. Anche se c'è l'amore e chi ama, senza l'amato l'amore non ha alcuna funzione. Di tutti e tre, l'amore è l'ingrediente più importante. Non esiste quindi alcuna differenza fra i tre. In tutti e tre l'amore è percepibile come il Motivatore Interiore; non è allora comprensibile che ogni cosa è la forma stessa del Sé Supremo ed Universale? Certamente, lo si capisce senza dubbio alcuno. Ogni cosa è soffusa di

amore, quindi possiamo senza esitazione definire il Sé Supremo come ‘Quello la cui forma è Amore’.

Per tutte le cose viventi dell’intero creato l’amore si manifesta in forme diverse. La sua natura però non muta anche se è conosciuto con nomi diversi come affetto, attaccamento, devozione o desiderio, secondo la direzione in cui è canalizzato; ma qualunque sia la forma, l’essenza non cambia. In base a tale conoscenza ed esperienza si può concludere con certezza che il Sé Supremo è il Sé Interiore di tutte le cose create.

Le tre
filosofie

[7] La filosofia che insegna la suprema Conoscenza di questa Unità è conosciuta come *Advaita*, Non-dualismo. La dottrina che insegna il principio dell’amante e dell’amato, del *Jīva* e del Brahman, è conosciuta come *Dvaita*, Dualismo; infine, quella che contempla tutti e tre, amore, amante e amato, ovvero *Prakṛiti*, *Jīva* e Brahman, è detta *Viśiṣṭādvaita*, Non-dualismo speciale, ma tutte e tre sono una cosa sola. Il bimbo appena nato si trasforma in studente e poi diventa un padre di famiglia, ma tutti e tre sono sempre la stessa persona, non è vero? Le maniere e gli attaccamenti cambiano, ma egli rimane sempre il medesimo.

Dal latte derivano il burro ed il siero. Il latte, che in sé contiene tutto, è *Advaita*. Il burro, che contiene le due categorie, è *Dvaita*. Dopo che il burro è stato separato, quello che resta, il siero, è *Viśiṣṭādvaita*. Nonostante il gusto differisca, il colore di tutti e tre è sempre lo stesso. Quello che è il medesimo in tutto è il *Nirguṇa* Brahman, l’Assoluto privo di qualità o attributi.

Capitolo VIII

I semi dai quali germoglia la devozione

Il Sé è Uno

[1] La relazione tra chi adora e Chi viene adorato rappresenta il seme della devozione. La mente di chi adora è attratta dalle speciali qualità possedute dall'oggetto adorato, tanto che egli cerca di acquisire quelle particolari caratteristiche. Questa è disciplina spirituale. All'inizio della pratica la distinzione fra colui che adora e l'adorato è totale, ma col progredire della disciplina tale sentimento si affievolisce finché, all'avvenuto conseguimento, ogni distinzione scompare.

Qualunque sia l'oggetto di adorazione che si ama, si ambisce e si ricerca con l'ausilio della disciplina, si deve avere fede ferma che il *Jivātma* è il *Paramātma*, ovvero che il Sé individuale è il Supremo Sé Universale.

L'unico desiderio degno

[2] C'è soltanto un desiderio degno di essere coltivato da un aspirante: la Realizzazione del Signore. Nella mente non ci deve essere posto per nessun altro desiderio. Ecco perché Kuntī Devi pregava il Signore Krishna così: "Oh Signore dell'Universo! Possano esserci sempre per noi

soltanto pene e sofferenze, purché Tu ci conceda il Tuo *Darshan*, la visione che distrugge la rinascita!”

Il devoto che desidera il Supremo e cerca di conseguirlo deve avere questa disposizione mentale. Incurante della gioia e del dolore, senza alcuna preoccupazione per il proprio appagamento, egli si deve incessantemente impegnare nella pratica spirituale con ferma convinzione, e dopo aver compreso la Realtà, otterrà piena soddisfazione.

Da questo punto di vista non c'è alcuna differenza tra un illuminato ed un devoto: entrambi hanno trasceso l'egotismo, la Natura con le sue tre qualità (i *guna*), nonché il *Dharma* della propria condizione sociale. Il loro cuore è colmo solo di compassione e dello slancio di fare il bene del mondo. È l'estasi dell'assorbimento in Brahman, è la Beatitudine Divina che li spinge ad agire in quel modo. Un devoto simile non avrà alcun desiderio, perché i desideri sono il prodotto dei sentimenti di «io» e «mio». Solo quando questi vengono sradicati un uomo diventa un devoto. In lui non ci può essere posto per il desiderio: è un devoto di natura immortale.

Chi possiede tale natura immortale non può avere nessun appetito se non per la dolcezza di *Ānanda*, la Beatitudine Divina.

L'oggi è nelle mani dell'aspirante, ma il domani?

**Il Padrone
del corpo**

[3] Il Dio della morte, Yama, è onnipresente quanto lo è Shiva. Yama è in relazione col corpo, ma non può toccare il *Jīvi*, il Sé individuale. Shiva è in relazione con il *Jīvi*, ma non permette che il corpo abbia una durata indefinita. Il

corpo è lo strumento essenziale che consente al *Jīvi* di comprendere la sua vera natura. Ma chi può sapere quando il corpo diverrà oggetto delle attenzioni di Yama, il Padrone del corpo? Chi può sapere quando questo corpo rimarrà intrappolato nel cappio di Yama? L'uomo, gravato di questo corpo facilmente deperibile, deve afferrare bene tale avvertimento ed essere ansioso di fondersi in Shiva in qualsiasi momento.

**Incontrare
Shiva, non
Yama**

[4] Una volta passato, nessun istante può essere recuperato. Di solito la gente rinvia le cose da fare, quelle di oggi a domani e quelle di ieri ad oggi; ma per la disciplina spirituale ciò non va bene. Proprio questo preciso momento è il momento! Il minuto appena trascorso è già fuori della vostra portata ed anche il minuto che si sta avvicinando non è vostro! Soltanto il *Jīvi* che abbia scolpito questo concetto nel suo cuore può fondersi in Shiva. Se non ha assimilato questa verità nel proprio cuore, il *Jīvi* resta immerso negli obiettivi dell'oggi e del domani, fondati sul presupposto che l'importante sia il corpo; in tal modo egli crea attaccamento al mondo e continua a rinascere con un corpo e ad avere ogni volta la visione di Yama. L'aspirante spirituale ha il diritto di avere la visione di Shiva e non quella di Yama!

Solo coloro che hanno compreso la relazione tra il corpo ed il *Jīva* sono Uomini; chi ha capito tale principio non devierà minimamente dalla sua disciplina spirituale.

**Le fauci
della Morte**

[5] Oggi l'uomo si accontenta di provare fuggevoli gioie mondane, ma non ha pace. Passando le notti a dormire ed i giorni a mangiare e bere, continua a crescere finché con la vecchiaia la morte lo incalza. Allora egli non sa decidere

dove andare o cosa fare; tutti i suoi organi si sono indeboliti e nessuno, nulla può salvarlo. Così finisce per essere docile cibo nelle fauci della morte!

Com'è triste che questa vita umana, preziosa quanto un inestimabile diamante, sia svilita e ridotta alla condizione di una monetina consunta e priva di valore! Non serve pentirsi dopo aver sprecato il tempo senza alcun profitto, senza aver meditato su Dio né praticato alcuna disciplina per realizzarlo.

**La casa in
fiamme**

[6] A cosa serve progettare un pozzo quando la casa è in fiamme? Quando sarà scavato? Quando sarà disponibile l'acqua? Quando verrà estinto il fuoco? È un compito impossibile! Se il pozzo fosse stato approntato fin dall'inizio, come sarebbe stato utile in un'occasione così critica!

Iniziare a contemplare Dio negli ultimi istanti di vita è come cominciare a scavare il pozzo dopo che la casa è andata in fiamme. Se praticate la contemplazione di Dio già da ora, essa vi tornerà molto utile quando sopraggiungerà la fine. Iniziate oggi la disciplina spirituale che deve essere praticata domani! Cominciate ora quello che deve essere fatto oggi! Non si sa cosa ci sarà in serbo il prossimo istante, perciò non rinviare il vostro impegno nella disciplina. Per attuarla occorre anche resistenza fisica, ed il corpo va accudito ricordando però che l'eccesso di cura è nocivo. Ci si deve prendere attenta cura del corpo solo in misura essenziale.

Il sentiero del devoto verso la Liberazione

**Importanza
della rettitudine**

[7] Questa nascita umana è assai difficile da ottenere; non si può averla per quattro soldi. Il corpo è come un caravanserraglio, una stazione di sosta, e la mente è il suo guardiano; il *Jīvi* è il pellegrino, ma fra loro non c'è alcuna relazione. Il *Jīvi* è diretto verso *Mokṣhapuri*, la Città della Salvezza. Per un viaggio senza problemi non c'è niente di più affidabile del ricordo costante del Nome del Signore. Una volta sperimentata la dolcezza di quel Nome, il pellegrino non soffrirà di stanchezza, di malcontento o di pigrizia, ma compirà il suo pellegrinaggio attraverso la disciplina spirituale con gioia, entusiasmo e profonda convinzione. Per riuscire nella pratica, la rettitudine è d'importanza fondamentale. Senza il timore del peccato, la rettitudine non può sorgere ed anche l'amore per Dio non può svilupparsi. Tale timore genera la devozione che sfocia nell'adorazione del Signore.

**La morte
non dimentica nessuno**

[8] La stupidità è la causa della caduta dell'uomo; è come la pecoraggine: se una pecora cade in un fosso, anche tutte le altre vi rotolano dentro. È proprio un disastro! Per evitarlo è meglio riflettere su ciò che è bene e ciò che è male, sui pro e sui contro di quello che si fa, e poi spiccare il salto.

La morte non trascura nessuno. Essa minaccia tutti, sempre; se oggi è il turno di un altro, domani sarà il vostro.

Osservate i boccioli nel giardino! Quando il giardiniere coglie i fiori, i boccioli esultano perché domani saranno loro ad essere raccolti dalle sue mani; le loro corolle sono colme di gioia quando si aprono a quella speranza. Si sentono forse tristi? Lasciano ricadere i loro volti o hanno colori meno brillanti? No. Non appena sanno che domani

sarà il loro turno, si preparano con gran gioia ed eccitazione. Allo stesso modo, ricordando con entusiasmo il Nome del Signore, siate pronti senza preoccuparvi e rattristarvi che il vostro turno possa essere domani, se qualcun altro è morto oggi.

Una lezione importante

[9] Il corpo è come una lanterna; al suo interno la mente è sempre mutevole ed inquieta, e nel vedere le sue bizzarrie la morte se la ride.

Il *Jīva* è come un uccello rinchiuso nel vaso dai nove fori. È un mistero che il *Jīva* abbia un corpo, come sia entrato in quel vaso, come poi spicchi il volo e se ne vada. Deità, asceti, uomini di ogni continente, tutti sono sottoposti alla condanna di trascinare con sé la zavorra del corpo. Fra questi, chi sono gli amici e chi i nemici? Quando l'egoismo muore tutti sono amici, non ci sono più nemici. Tutti devono tenere a mente questa lezione.

Amabilità nel parlare

[10] L'uomo sperimenta la gioia ed il dolore attraverso l'orecchio. Per questo bisogna evitare le crudeli frecce delle parole dure ed usare parole dolci, gradevoli e delicate; a tale amabilità si deve aggiungere la dolcezza della Verità. Introdurre la menzogna per addolcire la parola aprirà soltanto la via ad ulteriori sofferenze.

Chi è diventato un aspirante spirituale deve usare parole amabili, dolci, vere e gradevoli; tali persone si possono riconoscere per le loro buone qualità. La loro mente è Mathurā, il loro cuore è Dvāarakā ed il loro corpo è Kāshi³.

³ Mathurā, Dvāarakā, Kāshi: tre città sacre Indiane. Il corpo umano è invece detto 'la città dalle nove porte' (occhi, orecchie, nari, bocca, organi escretori e di riproduzione). La decima porta è il *Sahasrāra Chakra*, 'il loto dai mille petali' situato alla sommità del capo.

Nel punto dove si trova la decima porta è possibile realizzare lo Splendore Supremo.

**Liberarsi
dell'egotismo**

[11] Tutti gli sforzi sono però vani se il cuore non è puro. Guardate i pesci; pur vivendo perennemente nell'acqua, si sono forse liberati in qualche modo del loro cattivo odore? No. Finché il cuore dell'uomo sarà saturo dell'illusione dell'egotismo, le sue tendenze non scompariranno neppure se è immerso in molte pratiche purificatrici. Se desidera liberarsi dei sentimenti di «io» e «mio» deve adorare il Signore; deve diventare un aspirante libero da attrazioni ed avversioni. Agitazioni del genere non possono coesistere insieme al distacco nel cuore della stessa persona. Luce ed oscurità non possono coesistere nello stesso luogo e momento. Chi ha un cuore governato dalle sei passioni può avere solo l'egotismo quale ministro, e chi ha un ministro del genere è peggio di uno stolto anche se pretende d'essere un eminente dotto, un grande *sādhu* o un rinunciante.

**Il peso e la
fragranza**

[12] Può un asino che trasporta delle essenze profumate diventare un elefante? Può un somaro trasformarsi in elefante solo perché porta una fascina di legno di sandalo? L'asino potrà rendersi conto del peso, ma non della fragranza! L'elefante invece non si cura del peso, ma inala il dolce profumo, non è vero? Allo stesso modo, l'aspirante, il rinunciante o il devoto coglieranno solo la verità incontaminata, la pura essenza delle buone azioni e della devozione, come pure delle Scritture, dei Veda e delle Upanishad.

Per contro, se uno continua a cavillare per il gusto della sola erudizione, della discussione e del sapere, conoscerà solo il peso della logica ma non la fragranza della Verità!

**L'abilità
dialettica
non conta**

L'osservatore può ammirare persone del genere e considerarle la personificazione delle Scritture e dei Veda, ma se persino le cose essenziali mancano, come può esserci una personificazione? Per chi cerca l'essenza, il peso non conta. Se si usa solo la ragione, non si ottiene nulla di apprezzabile.

L'Amore è l'unico grande strumento per ricordare incessantemente il Signore. Per mantenere quello strumento sicuro ed efficiente, all'aspirante non occorre altro che la discriminazione.

[13] Molti nel mondo utilizzano la loro vasta cultura in dibattiti e controversie credendo così di essere superiori, ma questo è un grave errore; se fossero davvero così eruditi non farebbero proprio alcuna discussione e adotterebbero il silenzio quale onorevole linea di condotta, poiché coloro che eccellono nella cultura hanno avuto l'esperienza dell'essenza dei Veda, delle Scritture e delle Upanishad. Essi sanno che la natura di quell'essenza, il suo nucleo e la purezza Divina ivi proclamata sono tutt'Uno, a prescindere da come si possa realizzarlo. Sanno anche che Dio appare in qualsiasi forma gli si attribuisca e si manifesta secondo i sentimenti che ognuno gli dedica.

Quello che conta non è l'acquisizione di abilità dialettiche, bensì la facoltà di concentrare la mente su un unico obiettivo, nonché l'equanimità scevra da attrazioni e repulsioni. Perché facciamo tutte queste pratiche, preghiere, meditazioni, canti, ecc.? Non è forse per acquisire una mente stabile, concentrata su un unico obiettivo?

Raggiunta quella stabilità mentale, lo sforzo umano non serve più ed il suo significato interiore viene compreso.

I due grandi nemici

[14] Coloro che intendono dedicarsi alla spiritualità ed ottenere la salvezza non devono dilettersi in discussioni e dispute o lasciarsi adescare dai raggiri dei cattivi sentimenti; devono riconoscere i loro errori ed evitare di ripeterli. Essi devono salvaguardare la concentrazione mentale conquistata, tenere gli occhi fissi sull'obiettivo che si sono prefissi, scartando - come fossero rifiuti - tutte le difficoltà, le sconfitte e gli ostacoli che incontrano sul cammino. Ci si deve soffermare solo su quello che dona entusiasmo e gioia, senza sprecare tempo prezioso ad accumulare dubbi a proposito di questo o quello, grande o piccolo che sia.

Bisogna prestare attenzione a due cose essenziali, il resto non conta: 1) la presunzione di sapere tutto, 2) il dubbio. Questi sono i due principali nemici dell'aspirante; perciò egli deve decidersi a concentrarsi stabilmente sulla propria Realtà. Se essa è pura, tutto è puro; se essa è vera, tutto è vero.

I difetti sono in noi

[15] Se indossate occhiali blu, anche se la Natura risplende di molti colori, vedrete soltanto il colore che portate. Se il mondo vi appare pieno di diversità, questo è dovuto solo ai difetti presenti in voi. Se tutto vi appare come un unico Amore, anche quello è solo l'Amore che avete dentro di voi. Il sentimento in voi determina sia l'uno sia l'altro. È soltanto perché ci sono difetti in voi che vedete il mondo pieno di imperfezioni. Se in voi non ci fossero difetti non li trovereste neppure a cercarli, perché non sapreste nemmeno che cosa essi siano.

Potreste chiedervi se il Signore stesso possa avere dei difetti e se anche Lui ne sia alla ricerca; ma com'è possibile asserire che il Signore sia alla ricerca di colpe? Egli cerca

soltanto la bontà, non le colpe o i peccati. Questi dipendono dai livelli dei diversi *guna* in ciascun individuo.

Il Signore non prenderà in esame la ricchezza, la famiglia, il lignaggio, la condizione sociale o il sesso. Egli vede unicamente la Rettitudine e la Bontà. Chiunque possenga tali qualità è da Lui considerato meritevole della Sua Grazia.

Sviluppate perciò la Bontà e la Rettitudine, vivete ed agite nella gioia e nell'Amore. Questo è sufficiente: la salvezza potrà essere sicuramente raggiunta.

Capitolo IX

***Mānava* e *Dānava*, Uomini e Demoni - la differenza è nel carattere**

**Solo chi ha
Amore è un
Uomo vero**

[1] *Mānava*, gli uomini, sono pieni di *Prema*, Amore; i loro cuori sono fonti di misericordia e la loro parola è verità. La pace è la caratteristica della mente dell'uomo, è la sua qualità innata. Per cercare la pace non serve andare da nessuna parte. Come l'oro e l'argento si trovano nascosti nelle viscere della terra, le perle ed il corallo nelle profondità del mare, così la pace e la gioia si trovano nascoste nelle attività della mente. Se l'uomo, desideroso di acquisire questi tesori nascosti, s'immerge e rivolge il pensiero interiormente, si riempirà di amore. Solo chi si è colmato d'amore e vive nella luce di quell'amore può essere chiamato uomo. Chi è privo d'amore è un *Dānava*, un demone, un mostro, un sub-umano.

La sacra qualità dell'amore non si manifesterà solo in momenti particolari: sarà sempre presente, immutabile. Essa è una ed indivisibile. Chi è saturo d'amore è incapace di qualsiasi ripicca, egoismo, ingiustizia, torto e cattiva condotta; ma in chi non c'è amore queste caratteristiche

emergono più di ogni altra cosa. I demoni sono coloro che calpestano l'amore e considerano importanti le qualità inferiori, mentre gli uomini sono coloro che considerano le qualità malvagie come serpenti da distruggere e l'amore la sola qualità da sviluppare. La condotta scorretta e le cattive abitudini snaturano l'umanità dell'uomo, mentre i cuori pieni del nettare dell'amore rivelano la sua vera umanità.

Con *Prema* s'intende Amore immacolato, disinteressato, costante e privo di qualsiasi impurità.

**Uomini e
Demoni**

[2] Tra *Mānava* e *Dānava* la differenza è solo nelle sillabe 'Ma' e 'Da'. La sillaba 'Ma' è tenera, dolce ed immortale nel simbolismo, mentre il suono 'Da' è impietoso, sregolato e bruciante. Sono forse uomini quelli che non hanno in sé alcuna dolcezza e che fanno di tutto per sopprimere l'anelito all'immortalità? La loro natura è demoniaca anche se la forma è umana! La cosa più importante non è la forma, bensì il carattere. È forse possibile definire uomo chi, pur avendo forma umana, non possiede gentilezza né correttezza e la sua natura è quella di un demone? No, non si può chiamarlo uomo.

Le Mie parole non si riferiscono alla forma, ma alle qualità degli uomini. Tra gli uomini ci sono demoni in abbondanza! Entrambi si somigliano, ma le loro qualità li fanno classificare come uomini e demoni. Gli uomini si impegnano in azioni amorevoli e benefiche di gentilezza, onestà, amore e verità e cercano l'opportunità di realizzare e manifestare la loro immortalità. La loro buona natura risplende sui loro volti come *Ananda*; ma senza quella bontà, anche se uno esprime gioia il suo volto rivelerà solo il fuoco distruttivo del demone e non avrà certo la grazia di *Ananda*.

Le parole di oggi sono il risultato delle azioni di ieri

I Servi di Dio

[3] Durante il *Tretā Yuga*, quando Nārada domandò a Śrī Rāmachandra quali fossero le caratteristiche e la natura dei Suoi servi e degli aspiranti spirituali, Egli rispose: “Ascolta, oh Nārada! Gli uomini che sono Miei servi sono colmi d’Amore, si attengono sempre alla Rettitudine e dicono la Verità; i loro cuori si sciolgono di compassione, non hanno colpe ed evitano il peccato. Il loro temperamento è solido. Essi rinunciano serenamente a tutto, mangiano con moderazione, s’impegnano nel fare il bene degli altri, non hanno egoismo, non sono affetti da dubbi e non prestano orecchio alle lusinghe. Ascoltano con entusiasmo gli elogi circa le buone qualità altrui e hanno un bel carattere, forte e santo.

Gli aspiranti spirituali sono coloro che si sforzano di acquisire tali qualità e posseggono un carattere di questo tipo.

Chi è caro al Signore

[4] Ora ti parlerò di quelli che Mi sono cari. Chiunque s’impegni nella recitazione del Nome di Dio, nelle penitenze e nei voti, chi ha auto-controllo, disciplina, fede, pazienza, solidarietà, gentilezza e gioia, nonché Amore puro ed incondizionato verso di Me, costui Mi è caro.

I veri Devoti

[5] Ti parlerò ora dei Miei veri Devoti. Chiunque con discriminazione e distacco, umiltà e saggezza sia consapevole della Realtà, chiunque sia costantemente immerso nella contemplazione delle Mie Manifestazioni, sia concentrato sul Mio Nome in ogni momento ed in ogni circostanza e versi lacrime di amore ogni qual volta il Nome del Signore sia pronunciato da qualsiasi labbra, costui è Mio vero Devoto”.

Così rispose Śrī Rāma a Nārada. Il Signore proteggerà in

Dio con e
senza attri-
buti

tutti i modi ed in tutte le occasioni coloro che lo adorano con devozione totale ed incontaminata, proprio come una madre protegge i suoi piccoli, come una mucca salva il vitello dal pericolo, come le palpebre proteggono gli occhi, spontaneamente, automaticamente.

[6] Quando il neonato cresce e diventa adulto, la madre non presterà più così grande attenzione alla sua sicurezza. Allo stesso modo, il Signore non riserva molta attenzione al saggio. Il *Saguna Bhakta*, il devoto che adora Dio concependolo dotato di attributi, è come un neonato nelle mani del Signore; egli non ha forza alcuna se non quella del Signore. Per il saggio la sua stessa forza è sufficiente. Finché uno non riesce a fare affidamento sulle proprie forze, deve essere come un neonato nelle mani del Signore, come un *Saguna Bhakta*.

Nessuno può diventare un *Nirguna Bhakta* (il devoto votato all'aspetto di Dio informale e privo di attributi) se prima non è stato un *Saguna Bhakta*. I devoti devono quindi crescere come i neonati in grembo alla madre, per poi diventare *Jñāni* che possano fare affidamento sulle 'proprie' forze ed essere liberi. Tuttavia, la forza di entrambi proviene dalla stessa fonte: la Madre. Veramente fortunati sono coloro che afferrano questo segreto del sentiero della devozione, che coltivano la devozione univoca e rafforzano i tratti del loro carattere, che diventano come bambini in braccio al Signore e che lasciano che ogni cosa sia fatta da Lui, come Egli desidera.

Coloro che anelano ad essere *Dasa, Bhakta, Priya e Ananya Bhakta* - servi, devoti, cari al Signore e devoti senza traccia di dualità - devono seguire il sentiero appropriato,

**I nove
sentieri di
devozione**

comportarsi e vivere in conformità. Il *Bhakta* deve sviluppare le caratteristiche di devozione sopra descritte, il *Priya* deve seguire l'Amore del Signore, l'*Ananya Bhakta* deve arrendersi completamente al Signore. Il solo leggere o muovere la lingua non sono di alcuna utilità. La Beatitudine proviene solo dall'azione, non dipende dalla casta, dalla razza o dal sesso.

[7] Mentre Śrī Rāma gradiva l'offerta di frutti e radici che Sabarī - dopo averli assaggiati uno ad uno - gli aveva riservato, ella gli chiese: "Signore, io sono solo una donna e per di più con un intelletto poco acuto; inoltre sono di bassa casta. Come posso lodarti? Non so cosa fare o in che modo". Śrī Rāma sorrise e rispose: "Sabarī! La Mia missione contempla solo il rapporto di devozione e non la razza o la casta. A cosa serve la condizione sociale, la ricchezza e la reputazione se manca la devozione? Come una nube che vaghi nel cielo senza dispensare pioggia, così chi è privo di devozione si trova in balia dei venti indipendentemente dal suo stato sociale, dalla ricchezza, dal potere o dalla notorietà. I devoti Mi raggiungono attraverso nove sentieri; ognuno di questi li conduce a Me".

Alla preghiera di Sabarī, Rāma le rivelò:

<i>Shravanam</i>	l'ascolto delle Scritture e delle storie sacre.
<i>Kirtanam</i>	il canto del Nome del Signore e della Sua Gloria.
<i>Vishnusmaranam</i>	il costante e continuo ricordo di Dio.
<i>Pādasevanam</i>	l'azione o il servizio offerti ai Piedi del Signore.

<i>Vandanam</i>	l'omaggio, inchino o prostrazione.
<i>Archanam</i>	l'adorazione.
<i>Dāsyam</i>	l'atteggiamento di servo dedito e fedele a Dio.
<i>Sneham</i>	l'amicizia verso il Signore, considerando Dio l'unico e vero amico.
<i>Ātmanivedanam</i>	la completa resa di sé stessi al Sé Supremo ed alla Volontà del Signore.

“Se il devoto pratica sinceramente uno di questi nove sentieri, può raggiungermi. Io sono legato da queste nove forme di devozione. Ecco perché hai potuto avere così facilmente l'opportunità di vedermi, toccarmi e parlarmi, un'opportunità che perfino gli *yogi* hanno difficoltà ad ottenere. Oggi tu hai realizzato il proposito della vita. Le parole di oggi sono il risultato delle opere di ieri.”

La devozione è di due tipi

La scimmietta ed il gattino

[8] Coloro che seguono le suddette nove forme di devozione sono di due tipi: i seguaci della via difficile e quelli della via facile e sicura. Talvolta queste due strade vengono definite la prima *Bhakti*, devozione, e la seconda *Prapatti*, abbandono. Il comportamento della scimmietta corrisponde a *Bhakti*, mentre il comportamento del gattino è *Prapatti*.

La devozione deve essere ininterrotta come il flusso dell'olio travasato da un recipiente all'altro. Sebbene i due tipi di devozione siano fondamentalmente la stessa cosa, la loro pratica è diversa.

Senza *Prema*, puro Amore, nulla si può ottenere a questo mondo. È solo quando c'è *Prema* che l'attaccamento produce il desiderio di proteggere e salvaguardare. In entrambi i tipi di devozione *Prema* è lo stesso, ma nella espressione pratica c'è differenza. Nel caso della scimmietta, il piccolo deve fare affidamento sulle proprie forze per proteggersi; ovunque la mamma scimmia voglia saltare, esso deve stare saldamente aggrappato al ventre della madre senza lasciare la presa, neanche in caso venga strappato via. Così anche il devoto deve sostenere le prove cui il Signore lo sottopone ed aggrapparsi al Suo Nome in ogni momento ed in ogni circostanza, instancabilmente, senza la minima traccia di avversione, sopportando le derisioni e le critiche del mondo e superando i sentimenti di vergogna e di sconfitta. Esempio di questo tipo di devozione è il sommo fra i devoti: Prahlāda.

La via della
resa totale

[9] La via dell'abbandono, *Prapatti*, non è così, ma è piuttosto simile al comportamento del gattino. Come il micino se ne sta fermo in un posto a miagolare lasciando il peso di tutti i suoi bisogni alla madre, così il devoto ripone completa fiducia nel Signore. La gatta, tenendo il micino in bocca, lo sposta verso rifugi più alti o lo trasporta con sicurezza attraverso passaggi angusti. Così anche il devoto abbandona al Signore tutti i suoi bisogni e si arrende completamente alla Sua Volontà. Lakshmana è l'esempio della totale dedizione.

La disciplina di *Prapatti*, della dedizione e dell'abbandono, è di gran lunga superiore a quella di *Bhakti*. La caratteristica di *Prapatti* è la completa resa di sé sotto ogni aspetto.

Per servire Śrī Rāma, Lakshmana rinunciò a tutto quello

che gli sarebbe stato di ostacolo sul cammino: la ricchezza, la moglie, la casa natale e perfino il sonno ed il cibo. E questo non per un giorno, un mese o un anno, ma per ben quattordici anni interi. Egli sentiva che Śrī Rāma era tutto per lui, la felicità, la gioia, e che gli avrebbe assicurato tutto ciò di cui aveva bisogno; perciò lo scopo della sua vita era solo seguirlo e servirlo, arrendendo a Lui la sua volontà.

Se tutti gli oneri saranno addossati a Lui, se il Signore verrà seguito ininterrottamente senza mai dimenticarlo, Egli provvederà certamente a tutto. Questa è la caratteristica della devozione detta *Prapatti*.

Capitolo X

Vānaprastha, il terzo stadio della vita

**Rinuncia
agli agi**

[1] Dopo essere stato un capofamiglia, aver provato dolore, felicità e gioia ed averne capito il vero significato, all'età di 45 o 50 anni l'uomo deve ritirarsi nella foresta abbandonando la casa che ha costruito ed il luogo in cui ha vissuto. Se sua moglie è viva, deve ottenere il suo consenso ed affidarla alle cure del figlio o dei genitori di lei, oppure portarla con sé e trattarla come fosse un fratello; quindi deve immergersi nella condizione di *Brahmacharya*, cioè in castità assoluta di pensieri, parole ed azioni e di perfetta padronanza dei sensi.

**Regole rigo-
rose**

[2] Ci deve essere anche un notevole cambiamento di dieta. Egli deve nutrirsi di frutta e radici e bere solo latte. Non deve cuocere le vivande completamente, ma solo per un terzo e non deve fare grande uso di riso. Se non riesce a praticare una dieta seguendo questi criteri, può visitare il villaggio vicino e procurarsi del cibo, ma deve poi portarselo nella foresta per mangiarlo là, nella sua dimora.

A coloro che lo seguono deve dare il cibo che lui stesso mangia, poiché essi non possono prepararsi il cibo che preferiscono né farselo fornire. Se non lo gradiscono, devono accontentarsi solo di latte e frutta, poiché egli non deve mutare la sua routine per far piacere ad altri.

Per quanto difficoltosa, tale disciplina non deve essere modificata o abbandonata. Questo va sottolineato in modo particolare.

Il *Vānaprastha* non può compiere riti d'adorazione, distribuire elemosine o eseguire altri compiti del genere. Anche se dona cibo od oggetti, questi atti non devono essere considerati un obolo e, dal canto suo, non può ricevere nulla da altri come elemosina. Egli deve equamente nutrire amore puro per tutti.

**Rigido
ascetismo**

[3] Una volta l'anno, nel mese di *Āshvina* (settembre-ottobre), egli scarterà le sue vecchie vesti e ne indosserà di nuove. Il *Chāndrāyanam* è il più importante tra i voti del *Vānaprastha*. Durante quel mese, per i primi quindici giorni deve mangiare ogni giorno un boccone di meno e, per i successivi quindici giorni, ogni giorno un boccone in più; nei giorni di Luna Nuova e di Luna Piena deve assumere solo acqua in cui sia stato bollito il riso.

Durante la stagione delle piogge deve fare penitenza rimanendo in piedi sotto la pioggia, ed in inverno deve indossare abiti bagnati mentre è impegnato nelle sue austerità.

Nella stretta e sistematica osservanza di questo ascetismo, deve fare le abluzioni tre volte il giorno. Inoltre deve studiare i vari aforismi delle Upanishad, capire il loro

significato e farne esperienza.

Se il *Vānaprastha* si ammala la sua dieta deve essere abolita; egli deve vivere di sola aria ed acqua e deve continuare a camminare in direzione Nord-Est fino alla morte. Se invece non ha malattie ed è sano e robusto, dopo aver adottato queste discipline egli sperimenterà il sorgere spontaneo della Vera Conoscenza per mezzo della quale otterrà la Liberazione.

**Un unico
obiettivo: la
vera Cono-
scenza**

[4] Molti mettono in discussione che tale disciplina possa condurre allo sbocciare della Conoscenza e si chiedono: “Non sono queste solo delle austerità corporee? La Conoscenza può sorgere solo con la realizzazione del Principio. Come può qualcosa che non contenga il Principio dispensatore della realizzazione del Sé essere chiamato Conoscenza?” Questa osservazione si basa su un grosso errore. Mediante tale disciplina fisica le tendenze innate vengono distrutte e s’instaura la concentrazione. Gli assiomi delle Upanishad servono a rafforzare ed a favorire il perseguimento di un unico obiettivo; solo facendo esperienza di questi assiomi si verificherà il sorgere della Conoscenza. Le Upanishad non sono forse la Conoscenza stessa? Avendo come compagna la Personificazione della Saggezza e realizzandola con la propria esperienza, che bisogno c’è di cercare la Conoscenza altrove?

Per stabilire saldamente la Saggezza nel cuore è essenziale perseguire con fermezza un unico obiettivo, e ciò può essere facilmente conseguito con le suddette discipline fisiche e le austerità. Il controllo esteriore favorisce in molti modi quello interiore. Il controllo esteriore è, in confronto, più difficile da acquisire di quello interiore.

**Il volante e
le ruote**

[5] Se girate in una direzione qualsiasi il volante che avete fra le mani, farete girare nel medesimo senso - pur non avendole in mano - anche le ruote dell'automobile. Se il volante gira in una direzione, le ruote non gireranno in un'altra. Le ruote dell'introspezione sono vincolate allo sterzo esteriore che è la base naturale!

Se a volte accade che le ruote tirino da una parte mentre il volante è girato dall'altra, ciò è dovuto alla perdita delle proprietà naturali. Se le ruote interiori non sono piene d'aria, che è la loro essenza, possono comportarsi come se non avessero rapporti con lo sterzo; ma esse non possono superare i limiti dello sterzo stesso. Il volante che si tiene tra le mani è in relazione con le ruote sottostanti; se questa relazione viene a mancare, viaggiare è impossibile. Questo collegamento è inevitabile.

**Tendenze
esteriori ed
interiori**

[6] Analogamente, chi ha lottato contro le tendenze esteriori e le ha conquistate, può facilmente controllare quelle interiori. Le tendenze esteriori hanno nome e forma ed esercitano un'attrazione se diventano oggetto di esperienza, cosicché il superarle implica molte difficoltà; ma le tendenze interiori non hanno forma, sebbene possano essere dotate di nome; esse sono percepite anche come *Ananda* e si possono quindi superare più facilmente. Il problema invece riguarda per lo più la condotta esteriore ed il comportamento, poiché sono associati al gusto, alla forma ed al peso, mentre le tendenze interiori non hanno forma, gusto o peso. L'acqua pura non ha forma né sapore. L'acqua impura è invece sotto questo aspetto molto diversa; infatti purificare l'acqua impura è difficile, mentre all'acqua pura si può attribuire con gran facilità

qualsiasi caratteristica.

Parimenti, le difficoltà s'incontrano quando si vuol purificare il comportamento mentale che è stato guastato dalle illusioni del mondo; non è invece necessario purificarlo quando è esente dall'illusione. Una condotta scevra da illusione è necessariamente pura, senza traccia di difetti o di dubbi; perché dovrebbe essere corretta? Se l'uomo controlla e vince l'illusione esterna, le tendenze interiori si orienteranno con facilità nella direzione di *Atmānanda*, la Beatitudine del Sé.

La conclusione del viaggio

[7] *Yoga* ed austerità sono solo un altro nome per definire la via del controllo e della conquista di queste tendenze esteriori e dell'illusione. Le regole del *Vānaprastha* non sono altro che metodi per riuscire con successo in questo *yoga*.

Se nello stadio di *Vānaprastha* l'uomo sa soggiogare ogni illusione, il viaggio si conclude con la Liberazione; ma non possiamo affermare che la Liberazione si ottenga solo attraverso questa via, perché si può scegliere qualunque sentiero che porti alla Grazia. Seguendo le regole e le discipline del *Vānaprastha* si può acquisire la Liberazione. Questa via libera l'uomo dall'illusione e lo induce a concentrarsi stabilmente su un unico obiettivo.

Quattro tipi di Liberazione

I tre frutti della dottrina

[8] L'adorazione caratterizzata dalla stabilità di coscienza e dalla purezza di sentimenti, scevra da ogni pensiero estraneo, si trasforma in *Bhāvasamādhi*, l'estasi basata su un

particolare sentimento verso il Signore. In questo caso il Signore appare all'occhio interiore del devoto nella forma da lui prescelta per l'adorazione. Tale visione non è frutto d'immaginazione, bensì è un'esperienza autentica. Senza spostarsi da dove si trova, il devoto è alla presenza del Signore. Questo stato è chiamato *Sālokyamukti*, essere alla presenza del Signore.

Oltre ad essere sempre con il Signore, il devoto considera tutto ciò che vede come la Sua Gloria. Quest'esperienza è detta *Sāmīpyamukti*.

Essere sempre con il Signore, testimoniare la Sua Gloria ed essere pervaso dalla Coscienza Divina viene definito *Sārūpyamukti*, assorbirsi nella Forma del Divino e gioirne. Questo è il frutto finale della dottrina devozionale.

L'ultima
traccia di
separazione

[9] Anche dopo aver raggiunto quest'ultimo stadio, esiste ancora una traccia del sentimento di separazione, per cui l'*Advaita Siddhānta*, il non-dualismo assoluto, non lo considera il più elevato. Per il solo fatto che il devoto abbia *Sārūpya*, la stessa Forma del Signore, non si può asserire che egli abbia anche i poteri di creazione, conservazione e distruzione che il Signore possiede. È solo quando tutte le tracce di differenza scompaiono e l'unità è conseguita che lo stadio supremo è raggiunto: tale stato è chiamato *Sāyujya*, la fusione nel Divino. Questa è la discesa della Grazia conquistata con l'essenza della disciplina spirituale praticata; non si può asserire che sia frutto del proprio sforzo.

Il devoto aspira alla fusione, all'unità con Dio; desidera servirlo come a Lui piace e sperimentare la gioia della Forma che gli ha attribuito. Così il Signore, per Sua Grazia,

gli concede non soltanto *Sālokyā*, *Sāmīpyā*, *Sārūpyā*, ma anche *Sāyujyā*!

Il sentiero della devozione porta anche al conseguimento di *Brahmajñāna*, la Saggezza Suprema. Anche se il devoto non l'ambisce, il Signore stesso gliela concede. *Sāyujyamukti* viene indicata anche come *Ekāntamukti*, Liberazione, unione totale e fusione nel Divino.

Capitolo XI

Il sentiero per raggiungere la Presenza Divina

**Le due
barriere**

[1] Per gli esseri soggetti a *Māyā* ci sono due ostacoli causati dall'illusione stessa: il desiderio sessuale e la golosità. Entrambi devono essere conquistati; finché perdurano, sono causa di dolore. Tutti i desideri terreni sono compresi in questi due, perciò solo chi li ha dominati può dire di aver attraversato con successo le acque del mondo. Essi sono la causa di tutti i peccati, ed il peccato è il fertilizzante con cui prospera *Māyā*.

In realtà il mondo, questo illusorio aggregato dei cinque elementi, deve solo servire a sostenere il corpo. Coloro che aspirano alla Liberazione devono soggiogare i sensi.

**Dedizione
totale**

[2] Nell'Uttara Gītā si dichiara:

«Cibo per sostenere il corpo, vesti per evitare il freddo»

Se l'uomo si lascia però sommergere da questi interessi, dimenticherà lo scopo per cui è venuto, l'obiettivo ed il suo sacro proposito. Invece, qualsiasi attività svolga, in modo automatico come il respiro, deve riflettere ed essere

sempre consapevole di questa verità: “Io sono nato per servire Dio e per realizzare il mio vero Sé”. Ogni atto quale vestirsi, mangiare, camminare, studiare, servire, muoversi, deve essere eseguito nella convinzione che esso condurrà alla Divina Presenza. Tutto deve essere compiuto in uno spirito di totale dedizione al Signore.

Un contadino ripulisce e spiana il terreno, rimuove sassi e rovi, ara e prepara il campo, concima e nutre la terra, la irriga e la fertilizza; poi semina, trapianta, diserba, irroro, attende e finalmente raccoglie i frutti; quindi trebbia, vaglia ed infine accatasta il grano. Tutte queste diverse operazioni sono eseguite a beneficio dello stomaco; allo stesso modo dobbiamo capire che tutta la fame, la sete, la gioia ed il dolore, la pena e la sconfitta, la sofferenza e la collera, il cibo e l'appetito non sono altro che impulsi che ci aiutano ad ottenere la Presenza del Signore. Se si ha un atteggiamento simile, il peccato non macchierà mai queste attività ed anche tutti gli appetiti svaniranno senza lasciare traccia di nome o forma.

**Conseguire
la Divina
Presenza**

[3] Se una persona è malata o se la sua mente è immersa in altri pensieri, qualsiasi cosa mangi non gusterà il sapore del cibo. Allo stesso modo, anche se si è impegnati nella recitazione del Nome Divino, nel canto, nella preghiera o nella meditazione, se il cuore è colmo di *Tamas* o se si è distratti, non si proverà alcuna gioia. La gioia non potrà mai scaturire in simili condizioni. La lingua sarà dolce finché c'è sopra lo zucchero. Finché nel cuore brilla il faro della devozione non ci sarà buio ed il cuore sarà illuminato dalla Beatitudine.

Qualcosa di amaro sulla lingua rende amara tutta la lingua;

se qualità come l'ira e l'avidità entrano nel cuore, lo splendore scompare e l'oscurità domina la scena, tanto che l'uomo diviene bersaglio d'innumerabili dolori e sconfitte. Perciò chi aspira a conseguire la Divina Presenza del Signore deve acquisire certe abitudini, discipline e qualità perché i consueti modi di vita non conducono a Dio; questi devono essere trasformati per mezzo della disciplina spirituale.

La gru ed il pesce

[4] Osservate la gru: essa cammina veloce nell'acqua, ma mentre cammina non riesce a prendere nessun pesce; per questo motivo deve rallentare sino a rimanere immobile. Così, se qualcuno procede con avidità, ira e simili attributi, non potrà afferrare il pesce della Verità, della Rettitudine e della Pace. Qualsiasi disciplina spirituale venga intrapresa, si deve praticare ininterrottamente la recitazione del Nome di Dio. Solo così si possono dominare gli attributi propri dell'avidità, dell'ira, ecc. Tutte le Scritture non insegnano altro che questa lezione: poiché il Signore è la Meta Universale e questo viaggio della vita ha Lui come destinazione, teneteLo costantemente presente e soggiogate la mente che vi fa deviare dal sentiero.

I saggi e gli stolti

[5] Tutte le buone qualità si raccolgono automaticamente attorno a chi pratica il controllo della parola e la costante contemplazione del Signore. Nel *Dvāpara Yuga* i Kaurava, anche mentre godevano i frutti dei meriti delle loro vite precedenti, erano impegnati a compiere azione malvagie; per contro, i Pāndava, anche se soffrivano a causa dei loro precorsi peccati, pensavano ed operavano solo per il bene! Tale è la differenza tra il saggio e lo stolto. I Kaurava erano schiavi degli appetiti della fame e del sesso, mentre i Pāndava compivano ogni azione per amore del Signore,

avendo come loro guida la Verità e la Rettitudine.

Chi è sopraffatto dal dolore non avrà alcun interesse né per una festa né per una battaglia; così il vero aspirante, sempre immerso nel pensiero di Dio, mai assaporerà e neppure penserà ai mondani oggetti del piacere.

Un buon carattere è il gioiello della vita umana

Preservare il gioiello

[6] In questo stesso corpo, prima che la morte sopraggiunga, si deve realizzare la Verità Eterna e la relazione esistente tra l'uomo e la Verità. La Kathopanishad esorta: “Sorgete, svegliatevi, prendete l'iniziazione dai Grandi!”

Chi è agitato dai dubbi su cosa accettare e cosa rifiutare, chi è accecato dall'illusione, chi non sa distinguere tra la luce e l'oscurità, tra la morte e l'immortalità, deve avvicinare persone nobili che sappiano indicargli la via per comprendere la Verità Eterna, quella Base che risplende di luce propria e sostiene tutta la Creazione. Allora la terra ed il cielo si fonderanno nello stesso splendore! Per conseguire tale realizzazione l'uomo deve avere un anelito profondo ed una disciplina ferrea.

Questa nascita umana è il risultato d'innumerabili buone azioni e non deve essere sprecata; l'opportunità che viene così offerta deve essere sfruttata interamente. Come dichiara la Kenopanishad: «Chi non riconosce questo va incontro a grandi sofferenze».

Il gioiello che si ha in mano non va lasciato cadere. Se in questa stessa vita sono offerte molte opportunità di salvezza, non è una grossa sconfitta non dedicare neppure un pensiero su come riuscirci?

**Un oltraggio
per la razza
umana**

[7] L'individuo dotato di discriminazione farà ogni sforzo con tutti i mezzi a sua disposizione per comprendere i Principi Fondamentali, per far suoi gli insegnamenti dei Grandi che hanno percorso il cammino spirituale e per introdurre tutto ciò nel suo bagaglio d'esperienza. Se un uomo abbandona il sentiero e spreca la sua vita senza fare tale sforzo, è veramente un oltraggio al nome della razza!

Invece di rendervi schiavi di ciò che è effimero e falso e di perdere tempo prezioso rincorrendo obiettivi banali, dedicate ogni minuto alla scoperta della Verità ed alla contemplazione del Signore Eterno e sempre Vero. Tale dedizione è la reale funzione dell'anima. Per contro, passare il tempo inseguendo appetiti illusori è dovuto all'influenza del mondo. Non dovete cadere vittime delle attrazioni velenose dei lussi mondani o degli stratagemmi della bellezza seducente. Un giorno questi sensi ingannevoli svaniranno come una storia avvenuta in un sogno!

**Il vivere
autentico**

[8] L'istruzione e tutto quanto accade nella vita di un uomo per farlo crescere e diventare un pezzo grosso, non è di alcuna utilità al suo progresso spirituale, anzi ne causa solo la rovina. Ecco perché questo mondo creato è chiamato *Māyāprapañcha*, l'aggregato illusorio dei cinque elementi. La Verità, anche se è immersa nell'illusione, risplenderà ancor più luminosa perché questa è la sua natura. Com'è possibile affermare che il mondo oggettivo, che subisce mutamenti ad ogni istante, decade e si deteriora, che ha l'imprevedibilità dell'apparire e dello scomparire, sia Verità Eterna? La caratteristica di un aspirante spirituale è realizzare la Verità, non cercare l'irreale in un mondo evanescente. In questo mondo falso non ci può essere una

vita vera; ci può essere solo una vita irreali. Il vivere autentico consiste nel realizzare il Signore. Questo deve essere tenuto bene a mente dall'uomo, in ogni momento della sua vita.

La via consueta e la via della disciplina spirituale non sono uguali

Le caratteristiche di un aspirante

[9] L'aspirante spirituale deve saper distinguere tra il comportamento tipico dell'uomo comune e quello di chi è dedito alla disciplina. L'uomo normale non possiede sopportazione e forza d'animo, è dotato di egotismo e presunzione ed è pieno di desideri mondani attraverso i quali cerca di avere una vita soddisfacente. L'aspirante è colui che è impegnato nella contemplazione del Signore Supremo in modo incessante come incessanti sono le onde del mare; è colui che accumula il tesoro dell'equanimità e dell'amore uguale per tutti e che è soddisfatto al pensiero che tutto appartenga al Signore e nulla sia suo.

L'aspirante, a differenza dell'uomo comune, non si piegherà facilmente di fronte al dolore ed alla sconfitta, all'ira, all'odio o all'egoismo, alla fame, alla sete o alla volubilità. Egli deve saper controllare tutto ciò rigorosamente e procedere nella vita con forza d'animo, coraggio, gioia, pace, carità ed umiltà. Nel capire che la cura del corpo non è la cosa più importante, egli deve saper sopportare pazientemente persino la fame e la sete, ed essere costantemente impegnato nella contemplazione del Signore.

Litigare per ogni minima quisquilia, perdere le staffe, rattristarsi alla più piccola provocazione, adirarsi al minimo

insulto, preoccuparsi per la sete, la fame o la perdita di sonno non possono certo essere le caratteristiche di un aspirante.

Il riso allo stato naturale ed il riso cotto possono dirsi uguali? La durezza del riso al naturale non c'è più in quello cotto. Il chicco bollito è morbido, dolce e non fa male. Quello crudo è duro, presuntuoso e pieno di illusione. Entrambi i tipi si trovano tra i *Jñi* e gli uomini; quelli immersi nelle illusioni esteriori o *Avidyā Māyā* sono gli uomini, quelli immersi nelle illusioni interiori o *Vidyā Māyā* sono i *Sādhaka*, gli aspiranti. Dio non è immerso in nessuna di queste categorie ed è completamente libero. Chi non ha illusioni esterne diventa un aspirante e, quando è libero anche da quelle interne, può essere definito Divino ed il suo cuore diventa la residenza di Dio.

Si può concludere, quindi, che tutto è pervaso da Dio. Sebbene il Signore sia presente in tutti i cuori, la disciplina spirituale è necessaria affinché gli uomini possano scoprire da soli questa realtà.

Noi non riusciamo a vedere la nostra faccia ed abbiamo bisogno di uno specchio che ci mostri la sua immagine. Allo stesso modo un sentiero di base, un metodo disciplinare sono indispensabili per liberarci dai *Guna*.

Capitolo XII

Il raccolto dell'aspirante

I frutti della
ripetizione
del Nome

[1] A questo mondo non c'è austerità superiore alla forza d'animo, non c'è felicità maggiore dell'accontentarsi, merito più santo della misericordia, arma più efficace della pazienza.

I devoti devono considerare il corpo come il campo, le buone azioni come i semi e, con l'aiuto del cuore come contadino, devono coltivare il Nome del Signore al fine di ottenere il raccolto: il Signore stesso. Com'è possibile ottenere il raccolto senza coltivare? Come la panna nel latte, come il fuoco nel combustibile, il Signore è presente in ogni cosa; abbiate fede salda in questo. Com'è il latte, così è la panna; com'è il combustibile, così è il fuoco. Analogamente, com'è la pratica spirituale, così è la realizzazione.

Anche se la Liberazione non si consegue direttamente con la recitazione del Nome del Signore, quattro risultati appaiono evidenti a chi ne abbia fatto esperienza: 1) la

compagnia dei Grandi - 2) la Verità - 3) l'appagamento - 4) il controllo dei sensi. Attraverso una qualunque di queste vie, sia un capofamiglia, sia un eremita o un membro di qualsiasi altra classe, può raggiungere il Signore. Questo è certo.

Analisi di ogni atto

[2] L'uomo anela alla felicità materiale. Da un'analisi accurata si può rilevare che proprio questa è la malattia, e le sofferenze sono le medicine per curarla. Immerso nei piaceri del mondo, raramente sorge all'uomo il desiderio di raggiungere il Signore.

È necessario discernere ed analizzare ogni azione, poiché lo spirito di rinuncia nasce proprio da tale analisi; senza analisi difficilmente si ottiene la rinuncia.

L'avarizia è simile al comportamento di un cane e va quindi trasformata. L'ira è il nemico numero uno del *Sādhaka*. Vale quanto uno sputo e come tale va considerata. E la falsità? È ancor più disgustosa; con la falsità viene distrutta l'energia vitale: è come cibarsi di rifiuti. Rubare degrada la vita e rende il valore dell'inestimabile vita umana inferiore a quello di una monetina da un centesimo; è paragonabile al puzzo di carne putrescente.

Tutti i dolori svaniscono

[3] Cibo moderato, sonno moderato, amore puro, forza d'animo: queste sono le cose che vi aiuteranno a mantenere la salute del corpo e della mente. Chiunque, in qualsiasi condizione si trovi, se non si lascia abbattere e non nutre paura alcuna, se ricorda il Signore con fede incrollabile e senza altre motivazioni, vedrà svanire tutte le sofferenze e tutti i dolori. Il Signore non vi chiederà mai la casta cui appartenete o le usanze che tradizionalmente seguite.

La devozione non consiste nell'indossare la veste color

ocra, organizzare festività, celebrare riti sacrificali, radersi i capelli o tenerli intrecciati, portare un bastone o una brocca per l'acqua, eccetera. Mente, ego, intelletto puri, l'ininterrotta contemplazione di Dio qualsiasi cosa si faccia, il sentimento che tutto è creato dal Signore ed è quindi Uno, il distacco dagli oggetti dei sensi, l'abbracciare tutti con uguale amore, la dedizione alla sincerità: queste sono le vere caratteristiche della devozione.

**Recitazione
del Nome**

[4] Tra i vari tipi di devozione, la recitazione del Nome del Signore è la migliore. Nel *Kali Yuga*, il Nome è il sentiero per la salvezza. Jayadeva, Gouranga, Tyāgarāja, Thukaram, Kabir, Ramdas, tutti questi grandi devoti raggiunsero il Signore semplicemente per mezzo del Nome. Anche Prahlāda e Dhruva poterono gioire della visione, del tocco e della conversazione col Signore solo grazie al Nome.

Se il *Sādhaka* considererà il Nome del Signore come il respiro della sua stessa vita ed avrà fede totale nelle buone azioni e nei buoni pensieri, se svilupperà lo spirito di servizio e di amore equanime verso tutti, non potrà trovare sentiero migliore per conseguire la Liberazione.

Se invece uno se ne sta seduto in un cantuccio isolato a trattenere il respiro, come potrà superare le sue qualità innate? Come potrà verificare se le ha dominate?

La devozione di Ambarīsha e la condotta di Durvāsa segnarono la sorte di quest'ultimo: alla fine Durvāsa fu costretto a prostrarsi ai piedi di Ambarīsha.

Evitate anche di diventare come Thrishanku. Che voi possiate fare esperienza della Verità Eterna e raggiungere lo Stato vero!

Prima dare e poi ricevere

[5] Tutti sono inclini a commettere errori inconsapevolmente. Per quanto brillante e vivido sia, il fuoco sprigiona sempre un po' di fumo; così, in qualsiasi buona azione un uomo possa compiere ci sarà sempre una minuscola traccia di male. Occorre perciò fare ogni sforzo per assicurarsi che il male sia ridotto al minimo e che il bene prevalga; certo, nelle condizioni attuali, è possibile che non vi riusciate al primo tentativo.

Dovete pensare attentamente alle conseguenze di tutto quello che fate, dite o realizzate; dovete prima comportarvi con gli altri, amarli e rispettarli così come vorreste che essi si comportassero con voi: solo allora sarete rispettati. Se invece vi lamentate di non venire trattati adeguatamente senza però avere prima rispettato ed amato gli altri, le vostre lagnanze saranno del tutto inopportune.

Dare il buon esempio

[6] Se coloro che ammoniscono gli altri su quali siano i principi giusti, veri e buoni e su quale sia la condotta migliore, seguissero essi stessi le esortazioni che dispensano, non ci sarebbe bisogno di dare alcun consiglio. Gli altri apprenderebbero la lezione osservando semplicemente il loro comportamento. Se qualcuno recita il Vedānta come un pappagallo senza fare il minimo tentativo di metterlo in pratica, non solo raggira gli altri, ma ancor peggio inganna sé stesso.

Voi dovete essere come desiderate che gli altri siano. Non è appropriato per un aspirante cercare i difetti altrui e nascondere i propri. Se qualcuno vi indica i vostri errori, non discutete, non cercate di dimostrare che siete nel giusto e non provate rancore contro di lui. Ragionate sul perché di quell'errore e correggete la vostra condotta.

Voler trovare invece una giustificazione logica per soddisfare sé stessi o vendicarsi della persona che vi ha mostrato i vostri difetti non è certamente il comportamento adatto ad un aspirante o ad un devoto.

**Essere
sempre
gioiosi**

[7] L'aspirante deve sempre cercare ciò che è veritiero e gioioso ed evitare tutti i pensieri tristi e deprimenti. La depressione, il dubbio, la presunzione sono come *Rahu* e *Kethu*, i due pianeti malefici che creano impedimenti.

Quando la devozione si è consolidata, anche se questi sentimenti compaiono, possono essere facilmente eliminati; diversamente possono solo nuocere alla pratica spirituale.

La cosa migliore per l'aspirante è essere gioioso, sorridente ed entusiasta in ogni circostanza. Tale attitudine pura è ancor più desiderabile di *Bhakti* e di *Jñāna*. Chi l'ha ottenuta merita di raggiungere la Meta per primo. Questa qualità della gioia ininterrotta è frutto del bene compiuto nelle esistenze passate.

Se una persona è sempre preoccupata, depressa, dubbiosa non potrà mai ottenere la beatitudine, qualsiasi disciplina segua. Il primo compito del *Sādhaka* è coltivare l'entusiasmo da cui potrà trarre ogni gioia. Non inorgoglitevi se vi lodano e non deprimetevi se vi criticano; siate dei leoni spirituali, indifferenti ad entrambe le cose.

Dovete analizzare e correggere i vostri errori: questo è importante.

**Solo un
Nome ed
una Forma**

[8] Anche nelle questioni relative alla realizzazione di Dio bisogna essere meticolosi. Qualsiasi ostacolo incontriate, dovete continuare la vostra pratica spirituale senza interruzioni o modifiche. Non si deve cambiare continuamente

il Nome amato, adorato e prescelto per la recitazione. È impossibile ottenere la concentrazione se si cambia il Nome dopo pochi giorni, perché in tal caso la mente non può acquisire stabilità. Concentrarsi su un unico obiettivo è la meta di tutte le discipline; perciò bisogna evitare di adottare ed abbandonare in continuazione il Nome e la Forma del Signore: un solo Nome deve essere utilizzato durante la recitazione e la meditazione.

Inoltre bisogna essere fermamente convinti che tutti i Nomi e le Forme del Signore non sono altro che il Nome e la Forma che si contemplanò nella preghiera e nella meditazione. Quel Nome e quella Forma non devono far sorgere il minimo sentimento di antipatia o di disaffezione.

Il *Sādhaka* deve considerare temporanee e transitorie tutte le sconfitte, le sofferenze e le preoccupazioni terrene; deve comprendere che la recitazione del Nome e la meditazione servono solo a superare quei dolori e deve quindi tenere le due cose separate, senza mischiarle. Deve capire che sconfitte, sofferenze e preoccupazioni sono esteriori ed appartengono a questo mondo, mentre la preghiera e la meditazione sono interiori e fanno parte del regno dell'amore per il Signore. Quest'attitudine è definita devozione pura, mentre se il *Sādhaka* sceglie un Nome ed una Forma ma dopo qualche tempo li cambia, è detta impura.

Non è una colpa se questo avviene per ignoranza, ma se dopo aver fedelmente ripetuto e meditato su un Nome ed una Forma l'aspirante spirituale li cambia pur sapendo che è sbagliato e dannoso, questo è sicuramente un errore. Rimanere fedeli ad un Nome e ad una Forma è il maggior voto e la massima austerità.

**Pratica
costante e
regolare**

[9] Anche se i più anziani dovessero consigliarvelo, non abbandonate la via che la vostra mente approva; ma chi potrebbe suggerirvi di cambiare il Nome del Signore o di abbandonare il Nome che adorate? Chi dovesse farlo non può essere considerato savio, bensì stolto.

Per quanto possibile cercate di mantenere lo stesso luogo e lo stesso orario per la meditazione e la recitazione. In viaggio, per esempio, anche se è inevitabile cambiare il luogo, almeno l'orario dovrebbe restare inalterato. Anche se all'ora prestabilita ci si trova in treno, su un autobus o in qualche situazione sfavorevole, è bene richiamare alla mente almeno la meditazione e la recitazione che si era soliti praticare in solitudine a quell'ora. In tal modo, accumulando ricchezza spirituale, si può realizzare l'*Ātma*.

**Il dovere
primario**

[10] Ogni uomo deve vivere in modo da non infliggere sofferenza ad alcun essere vivente: questo è il suo dovere fondamentale. È anche dovere primario di tutti coloro che abbiano avuto l'opportunità della nascita umana conservare una parte delle loro energie per la preghiera, la recitazione del Nome del Signore, la meditazione, ecc. Devono inoltre dedicarsi ad una vita di Verità, Rettitudine e Pace, nonché compiere opere buone che siano di servizio al prossimo.

L'uomo deve aver tanto timore di nuocere agli altri o di compiere azioni peccaminose quanto di toccare il fuoco o di disturbare un cobra; di contro, deve avere tanto entusiasmo e determinazione nel compiere opere buone, nel rendere felici gli altri e nell'adorare il Signore quanto ne avrebbe nell'accumulare oro e ricchezze. Questo è il *Dharma* dell'uomo.

Quando il
Signore si
incarna

[11] È per rafforzare questo tipo di bontà che il Signore s'incarna in Forma umana.

Una domanda può sorgere: come si può rafforzare e sviluppare qualcosa se non esiste? In realtà queste qualità non sono inesistenti, esse sono presenti nell'uomo! Tuttavia quando esse decadono e sfioriscono, il Signore si incarna allo scopo di promuoverle e di provocare la caduta di quelle forze che operano in direzione opposta.

È per rendere chiaro questo proposito che durante il *Dvāpara Yuga*, mentre istruiva Arjuna, Śrī Krishna dichiarò:

*Paritrānāya sādhubānām
Vināshāya ca duṣkṛitām
Dharma-samsthāpanārthāya
Sambhavāmi yuge yuge.*

*Per la salvezza dei virtuosi,
per la distruzione dei malvagi
e per ristabilire il Dharma
Io mi incarno di era in era.*

(B.G. 4,8)

Ciò significa che tutte le Incarnazioni del Signore avvengono per la protezione e l'incoraggiamento dei *Sādhu*, i santi ed i virtuosi. Questa parola *Sādhu* non si riferisce ad alcuna particolare religione, casta, famiglia, stadio della vita, comunità, e neppure ad una singola specie come quella umana! Essa si riferisce a tutte le religioni, a tutti gli stadi della vita, a tutte le razze ed a tutte le creature.

Con ciò il Signore ha rivelato nella *Gītā* la Sua Mente Universale. È grazie a questo messaggio universale che la *Gītā* è diventata così essenziale e famosa. Śrī Krishna stesso ha dichiarato in numerose circostanze e luoghi che

Egli è il servitore premuroso dei Suoi devoti: il Suo accettare di diventare l'auriga di Arjuna ne è chiaro esempio.

Capitolo XIII

Contemplazione di Dio

I Santi di
ieri e di oggi

[1] Se la cultura dell'uomo comune porta all'elevazione, si può ben immaginare quanto più puro e santo sarà il carattere di chi s'impegna nelle pratiche spirituali e nell'incessante contemplazione di Dio! In ogni caso, per entrambi questi tipi di persone la qualità del carattere è il fattore fondamentale.

C'è una grande differenza tra i *Brahmanishthā* (chi è assorbito nella costante contemplazione di Dio) del passato e quelli di oggi. Come prima cosa è necessario capire la grandezza di un *Brahmanishthā*. È perché ciò non è stato compreso dagli uomini santi d'oggi, che miseria e povertà sono discese su noi. Nel passato questa grandezza veniva compresa ed i *Brahmanishthā* erano immersi nella santità.

Ci si può chiedere come mai simili sentimenti di santità non si manifestino anche oggi; essi non sono tuttavia scomparsi. Il combustibile è l'unico fattore che possa

incrementare o ridurre il fuoco, non ci sono altre cause; più combustibile, più luce! Ogni individuo possiede l'indiscusso diritto di alimentare il proprio fuoco, ed il fuoco ha connaturato in sé il potere di dare luce. Anche il fuoco dell'intelletto del praticante spirituale, quel fuoco che produce la luce della saggezza, deve essere costantemente alimentato col combustibile della rinuncia, della pace, della verità, della gentilezza, della tolleranza e del servizio altruistico. Più i *Sādhaka* vi si impegnano e più efficienti e luminosi possono diventare.

**Cuori senza
macchia**

[2] Solo alberi che crescono in suoli fertili possono dare buoni frutti; quelli che crescono su terreni salini produrranno poco. Analogamente, è solo nei cuori senza macchia che tali santi sentimenti, poteri e doni possono brillare in tutto il loro splendore. I *Brahmanishthā* di oggi praticano la stessa meditazione ed il medesimo *Pranava* (canto dell'OM) dei loro precursori; la sola differenza è che il loro autocontrollo è in netto calo. Da quando è diminuito il numero delle Grandi Anime che in luoghi solitari s'impegnano nella meditazione imperturbabile su Dio, numerose sofferenze sono discese sul mondo.

I *Brahmanishthā* moderni compromettono la loro stessa condizione ed accumulano difficoltà nel compimento della loro disciplina spirituale perché sprofondano nell'illusione, rendendosi schiavi di meschini riconoscimenti e lodi, impegnati come sono a rincorrere la gloria e ad espandere le istituzioni che hanno fondato.

Chi aspira ad essere un *Brahmanishthā* deve cercare la solitudine, praticare la meditazione e la recitazione del Nome con regolarità ed acquisire stabilità e costanza attraverso questi esercizi spirituali; deve essere sempre

ansioso di operare per il bene di tutte le creature e di impegnarsi nell'attività senza pensare ai frutti che ne deriveranno. È solo quando uomini simili compariranno sulla Terra che tutte le sofferenze avranno termine. Questo è il segno distintivo del *Krita Yuga*.

I 'grandi
uomini'
d'oggi

[3] Come nel mondo ci sono medici generosi che gestiscono istituzioni sanitarie per servire gli afflitti e per curare gli ammalati, così se ci fossero degli *āśram* gestiti da uomini santi, esperti nella cura della malattia della 'nascita e morte', la gente potrebbe essere guarita dalle affezioni dell'ignoranza, della falsità, dell'immoralità e dell'ostentazione di potere. L'ignoranza genera la malvagità e può essere curata solo con la medicina di *Brahmajñāna*, la Suprema Conoscenza di Dio, cui vanno aggiunte dosi supplementari di pace, forza d'animo e autocontrollo. I 'grandi uomini' d'oggi, invece di comportarsi così, elargiscono a chi li avvicina i rimedi che costoro richiedono e le medicine che più gradiscono! Essi diventano quindi degli strumenti nelle mani dei loro seguaci, ed al fine di acquisire notorietà e fama, si comportano come quei dottori che prendono ordini dai loro pazienti! I cosiddetti 'grandi' - a causa della loro debolezza e stupidità - cadono nella perdizione ancor prima di aver gustato la Beatitudine, diventando vittime della loro brama di celebrità! La ragione principale dell'attuale miseria è proprio questa. I *Sādhu* ed i 'grandi uomini' d'oggi non hanno capito questo fatto e non si comportano adeguatamente.

Pensare
sempre al
bene altrui

[4] La Sacra Essenza deve essere sperimentata e realizzata. I propri bisogni egoistici devono essere sacrificati e ci si deve sforzare di fare costantemente il bene del prossimo. Il desiderio che tutti devono nutrire è di voler contribuire alla

prosperità del mondo e, con il cuore colmo di questo sentimento, meditare sul Signore. Questa è la via giusta. Se i 'grandi' e coloro che ne hanno l'autorità s'impegnassero nel servire l'umanità e nel promuovere la felicità del mondo, i 'ladri' della passione, dell'odio, dell'orgoglio, dell'invidia, della gelosia e della presunzione non prenderebbero possesso della mente degli uomini. Le proprietà divine dell'uomo, come la rettitudine, la compassione, la verità, l'amore, la sapienza e la saggezza sarebbero così al sicuro.

La polizia ed i governanti possono sconfiggere solo i nemici esteriori, ma non hanno alcun potere su quelli interiori; il compito sarebbe impossibile e comunque essi non sono preposti a simile incarico. I nemici interiori, i sei nemici che operano all'interno dell'uomo, possono essere sradicati solo mediante gli insegnamenti dei buoni, l'Amore per Dio e la Conoscenza del Signore, nonché grazie alla compagnia dei santi e dei virtuosi.

I doveri
verso il
mondo

[5] Quando la polizia e le autorità responsabili della cattura dei malviventi si assoggettano a questi ultimi, il mondo soffre per mano dei malvagi; allo stesso modo, quando i *Brahmanishthā* ed i *Sādhu* abbandonano il sentiero o trascurano il bene del mondo, diventando vittime dei piaceri sensuali e dell'ambizione di acquisire fama e notorietà, il mondo viene avvolto dalla più oscura ignoranza ed il *Dharma* decade. Oggi sia le autorità politiche sia i *Brahmanishthā* ed i *Sādhu* sono proprio così come li abbiamo descritti, perciò le sofferenze dell'umanità aumentano ogni giorno di più. Il mondo intero avrà pace e gioia solo il giorno in cui queste due classi coltiveranno attitudini corrette e mediteranno sull'Onnipotenza del

Signore, avendo a cuore il bene di tutti.

Entrambe queste classi sono responsabili delle due condizioni umane: i capi spirituali devono prendersi cura dello stato interiore dell'uomo, ed i capi politici devono provvedere a quello esteriore. Se essi agiranno e governeranno in modo corretto, entrambe le condizioni saranno soddisfacenti e contribuiranno a creare felicità. La colpa dell'attuale sofferenza va quindi attribuita a queste due classi.

**La dichiara-
zione del
Signore**

[6] È in questi momenti che il Signore decide di donare felicità a tutti e di sopprimere l'ignoranza e l'ingiustizia. È per chiarire bene questo punto che il Signore ha dichiarato nella Gītā:

*Yadā yadā hi dharmasya
Glānir bhavati Bhārata
Abhyutthānam adharmasya
Tadā atmānam srijāmyaham*

*Ogni volta che il Dharma declina
e l'adharma solleva la testa,
Io torno a reincarnarmi,
oh Bhārata (Arjuna)!*

(B.G. 4,7)

**Potenza
delle
preghiere**

[7] In realtà, persino per l'avvento del Signore le preghiere degli uomini nobili e virtuosi servono come invito. Nel mondo esteriore, quando i cittadini hanno qualche necessità si rivolgono ai governanti e li informano dei loro bisogni. Allo stesso modo nella sfera interiore, quando non c'è la possibilità di acquisire devozione, carità, pace e verità, gli uomini grandi e buoni che desiderano tutto ciò pregano il Signore nei loro cuori. Allora, in risposta alle

loro preghiere, Egli stesso viene nel mondo ed elargisce loro la Sua Grazia. Questo fatto è ben noto a tutti. Rāma e Krishna non si incarnarono forse perché il Signore voleva esaudire le preghiere dei saggi? Molti lo hanno letto nel Mahābhārata e nel Bhāgavata.

Persino Rāmakrishna, pur essendo nato dal Divino, pregava la Divina Madre Kālī perché mandasse qualcuno che potesse insegnare il *Dharma* al mondo intero al fine di sradicare l'ingiustizia e l'egoismo, poiché egli non era in grado di farlo. Questo è noto a tutti coloro che hanno letto la sua biografia. Pertanto le preghiere devono essere continuamente offerte per ottenere la realizzazione della richiesta.

Nessuno deve disperarsi ed abbandonare le preghiere se queste non portano all'Avvento del Signore. Anche nel mondo esteriore quante volte occorre scrivere, darsi da fare e girare in lungo e in largo affinché le proprie pratiche siano evase, col rischio magari di non ottenere alcun risultato!

**Pregare è il
dovere di
tutti**

[8] Com'è possibile conoscere gli effetti dello struggimento dell'anima? Poiché non è possibile conoscerli, tutti devono pregare finché nel mondo non si sia stabilita la felicità. La felicità del mondo è il segno del Suo arrivo: se ciò è compreso, è facile riconoscere l'*Avatār*. Solo allora la religione della Verità, la religione della Compassione, della Saggezza e dell'Amore cresceranno e prospereranno. Finché queste non saranno ben radicate, gli uomini devono continuare a pregare: questo è il loro dovere.

La strada tracciata dai santi deve di tanto in tanto essere risistemata da chi la percorre o da chi ha l'autorità per

farlo. Questo è definito *Bodha*, insegnamento.

È per far eseguire queste riparazioni che il Signore a volte invia degli individui ‘autorizzati’, quali Saggi e Personalità Divine. Grazie ai loro buoni insegnamenti, il sentiero aperto nel passato dagli uomini di Dio è reso nuovamente riconoscibile ed agibile.

**Preghiera,
servizio,
amore**

[9] Quando la Volontà del Signore, le necessità dei *Sādhu* e gli insegnamenti dei Grandi producono il loro effetto combinato, la felicità del mondo è assicurata e tale rimarrà. Se tutta l’umanità pregasse all’unisono affinché le agitazioni, l’ingiustizia, il disordine e la falsità potessero trasformarsi in pace, verità, amore e servizio reciproco, le cose andrebbero sicuramente meglio. Non c’è altra via d’uscita. Preoccuparsi è inutile, ed in ogni caso non c’è motivo di disperarsi. È contrario all’essenziale natura dell’uomo addurre come pretesto la debolezza e la mancanza di forza. Perciò, senza stare a cercare altri mezzi, tutti devono praticare la preghiera, il servizio al prossimo, l’amore ed il rispetto reciproco senza ulteriori indugi; così avranno presto soddisfazione e gioia.

**Servizio
all’uomo è
servizio a
Dio**

[10] Si asserisce che il servizio all’uomo sia servizio a Dio; questa affermazione è vera, ma sebbene il servizio all’umanità sia santo, se non converge in un ideale più alto, gli uomini non ne trarranno beneficio per quanto grande sia il servizio stesso. La semplice ripetizione di un motto è inutile se il servizio è svolto senza fede nella divinità dell’uomo, con l’intento di acquisire notorietà e di beneficiare del frutto delle proprie azioni.

Se si ha sempre la contemplazione del Signore come

compagna e fede nell'essenziale divinità dell'uomo, allora l'affermazione che il servizio all'uomo è servizio a Dio sarà fondata. Se non si pensa a Lui, come può esserci il servizio a Dio? Simili chiacchiere sono pura esibizione ed Io non le approvo.

Qualsiasi cosa venga fatta col pensiero rivolto a Dio, seguendo la via della Verità e del *Dharma*, può essere definito servizio al Signore; ma quello che si compie allo scopo di acquisire notorietà o per goderne i frutti non può essere certo considerato servizio a Dio.

**Promuovere
il bene del
mondo**

[11] Chi è immerso nella contemplazione ininterrotta del Signore non ha bisogno di svolgere altri compiti; il semplice frutto della sua preghiera può santificare il mondo. Tuttavia solo alcuni possono comportarsi così; tutti gli altri devono sforzarsi di giungere a quello stadio purificando la mente e riducendo i desideri. I *Sādhu* che hanno già conseguito tale stato possono capire le cose da soli; gli altri non possono comprendere che il servizio reso all'uomo è servizio a Dio. Questo non significa che ci si possa tranquillamente adagiare. Comprenderlo dipende dal destino individuale, dalle azioni passate e dalla disciplina spirituale praticata. Finché questa comprensione non albeggia, meditate e recitate il Nome di Dio in modo che la mente si liberi dalle onde emotive e si colmi della Forma Divina.

Svolgete anche delle attività per il bene del prossimo, dedicate il vostro tempo al servizio del mondo, indipendentemente da qualsiasi risultato: in tal modo sarete benedetti. Altrimenti, anche se il corpo è inattivo, la mente sarà molto indaffarata ad agire per conto suo. Chi si comporta così cade vittima del *Karma* a dispetto del suo far niente!

Solo la
Saggezza
porta alla
Liberazione

[12] Quando un uomo fissa la sua mente sulla contemplazione di Dio e sul conseguimento della Verità, anche se il suo corpo ed i sensi compiono atti di servizio al mondo, queste azioni non avranno alcun effetto su di lui; infatti, pur agendo, pur compiendo del *Karma*, egli sarà il ‘*non-agente*’, non sarà soggetto alle conseguenze delle proprie azioni. La lezione della Bhagavad Gītā è centrata su questo insegnamento.

Il cuore di chi non si sforza di purificare la mente con pensieri santi è il luogo ideale dove prosperano il male e la malvagità. Questo deve essere tenuto ben presente da tutti coloro che aspirano alla salvezza, che cercano di conseguire costanza e stabilità e che sperano di assurgere alla grandezza.

Per realizzare la conoscenza dell’*Ātma* la casta non conta, non serve farsi monaco, non servono i rituali né l’erudizione conseguita con lo studio delle Scritture. L’unica regola che conta è essere un *Brahmanishthā*. È proprio questo che viene enfatizzato anche nel detto *Upanishadico*:

*Soltanto Jñāna determina la Liberazione,
non lo stadio della vita o la filosofia.*

Per stabilirsi nella contemplazione del Signore Onnipresente non ci sono limitazioni di spazio o di tempo. Non esiste qualcosa come un luogo santo o un’ora speciale per farlo. Ovunque la mente gioisca nella contemplazione del Divino, quello è il luogo santo! In qualsiasi momento si desideri farlo, quello è il momento fausto! Si deve meditare sul Signore senza indugio! Per questo già in passato è stato proclamato:

*Per meditare su Dio non c'è un'ora fissa o un luogo prestabilito.
Quando e dove la mente desidera farlo,
quello è il luogo e l'ora giusta.*

Il mondo può raggiungere la prosperità grazie a quelle anime disciplinate i cui cuori sono puri e che rappresentano il sale della Terra. Da questo preciso istante tutti devono pregare per la venuta di uomini simili, devono cercare di meritare la benedizione dei Grandi e dimenticare le sofferenze momentanee, sforzandosi di promuovere il bene del mondo.



Glossario di termini sanscriti

- Adharma** Mancato rispetto del Dharma; ingiustizia, iniquità; antitesi della rettitudine.
- Advaita** Filosofia della non-dualità, dell'unicità della Creazione con il Creatore. La dottrina monistica dell'Unità del Creato afferma che energia, materia, tempo, spazio, universo, ecc., sono il Brahman (l'Assoluto) visto attraverso il velo di Māyā (Illusione), poiché solo l'UNO esiste senza il 'secondo'.
- Ambarīsha** Un fedele devoto di Vishnu, noto per la storia del suo confronto con Durvāsa.
Durvāsa, integralista della formalità rituale vedica e famoso per la sua irascibilità, era un saggio in possesso di grandi poteri per concessione di Brahmā.
Ambarīsha si era impegnato ad eseguire un voto che prevedeva, per un certo periodo, di assumere entro mezzogiorno il cibo e l'acqua consacrati durante una cerimonia di adorazione di Vishnu. Con l'intenzione di

metterlo deliberatamente in difficoltà, Durvāsa si recò da lui come suo ospite e fu invitato a pranzo. Prima del pranzo egli andò al fiume per le abluzioni e, di proposito, fece ritorno solo a mezzogiorno passato. Ambarīsha, nel dilemma tra rispettare l'ospite attendendolo per il pranzo e contravvenire al voto ritardando l'assunzione del cibo, scelse di bere una sola goccia d'acqua entro il mezzogiorno. Durvāsa arrivò dopo le abluzioni, lo accusò di avergli mancato di rispetto e scagliò contro di lui una maledizione. A protezione di Ambarīsha, Vishnu lanciò contro Durvāsa il Suo disco. Durvāsa fuggì ovunque, sempre inseguito dall'arma; chiese soccorso a Brahmā che rifiutò e gli disse di rivolgersi a Vishnu perché era quest'ultimo ad essere stato offeso. Come condizione per la salvezza, Vishnu lo costrinse - per fare ammenda della sua malizia - a prostrarsi ai piedi del Suo devoto Ambarīsha.

- Antahkarana** Lo strumento interiore comprendente **manas**, la mente pensante - **citta**, la coscienza - **buddhi**, l'intelletto che capisce e discrimina - **ahamkāram**, il principio egoico.
- Antaryāmin** Il Residente, l'Animatore interiore; l'Ātma, il Sé presente nell'individuo.
- Ātma** Il Sé, ovvero il Principio Divino autocosciente, eterno, puro, beato, immutabile che sostiene l'esistenza fenomenica di Prakriti e di ogni essere e ne costituisce l'essenza; manifesto come **Jīva** negli individui e come **Paramātmā** nell'Universo intero.
- Bhārat** Nome tradizionale dell'India, derivato da **Bhagavān** (Dio) e **Rati** (attaccamento).

Bhāratīya	Cittadino di Bhārat.
Brahman	L'Assoluto, Dio. L'Essere Supremo ed Uno non manifesto e privo di nome, forma, qualità ed attributi, ma nel contempo anche manifesto in tutte le forme apparenti nella Creazione, presente in tutti gli esseri animati ed inanimati come loro unica Realtà eterna, indicata con il termine Ātma. Nella Sua volontà di manifestazione è Īshvara, il Signore, che si esprime negli aspetti di creazione, conservazione e distruzione operanti nell'Universo ed identificati con Brahmā, Vishnu e Shiva, che rappresentano la Divinità in senso personale, Dio a cui rivolgere preghiere e suppliche, mentre il Brahman, l'Assoluto Senza Forma, è l'« <i>Io Sono</i> » di ogni essere.
Bramino	Un appartenente alla prima delle quattro caste Indù, quella dei sacerdoti. Colui che si è fissato nella contemplazione di Dio ed aiuta gli altri nel progresso spirituale e morale.
Brahman- ishthā	Chi è intento ed assorbito nella costante contemplazione del Brahman.
Brahmarishi	Veggente, conoscitore del Brahman.
Buddha	Nome del realizzato Siddhārta Gautama, principe vissuto tra il settimo ed il sesto secolo a.C. Ricercatore spirituale estraneo alle scuole ortodosse del Suo tempo, conseguì l'illuminazione seguendo una propria via di meditazione e si dedicò all'insegnamento, dal quale nacque la corrente di pensiero del Buddismo.
Darshan	Il vedere la Forma del Signore e riceverne la benedizione.
Dharma	Legge divina fondamentale, rettitudine, moralità, giustizia. Anche: la propria strada, quella da percorrere

nel Dharma, il proprio dovere nella vita.

Sahaja Dharma – il Dharma naturale, intrinseco alla natura dell'uomo.

Sanāthana Dharma – il Dharma eterno, fondamentale, universale.

Svadharmā – il Dharma specifico, relativo alla condizione del particolare individuo.

- Dhyāna** Meditazione, al di là della contemplazione della Forma attribuita alla Divinità.
- Dvaita** Filosofia del dualismo, della dualità esistente fra il Creatore e la Creazione. Essa asserisce che il Signore Supremo e l'individuo sono differenti l'uno dall'altro e che i 'due' esisteranno sempre.
- Dvāpara Yuga** Il terzo dei quattro Yuga o ere, comprendente un periodo di 864.000 anni. Lasciando la propria forma umana, Krishna pose fine al Dvāpara, o era del bronzo, dando inizio all'attuale Kali Yuga.
- Guna** Le tre qualità fondamentali della Natura: Sattva, Rajas e Tamas che determinano le proprietà delle cose create.
Sattva: puro, buono, nobile, spirituale, calmo.
Rajas: passionale, agitato, attivo, mondano.
Tamas: inerte, ottuso, oscuro, ignorante.
- Jīva, Jīvātma** Il Sé nella sua associazione col corpo, al quale dà vita. L'Ātma assume un limite alla Consapevolezza, limite inerente a tale condizione, assoggettandosi all'ignoranza e subendo l'illusione di Māyā. Il Jīvātma è l'Ātma che risiede nel Jīvi, nel senso che assume nome e forma specifici nel singolo individuo. La Realtà dell'Ātma non viene tuttavia alterata ed il Sé rimane sempre Uno ed Unico.

Jīvi	Individuo, associazione individualizzata dell'Ātma ad un corpo, nome e forma specifici.
Jñāna	Conoscenza suprema della Verità assoluta della propria identità ultima col Brahman e con l'intera Creazione, Sua forma assunta.
Kali Yuga	Età del ferro o delle tenebre. Questo quarto Yuga, l'era attuale in cui viviamo, copre un periodo di 432.000 anni.
Karma	Attività, azione, nonché le impressioni create nella mente dalla stessa. Sancita karma – le impressioni del passato che daranno frutti nelle vite future. Prārabdha karma – le impressioni del passato che danno i frutti nella vita presente. Āgami karma – le impressioni della vita presente che daranno i frutti nel futuro.
Kathopanishad Kenopanishad	Nome di due delle Upanishad più note. Le Upanishad sono una raccolta di testi sacri che costituiscono l'essenza o il finale dei Veda.
Kaurava	Appartenente alla stirpe dei Kuru; i cento figli del re Dhritarāshtra, cugini e nemici dei Pāndava.
Krishna	Avatār o Incarnazione Divina del Dvāpara Yuga, vissuto circa 5000 anni or sono, così chiamato per la Sua carnagione scura. La grandiosa Manifestazione Divina della Sua vita terrena fu palese fin dalla prima infanzia. I Suoi insegnamenti di rivelazione racchiusi nella Bhagavad Gītā costituiscono l'apice della filosofia spirituale di tutti i tempi.
Kshatriya	Un appartenente alla seconda delle quattro caste, quella dei governanti, dei militari, dei giudici e dei politici.

Kuntī	Madre di tre dei cinque fratelli detti Pāndava.
Māyā	L'illusione che regna nella creazione, la molteplicità delle cui forme si mostra come vera e riveste e cela la Realtà Unica (Satya) dell'Assoluto senza forma; l'ignoranza fondamentale di chi la ritiene Verità. Antitesi alla Realtà. Vidyāmāyā : lo stato di illusione in cui si trova chi sia alla ricerca della Verità; è correlato al sattvaguna ed infine si risolve nella beatitudine. Avidyāmāyā : lo stato di illusione in cui si trova chi non sia alla ricerca della Verità e si immerga in esso considerandolo l'unico vero; è correlato al rajoguna e ne deriva il dolore.
Moksha	Liberazione dai legami dell'ignoranza, emancipazione dall'illusione della visione duale.
Mukti	Sinonimo di Moksha.
Nirguna	Senza forma, privo di qualità o attributi. L'aspetto informale di Dio.
Pāndava	I cinque fratelli nominalmente figli di Pāndu, principe della dinastia dei Kuru. Pāndu era soggetto alla maledizione di morire durante il primo rapporto sessuale. Per desiderio di avere dei figli, indusse le due mogli ad avere rapporti con delle entità divine evocate magicamente. Da sua moglie Kuntī nacquero Yudhishtira (da Yama, il Signore del Dharma e della Morte), Bhīma (da Vāyu, dio del vento), Arjuna (da Indra, re degli dei); Nakula e Sahadeva nacquero dall'altra moglie Mādrī e dai gemelli divini Ashvin.
Paramātman	Il Sé Supremo, l'Ātma Universale, Uno ed identico all'Ātma manifesto individualmente nell'uomo.

Prahlāda	Il devoto e virtuoso figlio del tirannico sovrano Hiranyakashipu; Dio stesso, nell'Incarnazione dell'Avatār Narasimha, lo salvò dalle violenze del padre.
Prakriti	La Natura, la materia primordiale e tutti i suoi evoluti che costituiscono la Creazione. La sua condizione intrinseca è di evoluzione incessante, di divenire continuo. Insufficiente a sé stessa, è vivificata dal Purusha senza il quale sarebbe inerte. apara Prakriti: Natura inferiore, comprendente tutto quanto c'è di grossolano e di sottile nella Creazione. para Prakriti: Natura superiore, costituita dalla Consapevolezza Universale o Chaitanya.
Pranava	Il suono primordiale, origine della Creazione. La sacra sillaba OM .
Prema	Amore Divino, Amore per tutti gli esseri, puro, senza attaccamento, incondizionato, inesauribile, universale.
Purāna	Antico, primordiale. Antiche scritture che espongono storie e leggende delle manifestazioni divine in varie forme sia nella creazione sia nella vita degli uomini.
Rāma	Il settimo Avatār, o Incarnazione Divina dell'era del Tretā Yuga. Gli venne dato il nome di Rāmachandra per il Suo splendido aspetto simile a quello della luna, e fu chiamato Incarnazione del Dharma per la Sua rigorosa aderenza alla giustizia ed alla rettitudine.
Rāmakrishna	Santo, Realizzato nato nello stato Indiano del Bengala nel 1836. Era molto devoto alla Madre Divina, della quale aveva continua visione.
Sādhaka	Il ricercatore spirituale che pratica con determinazione una Sādhanā.

Sādhanā	La disciplina spirituale, di cui esistono molte varietà.
Saguna	Dotato di qualità o attributi. Dio nel Suo aspetto formale, dotato di forma.
Samsāra	Il flusso incessante del divenire nel quale si colloca l'esistenza fenomenica del mondo nonché la vita e la morte degli esseri. La sua legge di continuo mutare lo rivela come 'asat', non ultimamente vero, diverso dalla Realtà. La sua non-verità è teatro del dolore.
Sanātana Sārathi	Indicativo di Krishna: 'Eterno Auriga' con riferimento al ruolo svolto nella battaglia del Kurukshetra ed alla eternità del suo insegnamento nella Gītā. Nome del periodico mensile pubblicato a Prashānti Nilayam, l'Āshram di Bhagavān Śrī Sathya Sai Baba.
Satkarma	Azione buona e virtuosa, eseguita con Verità, Rettitudine, Pace ed Amore, compiuta senza fini egoistici, nel rispetto di Dio e nel timore del peccato.
Shankar- āchārya	Divulgatore della filosofia Advaita e letterato commentatore delle Upanishad, vissuto nel 7° secolo d.C.
Shiva	Dio nel Suo aspetto distruttore e rinnovatore. Insieme a Brahmā (aspetto creatore) e Vishnu (aspetto conservatore) forma la Trimūrti, la Triade induista.
Shūdra	Un appartenente all'ultima delle quattro caste indù, quella dei lavoratori e dei braccianti. Colui che pone le fondamenta del benessere umano con attività di servizio e che fornisce forza e vigore.
Tapas	Penitenza, austerità, ascetismo.

- Tretā Yuga** Era dell'argento, il secondo dei quattro Yuga che comprende un periodo di 1.296.000 anni.
- Thrishanku** Un re che, con l'aiuto di un sacerdote troppo disinvolto, intraprese un rito speciale per elevarsi al cielo; il rito fu di esecuzione ineccepibile, ma egli non possedeva la necessaria purezza. Come risultato non poté salire al cielo né tornare sulla terra, e rimase perciò sospeso a metà.
- Upanishad** Testi sacri che costituiscono il Vedānta, l'essenza o il finale dei Veda e rappresentano il cuore della filosofia Vedantica.
Letteralmente significa: 'Sedersi ai piedi' di un Maestro, dal quale il discepolo riceve la Conoscenza. Inoltre significa 'Ciò che conduce alla Conoscenza del Signore Supremo e scaccia la paura del Samsāra, il ciclo delle nascite e delle morti'.
- Vāhinī** Fiume, corrente.
- Vālmīki** Inizialmente era un ladro ed assassino, ma dopo l'incontro con dei Saggi venne trasformato in un grandissimo devoto e poeta; fu l'autore del Rāmāyana, il poema epico che narra la vita di Rāma.
- Veda** Le Sacre scritture di rivelazione tramandate dagli antichi saggi veggenti dell'India e riordinate da Vyāsa nelle quattro raccolte **Rig, Sāma, Yajur e Atharva Veda.**
- Vānaprastha** Lo stato di colui che abbandona tutti gli agi del mondo e si ritira ad una vita di rinuncia e meditazione.
- Vishishta ādvaita** Non-dualismo speciale, la dottrina della non-dualità differenziata, dell'Uno avente il secondo come sua parte integrale. È detta anche filosofia del monismo qualificato.

- Vivekānanda** (1862–1902) Discepolo del famoso realizzato Rāmakrishna; fu attivo nel servizio sociale e nella diffusione della spiritualità anche in Occidente.
- Yajña** Sacrificio rituale, rito propiziatorio da eseguirsi secondo procedure che sono prescritte dalle Scritture, volto ad ottenere il favore delle divinità alle quali è offerto. In termini interiori, può indicare i diversi atti di sacrificio orientati al progresso spirituale; il sacrificio della propria individualità.
- Yama** Il nome del Dio della Morte.
- Yama** La disciplina del controllo dei sensi interni, della virtù; la prima delle otto discipline dello Yoga secondo Patañjali.
- Yoga** Unione; la disciplina per conseguire l'unione del Jīvātma col Paramātma, ovvero per conseguire la consapevolezza dell'identità dell'individuo con il Divino. La scienza del controllo delle agitazioni della mente, cioè delle perturbazioni nella coscienza.
- Yuga** Era, o periodo cosmico. Ciclicamente si ripetono in sequenza il **Krita Yuga** o età dell'oro, il **Tretā Yuga** o età dell'argento, il **Dvāpara Yuga** o età del bronzo, il **Kali Yuga** o età del ferro.

Indice

Nota sulla traduzione		7
Prefazione di N. Kasturi		9
Capitolo I	Le nobili qualità per il cammino dell'aspirante	11
Capitolo II	La vera natura della vita umana	19
Capitolo III	I doveri della vita	25
Capitolo IV	Gli aspiranti sulla via della devozione	33
Capitolo V	La vita è un viaggio determinato dai <i>samskāra</i> , le tendenze ed impressioni subconscie	45
Capitolo VI	Il <i>Sanātana Dharma</i> è la Madre Divina dell'Umanità	53
Capitolo VII	L'Animatore Interiore di tutti gli esseri è Uno ed Unico	61
Capitolo VIII	I semi dai quali germoglia la devozione	67
Capitolo IX	<i>Mānava</i> e <i>Dānava</i> , Uomini e Demoni – la differenza è nel carattere	77
Capitolo X	<i>Vānaprastha</i> , il terzo stadio della vita	85
Capitolo XI	Il sentiero per raggiungere la Presenza Divina	93
Capitolo XII	Il raccolto dell'aspirante	101
Capitolo XIII	Contemplazione di Dio	111
Glossario		123

