

Discorso Divino  
Bhagavân Shrî Sathya Sai Baba  
04 luglio 1996

## **L'Amore è la più grande forza unificatrice**

“Qual è l'utilità di tutte le pratiche spirituali senza il controllo dei sensi?  
A che serve fare yoga senza pazienza?  
Qual è l'utilità di eseguire japa (la recitazione del Nome di Dio) senza la pace interiore?  
Tutto ciò è inutile al pari dell'aratura di un campo arido.”

Considerate ogni lavoro come lavoro di Dio

Studenti!

In questo mondo è possibile realizzare qualunque compito con l'impegno adeguato. Al fine di ottenere il successo in ogni campo d'attività, occorre fare lo sforzo necessario. Anche una formichina, se s'impegna, può percorrere miglia senza fermarsi; per contro, un'aquila che non s'impegna non riesce a muovere neppure un passo. L'uomo non è in grado di eseguire neanche un piccolo compito se non ha la volontà di farlo o se non s'impegna nella direzione giusta.

### **Fate dell'amore il fondamento di tutte le attività spirituali**

Con la sua potente forza di volontà, Dhruva ottenne la visione di Dio già in tenera età eseguendo dure penitenze e superando tutte le difficoltà e le sofferenze con coraggio e fermezza; fu grazie alla sua potente forza di volontà che ottenne l'immortalità e divenne la brillante stella polare. Allo stesso modo, qualunque persona può ottenere il successo se compie azioni avendo piena fiducia in sé a prescindere dall'età, dalla forza o dalla capacità. Avrete sicuramente udito le storie della vita di molti grandi saggi che, nonostante le dure penitenze di anni e anni, alla fine dovettero affrontare frustrazione e delusione perché mancavano di pazienza. Al riguardo, è esemplare il caso di Vishvâmitra che perse tutta la propria forza derivante dalla penitenza perché mancava di pazienza e di controllo dei sensi, per cui dovette riprendere le penitenze dall'inizio.

Lo sforzo personale è fondamentale in ogni campo d'attività.

Con la pratica, l'interpretazione del raga<sup>1</sup> diventa sempre più melodiosa. Anche il frutto del nîm<sup>2</sup> ha un sapore più dolce se lo si mastica a lungo.

È grazie allo strenuo impegno e alla pratica intensa che i ragazzi riescono a cantare i bhajan in modo melodioso.

Il saggio Durvâsa, sebbene facesse grandi penitenze, mancava di autocontrollo. Era pieno di rabbia e assolutamente privo di pace interiore; ecco perché non riuscì a raggiungere uno stato elevato. Nonostante si fosse sottoposto a intense penitenze e avesse ottenuto grandi poteri, perse tutto a causa della mancanza di pace interiore; assieme a essa, si dovrebbe possedere anche la pazienza che è come l'occhio stesso dell'uomo.

La pazienza è verità, la pazienza è rettitudine,  
la pazienza è l'insegnamento dei Veda,  
la pazienza è non violenza, la pazienza è sacrificio,  
la pazienza conferisce felicità e beatitudine divina.  
In effetti, essa è ogni cosa in tutti i mondi.

L'amore è la vita stessa di tutte le pratiche spirituali; senza amore non può esserci vita. Dovete fare lo sforzo di comprendere il Principio dell'Amore e renderlo parte della vostra vita. Il ragazzo che ha parlato prima ha detto: "La vita è amore, gioiscine; la vita è un sogno, realizzalo." Ma che cos'è un sogno? L'intera vita umana è un sogno. Ora è giorno, siete seduti qui ad ascoltare il Discorso di Swami e pensate che non si tratti di un sogno perché vedete con i vostri occhi ciò che accade, lo sentite con le vostre orecchie, ci riflettete con la vostra mente e lo sperimentate nel vostro cuore. Pensate di vivere direttamente tutto questo, ma quanto durerà quest'esperienza? Di notte, quando andrete a dormire dopo cena, l'esperienza svanirà. Analogamente, in sogno, voi sperimentate gioia e dolore; quanto dura però quest'esperienza di dolore e gioia? Dura per il tempo del sogno: appena siete svegli, tutte le vostre esperienze oniriche diventano irreali. I sogni notturni non esistono durante il giorno. Allo stesso modo, nel sonno, non ricordate le esperienze fatte di giorno. Ecco dunque che ci sono un sogno notturno e uno diurno. I sogni diurni non esistono nel sogno notturno e i sogni notturni non esistono in quello diurno, ma voi siete presenti in entrambi; per questo siete onnipresenti. Poiché tanto le esperienze diurne quanto quelle notturne sono soltanto un sogno, si dice che la vita è un sogno. Dovete comprendere appieno tale affermazione: questa è autentica religione. Religione significa comprendere profondamente; comprendere la verità è vera religione. In ogni cosa

l'amore è importantissimo. Senza pistole, spade o altre armi, i rishi fanno penitenza in foreste impenetrabili dove bestie feroci si aggirano liberamente; rishi e bestie feroci convivono in armonia: essi non hanno paura delle bestie e queste non li temono. Qual è la ragione? La ragione è che i rishi sono pieni d'amore e, per questo, anche le bestie selvagge si trasformano in animali mansueti. Ne consegue che, qualunque sia la compagnia che frequentate, l'effetto su di voi sarà quello corrispondente alla tipologia degli amici. Ecco perché si dice: "Dimmi con chi vai e ti dirò chi sei." Quando frequentate una buona compagnia, assimilate qualità buone. In ogni cosa l'amore è importantissimo. L'Amore è la forma di Dio. Vivete nell'Amore.

### **Svolgete tutte le azioni per compiacere Dio**

In Italia viveva uno straordinario violinista che si chiamava Antonio. Egli si era guadagnato grande fama come costruttore di violini, ma impiegava un anno per farne uno. Gli amici gli dicevano: "Antonio, tu sei un capofamiglia; se in un anno costruisci un violino solo, quanto ne ricavi? Come soddisfi i bisogni della tua famiglia? Come puoi condurre una vita felice?" Allora Antonio rispondeva: "Amici miei! Dio è la manifestazione della perfezione, per cui anche un piccolo compito eseguito dall'uomo dovrebbe essere perfetto; solo così si può compiacere Dio. Io non costruisco violini soltanto per l'interesse della mia famiglia o per il piacere personale; li costruisco per far piacere a Lui che è la quintessenza della perfezione." Qualunque lavoro l'uomo intraprenda, dovrebbe farlo per compiacere Dio.

*Sarva karma bhagavad prîtyartham*

Fate tutte le azioni per compiacere Dio.

Svolgere pratiche spirituali senza la pace interiore non è di alcuna utilità; analogamente, se vi manca la tolleranza, qualunque pratica yogica intraprendiate sarà mero esercizio fisico e non vi conferirà la pace della mente. Se vi mancano la pace interiore e l'appagamento, il japa che fate diverrà semplicemente artificiale e non soddisferà il Signore. Ogni cosa che fate, dovrete farla per compiacere Dio. Anche un compito piccolo è sufficiente se piace a Lui; Egli vede la qualità, non la quantità. Un solo cucchiaino di latte di mucca è migliore di un barile di latte d'asina. Sedendo in meditazione per un'ora, voi pensate di fare una grande sâdhanâ, ma per quanto tempo la mente rimane ferma durante quest'ora di meditazione? Se la mente non sta ferma neppure un secondo, a che serve sprecare il tempo in questo modo? Considerate qualunque lavoro facciate come opera di Dio; questo è il sentiero più giusto e più facile. Perché assoggettarsi a tanta fatica abbandonando il cammino facile? Anche le faccende di casa sono lavoro di Dio. Come possiamo affermarlo? Dio è l'abitante del vostro cuore ed è soltanto per la presenza di Dio al vostro interno che riuscite a compiere tutte le azioni. Gli occhi possono vedere e le orecchie possono sentire solamente grazie al potere di Dio che è in voi; infatti tutti gli organi di senso sono governati dalla Forza Divina. Perciò, qualunque lavoro svolgiate con qualunque organo di senso è in realtà svolto da Dio e per Dio. Per la soddisfazione di chi voi eseguite un compito particolare? Potreste dire che lo svolgete

per vostra soddisfazione, ma “voi” a che cosa si riferisce? Siete forse il corpo? No. Potreste forse dire: “Questo è il mio corpo” se foste il corpo? Potete dire: “Questa è la mia mente” se pensate di essere la mente? A chi si riferiscono “mio”, “mia” quando usate i termini “il mio corpo”, “la mia mente”? Voi non siete il corpo né siete la mente: siete colui che li possiede e li usa. Corpo, mente e sensi sono semplici strumenti ed è Dio, nella forma di Consapevolezza Atmica, che li fa funzionare. Tale consapevolezza è presente in tutti: non c’è nessuno a questo mondo che sia privo di consapevolezza. Perciò Dio è presente in tutti sotto forma di consapevolezza.

*Îshâvâsyam idam jagat*

L’intero mondo è permeato di Dio.

L’intero mondo è la manifestazione di Dio.

*Îshvara sarva bhûtânâm*

Dio è l’Abitante interiore di tutti gli esseri.

Se chiedete: “In chi risiede Dio?”, la risposta è: “Egli risiede in tutti”; allora, perché non è visibile? Forse tutti voi sapete che esistono molti tipi di rosari, come il tulasî mâlâ, il rudrâksha mâlâ e lo sphatika mâlâ (rosari fatti con semi di basilico, di rudrâksha<sup>3</sup> e con grani di cristallo). Il filo è lo stesso in tutti i rosari, ma può essere visto solo nello sphatika mâlâ e non nel tulasî mâlâ e nel rudrâksha mâlâ. Allo stesso modo, Dio è presente in tutti come Brahma Sûtra (Principio di Brahman), ma può essere visto solo in quei cuori che sono puri e trasparenti come sphatika. Quindi, per vedere Dio, dovete rendere puro il vostro cuore. Solo quelli che hanno un cuore puro possono raggiungerLo.

### **Liberatevi del desiderio, dell’ira e dell’avidità**

L’uomo compie molte pratiche spirituali come japa e dhyâna (ripetizione del Nome e meditazione), esegue anche le âsana (posizioni) dello yoga ed esercizi fisici, ma a che serve tutto questo se non si è capaci di eliminare le cattive qualità, i pensieri malvagi e la mentalità gretta? Il Râmâyana, il Mahâbhârata e il Bhâgavatam sono le principali fonti d’insegnamento per il genere umano. Che cosa insegnano? Insegnano che l’uomo non dovrebbe albergare le qualità malvagie del desiderio, dell’ira e dell’avidità (kâma, krodha e lobha). La cattiva qualità di kâma, posseduta da Râvana, fu la causa che dette origine alla storia del Râmâyana; analogamente, la rabbia di Hiranyakashipu fu la radice del Bhagavatam e l’avidità di Duryodhana la causa del Mahâbhârata. Per rabbia e odio nei confronti di Dio, Hiranyakashipu smarrì la capacità di discriminare e perse tutto. Per avidità, Duryodhana non era disposto a dare ai Pândava neppure una quantità di terra pari alla punta di un ago. Quale fu il loro destino finale? Che cosa ottenne Râvana alla fine? Sebbene fosse dotato di ogni potere, perse il regno e l’intero clan perché divenne vittima di kâma. Hiranyakashipu, che nutriva rabbia nei confronti

di Hari, perse la capacità di discriminare e, senza neanche una traccia di gentilezza e compassione, sottopose il figlio a sofferenze indicibili. Che cosa gli accadde infine? Egli era dotato di tutti i poteri e riusciva addirittura a controllare i cinque elementi, eppure si guadagnò una cattiva fama e si rovinò proprio a causa della sua collera. Quale fu l'utilità di aver acquisito tanti poteri? Alla fine non ottenne nulla. A causa dell'avidità, Duryodhana subì una sconfitta devastante e perse tutti i fratelli. Egli nutriva odio nei confronti dei Pândava, che erano l'incarnazione stessa del Dharma, e fingeva di avere fede in Krishna senza che così fosse. Aveva addirittura sviluppato odio nei confronti di Krishna perché Egli sosteneva i retti Pândava. Râvana, Hiranyakashipu e Duryodhana provavano un sentimento di odio verso Dio. Le porte della liberazione sono sempre chiuse per chi ha in sé qualità cattive; esse sono il più grande ostacolo sul sentiero di Moksha. Che cos'è Moksha? È raggiungere Kailâsa o il Vaikuntha o lo Svarga (paradiso)? Moha kshaya è Moksha, cioè l'abbandono degli attaccamenti è Liberazione. La graduale riduzione degli attaccamenti è ciò che porta alla Liberazione.

Una volta Nârada chiese al Signore Vishnu: "Vengo sempre per il Tuo darshan, ovunque Tu sia, ma talvolta c'è un'emergenza e ho bisogno di incontrarTi per un lavoro urgente. Vorrei sapere dov'è la Tua sede principale in modo che, in una tale situazione, io possa venire da Te immediatamente e trasmettere il messaggio. È Vaikuntha, Kailâsa o Svarga?" Vishnu rispose: "Nârada! Scriviti il mio indirizzo. Io risiedo dove i Miei devoti cantano le Mie Glorie, Nârada (Madbhaktâ yatra gâyanti tatra tishthâmi nârada). Vaikuntha, Kailâsa e Svarga sono solo le Mie sedi distaccate, ma ovunque il Mio amato devoto canti la Mia gloria, là mi stabilisco in modo permanente. Quella è la Mia sede principale; in tutti gli altri posti, lo sono come una statua da portare in processione (utsava vighraha); essi sono i Miei luoghi di residenza temporanea. Tu mi troverai insediato in modo permanente ovunque i Miei devoti cantino la Mia gloria." Dio è residente in ogni cuore; perciò non ingannatevi pensando di essere dei semplici mortali: tutti voi siete l'incarnazione di Dio. Voi credete di essere semplici mortali e guardate alle differenze basate sul nome e sulla forma a causa dell'attaccamento al corpo fisico composto dei cinque elementi. Dimenticate tutte le differenze di nome e forma e realizzate la Verità; meditate sull'eterno Principio della Divinità senza sprecare la vita perseguendo attività banali, materiali e terrene.

### **L'amore è l'ornamento del devoto**

Dio è l'Amore personificato. Ogni cosa è la manifestazione del Suo Amore. Chi ha la forma ha gli attributi, mentre Dio non ha forma, per cui non ha attributi.

L'Amore è Dio, Dio è Amore.

L'Amore non ha forma. L'Amore è Amore, ecco tutto. L'oceano ha un limite alla sua estensione, il cielo ha un limite, ma l'Amore non ha limiti. Nel KarnâtaKa c'era una devota, di nome Mallâmmâ, che cantava in una sua composizione: "O Signore! Il loto è l'ornamento di un lago: senza un loto sulle sue acque, il lago è privo di bellezza. Allo stesso modo, le case sono

l'ornamento del villaggio, la luna è l'ornamento del cielo, le onde sono l'ornamento dell'oceano; l'amore è, parimenti, l'ornamento dei Tuoi devoti. Non c'è ornamento più grande dell'amore per Te." Come l'oceano senza onde, il cielo senza luna e il lago senza loto mancano di bellezza, la vita priva d'amore non ha significato. L'amore è il più grande ornamento dell'uomo.

L'Amore è Dio, vivete nell'Amore.

Amate tutti; anche se l'altra persona manca d'amore, dividete con essa il vostro amore. Come vi ho detto in passato, l'amore è simile all'ago della bussola; ovunque si metta la bussola, l'ago indicherà sempre e solo il nord. Allo stesso modo, tutto ciò che pensate, che desiderate e fate dovrebbe essere sempre diretto verso Dio. Proprio come guadagnate denaro facendo affari o eseguendo un lavoro, dovrete guadagnare la ricchezza dell'amore in ogni attività che svolgete quotidianamente. L'Amore rappresenta la pienezza.

Pûrnamada pûrnamidam pûrnât pûrnamudacyate  
pûrnasya pûrnamâdâya pûrnamevâvashishyate.

Quello è pieno, questo è pieno.

Quando dal pieno si toglie il pieno,  
ciò che resta è ancora il pieno.

L'Amore mantiene sempre la qualità della pienezza: non aumenta né diminuisce. È dalla pienezza dell'amore che si manifesta la Divinità. Laddove c'è amore totale, Dio si manifesta immediatamente.

### **Seguite il semplice sentiero dell'amore**

Non sapete quanto sia facile arrivare a Dio. Può esserci qualche difficoltà a schiacciare il petalo di un fiore o a comprimere una pallina di burro, ma raggiungere Dio è molto più facile delle azioni precedenti. Tuttavia voi non seguite questo sentiero semplice. Il motivo è che partite da un concetto erraneo: voi pensate che Dio sia molto difficile da raggiungere perché si trova in qualche luogo lontano e che, per arrivare a Lui, occorra eseguire dure penitenze e condurre ricerche spirituali. Quest'idea sbagliata è la causa dell'illusione. Dio non è distante da voi: ovunque guardiate, Dio è lì.

*Sarvatah pânipâdam tat sarvathokshi shiromukham,  
sarvatah shrutimalloke sarvamâvruhya tishthati*

Con mani, piedi, occhi, testa, bocca e orecchie, che pervadono ogni cosa,  
Egli permea l'intero universo.

Che bisogno c'è di cercare qualcuno che è presente ovunque? Non ce n'è alcun bisogno. Voi vedete il mondo con l'occhio fisico, ma il mondo stesso è la manifestazione di Dio.

*Pashyannapicha na pashyati mûdho.*

Colui che vede, ma non riconosce la realtà, è uno stolto.

Tutto ciò che vedete è la forma di Dio; tutte le teste che vedete appartengono alla forma cosmica di Dio. Voi vedete soltanto i nomi e le forme esteriori e li ritenete semplici esseri mortali, ma, quando cambierete prospettiva, comprenderete che tutti sono divini. Il difetto sta nella visione non nella creazione. Il mondo apparirà del colore dei vostri occhiali, qualunque esso sia; se osservate il mondo con odio, troverete odio ovunque, mentre, se lo osservate con amore, troverete amore dappertutto. Perciò yad bhavam tad bhavati, "come sono i sentimenti, così è il risultato". Ciò che vedete all'esterno è il riflesso dei vostri sentimenti.

Tutti sono incarnazioni di Dio: sviluppate il senso di unità. Niente al mondo ha più potere dell'amore; esso è più potente anche di una bomba atomica, di una bomba a idrogeno o di qualsiasi altra bomba. Basta l'amore per ottenere ogni cosa. Oggi siete qui così numerosi; qual è il motivo? L'amore. È l'amore di Swami per voi e il vostro amore per Swami che ha spinto così tanti di voi a venire qua. Qualcuno vi ha mandato un invito? No. L'amore è la più grande forza unificatrice; quindi sviluppate l'amore, parlate l'un l'altro con amore, svolgete ogni azione con amore e meditate sempre sul principio dell'amore. Non c'è sentiero più facile di questo. Molte persone chiudono gli occhi, dicono il rosario e pensano di fare japa; esse tengono il rosario in mano mentre la mente scorrazza dal lavandaio o dal barbiere. Siedono per la meditazione, ma la mente va in cucina quando sentono odore di curry che sta per bruciare. Queste pratiche si possono chiamare japa o dhyâna? Qual è il significato di japa? Il japa è vero quando pensate che Dio è in voi e che voi siete Dio. E che cos'è dhyâna? Pensare "aham brahmâsmi, aham brahmâsmi" (Io sono Brahman, io sono Brahman) è vera dhyâna. Nessuno dei Veda insegna un cammino più semplice di questo. Tutti i Veda dichiarano:

*Aham brahmâsmi*

“Io sono Brahman.”

*Tat tvam asi*

“Tu sei Quello.”

*Prajñānam brahma*

“Brahman è la Consapevolezza Suprema.”

*Ayam âtmâ brahma*

“Questo Sé è Brahman.”

La consapevolezza presente in voi è Brahman, per cui ogni cosa è dentro di voi. Il mahāvākya (grande enunciato) “Ayam âtmâ brahma” significa “Io sono Âtma e Brahman”. Queste parole trasmettono la Verità, ma gli studiosi creano confusione in voi e distruggono la vostra fede con un’interpretazione erronea di queste parole. Non date spazio alla confusione, non rovinare la mente con gli inganni delle parole; seguite il sentiero dell’amore. Il più facile, il più dolce, il più sublime e il più beato dei sentieri è l’Amore, l’Amore e solo l’Amore.

(Baba ha terminato il Discorso con il bhajan, “Prema Muditâ Manase Kaho...”)

Prashânti Nilayam, 5 luglio 1996,

Sai Kulwant Hall

(Da “Sanâtana Sârathi”, marzo 2011)

1. Particolari strutture musicali della musica classica indiana.
2. Albero con numerose proprietà medicamentose.
3. Si tratta dei semi del mirabolano (*elaecarpus ganitrus*), pianta dalle proprietà curative.