

OM SAI RAM!

Benvenuti a Prasanthi Sandesh,

PODCAST 239, BADA AI TUOI PENSIERI

2 maggio 2024

Il testo seguente contiene estratti dal libro del *Prof. Anil Kumar*
"la Sai-Cologia," pg.257-263

IL PERCORSO DELL'ADORAZIONE

Bhagawan fece questa bellissima affermazione: "Quando guardiamo una foto di Swami e pensiamo che stiamo adorando solo quell'immagine, stiamo praticando l'adorazione di un'immagine. Dall'altra parte, se visualizziamo quell'immagine nel nostro cuore, la interiorizziamo. L'immagine è in noi. Noi **siamo** l'immagine e l'immagine è il nostro nobile Sé. Quindi diventiamo tutt'Uno. Questo è il processo e lo scopo dell'adorazione. Ma noi non lo facciamo. Preferiamo piuttosto gli orpelli esteriori dell'adorazione, come ottenere l'attenzione delle persone e la loro stima per la nostra devozione.

Il nostro modo di adorare dovrebbe essere completamente diverso alla luce di ciò che Bhagawan ha detto. Non dobbiamo adorare il ritratto per il bene dell'immagine stessa. L'immagine che abbiamo di fronte deve essere interiorizzata nel nostro cuore. Dovremmo perderci nel processo di conservazione dell'immagine nel nostro cuore. Solo allora noi e l'immagine interiorizzata saremo la stessa cosa. Questo è il fine, lo scopo e l'obiettivo dell'adorazione. Così, Swami ha dichiarato che tutto dipende dai nostri pensieri.

DOVE È SWAMI?

Alcuni hanno chiesto: "Dov'è Swami? Dov'è Swami?" Quando ero a Bangalore come preside dell'università di Baba, c'era un vice direttore.

Ogni volta che Bhagawan doveva venire a Bangalore, ricevevamo una serie di telefonate da gente che chiedeva: "Dov'è Swami?" Le persone volevano pianificare il loro viaggio, quindi telefonavano per sapere dove Egli si sarebbe trovato.

Quando il vice direttore riceveva una telefonata e gli veniva chiesto: "Dov'è Swami?" era solito rispondere: "Dov'è Swami? Lui è dappertutto". Allora l'altra persona diceva: "Signore, so che è dappertutto. Ma fisicamente, dov'è?"

Egli è dappertutto. Baba fece un esempio su Sé Stesso. Supponiamo che, dopo aver chiesto: "Dov'è Swami?", voi rispondiate: "E' a Puttparthi". Che cosa significa? Significa che la vostra mente è andata a Puttparthi e lì pensa a Swami. Ma questa non è la risposta corretta.

Baba ha detto che la risposta corretta alla domanda: "Dov'è Swami?" è "Qui (*Ikhada*); lì (*Akhada*); dappertutto (*Yekhada*), solo Uno (*Okhadey*). Qui, là, dappertutto, solo Uno, Sai Baba."

QUANDO ACCADRÀ?

La gente chiede: "Swami, quando accadrà? Quando diventerò tutt'uno con Te interiormente? Quando ci renderemo conto che Dio è dappertutto?"

Bhagawan spiega questo punto nel modo seguente. Il fiume Cauvery attraversa il Karnataka e il Tamil Nadu e si dirama in diversi affluenti. Infine, raggiunge il mare. Quando il Cauvery si fonde con il mare, non ha più un'identità separata.

La mente si colmerà del Divino solo quando diventeremo uno con Dio e ci fonderemo con Lui e quindi dimenticheremo noi stessi perdendo l'attaccamento al corpo. Secondo Bhagawan dovremmo coltivare sentimenti e pensieri profondi e riempire le nostre menti con il divino, in modo da poterci elevare allo stato sublime.

I NOSTRI PENSIERI CONTINUANO A CAMBIARE

Un'altra affermazione che Swami ha fatto è questa: "Questa mattina hai un pensiero; verso sera, sorgerà un pensiero opposto. Pensieri positivi, negativi e neutri, tutto qui. I nostri pensieri continuano a cambiare".

Baba dice: "I tuoi pensieri cambiano, ma lo rimango lo stesso per sempre e in eterno. Io sono sempre lo stesso. I tuoi pensieri cambiano. Quando i tuoi pensieri sono positivi, dici: "Baba, Tu sei grande". Quando i tuoi pensieri diventeranno negativi, dirai: "Domani me ne andrò. Ho prenotato il mio biglietto." Così, i tuoi pensieri cambiano, ma Dio non cambierà mai. Il cambiamento è in te. Il cambiamento è nel mondo, non in Dio".

Swami ha fatto un esempio: D-I-O. La parola Dio ha tre lettere. In combinazione, le tre lettere, D-I-O, formano questa parola, Dio. Una volta che dici "Dio", cominci a pensare a Lui. Allo stesso modo, quando stai profondamente pensando a Dio, sperimenterai certamente la Sua manifestazione davanti a te. Vedrai sicuramente la Sua forma fisica, perché è il pensiero che crea la forma. Devi trasformare i tuoi pensieri, perché i pensieri sono la base di qualsiasi forma". Questo è ciò che dice Bhagawan.

DIO HA NOMI DIVERSI IN BASE AI TUOI PENSIERI

Più tardi, Swami iniziò a spiegare: "Quando il tuo pensiero è focalizzato sul suono, senti che Dio è il suono stesso – *Sabda Brahma Mayi*. Quando pensi che Dio è mobilità, allora senti che Dio è movimento – *Chara Chara Mayi*. Quando affermi che Dio è luce, Lo chiamerai *Jyotir Mayi*. Se dici che Dio ti illude, Lo chiamerai *Maya Mayi*. Quando senti che Dio è abbondanza, ricchezza e prosperità, il Suo nome è *Srimayi*. E se affermi che Dio è beatitudine eterna, lo chiamerai *Nithyananda Mayi*. Se dici che Dio è supremo, Egli è *Paratpara Mayi*.

Queste sono tutte le tue interpretazioni di Dio. Sono tutti i tuoi pensieri. Un pensiero dice che Egli è luce. Un altro pensiero ti spinge a dire che Egli è suono. Un pensiero

diverso promuove la tua sensazione che Dio è abbondanza. Quindi, in base a come pensi a Dio, Gli assegni nomi diversi. Dio ha nomi diversi, in base ai tuoi pensieri.”

Inoltre, Baba fece un altro esempio: "Una persona specializzata nel disegnare ritratti, voleva dipingere un'immagine di Ganesh. Che cosa ha fatto? Immediatamente immaginò la proboscide. Pensò a una pancia grande e larga e poi iniziò a disegnare. Quindi, il suo disegno era basato sui suoi pensieri. Allo stesso modo, la manifestazione della Divinità, la vostra esperienza della forma di Dio di fronte a voi, si basa sui vostri pensieri.”

DIO È UNO

Swami fece un esempio: "Ecco dell'oro puro. Cosa dovresti farne? Dovresti riscaldarlo per farlo sciogliere. Una volta che l'oro è diventato liquido, puoi metterlo nello stampo del tuo disegno, in modo che diventi un gioiello o un ornamento. Un gioiello o un ornamento realizzato in oro secondo il tuo disegno.”

Baba fece un altro esempio: "Qui c'è l'oro. L'hai trasformato in un anello. Ora ti chiedo: Dov'è l'oro?, e rispondi: Adesso l'oro è diventato un anello. Dopo un pò di tempo, cambierai questo anello e lo trasformerai in una collana. Adesso dov'è l'oro? È nella collana. Così l'oro, l'anello e la collana hanno cambiato forma, hanno cambiato nome e hanno cambiato collocazione. La collana è intorno al collo, mentre l'anello è sull'anulare. Non indossi una collana al dito! Questo è universale. Quindi, gli ornamenti sono molti, i gioielli sono molti, ma l'oro è uno. Allo stesso modo, Dio è uno, ma puoi chiamarlo con il nome che preferisci e scegli.”

DIO È OVUNQUE

Bhagawan ha anche detto: "Puoi sviluppare questo sentimento di Divinità, questa sensazione di essere Dio”, se cominci a pensare: 'Questo non è il mio corpo; questo è il Tuo corpo'. 'Questa non è la mia vita; questa è la Tua vita'. Ma d'altra parte, se hai questo sentimento di dualità per cui questo è il tuo corpo e questo il mio corpo – il mio e il tuo, tu e io – allora sarai portato a dubitare. I pensieri e i sentimenti di dualità portano al dubbio e un 'incredulo San Tommaso' non potrà mai trovare una pace duratura. Dovremmo capirlo. Poiché Dio è ovunque, devi essere riverente e rispettoso verso tutti. Anche se ti imbatti nel tuo nemico, dovresti essere in grado di dire: "Ciao. Come stai?”

Quindi, dovremmo essere in grado di dire "Ciao" anche al nostro nemico. Con un tale atteggiamento, l'ostilità svanirà e non ci sarà più odio. Con un semplice "ciao", tutta l'agitazione interiore si calmerà.

Per contro, se il nostro risentimento e l'inimicizia nei confronti degli altri continuano, diventiamo stressati e l'ostilità aumenta. Se pensiamo che Dio è in tutti, dovremmo essere capaci di "amare tutti e servire tutti". Secondo Bhagawan, con tali sentimenti divini avremo decisamente successo nella nostra vita.

COME SPERIMENTARE IL SILENZIO INTERIORE?

Un ragazzo fece questa domanda: "Swami, com'è possibile osservare e sperimentare il silenzio interiore?"

Bhagawan rispose: "Poiché non osservi il silenzio esteriore, come puoi osservare il silenzio interiore? Per prima cosa, osserva il silenzio esteriore, poi potrai sperimentare il silenzio interiore."

Fece questo esempio: "Non è sufficiente pensare di essere il Sé. Dovresti essere convinto del fatto che tu sei il Sé; che tu sei l'Atma. Quella sensazione che "Io sono il Sé, l'Atma, lo spirito" ti fa sperimentare il silenzio. È possibile rimanere in silenzio se pensi che Dio sia dentro di te. Ma se pensi che il mondo sia in te, puoi tacere esteriormente, mentre sei inquieto interiormente, Alla fin fine impazzisci! Non dovrebbe essere così. È possibile realizzare il silenzio interiore a condizione di sentire Dio nel nostro cuore."

SPERIMENTARE LA DIVINITÀ

Baba inoltre disse: "Se tu dicessi ad alta voce: 'Zucchero, zucchero, zucchero', ne conosceresti il sapore? No. Dovresti metterlo sulla lingua. Dovresti assaggiarlo e solo allora potrai dire: 'Oh, lo zucchero è dolce'. Se qualcuno dovesse chiedere ulteriormente: 'Quanto è dolce?', la risposta sarà 'Dolce'. Questo è tutto" Ne consegue che la realtà può essere sperimentata ma non potrà mai essere descritta.

Ulteriori parole ispiratrici e consigli pratici nella prossima sessione.

Grazie per il vostro tempo!

OM SAI RAM