

# OM SAI RAM

## Benvenuti a Prasanthi Sandesh

### PODCAST 259, "MANTENERE LO STATO DI EQUILIBRIO"

19 settembre 2024

*Il testo seguente contiene estratti dal libro del Prof. Anil Kumar  
"La Sai-Cologia," pag. 84-89.*

#### **ASCOLTARE CON MENTE APERTA**

Quando ascoltiamo Bhagawan non dovremmo semplicemente sentire, dobbiamo ascoltarLo. Le cose banali che ci vengono raccontate, possono essere ascoltate e dimenticate, ma ci sono altre cose che dobbiamo ascoltare e ricordare per tutta la vita!

#### **NON SIAMO PRONTI PER L'ILLUMINAZIONE**

Il primo punto riguarda l'illuminazione. Non siamo preparati per l'illuminazione, tanto meno stiamo facendo un tentativo in quella direzione. Siamo delusi quando non riceviamo interviste, siamo frustrati quando Bhagawan non ci guarda e siamo depressi quando Egli non prende le nostre lettere. Inoltre siamo molto gelosi delle persone che ottengono le interviste e di coloro a cui Baba prende le lettere. Quando Bhagawan dichiarò: "Mai più *padanamaskar*" noi perdemmo ogni speranza, come se le nostre vite fossero perse.

Queste caratteristiche del nostro comportamento rivelano che non siamo preparati per l'illuminazione. Quando iniziamo a chiederci "perché" e "perché no", possiamo essere abbastanza sicuri di non essere pronti per l'illuminazione. L'aspetto triste è che ci occupiamo di argomenti insignificanti. La gente vuole sentire parlare dei miracoli di Baba, che secondo Bhagawan sono solo delle questioni irrilevanti. Egli ha detto: "Tutti i miracoli e le esperienze hanno le dimensioni di una zanzara in confronto alla Mia Divinità, che invece ha le dimensioni di un elefante". Questa affermazione mostra quanto siamo presi dai miracoli.

#### **UN MIRACOLO È SOLO UN BIGLIETTO DA VISITA**

Baba ha aggiunto un secondo punto dicendo che questi miracoli ed esperienze sono solo un "biglietto da visita" per farci sapere che Dio esiste. Per molto tempo abbiamo avuto l'impressione che tutto fosse sotto il nostro controllo: "posso gestire, posso dettare, io sono tutto". Questo tipo di ego, di Coscienza dell'io è sempre più dilagante e aumenta di giorno in giorno. A un certo punto, nella nostra vita arriva qualcosa che "frena" il nostro ego, che può essere una moglie o un marito, un medico o il nostro buon nobile Sé. Ad esempio, il medico visitandoci dice: "È un caso dubbio", perciò improvvisamente ci rivolgiamo alla spiritualità. Quindi, la spiritualità o Dio entrano in gioco quando falliamo. Questo è il caso della maggior parte di noi.

Allora cosa succede? Quando gli eventi sono favorevoli, come può essere una cura o una promozione lavorativa, lo consideriamo un "miracolo". Questo è ciò che pensiamo e qui sta l'errore, **perché un miracolo non è necessariamente un successo, anche il fallimento può essere un miracolo**. La nascita e la morte, la vittoria e la sconfitta sono tutti miracoli. Pertanto, il nostro atteggiamento nei confronti dei miracoli dovrebbe essere modificato.

La maggior parte delle persone che visitano Puttaparthi vogliono che i loro problemi siano risolti e Bhagawan è così gentile da aiutarli immediatamente. Sviluppiamo così un po' di fede e ci affezioniamo a Baba. Ma il problema sorge dopo, quando ci aspettiamo che i miracoli accadano ogni giorno. Questa è una tragedia perché vogliamo aver successo e supremazia continuamente. Questo è il nostro concetto di "miracolo".

Quando riflettiamo su ciò che ci ha portato a Puttaparthi (problemi familiari o professionali), scopriamo che, anche se la motivazione è negativa, ci ha comunque spinto a venire qui e quindi, in realtà, per noi è positiva. **Una cosa negativa ci dà qualcosa di positivo!! Allora cos'è un "miracolo"?** Ad esempio, una persona che soffre di una grave malattia viene da Bhagawan. La malattia le ha conferito qualcosa di incantevole perché **la rende spirituale**. Diversamente, se non si fosse avvicinata alla spiritualità, la sua vita sarebbe stata problematica per sé e per gli altri. **Quindi, anche un fallimento è un "miracolo"**.

### **LA MORTE È L'ABITO DELLA VITA**

Un mio amico morì all'improvviso a Prasanthi Nilayam durante i festeggiamenti per il compleanno di Baba. Egli aveva fatto il suo dovere e il suo servizio come volontario ed era anche un ardente devoto. La sua morte improvvisa sembrò essere una tragedia, ma se riflettiamo, nonostante ci fu un momento di sgomento, scopriamo che, invece di ammalarsi a casa e far preoccupare la sua famiglia, morì in tutta semplicità. Questo è il motivo per cui Bhagawan dice: "La morte è l'abito della vita". Quindi scopriamo che c'è qualcosa di positivo anche nelle cose negative e c'è qualcosa di negativo anche nelle cose positive.

### **ANDARE ALLA CAUSA PRIMARIA**

Quando un film viene proiettato su uno schermo, le immagini non sono reali. Senza lo schermo, però, non potremmo vedere il film e quindi lo schermo è essenziale. Quando guardiamo un film che mostra inondazioni o incendi, lo schermo non è bagnato o in fiamme! Tutto ciò non ha alcun effetto sullo schermo. Significa che lo schermo è il "principio primordiale" o lo sfondo su cui viene proiettata la vita.

Pertanto, Bhagawan dice che non c'è dolore o piacere, bisogna risalire alla causa primordiale, come nel caso dello schermo. Questo è il fondamento, che non subisce nessun cambiamento, non risponde o reagisce a nulla, ma riflette solo un'immagine. Non c'è alcuna reazione.

Quella immobilità è chiamata il "Testimone". Il Testimone è il nostro vero essere, la nostra vera natura. Proprio come lo schermo cinematografico non è influenzato, lo

Spirito, l'Anima, la Coscienza, il nostro Atma non dovrebbero venire influenzati. Questo stato dell'essere è uno stato non duale che è chiamato il Testimone.

Bhagawan dice che il concetto del processo spirituale, che si tratti di adorazione, canto, meditazione o lettura delle Scritture, ha l'obiettivo finale di sperimentare il Sé come eterno Testimone. L'io è l'eterno Testimone, non-duale che non si lascia condizionare da alcun tipo di esperienza. Grazie al nostro legame con Bhagawan, un giorno o l'altro, realizzeremo il Testimone o noi stessi.

### **MANTENERE LO STATO DI EQUILIBRIO**

Quando veniamo chiamati per un colloquio, la nostra interazione con Baba è estremamente edificante. Ci sentiamo come se fossimo al centro del mondo! Sperimentiamo il cosmo e sentiamo che questa Incarnazione ha bisogno di noi. Bhagawan ci dà la sensazione di essere importanti. Quando usciamo dalla stanza delle interviste siamo a un alto livello divino.

Ma cosa succede il giorno dopo? Mentre Baba passa, si mette di fronte a noi ma guarda in alto. Quando Swami non ci dà riconoscimento sentiamo di non essere nessuno. Solo ieri ci siamo sentiti come se fossimo tutto per Swami, mentre oggi non siamo più nulla.

In primo luogo, dovremmo mantenere lo stesso stato di equilibrio sia quando ci viene rilasciata un'intervista sia quando non ci viene data. Dovremmo essere in grado di **sviluppare uno stato d'animo equilibrato**. In secondo luogo, Bhagawan dimostra anche distacco. "Solo perché ti parlo, non pensare che io sia attaccato a te. NO!" **Non c'è attaccamento**. Una cosa del genere può succedere a chiunque, perfino a un VIP.

Quindi, questa comprensione ed equilibrio sono l'insegnamento di Baba del *samatwam* (equanimità) e del *samasthithi* (stato mentale equilibrato). Se una persona è in questo stato di equilibrio, la sua vita è veramente spirituale. Quando possiamo sviluppare questo equilibrio? Quando accettiamo che il bene e il male siano in definitiva solo per il nostro bene, questa è ciò che viene chiamata la "**resa**".

Come definiamo la resa? La resa è la prontezza ad accettare tutto ciò che arriva nella nostra vita, ma non si tratta di impotenza. Con la resa si ha mente equanime e si conserva la propria pace. Secondo Baba lo stato equilibrato è assolutamente necessario.

È possibile avere equanimità? Bhagawan ha detto che è possibile, altrimenti non attirerebbe la nostra attenzione. Dio è qui per dirci come raggiungerLo.

Non vediamo l'ora di ricevere ulteriori suggerimenti divini nella prossima sessione.

Grazie per il vostro tempo.

**OM SAI RAM**