

OM SAI RAM

BENVENUTI A PRASANTHI SANDESH

PODCAST 278, “DALL’AZIONE ALLA LIBERAZIONE!”

5 giugno 2025

*Il testo seguente contiene estratti dal libro del Prof. Anil Kumar
“Sai Vedam,” pag. 226-234.*

L’AZIONE È NECESSARIA PER LA PUREZZA

“Questo karma yoga vi aiuterà”. Se leggete la letteratura di Sai, scoprirete che Swami ripete questa citazione, questa bella frase ancora e ancora: “*Chithasya Suddaye Karma.*” Significa che l'azione è necessaria per la purezza della mente. Non ho ottenuto un diploma nel lavare i piatti, andando alla mensa per pulire tutte le stoviglie ma solo per il divertimento di farlo. No, tale attività mi aiuta ad avere purezza di mente e di pensiero. Posso andare ad aiutare nei negozi o fare qualche servizio in ospedale, ma svolgo tutti questi servizi solo per la mia stessa purezza. Quindi, il campo dell'azione ci aiuterà a uscire dal sonno, dalla letargia e dalla pesantezza e a passare dallo stato tamasico al stadio successivo, rajasico.

Nel sesto capitolo, 3a strofa della *Bhagavad Gita* viene detto: “*Yogam Karma Karana muchyathe*”. Cosa significa? Significa che il karma, il campo d'azione, è il motivo, il sentiero per *yogam* o conseguimento o il corretto sentiero spirituale.

Quindi, il campo d'azione è il giusto cammino spirituale da seguire, per uscire da questo livello **tamasico** e passare al livello *rajasico*, come detto nella *Bhagavad Gita*.

Bhagawan fa un passo ulteriore. Cosa dice? “Prima di far partire un camion, l’autista si siede al suo posto, appoggia entrambe le mani sul volante e saluta rendendo omaggio al veicolo. Prima che una ballerina sul palco inizi a danzare, rende omaggio a quel luogo. Un uomo che suona le tabla, il mrdanga o il tamburo, prima saluterà quegli strumenti. Perché? “Oh Dio! Ti ringrazio per questa opportunità, di questa attività che mi hai dato. Per favore aiutami ad avere successo in questo esercizio”. Ecco perché Swami ripete molte volte nei suoi discorsi, “*Tasmay Namah Karmani*”, che significa: “I miei saluti, rispetto e omaggio al karma, al campo di azione che mi è stato dato”.

Quindi, per uscire dalla qualità *tamasica*, al fine di purificare la mente, viene prescritto il *karma yoga* o partecipazione al campo d'azione. Sviluppando un atteggiamento rispettoso e riverente nei confronti di questo campo d'azione. Per esempio, io sono un insegnante. L'insegnamento è l'attività che mi è stata assegnata da Bhagawan. Tu sei un ingegnere. È il karma o l'azione che Dio ti ha dato da svolgere. Tu sei un medico: Dio ti ha dato la missione di esercitare la medicina come campo d'azione o karma. Ognuno di noi dovrebbe avere un atteggiamento rispettoso e riverente nei confronti del proprio karma.

Quando ho spirito d'Amore e saluto il mio lavoro, quando sono rispettoso, riverente e ho adorazione e ammirazione per il mio lavoro, questo è ciò che si chiama *karma yoga*. Il karma, il lavoro, l'azione, diventa yoga, una pratica spirituale e un cammino Divino.

Lo *yoga* significa connessione, stabilendo un legame tra un individuo e il Cosmo o Dio. Il *karma yoga* stabilisce la comunione e la comunicazione. È un mezzo che crea il collegamento tra l'individuo e Dio, il Cosmo, l'Anima Suprema, l'Anima Cosmica o la Coscienza Divina. Guadagnare solamente per comprarsi il pane per vivere non è *yoga*. Se lavoro per cento o duecentomila dollari all'anno o diecimila rupie al mese, è solo per guadagnarmi da vivere. Tutto qui. Non è una pratica spirituale. Se lo si fa con Amore, diventa *karma yoga*. È per questo che Baba disse: "Il Dovere con Amore è desiderabile. Il Dovere senza Amore è deplorabile. L'Amore senza Dovere è Divino". Ora potete capire come il *karma yoga* possa aiutarci a passare dal campo *tamasico* a quello *rajasico*.

Ora, arriva il passo successivo: come passare dalla natura *rajasica* alla natura *sattvica*. Il Karma, l'azione, ci aiuta a uscire dalla qualità *tamasica*, che è il sonno e il letargo. Poi, sviluppiamo le qualità di un uomo *rajasico*. Questo significa che diventiamo attivi, pieni di desiderio, pieni di energia frenetica, pieni di entusiasmo, dinamismo, emozione, speranza, promessa, impegno e ricerca. Un giovane dovrebbe essere *rajasico*. Swami Vivekananda ha tenuto conferenze per i giovani di questo paese, dicendo che dovrebbero avere questo *raja yoga*. Questa mente *rajasica*, la mente dell'attività, del dinamismo e del comando è necessaria per i giovani. Questo diventa *raja yoga*.

Viene etichettata come egoismo se è soltanto un'emozione orientata al profitto o un'energia per eliminare o danneggiare gli interessi degli altri. È egoismo se è una leadership solo per perseguire le proprie prospettive di vita. La mente *rajasica* in un percorso positivo è chiamata *raja yoga* ed è utile, mentre la mente *rajasica* in una situazione negativa è schiavitù ed esiste come tale, affinché non annego disperatamente nell'egoismo.

IL SENTIERO DELLA DEVOZIONE

Come uscire dalla mente *rajasica*? Il percorso della *bhakti*, della devozione ci aiuterà a uscire da questa mente *rajasica*. Qualcuno ha chiesto: "Come si dovrebbe compiere l'azione?" Ora sono un docente, insegno molto felicemente. Supponiamo che qualcuno dica: "Anil Kumar, da domani non è più necessario che insegni," dovrei essere ugualmente felice. Se fossi felice solo parlando continuamente sarebbe una schiavitù. Tuttavia, poiché sono un insegnante sono legato alla mia professione. Quindi, se qualcuno dicesse: "Non ti vogliamo più" proverei dolore. Ma non dovrei essere attaccato alle mie azioni.

Svolgete i vostri doveri ma siate pronti a lasciarli o abbandonarli. Non affezionatevi. Questo è ciò che si chiama *raja yoga*. **Siate attaccati all'essere distaccati. Desiderate essere privi di desideri!** Fate! Ma siate pronti a lasciare o abbandonare in qualsiasi momento. Questo è ciò che si chiama *raja yoga*. Questo è possibile solo attraverso il sentiero della devozione o ciò che si chiama *bhakti*.

A questo proposito, la *Bhagavad Gita* menziona certi punti in modo molto chiaro. "*Bhakthi reva Gariyasi*", che significa la *Bhakthi* o devozione è l'unico cammino. I fili

rajasici sono strettamente intrecciati, tessendo il tessuto o la stessa composizione della mente umana. Pertanto, per uscire da questa mentalità *rajasica*, da questo inclinamento o struttura emotiva della mente, la *bhakthi* è l'unica via.

OTTENERE LA CONOSCENZA SEGUENDO SOLO LA DEVOZIONE

Noi pensiamo che avremo *Jnanam* o conoscenza suprema solo leggendo i libri o ascoltandoli. Questo è completamente e totalmente sbagliato! Pensiamo che la conoscenza significhi erudizione. Anche questo è completamente falso. Quello che nasce dall'azione e dall'esperienza è il vero *Jnanam*. Non è semplicemente qualcosa letta dai libri raccolti su uno scaffale. Puoi essere un esperto avendo letto tutti i libri disponibili in biblioteca. Puoi portare un carico di libri sulla testa, che è come la vita di un asino! Bhagawan stesso ha detto: "Se non c'è esperienza l'uomo di erudizione è come un asino". Come mai? Un asino trasporta cumuli di legno di sandalo sulla schiena ma non conosce la fragranza o il profumo del legno di sandalo. Allo stesso modo una persona può aver letto della conoscenza suprema dai libri, che sono accumulati sulla sua schiena come su quella di un asino. Tuttavia, solo dalla sua lettura non trae alcuna esperienza reale, che è la fragranza o l'essenza della sostanza contenuta in quei libri.

Pertanto, la *Bhagavad Gita* dice: "*Bhakthyat Jnanam Prajyath*". Cosa significa? Puoi acquisire *Jnanam* o conoscenza solo seguendo il cammino della devozione". Perché è così? La devozione ti dà l'esperienza. Senza devozione, la conoscenza è uguale a un computer. Viene semplicemente ricordata e registrata come su un CD, un floppy o un nastro audio. Per vivere l'esperienza reale, ho bisogno di *bhakthi* o devozione. Questo vi aiuterà ad arrivare alla mente *sattvica*.

Ora arriviamo al terzo livello, la mente *sattvica*. Uno stato mentale *sattvico* è pio, equo, tranquillo e non disturbato. Tuttavia, *sattvico* non è il "principio" e non è la "fine". Tutti e tre sono come catene. La mente *tamasica* è una catena di ferro, la mente *rajasica* è una catena d'argento e la mente *sattvica* è una catena d'oro. Una catena è una catena. La differenza è solo nel tipo di metallo. Anche se è una catena d'oro sono incatenato o legato e quindi non sono libero. A causa di questo legame non sono felice. La mia infelicità scomparirà quando mi libererò.

Jnanam o il sentiero della saggezza è l'unico modo che ci aiuterà a uscire dalla mente *sattvica*. Potreste chiedere: 'Ah! Oltre a questo, dove andrò?' Andrate verso uno stato che è privo di attributi, al di là dei tre gunas. "*Gunaatheetha*" significa "colui che trascende le tre qualità o gunas". Questo è possibile solo acquisendo la vera *Jnana*, la conoscenza suprema!

Il Prof. Anil Kumar rivelerà ulteriori gemme spirituali nella prossima sessione.

Grazie per il vostro tempo.

OM SAI RAM