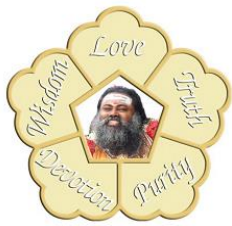


January 2025

PREMA ANANDA VAHINI



Prema Ananda Vahini

SOMMARIO

1. Il Messaggio di Capodanno di Swamiji
2. Satsang con Swamiji – *Estratto da una serie di satsang in cui Swamiji dà consigli spirituali e pratici ai giovani*
8. Swamiji Risponde alle Nostre Domande
11. Satsang: *Gli effetti del suono dei mantra*
15. Messaggio per i Giovani – *Giovani, Ascoltate la Verità!*

Gennaio 2025

“Coloro che desiderano essere amati da tutti, dovrebbero prima imparare ad amare tutti.”

Swamiji



Il Messaggio di Capodanno di Swamiji

Il Capodanno viene celebrato in tutto il mondo e vorrei cogliere questa occasione per condividere con voi alcune delle mie idee e dei miei principi che possano guidarvi nel corso dell'anno a venire. Mettendo in pratica queste semplici indicazioni, potrete migliorare la qualità della vostra vita e quella delle persone che vi circondano:

- * Siate sempre sinceri con voi stessi e con gli altri;*
- * I coniugi dovrebbero essere completamente fedeli e impegnati l'uno verso l'altro sotto tutti gli aspetti;*
- * Perdonate sempre gli errori degli altri e non serbate rancore;*
- * Non vendicatevi per ciò che gli altri vi hanno fatto o per ciò che pensate abbiano fatto;*
- * Siate sempre pronti ad accettare i vostri errori e cercate di correggerli;*
- * Non attribuite false colpe agli altri per coprire i vostri errori;*
- * Sii sempre assolutamente sincero con il tuo guru. Non usare mai il nome del guru per guadagnare denaro, fama o notorietà per te stesso;*
- * Sappi che il denaro non ti aiuterà a diventare spirituale;*
- * Cerca di mettere gli altri prima di te stesso;*
- * Non lasciarti guidare dall'ego, ma piuttosto dalla tua coscienza;*
- * Assumiti la piena responsabilità dei tuoi doveri nella vita, qualunque essi siano;*
- * Sii umile e la sadhana spirituale sarà facile;*
- * Dai con cuore generoso senza aspettarti nulla in cambio;*
- * Non sprecare il tuo tempo in pettegolezzi inutili e chiacchiere improduttive;*
- * Dedica tutta la tua giornata a Dio o al tuo guru, in altre parole, spiritualizza tutte le tue attività;*
- * Non criticare gli altri, critica te stesso.*

Buon Anno Nuovo!



Satsang con Swamiji

Estratto da una serie di satsang in cui Swamiji dà consigli spirituali e pratici ai giovani

Oh Dio, aiutami ad avere pensieri elevati come questi - per lui, per lei, per me, per tutti: "Dammi la tua grazia! Dammi la forza di avere compassione per coloro che sono meno forti e di condividere la loro felicità e i loro dolori. Dammi la vasta conoscenza per realizzare completamente il segreto della tua creazione."

Se tutti pregassero Dio in questo modo, la pace pervaderebbe il mondo.

Il corpo e il cuore sono i tesori inestimabili degli esseri umani. Sebbene possediamo un tesoro così inestimabile, continuiamo a competere per cose ordinarie e futili e a litigare per esse. (...)

Tutte le parole possono essere testi sacri, ma solo se sono parole che derivano dalla tua pratica spirituale. Ogni volta che pensi a qualcosa con il corpo e il cuore uniti, con la vibrazione di AUM, allora questi pensieri si realizzeranno sicuramente.

Se esiste una storia della vita in questo mondo che sia davvero grande, allora può essere solo la storia della vita spirituale. Le persone che hanno preso parte a questa storia spirituale hanno vissuto una vita senza traccia di egoismo. Hanno dimenticato il gusto del cibo e hanno digiunato. Non sono venuti meno nel loro affetto per Dio, nemmeno un po', e hanno detto la verità su tutto ciò che hanno visto e sentito. Hanno trasformato il loro linguaggio del silenzio in scritte e le loro parole in mantra.





“Tutti preferiscono accettare la conoscenza che proviene dalla propria mente, piuttosto che la saggezza che viene loro trasmessa con le parole. Pertanto, dobbiamo tenere a freno il cavallo che è la mente. Per questo, sono essenziali chiarezza, pazienza e calma.”

Ecco perché la vita spirituale è fonte di grande fama e merito. Ancora oggi, il mondo prega coloro che conducono questo tipo di vita. Sono i rappresentanti di Dio!

Tutti preferiscono accettare la conoscenza che proviene dalla propria mente, piuttosto che la saggezza che viene loro trasmessa con le parole. Pertanto, dobbiamo tenere a freno il cavallo che è la mente e, per questo, sono essenziali chiarezza, pazienza e calma.

Dopo aver stabilito saldamente nella nostra mente queste qualità, una per una, quando guardiamo il mondo, cosa comprendiamo? Comprendiamo la grande verità che nulla è permanente. Una volta raggiunta questa consapevolezza, non possiamo fare altro che ridere del nostro passato.

Attraversiamo le fasi della prima infanzia, dell'infanzia, dell'adolescenza: diventiamo giovani adulti. Ma comprendiamo il nostro dovere di giovani adulti? No. Diventiamo confusi e seguiamo incautamente la mente in qualsiasi direzione ci porti. Il risultato è che la nostra giovinezza è ricoperta di polvere.

Con la nostra mente ormai offuscata in questo modo, le cose buone scompaiono dalla nostra vista e vediamo solo il male, e presto la giovinezza è perduta. Quando la vecchiaia ci raggiunge, improvvisamente ci risvegliamo e il nostro cuore soffre. Perché la vecchiaia ci apre gli occhi e ci fa soffrire il cuore? Solo perché nella nostra giovinezza ci è mancata la disciplina.

Quando una persona che ti mostra amore e affetto sinceri mostra lo stesso amore e affetto a un altro, la tua mente è angosciata. Pensi che questo nuovo amore sia condiviso con una terza persona e diventi geloso e arrabbiato. Perché il tuo cuore è così angosciato? Pensaci un attimo: l'amore fa parte del cielo o della terra, è un pezzo d'oro o qualcosa che puoi afferrare con le



mani? No, l'amore è uguale a Dio. Pensa a coloro che condividono l'amore che ricevi come tuoi fratelli e sorelle. Dimentica la negatività e pensa in modo positivo. Questa è chiarezza!

Impara a usare la cultura moderna per compiere azioni più rapidamente. Ma se ti lasci trasportare da coloro che usano quella cultura solo per divertimento, diventerai pigro. Il computer, ad esempio, è stato creato dallo sforzo combinato, fisico e mentale, di molti esseri umani, ma non può diventare un essere umano. La sua utilità sta nel fatto che accelera le questioni materiali del mondo. Può creare immagini attraenti, ma questo è tutto. Anche se diciamo che queste sono tutte nostre scoperte e che, grazie ad esse, abbiamo il mondo nel palmo delle nostre mani, nessuna di queste cose ci aiuterà mai, nemmeno un po', a raggiungere la realizzazione del sé.

“Proprio come un bambino che costruisce un castello di sabbia e si gode la sua bellezza, anche noi siamo felici di questa civiltà moderna. Ma, una dopo l'altra, le onde vi si infrangono e lo distruggono. Questa è la verità.”

Proprio come un bambino che costruisce un castello di sabbia e si gode la sua bellezza, anche noi siamo felici di questa civiltà moderna. Ma, una dopo l'altra, le onde vi si infrangono e lo distruggono. Questa è la verità. Se avete il coraggio di realizzare la verità, allora realizzate prima voi stessi.

Perché i nostri antichi antenati pregavano le statue? I santi che si sforzavano di raggiungere lo stato più elevato facevano intense pratiche spirituali e spiegavano le forme simboliche che vedevano, e realizzavano se stessi. Poi, gli scultori scolpivano queste forme simboliche nella pietra, e così le portavano in vita. Queste forme, che simboleggiavano le parole pronunciate dai santi, mostravano il potere dei santi. Queste statue possono esaudire le preghiere. Coloro i cui occhi vedono in esse solo una pietra non hanno la saggezza di vedere ciò che c'è dentro.

È molto raro ottenere una nascita umana. Coloro che oggi hanno ottenuto una tale nascita non sono in grado di comprenderne l'importanza. Ciò è dovuto al loro attaccamento alla vita materiale e, per questo motivo, molti di noi non comprendono mai il vero scopo della nostra nascita.

Coloro che vivono oggi e sono pieni di grazia, sono persone che in passato hanno portato Dio nelle loro anime, mentre le persone comuni che vivono oggi sono quelle che prima erano



coinvolte nella stessa illusione, proprio come lo sono oggi. Dovremmo intraprendere pratiche spirituali per ottenere il beneficio di questa nascita prima di morire.

Invece di confondervi con i dubbi, avvicinatevi e scegliete un buon guru e imparate da lui o lei. Un insegnante che usa un libro per insegnarti sfoglierà le sue pagine e risponderà alle tue domande. Ma il guru spirituale che ti insegna la purezza dell'anima e il significato della vita, può rispondere alle tue domande con gesti molto piccoli e con il silenzio. Per comprendere le risposte del guru, cerca di coinvolgerti più profondamente nella vita spirituale. Allora comprenderai completamente il linguaggio del Guru.



Potresti svolgere un lavoro di cui hai una certa conoscenza, eppure, quando qualcuno di passaggio trova da ridire sul tuo lavoro e suggerisce alcune nuove idee, ti arrabbi. Perché? Perché immagini che lui o lei ti consideri inferiore. Invece di arrabbiarti, cogli l'occasione per imparare da questo passante. Solo in questo modo diventerai sempre più efficiente nel tuo lavoro. Una volta che ci rendiamo conto che tutte le cose e le relazioni ci sono giunte solo per grazia di Dio e attraverso la misericordia di questo grande potere, allora questo sentimento di egoismo ci abbandonerà.

La causa delle nostre lacrime e dei nostri dolori è il nostro coinvolgimento nel materialismo. Ecco perché le buone azioni non portano alle lacrime. Desidera ardentemente Dio, imploralo. Solo al bambino che piange verrà dato da bere il latte. Allo stesso modo, piangi e versa lacrime solo nel tuo desiderio di Dio, che è nostra Madre e nostro Padre. Egli illuminerà il tuo cammino.

È una grande gioia sapere che i giovani di oggi stanno progredendo sul sentiero spirituale. Questi giovani vivranno il futuro con purezza di cuore. I giovani di oggi che sono coinvolti nella spiritualità e nei loro doveri mondani daranno vita a persone grandi e potenti. I discendenti dei giovani di oggi riprenderanno e continueranno molte delle azioni e dei desideri dei loro antenati.



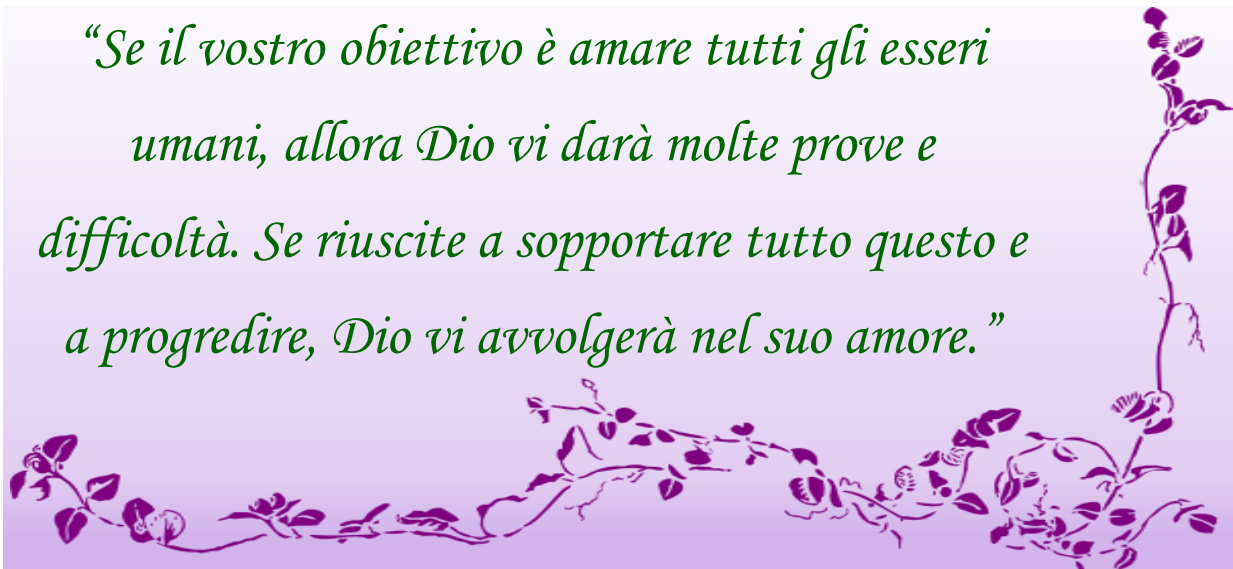
Solo quei giovani che hanno vissuto pensando: “Dio è più grande dell'umanità e solo pregando Lui otterrò la pace della mente; la mia vita è guidata da Dio”, raggiungeranno uno stato elevato nella vita.

La parola “premalayam” si riferisce a un raduno di persone che hanno pensieri elevati su Dio. In tale assemblea dovremmo nominare il Divino come nostro maestro e realizzare la verità in questa vita. “Premalayam” è un luogo dove Dio, che ha la forma della luce, viene adorato quotidianamente con devozione disinteressata. Quella rara e grande assemblea vi chiama con amore.

Costruiamo templi per questo Dio che pervade l'intero universo e lo spazio, e li proteggiamolo con le nostre preghiere e le nostre puje. Il corpo umano, con il suo cuore che batte, è il riflesso di un tale tempio. Pertanto, tutti dovrebbero mantenere il proprio corpo puro, prendersene cura e proteggerlo. Se ti prendi cura del tuo corpo, il Dio della vita lo renderà la sua dimora e ti guiderà.

La vita non esiste per sviluppare il corpo, il corpo esiste per sviluppare la vita. Quindi abbi cura di mantenere puro il corpo. Se ci prendiamo cura di tutto ciò che è dentro il nostro corpo nel modo giusto, queste parti del nostro corpo svolgeranno correttamente tutti i loro compiti. Solo in questo stato la grazia fluirà attraverso questo corpo. I nostri nervi e le nostre arterie ci faranno persino sapere in anticipo cosa accadrà in futuro.

*“Se il vostro obiettivo è amare tutti gli esseri
umani, allora Dio vi darà molte prove e
difficoltà. Se riuscite a sopportare tutto questo e
a progredire, Dio vi avvolgerà nel suo amore.”*



Immaginate di essere molto, molto affamati e di ricevere solo un piccolo boccone di cibo da mangiare. Poi, proprio mentre state per mangiarlo felicemente, un'altra persona, anch'essa molto affamata, vi tende la mano chiedendovi quel cibo. Se poi glielo offrite, vi sentirete completamente soddisfatti e dimenticherete la vostra fame. Anche se vi sentite ancora affamati, proseguirete il vostro cammino pieni di gioia. Se ne avete la possibilità, provateci e sperimentatelo voi stessi. Vi sentirete come se una profonda sete dentro di voi sia stata placata.



Il silenzio è lo stato più elevato che si può raggiungere nella meditazione. Se, prima di raggiungere questo stato durante la meditazione, vi appaiono nella mente immagini di cose materiali, allora fate di queste immagini materialistiche il nutrimento della vostra meditazione. Come? Allontanati dall'atmosfera affollata della vita, dimentica i treni, gli autobus e le automobili e metti da parte tutti i pensieri relativi alle questioni materiali. Nutri invece la tua meditazione con pensieri sulla natura, con visioni di alberi, cespugli e rampicanti sotto il cielo blu, con visioni della luna, del sole, del vento e del mare, e così via. Fissa saldamente questi pensieri nella tua mente.

Coloro che desiderano essere amati da tutti, dovrebbero prima imparare ad amare tutti. Amare tutti non è una cosa facile e ordinaria da fare. Per questo avrete bisogno di molta pazienza e tolleranza, e il vostro cuore dovrebbe essere leggero, senza pesantezza. Se il vostro obiettivo è amare tutti gli esseri umani, allora Dio vi darà molte prove e difficoltà. Se riuscite a sopportare tutto questo e a progredire, Dio vi avvolgerà nel suo amore. Coloro che amano tutti senza distinzioni sono considerati esseri divini. Li chiamiamo “mahatma” o grandi santi.

In passato, quando le persone provavano avversione per le guerre, i nostri bisogni erano limitati. Non cercavamo la fama né avevamo intenzione di fare del male a nessuno. Ma con l'aumentare dei nostri bisogni, torniamo sempre più a uno stato animalesco. La nostra avidità cresce con il desiderio di accumulare sempre più ricchezze. Questa è la causa della grande caduta di ogni persona.

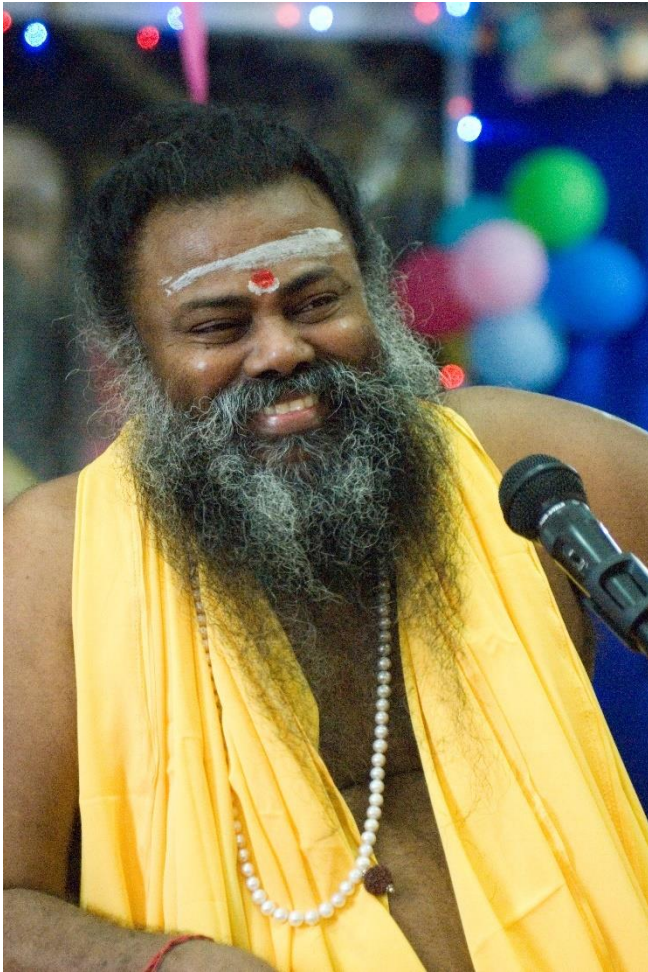
Jai Prema Shanti!

“I fiumi nascono in zone diverse e scorrono seguendo un corso rettilineo o tortuoso, passando per diversi luoghi prima di sfociare infine nel vasto oceano. Allo stesso modo, le diverse religioni sembrano sostenere insegnamenti diversi, ma in realtà tutte conducono a Dio. Quindi, non dovremmo litigare tra noi su quale religione sia migliore, ma piuttosto vivere come fratelli e sorelle.”

- Swamiji



Swamiji Risponde alle Nostre Domande



Come fai i miracoli?

Nessuno può costringermi a fare nulla. Qualunque cosa io voglia materializzare, apparirà in pochi secondi. Non importa cosa sia, ma qualunque cosa io faccia apparire, deve essere qualcosa che conosco o di cui ho una percezione. Se non riesco a percepire qualcosa nella mia mente, non potrei desiderarne la materializzazione e quindi potrebbe non accadere, poiché affinché si materializzi devo avere una conoscenza concettuale di ciò che è. Ad esempio, se mi chiedi un certo tipo di fiore, devo conoscere quella specie affinché possa arrivare nelle mie mani. Supponiamo che io voglia prendere del prasadam da un particolare tempio, allora devo pensare a quel tempio e chiedere il prasadam, e questa apparirà.

Quale stato d'animo bisogna avere per compiere tali miracoli?

Gli antichi santi e saggi pensavano costantemente a Dio, quindi la Sua grazia giunse a loro e furono dotati di certi poteri. I seguaci del Signore Shiva credevano che Shiva stesso fosse sceso e avesse compiuto i miracoli per loro, mentre coloro che erano immersi nei pensieri di Vishnu credevano lo stesso di quella divinità. Coloro che seguivano il sentiero dello jnana [la più alta saggezza] credevano che quei poteri giungessero a una persona durante il corso della meditazione. La mia convinzione è che non dovresti scervellarti su queste cose!

Darò a ciascuno secondo i propri bisogni. Se una persona è malata, potrei curarla, ma se qualcuno ha solo un mal di testa, allora può prendere una pastiglia e non c'è bisogno del mio aiuto. Chi possiede tali poteri non dovrebbe accettare denaro per aiutare le persone attraverso di essi. Non dovrebbe nemmeno aspettarsi nulla in cambio del proprio aiuto; dovrebbe essere umile e non dovrebbe nemmeno aspettarsi che venga detta una parola gentile su di lui.



Non ci si dovrebbe mai lasciar trasportare dalla fama e dalla gloria, poiché ciò porta sempre effetti negativi. Solo una persona la cui mente ha raggiunto un livello molto elevato di sviluppo può ottenere questi poteri. Non ha nulla a che vedere con la conoscenza intellettuale.

Non è possibile allenarsi per ottenere questi poteri. Ho visto persone che hanno imparato a levitare praticando certi tipi di meditazione. Hanno pagato 50.000 rupie un corso per imparare a sollevarsi di un metro e mezzo da terra! Altri hanno cercato di ottenere poteri mistici in modo simile e sono impazziti. Questo tipo di esercizi non è adatto alla maggior parte delle persone, che paghino o meno. Non si dovrebbe meditare per ottenere poteri miracolosi o psichici.

Qual è il vantaggio di frequentare altre persone interessate alla spiritualità?

Per condurre una vita spirituale è necessario avere un ambiente adeguato. Un ambiente corretto ci aiuta a raggiungere la spiritualità. Potete vivere nel mondo cercando di ottenere ricchezza e una vita prospera, ma almeno dedicate un po' di tempo alla spiritualità e alla ricerca di Dio.

Una persona può dire di vivere secondo la propria coscienza, ma la maggior parte si sta illudendo. È solo attraverso la grazia di Dio che possiamo anche solo pensare a Lui e percorrere il sentiero spirituale.

Le persone in genere non sono in grado di capirlo. Ci sono molte contraddizioni tra i nostri obiettivi e i nostri desideri e, quindi, anche se sappiamo cosa è buono e giusto, non riusciamo a raggiungere la verità.

Il vantaggio dei *satsang* e degli incontri spirituali è che ci danno un po' di tempo per riflettere sulla verità e avvicinarci al Divino. Non è necessario che ci sia una grande folla: l'importante è che ci siano due o tre persone che possano riflettere con grande devozione.

Tuttavia, siete così presi dalla routine quotidiana che non vi preoccupate di creare un ambiente così benefico.

Perché gli esseri umani cercano sempre l'amore al di fuori di sé stessi?

Per egoismo! Se le persone potessero sperimentare l'amore dentro sé stessi, potrebbero essere felici da sole. Di solito, chi dà amore agli altri si aspetta di ricevere amore in cambio da quella persona, e quindi il suo amore è un amore egoistico. Eppure, ci sono alcune persone eccezionali che mostrano amore completo dal profondo del loro cuore. Chi ha il vero amore non si aspetta nulla in cambio.

Non riesco a immaginare il concetto di abbandono al sé, così spesso menzionato in spiritualità. Potresti darmi una spiegazione semplice?



Per abbandonarti a Dio devi avere abbastanza fiducia da affidarti completamente al potere superiore. Ti faccio un esempio: nell'antica storia del Mahabharata, Draupadi, una delle devote di Krishna, era in grande difficoltà e pregò al Signore Krishna di salvarla. Krishna non venne immediatamente. Solo quando lei ebbe perso ogni speranza di ricevere aiuto da altri e si affidò totalmente a Krishna, lui venne in suo soccorso. Lei aveva raggiunto quello stadio di fede totale in Dio.

Nella fiducia in sé stessi c'è un senso di egoismo, mentre nell'abbandono al sé non c'è ego. È in questo stadio, quando non c'è ego, che Dio verrà in tuo aiuto, perché ti sei completamente abbandonato a lui. Una volta raggiunte le vette della bhakti [devozione], l'abbandono verrà da sé. Parliamo spesso di amore e di bhakti sincera. Chiediti quale tipo di bhakti c'è in te.

Allora, come possiamo ridurre l'ego?

È molto semplice. Non dovete immaginare troppo di voi stessi, tutto qui.

Come possiamo ridurre i desideri?

Dirigete i vostri desideri verso Dio e non verso le cose materiali e la fisicità. Non c'è fine ai desideri che affliggono questo corpo. Solo quando ci rendiamo conto che questi desideri non hanno alcuna verità, ci allontaneremo da essi.



*“Una volta raggiunte le vette della bhakti (devozione),
l'abbandono arriverà da solo.”*



Satsang:

Gli effetti del suono dei mantra

C'è una connessione molto stretta tra la respirazione e la salute del corpo umano.

I pensieri che sorgono nella nostra mente attivano i nervi del nostro corpo. Quando siamo felici, si attivano determinati nervi che rendono la mente serena e calma e, di conseguenza, il nostro viso appare radioso e felice. Questo accade quando i nervi sono calmi e correttamente attivati. Per correttamente intendo che il canale da dove viene attivata la *prana-shakti* sia pulito e puro, senza ostruzioni o disturbi.

Il suono dei mantra fa sì che i nostri nervi siano controllati e purificati. Secondo l'Ashtanga Yoga, il quarto stato del pranayama (ritenzione esterna del respiro) è altamente benefico sia per il corpo che per la mente, e il canto dei mantra ha lo stesso effetto.



Il suono dei mantra cantati raggiunge le piante, le aiuta a crescere bene. I saggi dicono che questo è molto benefico per la vegetazione.

Quando il suono dei mantra cantati raggiunge le piante, le aiuta a crescere bene. I saggi dicono che questo è molto benefico per la vegetazione.

Il respiro è la causa dei nostri pensieri positivi. Questo perché la mente, che è la culla dei nostri pensieri, e il prana-shakti, che accompagna il respiro, sono collegati. Se riusciamo a controllare il respiro in modi particolari, avremo una mente sorprendentemente forte e un corpo sano. Quando proviamo sentimenti come rabbia e desiderio, il nostro respiro cambia. Quando si prova beatitudine, il respiro passa attraverso la narice destra, ma quando si provano sentimenti di lussuria e simili, il respiro passa attraverso la narice sinistra. Quando la mente è calma e



tranquilla, il respiro fluisce in modo uniforme da entrambi i lati. Quando si raggiunge uno stato molto elevato durante la meditazione, il respiro può persino arrestarsi.

I mantra gettano le basi per un corpo e una mente sani. Ad esempio, il mantra *ekakshara*¹ AUM è composto da tre suoni: A - U - M. Il suono A è collegato alla parte inferiore dei polmoni; il suono U è collegato al centro dei polmoni e il suono M alla parte superiore dei polmoni. Solo quando cantiamo il mantra AUM in modo corretto e chiaro, sfruttando appieno la potenza dei nostri polmoni, il cervello sarà completamente attivato e mostrerà le sue capacità. Questo perché, in genere, utilizziamo solo un terzo dei polmoni e solo un decimo del nostro cervello. Qualunque sia il mantra che cantiamo, prima cantiamo AUM e solo dopo iniziamo a cantare il mantra. Se utilizziamo tutti i nostri polmoni, utilizzeremo anche tutto il cervello.

Cantare i mantra nel modo corretto regola la nostra circolazione sanguigna, il respiro e il calore nel corpo, il che significa che la mente non salterà da una parte all'altra. L'intelletto sarà acuto, in modo da potersi concentrare o studiare a lungo e ricordare tutto ciò che abbiamo studiato. Ci aiuta anche a lavorare a lungo senza stancarci.

“Quando tutti cantano insieme e la dolcezza e la forza del mantra si diffondono nell'atmosfera, purificano l'ambiente circostante.”

La parte dei Veda chiamata Sisa Shastra descrive scientificamente il metodo con cui i suoni vengono creati nel corpo e come vengono prodotti.

Partendo dal chakra muladhara alla base della colonna vertebrale, il respiro esce in modi e tipi diversi. Grazie a ciò, siamo in grado di parlare e cantare. È il motivo per cui esiste una varietà infinita di suoni.

Esiste un metodo per cantare i mantra vedici. Si dice che dovremmo recitare i mantra come la tigre femmina porta i suoi cuccioli in bocca, stringendoli in modo che non cadano, ma delicatamente in modo che non si facciano male.

¹ Ekakshara significa “una sillaba”



I mantra non solo apportano benefici alla persona che li canta, ma anche a tutti gli esseri viventi che li ascoltano. Inoltre, quando tutti cantano insieme e la dolcezza e la forza del mantra si diffondono nell'atmosfera, purificano l'ambiente circostante. I Veda dicono che i grandi mantra vedici dovrebbero essere cantati da tutti gli esseri nati in questo mondo.

*Yaday mam vaasam kalyaneem
Svadaane janaypya!
Bhrahama rajan yaapyam
Sutraaya saaryaaya sa
Swaaya Saranaya sa!*

“Recito questi mantra di buon auspicio per la salvezza di tutta l'umanità in tutto il mondo - per i bramini, gli kshatriya, gli shudra, i vaisya [le quattro diverse classi sociali, i sacerdoti, i guerrieri e i governanti, i lavoratori e i commercianti] per il popolo del mio paese e per quello di tutti gli altri.

(Yajur Veda, 26-2)





*“Sii felice. Non ascoltare pettegolezzi.
Non ascoltare storie inutili.
Renditi puro.”*



Premananda International Youth



Messaggio per i Giovani

Giovani, Ascoltate la Verità!



I giovani nella società odierna dovrebbero capire la verità e poi aiutare il mondo intero a comprenderla. Come la lampada illumina, così i giovani nella società dovrebbero accendere la lampada della verità per illuminare il mondo.

Molte persone oggi non conoscono la devozione o la fede nel Divino. Alcuni non capiscono nemmeno come comportarsi correttamente e non sentono il bisogno di raggiungere il livello più alto. Oggigiorno, pensieri come: "Abbiamo bisogno di cibo e sonno e vivremo come vogliamo" sono in aumento. Se questo modo di pensare continua, la cultura e l'umiltà diminuiranno gradualmente e gli esseri umani inizieranno a vivere una vita come gli animali. Ecco perché gli esseri umani dovrebbero pensare a usare il loro sesto senso e apprezzare la saggezza spirituale.



Dentro noi stessi e dentro le nostre menti possiamo creare un mondo sacro, realizzando così la verità e l'esistenza della Divinità. Trasformate il pensiero: "Possiamo vivere come vogliamo" in "Possiamo vivere in questo modo particolare" e cercate di condurre una vita bella e nobile.

Potresti comprendere ogni tipo di filosofia e conoscere diversi maestri spirituali, ma se scopri quello che ti porta al livello più alto e poi vivi di conseguenza, tutto andrà bene. Diciamo sempre: "Domani, domani" e rimandiamo tutto. Perché? Perché non crediamo di poter finire tutto oggi? Perché abbiamo già sperimentato che c'è un altro giorno a seguire, ed è per questo che pensiamo sempre a quel giorno. Questa è la nostra pigrizia. Non ricordiamo mai che domani non sarà come oggi.

Finora, i giorni della nostra vita sono stati un misto di piacere e dolore. Se abbiamo una mente forte possiamo sopportarlo, ma, altrimenti, ci sentiremo feriti.

Non pensiamo mai al mondo divino. I nostri pensieri e le nostre azioni sono incentrati su questo mondo materiale, a seconda delle circostanze. Se il mondo continua in questo modo, cosa succederà? La terra diventerà inutile, così come le persone che la abitano.

Quindi, i giovani dovrebbero farsi avanti come coraggiosi cuccioli di leone, con fiducia in sé stessi e coraggio, per aiutare le persone a comprendere ciò che è vero. Dovrebbero guidare le persone nel raggiungimento di uno stato di essere superiore; dovrebbero mostrare loro qual è il modo giusto di vivere e, in questo modo, il Paese e la sua gente possono cambiare.

Per prima cosa, vi mostrerò la via corretta. Lo stile di vita che l'essere umano di oggi sperimenta non è il nostro e c'è molto da fare in questo mondo. Poiché non vi è ancora venuto in mente, i vostri pensieri continuano a girare in un piccolo cerchio. All'interno di questo cerchio ci sono molte discriminazioni come classe, religione, lingua, ricchezza o povertà e così via. Anche voi state seguendo le stesse vie degli altri. Vivete per mangiare, dormire e divertirvi. Facendo solo questo, viviamo una vita senza un piano o uno scopo e immaginiamo che i piaceri di cui godiamo siano la vera felicità. Non esitate, cercate di aiutare gli altri a comprendere ciò che è vero e, allo stesso tempo, non permettete loro di cambiare la direzione della vostra vita.

Ho un buon messaggio per tutti voi. Avrete un futuro luminoso. Scoprite ciò che è falso, cercate di vivere una vita sincera e fate del bene a questa terra.

Jai Prema Shanti



SILENZIO

“Vorrei che comprendeste le questioni spirituali in termini semplici. In definitiva, non ci sono parole per spiegare la vera spiritualità. Infine, ogni conoscenza e comprensione discendono su di noi nel silenzio e nella nostra quiete interiore.”



