

Se tutto è dedicato a Dio, non ci sarà spazio per la preoccupazione o il dolore o persino per la gioia. Se vi liberate così dall'attaccamento, la vostra pace non potrà mai essere disturbata. "Io, mio, tu, tuo": quando queste idee si impossessano della mente, la pace subisce un impedimento.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**2 Aprile 2009**

C'è un Creatore dietro questo cosmo incantevole; Egli è Onnisciente, Onnipotente e Onnipresente ed è adorato come Dio sotto molti nomi e in molte forme da popoli vari. L'unità, la fratellanza e la devozione sono essenziali per ogni essere umano; per promuovere queste qualità sacre nell'umanità, alcune grandi anime pensarono di fondare le diverse religioni. La religione non è un concetto restrittivo, è intesa a sviluppare la personalità umana ed indicare le linee guida fondamentali per un vivere corretto. Essa evolve l'umanità nell'uomo e lo rende capace di vivere in armonia con i suoi simili, fornisce il collegamento tra l'individuo ed il Divino ed evidenzia l'unità che sottende la diversità nella Creazione.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**1 Aprile 2009**

La Bhagavat Gita indica l'imperturbabilità (Udhasinah) come una delle qualità del devoto che è caro al Signore. Questo significa che si deve essere completamente liberi dall'egoismo. Bisogna considerare il compimento dei propri doveri come l'unico scopo dell'esistenza; nel compierli, dobbiamo essere indifferenti alla fama ed al biasimo e non cercare alcun potere o posizione. Uno deve agire seguendo i dettami della coscienza senza preoccuparsi di altro e tutte le azioni vanno fatte con spirito di servizio disinteressato. Questa è l'importanza vera dell'essere imperturbabili.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**30 marzo 2009**

Vivete nella convinzione assoluta di essere l'Atma (il Sé, lo Spirito). L'Atma vede attraverso gli occhi, ode con le orecchie, manipola con le dita e si muove per mezzo dei piedi; è il "Voi" fondamentale che non si esalta in seguito alla lode né si lascia abbattere dal biasimo. Fino a quando sarete sopraffatti dalla paura e dall'ansia, non potrete portar niente a termine; siate coraggiosi! Sappiate di essere l'Atma, non questo corpo, e sarete liberi dalla paura. Dio può aiutarvi ad ottenere cose grandi ma soltanto se basate le vostre azioni sulla conoscenza vera e rimanete liberi dalla paura.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**29 marzo 2009**

Nel cercare la pace mentale, non dovrete essere interessati solamente alle vostre necessità. Tale ricerca, a parte l'essere indice di egoismo notevole, è anche vana: è possibile che un individuo trovi la pace separatamente dagli altri? Come potete voi aver pace da soli se tutto intorno c'è agitazione e caos? La vostra pace dipende da quella della famiglia, della società e del mondo; voi dovete coltivare il sentimento che la vostra pace è legata intimamente a quella del mondo. Gli antichi percepirono questa verità profonda e prescissero la preghiera "Samastha Lokaha Sukhino Bhavanthu" (Possano tutti gli esseri di tutti i mondi essere felici).

### **da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

**28 marzo 2009**

La felicità e il dispiacere devono essere sperimentati nella vita terrena perchè sono inevitabili come l'alba e il tramonto. Voi pensate che l'anno nuovo porti esperienze migliori ma questo non è corretto; è la mente ad essere responsabile del piacere e della sofferenza. Se la vostra mente è buona, voi troverete che tutto è buono. Senza la Grazia Divina, la vita stessa sarebbe impossibile per il genere umano. Anche le difficoltà che potete sperimentare sono doni del Divino. Voi siete incarnazioni del Divino che non è altro che beatitudine; essendo tali, non è da parte vostra una follia dire che siete addolorati e tristi per questo?

### **da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

**27 marzo 2009**

Acquisite la fede in Dio. Tutti i nomi sono Suoi, sia Rama, Krishna, Cristo, Allah o qualunque altro. Ogni uomo è l'incarnazione del Divino e relazioni umane vere possono svilupparsi soltanto quando si riconosca questa verità. Il primo stadio della realizzazione si verifica quando voi riconoscete "Io sono nella Luce", dopo giungete a "La luce è in me" ed infine "Io sono La luce". "Io" rappresenta l'amore e "Luce" rappresenta la Saggezza Suprema (Jnana). Quando l'Amore e la Luce diventano una cosa sola, c'è la Realizzazione.

### **da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

**26 marzo 2009**

Nithi significa moralità o retta condotta ed è il sentiero che conduce al Divino. Il buon carattere, la purezza dei pensieri, le azioni meritorie ed il sacrificio altruistico sono tutti compresi nel termine Nithi. Gli antichi consideravano Nithi fondamentale; in sua assenza, la società è mutilata. La moralità non è qualcosa che avete bisogno di imporvi, è la vostra qualità naturale e quindi coltivate la prima di ogni altra cosa; soltanto allora la Divinità sboccherà in voi. Il mondo intero prospererà quando l'uomo aderirà alla moralità. Dovunque siate, qualunque cosa facciate, considerate la moralità come la base della vostra vita;

essa solamente dona una reputazione vera e duratura. Voi potete ottenere la Grazia Divina e la felicità soltanto se coltivate la moralità.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**24 marzo 2009**

Il servizio a Dio è stato definito devozione (Bhakti). Il cuore del devoto trabocca d'amore per il Signore nel costante ricordo e nella recitazione del Nome: da questo fiume d'amore emerge la devozione. Chi è nutrito con il nettare della devozione non desidera nient'altro. Essere immuni dalla gioia e dal dolore, dal guadagno e dalla perdita, dalla lode e dal biasimo e rimanere fermi ed incrollabili nella fede è il segno della devozione vera. Le simpatie, gli attaccamenti e i desideri sono naturali nell'uomo ma queste qualità, quando sono dirette verso Dio e quando si è impegnati continuamente in buone azioni, acquistano purezza e sacralità; allora si diventa non soltanto una grande anima ma Dio stesso.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**23 marzo 2009**

Dio è la base di tutto; Egli è onnipresente ed onnisciente e pervade tutta la creazione. Chi può dire che soltanto questo è Dio (Brahman) e quello no? La sola entità esistente ed eterna è Brahman, il resto è del tutto evanescente. Proprio come senza il cotone non può esserci alcuna stoffa, senza Dio non può esserci il mondo. Non commettete l'errore di prendere questo corpo fisico (Deha) per reale: la realtà vera è la Divinità interiore (Dehi). Questa Divinità è oltre la nascita e la morte, l'Uno senza inizio né fine ed è il testimone eterno. Riconoscete questa verità.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**22 marzo 2009**

Voi siete tutti l'indistruttibile Atma, niente vi deve scoraggiare. Se sognate, soffrite per il fuoco, per le inondazioni, le offese, le perdite di denaro ecc. ma, una volta svegli, non ne siete affatto danneggiati. Quando questi eventi accadono durante lo stato di veglia, vi rattristate ma lasciate che vi dica che, dallo stato di Realizzazione, anche lo stato di veglia è privo di validità; non è certamente il "voi" reale che soffre. Abbandonate l'illusione di essere l'entità fisica e divenite veramente liberi.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**21 marzo 2009**

Il vero luogo di residenza di Dio è il cuore dell'uomo, non avete bisogno di andare in giro a cercarlo. L'incapacità di riconoscere la vostra divinità innata è ignoranza (ajñana); dovete chiedervi la ragione di questa ignoranza. Questo

accade principalmente perché, per tutta la vita, voi seguite il cammino esteriore (Pravritthi Marga) sotto l'influenza degli organi di senso che sono attratti dagli oggetti esterni. Voi non fate alcuno sforzo per seguire il cammino interiore (Nivritthi Marga) per cui siete totalmente assorbiti dalle attività esteriori e state trascurando completamente il sentiero interiore. Voi vedete il tutto da un punto di vista secolare e non riconoscete la Divinità che lo pervade; per percepire questa Divinità, dovete fare lo sforzo di cambiare la vostra visione dall'esterno all'interno.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**20 marzo 2009**

Il dovere di ogni uomo è realizzare lo scopo della vita ed usare il tempo nell'esecuzione dei propri compiti per santificare l'esistenza. Purché ne abbia la volontà, non c'è niente che l'uomo non possa ottenere in questo mondo ma, prima di intraprendere qualunque iniziativa, egli deve avere coscienza delle proprie doti e abilità. Il genere umano ha acquisito la capacità di esplorare le stelle o camminare sulla luna ma non è stato capace di comprendere la sua vera natura ed è diventato ignorante della sua unità con la consapevolezza universale. Questa consapevolezza non è relativa alla conoscenza del mondo esteriore; essa può essere sperimentata soltanto volgendo la visione verso l'interno. Solamente avendo la consapevolezza integrale l'uomo percepisce correttamente e solamente questa visione integrale può dare la beatitudine.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**19 marzo 2009**

Il ricordo di Dio e la ripetizione del Suo Nome sono l'unico mezzo di liberarsi accessibile a tutti. La gente tende a trattare con leggerezza il Nome del Signore, non realizzandoNe la potenza. In Esso è contenuto il potere dell'intero Universo. Dovete capire bene il significato del Nome ed usarLo nel modo giusto. Il canto dei *Bhajan* è un'attività efficace, mediante la quale il desiderio (*Kama*) e la rabbia (*Krodha*) possono essere tenute lontane.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**18 marzo 2009**

Voi dovete comprendere che il canto devozionale (*Bhajan*), la ripetizione del Nome di Dio (*Namasmarana*) e l'adorazione rituale (*Puja*) non si fanno per compiacere o propiziare Dio ma per il proprio progresso spirituale. Spesso, le persone lusingano i ricchi ed i potenti, specialmente nell'ambiente di lavoro o quando sono in obbligo con loro per qualche aiuto prezioso, per indurli ad elargire dei doni ma Dio non spande la grazia sulla gente perché questa canta le Sue lodi né la rimprovera perché non Lo deifica. Il meditare sugli attributi Divini

ci rende capaci di albergare ideali elevati e ci porta più vicino alla Divinità che è la nostra natura.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
17 marzo 2009

Il carattere è il vero ornamento dell'uomo; la perdita di questo ornamento è la fonte di tutta la sofferenza ed infelicità. L'uomo non si rende conto dello scopo per cui Dio lo ha creato. La Creazione di Dio è fertile di verità profonde, di misteri e ideali ma l'uomo ha dimenticato questi ideali ed è incapace di apprezzare il significato della sua eredità. Di tutti i poteri nel mondo, quello dell'uomo è il più grande; egli dà valore ad ogni cosa in questo mondo ma è incapace di riconoscere il proprio valore.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
16 marzo 2009

Quando vedete una montagna, una cascata od una foresta vi sentite felici, perché esse proclamano tutta la Presenza del Divino. La luce risplende, le stelle brillano, il sole arde ed i pianeti ruotano secondo le loro orbite: tutti questi fenomeni sono manifestazioni del Divino. Se si comprende la natura della fiamma si capisce anche la natura del fuoco ed esaminando una goccia d'acqua si può capire la natura del Gange. Allo stesso modo, se comprendete la vera natura dell'uomo (*Manavathvam*), potete capire la Divinità (*Daivathvam*).

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
15 marzo 2009

Le *Upanishad* dichiarano che '*Dio è l'Essenza*'. Questo significa che Dio è presente in forma sottile ovunque, come lo zucchero lo è nella canna da zucchero ed il burro nel latte. Sebbene sia difficile avere una diretta percezione di Dio, la Sua presenza può essere sperimentata in molti modi. Il gusto dolce nello zucchero, il sapore aspro nel frutto della limetta e quello amaro nella foglia di margosa (*nim*) testimoniano tutti la presenza del Divino.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
14 marzo 2009

Non rallegratevi mai se venite lodati, né sentitevi depressi se venite biasimati. Siate leoni spirituali, che non vengono toccati né dalla lode né dal biasimo. Siate allegri e sorridenti in tutte le circostanze. La depressione, il dubbio e la vanità sono dannosi per l'aspirante spirituale ma se compaiono quando la devozione di una persona si è ben stabilizzata ci si può liberare facilmente.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**13 marzo 2009**

*Sathya* (la Verità) viene realizzata tramite la disciplina spirituale (*Sadhana*) della lingua. Il retto vivere (*Dharma*) viene realizzato dalla disciplina spirituale dell'individuo attraverso la retta condotta in rapporto alla società. L'uomo può ottenere l'Equanimità e la Pace (*Shanti*) tramite la disciplina della mente. L'Amore (*Prema*) trascende il pensiero, la parola e l'azione; considerarlo un modo di parlare, un'attitudine della mente o un tratto fisico corrisponde a sminuirlo. L'Amore è Dio; Dio è Amore. L'Amore Divino non è facilmente comprensibile, non ha traccia di egoismo e non viene guidato da motivi occulti.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**12 marzo 2009**

Il vero criterio della condotta morale è l'armonia fra i propri pensieri, le proprie parole e le proprie azioni. La moralità consiste nell'agire in conformità alle regole dettate dalla società, per un individuo od un gruppo, in un tempo ed in un luogo particolari. Di tutti i valori umani i più importanti sono tre e, di questi, il più importante è l'Amore per Dio. Dove c'è Amore c'è sacrificio e là nasce la purezza del cuore. Ci dovrebbe essere una fusione dell'Amore, del sacrificio e della purezza, che non sono mere qualità umane e che sono essenziali per un essere umano quanto, per il corpo, lo sono la testa, le mani e le gambe. Tali qualità sono organi vitali per un essere umano e senza questi attributi nessuno è un essere umano completo.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**11 marzo 2009**

Ogni essere umano dovrebbe condurre la vita in modo da non causare dolore ad alcun essere vivente. Voi dovete valutare attentamente le conseguenze delle vostre parole ed azioni. Comunque vogliate che gli altri vi amino e rispettino, dovete voi amarli e rispettarli per primi; soltanto allora gli altri vi restituiranno amore e rispetto. Se invece, senza amare e rispettare gli altri, lamentate che gli altri non vi trattino bene, giungete ad una conclusione errata.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**10 marzo 2009**

Noi non siamo capaci di comprendere lo spirito (Atma) direttamente; noi crediamo nell'esistenza dell'Atma in forza delle affermazioni fatte dai grandi saggi che ne hanno avuto l'esperienza e lo hanno rivelato tramite i loro insegnamenti. Quando il Divino viene descritto come l'Uno senza attributi, eterno, puro, libero e brillante di luce propria, questa descrizione non ci rende Dio visibile; è soltanto

quando abbiamo raggiunto lo stato di Brahman che la Sua esistenza ci viene convalidata.

### **da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

9 marzo 2009

Generalmente, noi consideriamo la prova della percezione diretta (Pratyaksha Promana) come il più importante tipo di evidenza: noi siamo in grado di vedere il nostro corpo per cui sappiamo che esiste. La deduzione (Anumana) è un'altra forma di prova: noi vediamo del fumo in cima ad una collina distante e, da quel fumo, deduciamo che ci debba essere del fuoco. Nonostante vediamo soltanto il fumo, deduciamo che vi sia il fuoco. Dedurre l'esistenza del "non visibile" dalla presenza di ciò che si vede è la prova deduttiva (Anumana Pramana). Questi metodi di determinazione dei fatti sono però applicabili solamente all'universo esteriore; per determinare il Principio Divino, dobbiamo dipendere dalla sola prova delle parole (Shabdha Promana) dei Veda.

### **da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

8 marzo 2009

Ognuno è soggetto a commettere errori senza esserne consapevole. Per quanto luminoso sia il fuoco, è inevitabile che ne esca del fumo nero; per quanto buone siano le azioni che un uomo può fare, ad esse sarà mischiata una traccia di malvagità. Bisogna sforzarsi per ridurre il male al minimo in modo che il bene sia progressivamente di più.

### **da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

7 marzo 2009

La rettitudine e la saggezza spirituale (Dharma e Jnana) sono due occhi dati all'uomo affinché scopra la sua Divinità. Il Dharma indica la via corretta che ogni individuo, gruppo o società dovrebbe seguire; esso distrugge chi lo viola e protegge chi lo protegge. Le scritture hanno dichiarato che "Dove c'è il Dharma c'è la vittoria". Non c'è Dharma più grande della Verità; l'edificio del Dharma è costruito sulle fondamenta della Verità. La giustizia (Nyaya) è un attributo essenziale del Dharma; un individuo, una società o una nazione rifulgono di gloria soltanto quando aderiscono alla giustizia. Proprio come si acquisisce il benessere economico esercitando la propria professione, bisogna acquisire merito e Grazia Divina aderendo alla moralità (Nithi) e al Dharma.

### **da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

6 marzo 2009

Solamente gli alberi cresciuti nel terreno fertile possono produrre frutti buoni; quelli che sono cresciuti nel terreno salmastro daranno soltanto frutti di qualità

scadente. In egual modo, solamente nei cuori che sono puri ed immacolati possono crescere e brillare virtù e sentimenti santi come la verità, la compassione, la tolleranza e l'altruismo. Come il contadino dura fatica per coltivare il suo campo, il devoto (Bhakta) deve sforzarsi per coltivare il Nome del Signore nel suo cuore al fine di mietere il raccolto: Dio Stesso.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
5 marzo 2009

La salute è il primo ed indispensabile requisito necessario a ottenere il successo in tutti gli aspetti della vita e a realizzare i quattro ideali che guidano la vita umana: il vivere morale, la prosperità, il soddisfacimento dei desideri benefici e la liberazione dalla sofferenza. L'uomo cerca di vivere felicemente e pacificamente ma la felicità e la pace non si ottengono per mezzo delle attività secolari. Il corpo, che desidera essere in salute ed al sicuro, è soggetto alla malattia, all'invecchiamento ed alla morte mentre l'Abitante interiore, il Sé, non è nato né muore. Il corpo è il tempio di Dio per cui è dovere dell'uomo mantenerlo in buone condizioni.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
4 marzo 2009

Qual è la ragione dell'infelicità delle persone di tutto il mondo? Esse hanno dimenticato la base Divina della Creazione, hanno trascurato il Principio Unico Assoluto che sottende tutta la Creazione. Tutte le vite vissute senza fede e devozione verso l'Unico Dio Supremo sono inutili, le vite trascorse senza aver gustato il nettare del Principio Divino sono opportunità sprecate. Dio ha dato all'uomo gli strumenti per sviluppare l'intelletto e la discriminazione; se egli li usa bene e cerca di raggiungere la Divinità in se stesso, Dio gli darà in aggiunta delle capacità nuove e le sorgenti del potere perché Egli è sempre pieno di grazia per gli aspiranti.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
3 marzo 2009

La devozione (Bhakti) non consiste nell'indossare abiti color arancione, nell'osservare i rituali ecc. Un cuore puro, la contemplazione ininterrotta di Dio, il sentire che tutto è Creazione di Dio e quindi Uno, il distacco dagli oggetti dei sensi, l'abbracciare tutti con amore equanime, il praticare la verità nel parlare; queste sono le caratteristiche della devozione.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
2 marzo 2009

La Bhagavad Gita non vi suggerisce di cogliere una foglia, un fiore o un frutto da qualche pianta e metterlo davanti a Dio né vi chiede di portare acqua da un pozzo, un fiume o una fontanella sulla strada. La foglia che dovete offrire è il vostro stesso corpo che, come la foglia, germoglia verde, declina ed infine cade dal ramo. Il fiore è il cuore liberato dai parassiti della lussuria, della rabbia, dell'avidità, dell'attaccamento, dell'orgoglio, dell'odio ecc. Il frutto è la mente, la successione dei suoi desideri, che deve essere dedicata a Dio. L'acqua è il ruscello di lacrime che sgorga dagli occhi quando si è in beatitudine estatica nella contemplazione della Sua gloria. L'offerta di queste quattro è il vero atto di affidamento totale (Sharanagathi).

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**1 marzo 2009**

Dio è immanente nei cinque elementi: Terra, Acqua, Fuoco, Aria ed Etere. Dato che non c'è luogo nella creazione in cui i cinque elementi non esistano, si può concludere che Dio è onnipervadente. Perché, ciò nonostante, l'uomo è incapace di fare l'esperienza di questa Divinità? Sebbene l'acqua rifletta gli oggetti, l'immagine, al contrario dell'oggetto, non è stabile; similmente, se l'uomo ha una mente instabile, non può essere una immagine perfetta di Dio. Una mente simile porta alla confusione ed alla depressione e con essa un ricercatore non può mai diventare consapevole della Divinità interiore. Ciò che è essenziale, per avere una mente stabile, è il controllo dei cinque sensi ed un tetto ai desideri.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**28 febbraio 2009**

La felicità che non finisce si può ottenere soltanto tramite una forma di conoscenza (Vidya), quella che si attinge dalle Upanishad, l'insegnamento dei Rishi o veggenti: la scienza del raggiungimento della Divinità. Solamente questa può salvare l'uomo e concedergli la pace. Non c'è niente di più elevato. Qualunque sia il campo in cui siete specializzati per una professione o per vivere, tenete sempre gli occhi su questa conoscenza.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**27 febbraio 2009**

Ogni devoto spera di sperimentare la gioia della Beatitudine Suprema ma questa non è qualcosa da acquisire "ex novo" o qualche nuova esperienza da ottenere con l'esercizio spirituale (Sadhana); essa è sempre con voi ed in voi solo che voi non siete capaci di assaporarla ora a causa dell'ego che agisce come uno schermo nascondendola alla vista. Bisogna strappare quello schermo dopodiché il

sempre-esistente può essere conosciuto. Ciò che va e viene è lo schermo di "io" e "mio" che copre la Beatitudine.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
26 febbraio 2009

Dio vede il sentimento interiore e non l'apparenza e comportamento esteriori; ciò nonostante, voi non dovete trascurare il comportamento e l'azione esteriori, dovete manifestare i nobili sentimenti interiori anche all'esterno. Questo dà la possibilità di sperimentare il senso di tranquillità e pace più pienamente perché il sapore di Shanti (Pace) va gustato in ogni pensiero, parola, gesto ed azione. Soltanto allora la Pace diventa completa (Paripurna).

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
25 febbraio 2009

.....

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
24 febbraio 2009

Tra le festività, Shivaratri ha una importanza eccezionale. Nella notte di Shivaratri, le vibrazioni Divine sono vicine ad ogni cuore umano e, in tale occasione, chi si impegna in occupazioni sacre assorbe queste vibrazioni. La notte santa di Shivaratri vuol servire come sacra opportunità per voltare con decisione la mente verso Dio. Dato che questa notte precede il giorno di luna nuova, all'esterno è buio pesto dovunque mentre il cuore si riempie di splendore Divino. La luce rappresenta il buon augurio. Questa è la ragione per cui questo giorno è celebrato come Shivaratri.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
23 febbraio 2009

Tutte le esperienze di piacere e dolore hanno origine nei pensieri dell'uomo. Un pensiero è come il seme di un albero che, a tempo debito, produce rami, foglie, fiori e frutti. Tutto ciò che vedete in un albero è scaturito da un piccolo seme; similmente, il pensiero dell'uomo, sebbene sia immateriale, contiene potenzialmente l'universo intero. L'atomo è il microcosmo dell'Universo. Forse avete notato l'enorme dimensione dell'albero banyan; eppure il suo seme è molto piccolo. Intrinsecamente, il seme e l'albero sono uno.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
22 febbraio 2009

Delle varie forme di devozione (Bhakti), la recitazione del Nome di Dio (Namasmaraṇa) è la migliore. Se l'aspirante considera il Nome del Signore come il vero e proprio respiro della sua vita e, avendo fede totale nelle buone azioni e nei pensieri buoni, accresce in sé lo spirito di servizio e l'amore equanime verso tutti, non potrebbe percorrere via migliore per la Liberazione (Mukti).

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**21 febbraio 2009**

La Grazia di Dio non si ottiene facilmente. Il senso dell'ego (Ahaṁkāra), che porta a dire io sono colui che fa, deve essere espianato dal cuore con tutte le radici. Tutti, sia gli eruditi che gli illetterati, dovrebbero provare un desiderio travolgente di conoscere Dio; Egli ha pari affetto per tutti i Suoi figli proprio come il Sole che illumina tutto il mondo nello stesso modo.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**20 febbraio 2009**

La salute è ricchezza. Senza un corpo sano, l'uomo non può portare ad esecuzione alcuno dei suoi pensieri per quanto nobili possano essere. Un corpo sano porta ad una mente sana. Mangiate ad orario, gustate ciò che mangiate e intrattenete pensieri positivi nel farlo; questo vi procurerà una buona salute. Prima di tutto, abbandonate tutte le cattive abitudini; automaticamente otterrete la buona salute che vi darà un corpo forte e così potrete condurre una vita ideale e meritevole piena di contentezza e beatitudine.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**19 febbraio 2009**

I sei nemici interiori, il desiderio, la rabbia, l'avidità, l'attaccamento, l'orgoglio e l'invidia, possono essere sradicati soltanto seguendo gli insegnamenti degli uomini buoni, l'Amore di Dio, la conoscenza di Dio e la compagnia dei devoti. Il cuore della persona che non si sforza di coltivare la sua mente con pensieri sacri è certamente il paradiso della depravazione e della malvagità. Questo deve essere tenuto in mente da tutti coloro che aspirano a salvarsi e sperano di elevarsi verso la grandezza.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**18 febbraio 2009**

L'autodisciplina è la base fondamentale per vivere con successo; l'uomo può ottenere la pace duratura soltanto per suo mezzo. Senza pace non può esserci felicità. La pace è proprio della stessa natura dell'Atma e può coesistere solamente con la purezza di cuore, mai con un cuore avaro e pieno di desideri

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**17 febbraio 2009**

L'uomo che è preso nelle spire dell'ego non può riconoscere Dio. Quando l'ego si fonde con l'Atma avviene la liberazione (Mukti). L'ego nasce dall'Atma, dall'ego emerge il pensiero e quest'ultimo è la fonte della parola (Vaak). Tutti questi sono scaturiti dall'Atma. La Verità dell'Atma può venir realizzata solamente quando l'ego, causa della schiavitù dell'uomo, scompare. L'uomo viene da Dio (Brahman), evolve in Dio e si fonde in Dio. Lo scopo di tutti gli esercizi spirituali è di permettere all'uomo di riconoscere l'unità che sottende l'intera Creazione e renderlo capace di realizzare la Beatitudine in unione con il Divino.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**16 febbraio 2009**

Il Signore Krishna ha detto nella Bhagavad Gita: "*Mamaivamsho Jivaloke Jivabhuta Sanathanah*" (tutti gli esseri sono una parte eterna del Mio Sé). Dio è presente nel cuore di tutti. È a causa dell'illusione (*Bhrama*) che l'uomo è incapace di realizzare la sua Natura Divina. Innanzitutto l'uomo deve sforzarsi di superare l'illusione e realizzare che Dio è sempre con lui, in lui, intorno a lui, sopra di lui e sotto di lui. Nel Principio Divino non possono esserci difetti o imperfezioni. Qualsiasi difetto pensate di vedere è solo il risultato della vostra immaginazione.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**15 febbraio 2009**

Una casa in cui i membri della famiglia conducano le loro vite all'insegna di nobili ideali, cantando insieme la gloria del Nome del Signore e passando il tempo a compiere buone azioni; una casa in cui i valori della Verità, della Pace e dell'Amore regnino supremi, dove venga intrapreso lo studio regolare dei libri sacri, dove i sensi siano sotto controllo e si nutra lo stesso amore e lo stesso rispetto per tutta la Creazione, ispirati dalla Conoscenza dell'Unità Fondamentale della Creazione stessa - una tale casa è il Paradiso sulla Terra.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**14 febbraio 2009**

Gli esseri umani nascono con un pianto impotente e lamentoso; dovrebbero andarsene dal mondo con un sorriso di gioia. Questo è lo scopo degli anni di vita che intercorrono fra i due eventi ma oggi questi anni vengono sprecati. Dio, che

è l'ancora che salva l'uomo dalle tempeste del dolore e della disperazione, viene trascurato ed ignorato. L'uomo si lascia sbalottare da un'esigenza ad un'altra, da un dolore ad un altro fino a quando viene accecato dalla disperazione e reso esausto dalle sue ricerche piene di frustrazioni. La maggior parte delle malattie sono dovute a questa disperazione, a questa spossatezza.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**13 febbraio 2009**

Il corpo e la mente sono in stretta relazione fra di loro ed entrambi traggono sostentamento dal cibo, che ha quindi un considerevole impatto sul carattere e sul destino di un individuo. Com'è il cibo, così sarà la mente; com'è la mente, così saranno i pensieri; come sono i pensieri, così saranno le azioni. Tutto ciò che viene percepito dai sensi è 'cibo'. Per l'aspirante spirituale (*Sadhaka*) ciò che viene assunto dev'essere *sattvico* e cioè puro e moderato. I suoni, la visione, le impressioni, le idee, le lezioni, i contatti - tutto deve promuovere venerazione, umiltà, equilibrio, equanimità e semplicità. Solo il cibo *sattvico* manterrà la mente in equilibrio, pienamente concentrata sull'*Atma* che essa deve contemplare per ottenere la Pace.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**12 febbraio 2009**

Non forgiate la vostra condotta con un occhio all'opinione altrui. Seguite invece con coraggio, gioia e fermezza i suggerimenti della vostra mente pura (*Sattvic-Manas*), della vostra coscienza risvegliata, del vostro Sé interiore. Frequentate solo chi è sincero.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**11 febbraio 2009**

L'essere umano viene definito *Nara*. *Ra* significa 'ciò che perisce' e *Na* significa 'non', pertanto *Nara* si riferisce a ciò che è immortale nell'uomo: l'*Atma* (lo Spirito). Conseguentemente la sofferenza dovrebbe essergli aliena ed egli non dovrebbe versare lacrime. Ritenetevi Divini e vivete con questa ferma convinzione. La Divinità in ogni essere dev'essere venerata; dovete riconoscere l'Unità nella diversità. Non lasciate spazio ad alcun pensiero negativo: il corpo è un tempio del Divino e non vi devono essere ospitati pensieri malvagi.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**10 febbraio 2009**

Potete sostenere di vivere rettamente ma il vostro fondamentale difetto è che le vostre azioni non vengono compiute in spirito di dedizione. Quando questo

accade esse vengono stampate con l'autentico marchio della rettitudine (*Dharma*). Come può una persona aspirare ad avere l'attitudine di dedicare tutte le sue attività al Signore senza essere, allo stesso tempo, pura nel pensiero, nella parola e nell'azione?.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
9 febbraio 2009

*Non c'è benedizione più grande della nascita umana* (Janthunam Narajanma Durlabham). Per definire se stesso "umano", uno deve, prima di tutto e soprattutto, mostrare umanità nell'azione. Essendo nati e cresciuti nella società ed avendo ricavato il proprio benessere economico dalla stessa, si dovrebbe mostrarle gratitudine lavorando per il suo benessere. Il mondo sta affrontando dei problemi perché l'uomo non esprime la sua gratitudine alla società. Il benessere della società è anche il vostro benessere; abbandonate l'egoismo e lavorate per il benessere della società. Il mondo godrà di pace e sicurezza soltanto quando ognuno servirà la società ed avrà devozione verso Dio.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
8 febbraio 2009

Pensare che qualcuno sia vostro amico e qualcun'altro vostro nemico è un errore; questa illusione deve essere abbandonata. Dio, che è l'incarnazione dell'Amore, è il solo vero e costante compagno, amico, guida e protettore; sappiatelo e vivete in questa conoscenza, così si conduce una vita nel Dharma (rettitudine/dovere). Il modo di vivere darmico è la strada che porta alla Autorealizzazione e coloro che la percorrono sono cari al Signore. Egli dimora con tutti quelli che sono sinceri e le cui azioni scaturiscono dal Dharma.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
7 febbraio 2009

Le visite ai templi, la compagnia degli uomini santi, la ripetizione del Nome Divino e l'adorazione della Forma Divina sono le fonti di luce esteriori; la meditazione, l'austerità e la contemplazione sono le fonti dell'illuminazione interiore. Se si privano di tutte, come possono gli uomini sperimentare la visione della Gloria di Dio?

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
6 febbraio 2009

Alcuni combustibili come il petrolio, il carbone, etc. vengono estratti dalle profondità della terra. Da dove son venuti fuori all'inizio? Per un periodo lungo, si sono accumulati profondamente all'interno e dora fanno la loro apparizione all'esterno. Nello stesso modo, le tendenze malvagie come il desiderio, la rabbia, l'odio, etc., sono accumulate, nascoste in voi ; prima o dopo devono uscire e quindi fate attenzione a non lasciarle neanche entrare. Dovete discriminare ed assicurarvi che in voi entrino soltanto le qualità buone ; questo è il vero valore umano. Anche il tentativo di trattenere la rabbia è un segno di debolezza ; in effetti, dovette coltivare la vostra natura in modo tale che la stesso sentimento della rabbia non entri in voi.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**5 febbraio 2009**

Tra la devozione (Bhakti) e la saggezza/conoscenza (Jnana) non c'è differenza; proprio come l'adorazione del Dio con attributi (Saguna) diventa adorazione del Dio senza attributi (Nirguna), la devozione diventa saggezza. Quindi ogni atto individuale deve essere colmo di spirito di servizio (Seva), di amore (Prema) e di saggezza. Tutto ciò che vien fatto dall'alba al tramonto deve essere puro, senza macchia e adatto ad essere offerto in adorazione di Dio.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**4 febbraio 2009**

L'aspirante spirituale (Sadhaka) che vuol raggiungere la pace (Shanti) deve condurre costantemente una vita virtuosa superando tutti gli ostacoli iniziali. Shanti è come una montagna di roccia: può resistere alle continue inondazioni di tentazione che vengono dal male. Questa Pace suprema (Prashanti) non bisogna cercarla in nessun luogo esteriore: essa emana dallo stesso Sé interiore.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**2 febbraio 2009**

La Bhagavad Gita dichiara che Dio è onnipresente con mani, occhi, teste, bocche ed orecchie che pervadono ogni luogo; Egli pervade l'universo intero (Sarvatah Paani Paadam Tat Sarvathokshi Shiromukham, Sarvatah Shruthimalloke Sarvamavruthya Thishthati). Niente sfugge alla Sua attenzione. Quindi noi dovremmo mantenere le nostre menti piene di pensieri buoni perché Dio pronuncia continuamente la benedizione, con cui esaudisce, dicendo Così sia! (Tathasthu). Quando siete nella sofferenza, voi incolpate Dio ma non intuite che

la vostra angoscia è conseguenza dei vostri stessi pensieri. Questa è la ragione per cui dovete avere sempre pensieri buoni e cercare buone compagnie.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**1 febbraio 2009**

*Onora la madre come Dio, onora il padre come Dio* (Mathru Devo Bhava, Pithru Devo Bhava). Voi dovete comprendere che i genitori sono in verità Dio; se li fate contenti, tutto il mondo è felice. Adorare Dio senza onorare i propri genitori è privo di significato. Prima di tutti, adorate vostra madre che è colei che vi ha fatto nascere. E' grazie alla nobiltà della madre che i figli ottengono la buona fortuna. I genitori vi hanno dato il loro sangue e la loro ricchezza e vi hanno allevato con grande amore ed attenzione senza risparmiarsi sofferenze; quindi dovete amarli ed esser loro grati. Questa è devozione vera (Bhakti), non c'è devozione più grande di questa.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**31 gennaio 2009**

Neanche la più confortevole delle case, arredata con tutte le comodità che l'uomo desidera, può concedere la pace e l'appagamento; questo si può ottenere soltanto tramite l'abbandono a Dio che è il nucleo effettivo del nostro essere. Dio è la fonte dell'appagamento e lo spirito può immergersi nella gioia raggiungendolo. Solamente Dio nutre tutti con la beatitudine (Ananda). Come si può perfino vivere se Dio non brilla nel firmamento del cuore?

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**30 gennaio 2009**

Se guadagnate la ricchezza dell'amore puro, diventate la persona più ricca del mondo. Chi è soddisfatto è l'uomo più ricco del mondo; il più povero è chi ha molti desideri. Oggi, l'uomo è pieno di desideri dalla testa ai piedi. Finché abbiamo desideri, non possiamo mai essere contenti ed in pace. Abbandonate i desideri e vedrete voi stessi quanto amore e beatitudine otterrete: la beatitudine che sperimenterete sarà di gran lunga maggiore di tutte le felicità che avete provato prima. Tutta la beatitudine è in voi ma voi immaginate che sia fuori; fuori c'è soltanto il riflesso, la reazione e la risonanza di ciò che esiste dentro di voi.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**29 gennaio 2009**

La pratica spirituale va fatta con fede totale e senza concedere alcuno spazio al dubbio. Coltivate l'amore per Dio, non c'è niente di più grande. Man mano che l'amore diventa più forte, lo spirito in voi brilla di più. La crescita spirituale esige un freno ai desideri; inoltre, dovete liberarvi degli attaccamenti e delle avversioni. I tre grandi nemici dell'uomo sono: il desiderio (kama), la rabbia (kroda) e l'avidità (lobha). Il desiderio distrugge la devozione, la rabbia annienta la saggezza e l'avidità avvelena ogni azione. Questi tre vizi sono deleteri per le buone azioni (Sat Karma), per la devozione (Upasana) e per la saggezza spirituale (Jnana); l'unico modo per liberarsene è quello di bruciarli nel fuoco dell'Amore Divino (Prema Agni).

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**28 gennaio 2009**

La pratica spirituale va fatta con fede totale e senza concedere alcuno spazio al dubbio. Coltivate l'amore per Dio, non c'è niente di più grande. Man mano che l'amore diventa più forte, lo spirito in voi brilla di più. La crescita spirituale esige un freno ai desideri; inoltre, dovete liberarvi degli attaccamenti e delle avversioni. I tre grandi nemici dell'uomo sono: il desiderio (kama), la rabbia (kroda) e l'avidità (lobha). Il desiderio distrugge la devozione, la rabbia annienta la saggezza e l'avidità avvelena ogni azione. Questi tre vizi sono deleteri per le buone azioni (Sat Karma), per la devozione (Upasana) e per la saggezza spirituale (Jnana); l'unico modo per liberarsene è quello di bruciarli nel fuoco dell'Amore Divino (Prema Agni).

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**28 gennaio 2009**

Il raggiungimento dell'Assoluto non dipende soltanto dalla padronanza della conoscenza spirituale (Brahmavidya); esso è oltre la portata del semplice studio, dell'erudizione o dell'indagine intellettuale, si può realizzare solamente tramite la pratica spirituale o adorazione (Upasana). Se uno studioso, con tutto il peso di ciò che ha appreso, si immerge anche nell'Upasana, certamente santifica la sua vita.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**27 gennaio 2009**

Se volete che la pace regni nel mondo dovete farla nascere prima in voi stessi. Dove è la pace? Essa emana dal nostro cuore; il cuore è la sorgente della pace, della verità, della rettitudine e dell'amore. Voi ignorate il cuore ed andate

cercando la pace nel mondo esteriore; soltanto quando colmerete il vostro cuore d'amore ci sarà pace nel mondo. Qualunque lavoro facciate, fatelo con amore. Oggi il mondo è in confusione perché l'uomo manca di amore puro. La pace regnerà suprema in questo mondo solamente quando l'uomo svilupperà in sé l'amore puro.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**26 gennaio 2009**

La mente va distolta dai desideri delle cose del mondo tramite la contemplazione costante di Dio; questo è il modo per trascendere la dualità della sofferenza e del piacere. L'uomo deve svegliarsi dal sonno dell'ignoranza e realizzare la sua Essenza Divina. Oggi gli uomini sono pieni di paura perché non hanno fiducia in se stessi; un uccello può affrontare una tempesta perché ha fiducia nelle sue ali ma l'uomo soccombe alla minima avversità perché non si fida del potere dello spirito. Le persone devono contare prima di tutto sul potere del Divino e, con fiducia nel Sé, dedicarsi alle azioni buone. Questo è lo scopo della vita.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**25 gennaio 2009**

L'attaccamento al mondo può esser distrutto solamente dall'attaccamento a Dio. Se volete aderire alla Verità (Satya) ed alla Rettitudine (Dharma), dovete vedere il riflesso della Gloria dell'Atma in ogni atto; allora l'attaccamento a Dio tramuterà l'attaccamento al mondo in una offerta pura.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**24 gennaio 2009**

Perdere la fede in Dio (Vishvasa) significa perdere il respiro vitale (Svasa) stesso. Qualunque cosa accada, bisogna continuare a fare i propri esercizi spirituali con fede incrollabile; questo è il segno della devozione vera. La devozione non consiste semplicemente nel cantare i Bhajan, nel celebrare dei rituali e ripetere il Nome Divino: voi dovete installare saldamente la Divinità nel vostro cuore, dovete stare attenti che i desideri delle cose del mondo non trovino spazio nella vostra mente. Incenerite completamente tutti i desideri nel fuoco della saggezza; anche una sola traccia di attaccamento al mondo che rimanesse in voi, si moltiplicherebbe e vi porterebbe fuori strada. Al fine di liberarvi delle azioni

cattive e cattive abitudini, accertatevi di non avere in voi neppure una traccia di desiderio.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**21 gennaio 2009**

L'essenza di tutte le religioni, il messaggio di tutte le scritture ed il destino di tutto il genere umano sono uguali ma, a causa dell'egoismo, della ristrettezza mentale e dell'interesse personale, la religione viene usata come pretesto per promuovere differenze e conflitti. La moralità, l'integrità, la carità, la verità, la tolleranza e la non violenza sono i principi base di tutte le religioni ma, negli anni, gli uomini hanno dimenticato queste verità ed hanno favorito tendenze alla divisione invece che all'unità. Come risultato, il rispetto dei valori umani è scomparso. E' essenziale riconoscere l'unità Divina che permea tutte le apparenti diversità nell'esistenza umana.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**20 gennaio 2009**

Bisogna capire che, proprio come il corpo può stare in salute soltanto finché il sangue è puro, la beatitudine vera si può sperimentare solamente quando la mente è piena di pensieri di Dio. La Divinità non si può scoprire con degli esperimenti; la via regale, per raggiungere questa Divinità inerente nell'uomo, è la spiritualità. Le nove forme di devozione citate nelle scritture possono non rivelare direttamente Dio ma mostrano effettivamente le strade per raggiungerLo. La più semplice è la ripetizione del Nome di Dio. Qualunque forma di adorazione, austerità o meditazione uno possa adottare, il fondamento è il Nome di Dio. Cantare il Nome del Signore è essenziale per attraversare l'oceano turbolento della vita.

**da: Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**19 gennaio 2009**

Voi potete mettere in atto molte pratiche spirituali ma non siatene orgogliosi; prima di tutto purificate il vostro cuore. Non date spazio al pessimo odore dei desideri delle cose del mondo, riempite il cuore con la fragranza delle virtù. Voi non ricavate gran beneficio dalla lettura di libri o dall'ascolto di discorsi; e a che serve recitare il Nome Divino con una mente inquinata? Oggi il mondo soffre di ogni tipo di inquinamento; anche i pensieri, le parole e le azioni dell'uomo sono inquinate. Rendete puri i vostri cuori e sviluppatate in voi la fermezza (Shraddha) e

la devozione (Bhakti) perché con la fede si ottiene la saggezza ( Shradhdhavan Labhate Jnanam).

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
17 gennaio 2009

Per una persona che non ha fede nella rettitudine, la gioia che si ricava dalla sua osservanza è incomprensibile. Dilungarsi su di essa in presenza di un individuo di questo tipo è un'impresa inutile quanto il suonare una conchiglia davanti ad uno che è sordo spaccato. Quindi, volendo insegnare la rettitudine a qualcuno, si accerti se questi ha fede, serietà e la volontà per praticarla. Si deve trattare soltanto con una persona simile.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
15 gennaio 2009

Con l'amuleto della saggezza spirituale (Jnana) intorno al braccio, l'uomo può evitare l'influenza malvagia delle stelle volgari dette attrazioni sensuali ma l'audacia, nata dalla consapevolezza di Jnana, non deve dare libertà d'azione ai sensi. Bisogna essere costantemente vigili nei confronti del mondo esteriore; meglio se uno sta sempre in contemplazione della propria Realtà Interiore. Quello è il segno del conoscitore della Verità più Alta.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
12 gennaio 2009

Il giorno di Sankranthi segna, nelle case dei contadini, l'arrivo delle granaglie che sono il frutto del loro lavoro. Esso è anche il vagheggiato giorno del riposo in cui possono godere della pace mentale dopo un periodo di lavoro duro. "*Samyak kranthi iti Sankranthi*". Sankranthi porta la pace, annuncia un cambiamento gradito e fa scaturire la gioia interiore nella gente, provoca un rinnovamento dello stile di vita e genera pensieri sacri. Pregate con tutto il cuore per il benessere dell'umanità: voi potete essere felici solamente quando il mondo è felice, tra voi e il mondo c'è una relazione intima ed inseparabile. Recitate il Nome Divino, pregate per il benessere del mondo e partecipate alle attività di servizio.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
14 gennaio 2009

Colui che ha sottomesso la mente sarà lo stesso nella buona e nella cattiva sorte. Dolore e gioia non sono che alterazioni della mente. Soltanto quando la mente è associata con i sensi e col corpo ne è influenzata. Gli impulsi e i desideri vanno sublimati al fine di ottenere la padronanza della mente; il desiderio la eccita e la fa correre verso i sensi. Conquistare un senso solo non è sufficiente, bisogna soggiogarli tutti completamente.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**13 gennaio 2009**

L'uomo ha bisogno di un corpo sano per avere una mente sana piena di buoni pensieri. Bisogna riconoscere che lo scopo dello sport e della musica è quello di dare salute e felicità all'uomo. Tre sono i benefici che si devono ottenere dagli sport e dai giochi: lo spirito di corpo, la comprensione reciproca e la gioia. Anche se gli uomini parlano lingue diverse e differiscono nelle abitudini e nelle culture, nel campo dello sport hanno un legame comune, uno spirito di cameratismo. L'educazione propriamente detta consiste nell'imparare a coltivare pensieri buoni e ad acquisire buone qualità come la veracità, la devozione, la disciplina e la dedizione; queste qualità sono anche quelle che si devono ottenere dallo sport e dai giochi. Esse servono ad impartire salute e gioia al corpo sottile.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**11 gennaio 2009**

Anche i desideri puri sono un legame ma, per quanti possano essere, non sono ostacoli. Il più puro, l'anelito per la liberazione o Moksha, deve anch'esso sparire per tempo; soltanto allora potete diventare uno con il Divino. Un livello si raggiunge quando né il bene né il male attraggono o respingono.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**10 gennaio 2009**

La pace (Shanti) vera si ottiene tramite il controllo dei sensi. Calmando le agitazioni mentali che arrivano come ondate, acquietando i turbini e vortici delle simpatie ed antipatie, dell'amore e dell'odio, del dolore e della gioia, della speranza e della disperazione, si ottiene e si mantiene la pace. Per avere la pace, l'amore è l'unico mezzo; il combustibile dell'amore ne alimenta la fiamma Divina.

L'amore conduce all'unità di tutta l'umanità e questa unità, combinata con la conoscenza spirituale, porta la pace.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
9 gennaio 2009

Filosofia che non può esser compresa, scritte che non vengono messe in pratica: il mondo attuale ne è pieno, parlarne è una perdita di tempo. I cambiamenti effettivi vanno operati nella condotta e nel comportamento giornalieri dell'uomo perché questi fanno parte dell'esperienza di tutti. Tali cambiamenti possono esser messi in pratica facilmente ed il loro scopo può essere afferrato. In ogni piccola attività, nel dire ogni parola, bisogna discriminare ed adottare il meglio; questo è il segno dell'aspirante spirituale (Sadhaka) sincero.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
8 gennaio 2009

L'Atma è privo di forma ed è separato dal corpo in cui risiede. Il corpo è soggetto alla nascita ed alla morte, alla crescita ed al decadimento ma l'Atma è libero da tutto questo. L'Atma non ha desideri né impulsi né bisogni, è al di sopra ed oltre tutti gli attributi. La Creazione (Prakriti) è l'oceano, il Creatore (Purusha) è come un loto sull'acqua imperturbato, distaccato e sereno.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
7 gennaio 2009

Conoscere Brahman dal punto di vista semplicemente teorico non porta a niente. Voi potete anche sapere che in questo c'è la beatitudine o Ananda ma ciò non serve; bisogna dedicare la vita ad ottenere quella beatitudine. Iniziate la disciplina necessaria ad acquisirla e sperimentatela; soltanto allora meritate la Grazia del Signore ed il raggiungimento di Brahman, soltanto allora potete sperimentare la vera Beatitudine.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
6 gennaio 2009

Che cos'è il silenzio (Mounam)? Non semplicemente tenere la bocca chiusa! Silenzio significa andare al di là dell'influenza dei sensi ed avere sempre piena consapevolezza della propria Realtà. Quando la mente si ritira dal mondo esterno, anche la lingua diventa silenziosa e tutti gli altri sensi si adeguano. Questo è il silenzio vero.

### **da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

5 gennaio 2009

Che cosa accade alle vostre gioie, ai dolori, ai guadagni e alle perdite, quando siete immersi nel sonno profondo? Essi non hanno realtà allora e non ne hanno neppure dopo: in ambedue le occasioni, non sono che creazioni della vostra fantasia. Colui che conosce questo segreto esulterà sempre nella gioia del proprio Sé Interiore.

### **da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

4 gennaio 2009

Tutti sono afflitti dalla malattia della nascita e della morte e quindi hanno diritto alla medicina chiamata *Brahmavidya* (conoscenza spirituale) che è la cura efficace. Secondo il livello di realizzazione, il grado di sviluppo raggiunto nella disciplina spirituale e per quanto ha assimilato la medicina, ogni persona migliora in salute che è come dire in pace ed equanimità.

### **da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

3 gennaio 2009

In realtà oggi non è successo niente di nuovo. Non aspettate di festeggiare qualcosa di nuovo nel Tempo finché i minuti, le ore, i giorni, i mesi diventano un anno; festeggiate il secondo immediatamente seguente con uno sforzo onesto di ottenere la gioia che non finisce. Non c'è una briciola di meschinità nel cercar di ottenere la gioia o Beatitudine, sono soltanto i mezzi che lo rendono indegno e futile. In effetti è per colmarsi di Ananda che l'uomo, munito di parola, mente, intelligenza e coscienza, è venuto in questo mondo; soltanto lui ne ha l'occasione e la capacità ma ha dimenticato il suo scopo e vaga nella landa desolata dei piaceri banali.

### **da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**

1 gennaio 2009

La "voce interiore" è un altro nome dell'intelletto (Buddhi). L'uomo è guidato da questa voce nella gestione della vita; egli aspetta le sue direttive quando un problema si presenta e, se non arrivano risposte attendibili da quella voce, nella vita non è soddisfatto. In altre parole, il proprio esser soddisfatti nel rapporto con il mondo esteriore è una funzione di quanto siamo in armonia con il nostro mondo interiore rappresentato dalla voce interiore. A volte sentiamo le persone dire "La mia coscienza non è soddisfatta" o "La mia coscienza non approva questo"; qui "coscienza" si riferisce alla voce interiore. Voi potete raggiungere la destinazione giusta solamente se seguite i dettami della vostra coscienza.

**da:Il Pensiero del giorno di Prashanti Nilayam**  
**31 dicembre 2008**