

Mata Amritanandamayi

Luce Immortale

Consigli spirituali
per i capi famiglia



EDIZIONI
IL PUNTO
DI ACCONTO

Mata Amritanandamayi

**LUCE
IMMORTALE**

**Consigli spirituali
per i capifamiglia**



Prefazione

C'è una Verità eterna che resta immutabile col passare del tempo. Realizzarla è lo scopo della vita umana. Di tanto in tanto i mahatma (grandi anime), appaiono in mezzo a noi in forma umana per prenderci per mano e guidarci alla Verità. Prendono il messaggio delle scritture e, aggiungendo la dolcezza della loro esperienza, ce lo impartiscono in uno stile che si adatta alla nostra cultura e al nostro tempo.

Le parole della Madre mostrano all'uomo moderno, che sta affogando nell'oceano del samsara (ciclo di nascita, morte e rinascita), come gustare il nettare dell'Eterna Beatitudine. Sono le luci infallibili che guidano tutti coloro che stanno brancolando nell'oscurità dell'illusione materialistica ancora una volta verso la dimora del Sé interiore.

Consideriamo la nostra esistenza. Non

abbiamo dimenticato solo il supremo scopo della vita, ma anche perso le condizioni esteriori richieste per guadagnare vera conoscenza. Per risvegliare la società di oggi, una società priva di spiritualità, è essenziale riscrivere i codici della vita di famiglia usando mezzi pratici e stabilire le regole che ci guideranno alla realizzazione della Suprema Verità.

Coloro che organizzano la loro vita secondo i consigli della Madre non dovranno vagare lontano cercando la felicità. La felicità verrà a cercarli. Con amorevole saggezza, lei ha dato ai suoi figli le semplici regole per una vita che fonde la pratica spirituale, il servizio agli altri e l'abbandono a Dio.

Possiamo tenere viva questa luce che Ella accende nel Tabernacolo interno dei nostri cuori soltanto aggiungendo giornalmente l'olio della pratica spirituale! Preghiamo la Madre di aiutarci a fare la no-

stra piccola parte nel portare luce in questa era immersa nell'oscurità.

Ai miei Figli...

Figli,

Questo corpo non è eterno. Può perire in ogni momento. Siamo nati come esseri umani dopo innumerevoli altre nascite. Se sprechiamo questa vita vivendo come animali, dovremo rinascere ancora come animali prima di conseguire un'altra nascita umana.

Oggi abbiamo solo desideri.

Non è di nessuna utilità lavorare duramente per soddisfarli. Alla fine, quando non riusciremo a conseguirli, avremo perso il nostro tempo affliggendoci e ammalandoci. La pace dello spirito è ciò di cui abbiamo bisogno. Questa è la ricchezza

più grande.

Figli, non pensate che la pace dello spirito possa essere ottenuta con la ricchezza di questo mondo. Alcuni non costruiscono forse case con l'aria condizionata e poi vi si suicidano? Nei paesi occidentali c'è molta ricchezza materiale e tutti i generi di comodità. Nemmeno allora le persone hanno un attimo di pace. La felicità e il dolore dipendono dalla nostra mente, non dalle cose esterne. Il Paradiso e l'Inferno sono qui su questa terra. Se comprendiamo il ruolo e l'utilità di ogni cosa materiale nella nostra vita e viviamo di conseguenza, non avremo di che adolorarci. La conoscenza che ci insegna come vivere su questa terra, come condurre un'esistenza felice a dispetto degli ostacoli, è conoscenza spirituale, la conoscenza della mente. Questo è ciò che dovremmo acquisire prima di tutto. Conoscendo i lati buoni e cattivi di ogni cosa

nella nostra vita, dovremmo scegliere il sentiero che ci dà la gioia immortale. Solo sforzandoci di ottenere la Realizzazione del Sé possiamo gioire l'eterna beatitudine.

Non pensate che i nostri genitori o figli o parenti saranno con noi per sempre. Al massimo saranno con noi solo fino al momento della morte. Inoltre rendetevi conto che la nostra vita non finisce dopo aver trascorso qui sessanta o ottant'anni. Ne abbiamo ancora molte altre da vivere. Proprio come risparmiamo il denaro e lo depositiamo in banca per le nostre necessità materiali, così dovremmo accumulare eterna ricchezza mentre ne siamo fisicamente e mentalmente in grado.

Possiamo fare questo cantando il nome di Dio e compiendo giuste azioni.

Possiamo fare cento cose giuste ma per una sola azione sbagliata veniamo ripudiati mentre invece persino dopo cento errori, Dio ci accetta per una sola giusta

azione. Quindi, figli, siate legati solo a Dio. Dedicate tutto a Lui. Una volta che i figli saranno cresciuti, sposati e in grado di essere indipendenti, i genitori dovrebbero condurre la loro vita pensando a Dio e impegnandosi in attività devozionali. Quand'è possibile, i genitori possono trascorrere il resto della loro vita in un ashram. Se continuiamo a preoccuparci dei nostri figli, non trarremo beneficio né noi né loro. D'altra parte, se noi trascorriamo i nostri giorni ricordando Dio e cantando il Suo nome, allora le nostre famiglie fino a sette generazioni successive trarranno beneficio da ciò.

Figli, dovremmo pregare Dio in totale sottomissione e vivere conoscendoLo. Se prendiamo rifugio in Dio, otterremo Lui e ogni cosa di cui abbiamo bisogno. Non ci mancherà niente. Se trattiamo da amico il magazziniere della cucina del palazzo, possiamo ottenere una zucca. Se invece

compiaciamo il re, tutta la ricchezza della tesoreria sarà nostra. Se ci procuriamo il latte, possiamo avere lo yogurt, il siero di latte e anche il burro. Allo stesso modo se prendiamo rifugio in Dio, Egli farà fronte sia ai nostri bisogni spirituali che materiali. La Devozione a Dio porterà prosperità a noi, alle nostre famiglie e alla società.

Figli, la vita dovrebbe essere vissuta con ordine e disciplina. Solo allora proveremo grande gioia interna senza dipendere dalle cose esteriori. Pensate a quanto faticiamo per passare un esame od ottenere un lavoro! Eppure, per ottenere l'eterna beatitudine, non abbiamo cercato fino ad ora di conoscere noi stessi. Almeno il tempo rimanente dovrebbe essere speso a questo scopo. Figli, cantate il vostro *mantra* costantemente. Fate sadhana (pratica spirituale) giornalmente in solitudine in un'ora prestabilita. Andate in un ashram di tanto in tanto a trascorrervi un po' di

tempo nel japa silenzioso e nella meditazione. Quando il tempo e le circostanze lo permettono fate servizio altruistico per il bene del mondo.

Questo mondo ha la sua esistenza nell'amore. Se perdiamo il nostro ritmo, la natura perderà il suo ritmo. L'atmosfera sarà avvelenata. Non sarà adatta a far germogliare i semi, per far crescere gli alberi e gli animali; i raccolti mancheranno; le malattie si moltiplicheranno; la pioggia diminuirà; ci sarà siccità. Quindi, figli, amatevi l'un l'altro! Impartite la rettitudine, l'amore e altre buone qualità a ciò che vi circonda. Non nutrite collera e gelosia verso nessuno. Vedete il bene in ogni persona. Non parlate male degli altri. Vedete tutti gli altri come figli della stessa madre e amateli come fratelli e sorelle. Abbandonate tutte le azioni a Dio e lasciate che la Sua volontà prevalga in ogni cosa.

Figli, se qualcuno fa domande sul

nostro stile di vita, la nostra risposta dovrebbe essere: “Ognuno di noi non agisce per la propria pace e felicità? Vediamo pace mentale in questo stile di vita. Perché dovrete mettere in dubbio i nostri valori fondamentali? Cercate la felicità in lungo e in largo. Guardate quanto denaro spendete in lussi, in alcolici e in cose di cui non avete veramente bisogno! Perché dovrete sentirvi turbati se andiamo al nostro ashram o mostriamo interesse nelle questioni spirituali?”. Dovremmo sviluppare la forza di parlare apertamente così. Non siate timorosi. Siate audaci. Dovremmo condurre la nostra vita nutrendo il nostro patrimonio spirituale dentro di noi.

Non bisogna avere nessuna vergogna del nostro stile di vita, la vergogna porta solo un senso di perdita. Dite apertamente: “ Abbiamo scelto questo sentiero per la nostra pace spirituale: Ma per la nostra pace, non costruiamo ancora case, ci spo-

siamo e facciamo vari lavori? Noi raggiungiamo la pace attraverso il nostro sentire. Il nostro scopo è la pace spirituale, non la liberazione o un paradiso che otteniamo dopo la morte. Voi, vi sentite pieni di pace?”.

Una volta saliti su un'imbarcazione o su un autobus, non abbiamo bisogno di continuare a portare i bagagli in testa: figli, abbandonate ogni cosa a Lui. Se conduciamo la vita con questa attitudine di abbandono, saremo liberi dal dolore. Egli ci guarderà e ci proteggerà.

Amma