



Self-Realization Fellowship

Founded in 1920 by Paramahansa Yogananda

settembre – ottobre 2018

Miei cari,

nelle mie meditazioni quotidiane, penso alla meravigliosa famiglia spirituale del nostro Gurudeva Paramahansa Yogananda sparsa in tutto il mondo, e prego Dio e il Guru di guidare la vita e gli intenti spirituali di ciascuno di voi e di farvi sentire profondamente e incrollabilmente al sicuro, protetti dal Loro amore e dalla Loro saggezza. So che, nel mondo, tanti devoti sono molto preoccupati dal clima di velenosa discordia e separazione che si sta attualmente diffondendo nella società, ad opera di fazioni sempre più radicalmente avverse tra loro, pur facendo parte della famiglia mondiale che, nel disegno di Dio, avrebbe dovuto vivere in pace, armonia e cooperazione con le Sue leggi morali, le uniche che garantiscano una durevole felicità. Questo mondo di dualità è sempre stato e sempre sarà un campo di battaglia tra la luce e le tenebre; ma l'attacco inferto alle eterne verità divine della bontà e dei valori morali può apparire notevolmente più duro nella nostra epoca, in cui siamo esposti in modo pressoché costante al bombardamento dell'*adharm*a e della negatività, che si insinuano nel nostro ambiente interiore ed esteriore tramite internet e gli altri mezzi di comunicazione di massa.

Non dobbiamo però cedere allo scoraggiamento riguardo al futuro. Ricordate che, proprio come i mezzi di comunicazione sociale possono amplificare la voce disarmonica di una singola persona, e quindi influenzare innumerevoli individui ben oltre le capacità di intervento locale del soggetto in questione, allo stesso modo è altrettanto e anche più fattibile amplificare l'influsso della verità, della bellezza, della bontà, della saggezza, della compassione, ovvero di tutte le celestiali qualità dell'immagine di Dio presente in ogni essere umano: la nostra anima. Come mai? Perché esiste, e ha una portata più ampia di ogni tecnologia di comunicazione digitale, il potere vibratorio irradiato negli stessi atomi dell'ambiente mondiale – come pure nella mente cosciente e subcosciente di tutti gli esseri senzienti – dalla stazione trasmittente di ogni cuore e di ogni mente che, grazie alla meditazione Kriya Yoga, si concentra intensamente ed entra in sintonia con l'inesauribile sorgente della bontà: Dio. Non dimenticate mai quanto bene potete fare impegnandovi nella meditazione quotidiana e partecipando al nostro Circolo mondiale di preghiera.

Il divino guerriero, portatore di luce e di verità, che si sente attratto su un sentiero come quello della Self-Realization Fellowship/Yogoda Satsanga Society e del Kriya Yoga, può servirsi di mezzi sia esteriori sia interiori per promuovere l'armonia spirituale (*dharma*) sulla terra. Pur dando la priorità all'obiettivo di cambiare voi stessi, e quindi di rimuovere ogni sgradevole inclinazione dell'ego che ha trovato dimora nella vostra coscienza, non abbiate mai paura di testimoniare esteriormente il vostro rifiuto di cooperare con il male quando le circostanze lo richiedono. Ricordate però che il malanimo e la mancanza di umiltà possono rapidamente rovesciare i ruoli, facendovi passare dalla parte del torto, quella a cui dovevate opporre resistenza; ricordate inoltre che la spiritualità e la verità non sono determinate dall'affiliazione politica.

Il modo in cui il karma collettivo influenza l'evolversi dello spettacolo degli eventi mondiali – nella nostra epoca come in ogni altra – non è sempre comprensibile alla luce del limitato intelletto umano.

Copyright © 2018 Self-Realization Fellowship. Tutti i diritti riservati.

INTERNATIONAL HEADQUARTERS: 3880 SAN RAFAEL AVENUE, LOS ANGELES, CALIFORNIA 90065-3219

TEL: (323) 225-2471 • FAX: (323) 225-5088 • www.yogananda-srf.org

IN INDIA: YOGODA SATSANGA SOCIETY OF INDIA

In ultima analisi, i governanti di una nazione sono un sintomo, non una causa, della mistura di bene e di male che prevale in quella data società, come pure del suo karma collettivo. Se le azioni dei politici possono destare di volta in volta qualche preoccupazione, è tuttavia più importante, a lungo termine, che le collettività degli individui estirpino dal proprio cuore i mali dell'empietà, dell'immoralità e della disarmonia. Il modo più efficace in cui potete "rendere testimonianza" consiste nel praticare ogni giorno qualche principio espresso nelle verità divine condivise da tutte le religioni, verità di cui trovate l'essenza più profonda negli insegnamenti della SRF/YSS. Questa è una valida iniziativa che potete prendere per elevare la coscienza e rinvigorire i vostri pensieri e le vostre azioni infondendo loro l'invincibile potere della bontà divina. Ogni mattina, leggete per esempio qualche brano tratto dalle *Lezioni* o dal *Diario spirituale*, oppure scegliete un passo della Bhagavad Gita o della Bibbia che vi piace particolarmente, e fate di questa verità il tema ispiratore della giornata. Quando apprendete dai mezzi di comunicazione qualche notizia che turba la vostra pace e il vostro equilibrio interiore, rimanete saldamente avvinti a quella verità, e siate certi che, grazie alla forza di volontà con cui la affermate e la manifestate, voi state contribuendo a sconfiggere la negatività che vi turbava. Seguendo l'esempio dell'indomabile spirito positivo di Guruji ed entrando in comunione con Dio grazie alla sacra scienza del Kriya Yoga – il dono speciale che, per volontà divina, Yogananda ha avuto il compito di portare al mondo proprio nella nostra epoca – dimostrerete a voi stessi che, con l'intercessione di Dio e delle grandi anime che vegliano su questa terra, tutti noi possiamo aiutare l'umanità a liberarsi dai ceppi delle paure e delle ostilità, frutto dell'ignoranza spirituale, per fare ingresso in un mondo che sia maggiormente in sintonia con la coscienza di Dio, fatta di amore e beatitudine, e quindi in grado di creare armonia ed equilibrio.

In tutte le persone che incontrate, anche quelle che possono avere opinioni in contrasto con le vostre, ricercate qualche manifestazione di bontà e di spiritualità e concentratevi su queste manifestazioni. Vi accorgete che il semplice gesto di prestare attenzione al bene accresce la presenza manifesta di Dio in questo mondo. Il Signore dichiara nella Bhagavad Gita: "Io dimoro nel cuore di tutte le creature". Cercate di considerare gli altri come anime: potrete allora constatare che lo spontaneo atteggiamento di rispetto e di stima con cui li trattate vi consentirà, in modo quasi impercettibile, di rendere più manifeste tante doti spirituali, da parte loro come pure di voi stessi.

Se vi scoprite troppo spesso a pensare, leggere, parlare di quanto c'è di sbagliato in questo mondo o nella vostra vita, dovrete cercare di concentrare l'attenzione su altri obiettivi. Usate il tempo e l'energia che sprechereste in queste preoccupazioni coltivando invece pensieri positivi, pregando, compiendo buone azioni, dedite all'aiuto disinteressato del prossimo, e adoperandovi per diventare persone che emanano gentilezza, comprensione e serenità. In questo modo, eleverete la vostra coscienza e quella altrui. E continuando fedelmente a meditare e ad entrare nel sacro santuario racchiuso nei profondi recessi interiori, dove si placa ogni pensiero, percepirete sempre più l'amore che Dio nutre per ogni anima, e sarete in grado di dare quell'amore agli altri. Non sottovalutate mai gli effetti positivi che il vostro impegno spirituale esercita sul vostro stesso benessere, sulle persone che vi circondano e su tutta l'umanità. Guruji ha detto: "La persona che cerca in ogni modo di elevarsi, armonizzando il corpo, la mente e l'anima con il Divino, crea karma positivo non solo nella propria vita, ma anche nella propria famiglia, nei vicini, nella nazione e nel mondo".

Le benedizioni di Dio siano sempre con voi e vi assistano nell'impegno di diffondere
la Sua luce e il Suo amore nella vostra vita,

Brother Chidananda

Brother Chidananda