

H. H. SHRI MATAJI NIRMALA DEVI

SAHAJA YOGA

I edizione italiana: maggio 1993

Pubblicato da Vishwa Nirmala Dharma

Tutti i diritti d'autore appartengono a H.H. Shri Mataji Nirmala Devi

Indice

1. SAHAJA YOGA.....	Pag. 3
2. VISHWA NIRMALA DHARMA.....	... 13
3. LA CULTURA SAHAJA.....	22
4. I SAHAJA YOGI.....	26
5. IL LEADER IN SAHAJA YOGA.....	31
6. SAHAJA YOGA E I BAMBINI.....	38

Capitolo 1

SAHAJA YOGA

'*Saha*' significa 'con', '*Ja*' significa 'nato', '*Yoga*' significa unione con il potere onnipervadente dell'amore Divino. Si tratta della nostra ascesa in una consapevolezza più elevata, un soggetto molto sottile, assolutamente valido che può essere provato.

Innanzitutto bisogna essere ricercatori della verità e si dovrebbe accostare questo argomento con un atteggiamento scientifico. Dovrebbe essere trattato con rispetto come un'ipotesi e, se si verificasse la sua verità attraverso esperimenti, accettato dalla gente onesta nello spirito dell'onestà. Perché ciò è per il totale benessere di ognuno e per il benessere del mondo intero.

Questa conoscenza risale a tempi molto remoti e per la maggior parte viene dall'India. Naturalmente, ogni religione ha parlato di una nostra seconda nascita e anche dell'albero della vita. Così come la conoscenza scientifica viene dall'occidente, ma è accettata in Oriente, perché questa conoscenza della realtà dovrebbe essere rifiutata? Perché non prestarle attenzione seriamente, dato che è la conoscenza delle radici di tutta la nostra civiltà ed evoluzione? Le nazioni devono pensare al motivo per cui la moderna civilizzazione sta uccidendo tutti i valori umani. Ciò di cui abbiamo bisogno è un'attenta introspezione per vedere dove abbiamo sbagliato. Dove abbiamo fallito lungo la via del progresso? In che modo questa decadenza si è lentamente insinuata nella nostra società? Perché la maggior parte di noi è affetta da frustrazione e insicurezza? Perché alcune persone dei paesi progrediti stanno soccombendo al deterioramento fisico e mentale? La scienza non ha nessuna risposta, perciò diamoci alla spiritualità. Perché non porsi la domanda: c'è qualche altro potere che controlla l'universo?

Come descritto in tutte le scritture esiste un onnipervadente potere dell'amore di Dio (*Paramachaitanya*). È un potere sottile che compie tutto il lavoro vivente e che non può essere percepito al livello della consapevolezza umana. Sahaja Yoga significa che un ricercatore della verità (*Sadhaka*) ha come diritto di nascita di ottenere la **Realizzazione del Sè** (*Atma Sakshat Kar*) spontaneamente. La Realizzazione del Sè o Conoscenza del Sè è il fine ultimo dell'evoluzione umana e anche di tutte le religioni. Questo è l'ultimo traguardo che un essere umano deve raggiungere, per il quale c'è un perfetto meccanismo vivente situato nella spina dorsale e nel cervello. Esso si sta sviluppando gradualmente con la nostra evoluzione. Questo meccanismo vivente funziona attraverso il suo potere e si manifesta nel sistema nervoso parasimpatico e in entrambi i sistemi nervosi simpatici. Qualsiasi cosa otteniamo nell'evoluzione è espressa dalla nostra mente conscia attraverso il sistema nervoso centrale.

A connetterci con questa energia sottile che permea ogni atomo e molecola, c'è anche il potere del puro desiderio, situato nell'osso sacro degli esseri umani e chiamato *Kundalini*. '*Kundal*' significa 'spirali'. Esiste in tre spirali e mezza. C'è un coefficiente matematico Divino per quanto riguarda le tre spirali e mezza. Quest'osso triangolare è chiamato 'sacro'; ciò significa che in Grecia, nei tempi antichi, si conosceva questo sacro potere divino della Kundalini; questa è la ragione per cui lo chiamarono 'osso sacro'. L'osso sacro è posto alla base della spina dorsale e ha forma triangolare.

La *Kundalini* è simile ad un filo che realizza un collegamento proprio come avviene tra un meccanismo elettrico e la sorgente dell'elettricità. Allo stesso modo, quando questa energia della *Kundalini* è risvegliata, i fili (alcuni di essi) si alzano e come risultato collegano l'essere umano al potere onnipervadente (*Paramachaitanya*).

È un evento spontaneo, è un processo vivente. L'intero processo evolutivo è stato un processo vivente, e ora gli esseri umani sono arrivati allo stadio in cui devono ottenere l'ultimo stato di esistenza Spirituale attraverso la Realizzazione del Sè. Un essere umano può essere paragonato ad un seme spiritualmente inattivo, che non ha iniziato il suo processo vivente di crescita nella Spiritualità, ma quando viene messo nella Madre Terra, la Madre Terra ha il potere (con l'aiuto dell'acqua) di far germogliare il seme. Allo stesso modo la *Kundalini* può essere risvegliata spontaneamente dal potere di *Sahaja Yoga*. Quando la *Kundalini* si alza, ha inizio nella consapevolezza umana un nuovo processo vitale che porta alla crescita della spiritualità. Questo è un nuovo stato in cui l'essere umano inizia a crescere nella sua innata Divinità. Ciò nutre e illumina il suo essere fisico, mentale, emozionale e spirituale.

Questo processo vivente è chiaramente descritto nelle scritture Indiane fin dai tempi antichi. Ci sono 108 *Upanishad* in lingua sanscrita che hanno svelato la conoscenza del risveglio della *Kundalini* e dell'ascesa spirituale, soggetti spiegati anche in altre scritture di altri paesi. Nella Bibbia è chiamata l'albero della vita e è scritto: "Apparirò davanti a voi come lingue di fuoco". Quando la *Kundalini* si alza, passa attraverso i vari centri che, se illuminati, appaiono come lingue di fuoco. La brezza fresca dello Spirito Santo della Pentecoste è questo potere che voi potete percepire in *Sahaja Yoga*. Nel Vangelo di San Tommaso è descritta molto chiaramente l'esperienza *Sahaja* come l'ultima esperienza della nostra vita religiosa. Dice anche che dobbiamo aver cura dei nostri centri. La *Kundalini* deve ascendere e passare attraverso sei centri sottili che sono posti nella spina dorsale e nel cervello. L'ultimo traguardo è l'effettiva realizzazione del 'Battesimo' poiché si sente la brezza fresca dello Spirito Santo che fuoriesce dall'area dell'osso della fontanella.

Il primo centro si chiama *Mooladhara*. Ha quattro petali (sotto-plexi), è posto sotto l'osso triangolare e è responsabile a livello fisico della manifestazione del Plesso Pelvico, che controlla tutte le nostre escrezioni, compresa l'attività sessuale. Quando la *Kundalini* sale, questo centro disattiva le funzioni escretorie, ma rimane attivo nel sostenere la salita della *Kundalini*.

Sebbene la *Kundalini* debba salire attraverso sei centri, il primo centro del *Mooladhara* protegge la purezza della castità della *Kundalini* al momento del suo risveglio.

Il centro del *Mooladhara* presiede alla nostra innocenza. Si dovrebbe sapere che l'innocenza non può mai essere distrutta. È indistruttibile, sebbene possa essere coperta da molte nuvole a causa di un comportamento sessuale perverso. Pensando o rapportando ogni cosa al sesso - diventiamo orientati al sesso, ridotti a degli oggetti sessuali e il nostro comportamento non è più umano ma diventa anche peggio di quello degli animali. Flirt, casalinghe che diventano prostitute, omosessuali, lesbiche, abuso di bambini da parte dei genitori, relazioni incestuose, etc.

Nonostante l'abbandono arbitrario delle leggi naturali, l'innocenza, il potere del *Mooladhara*, permane, sebbene in stato dormiente o malato e può essere curata e normalizzata attraverso il risveglio della *Kundalini*. L'innocenza è il potere che realmente sostiene la *Kundalini* quando essa sale e normalizza tutti i centri.

Al risveglio della *Kundalini*, questo centro arresta tutte le sue altre funzioni. Quindi le funzioni fisiche di escrezione, preposte al plesso pelvico, sono completamente interrotte. Di conseguenza in quel momento il ricercatore diventa innocente come un bambino.

In molte persone si può vedere ad occhio nudo la salita della *Kundalini* là dove c'è una ostruzione nei centri più alti. Ma se c'è un'ostruzione al secondo o al terzo centro, si può vedere l'osso triangolare pulsare come un cuore.

Il secondo centro è il centro dello *Swadhistana*. Ha sei petali e provvede a livello fisico alle funzioni del Plesso Aortico, e è quello che ci fornisce l'energia della creatività, del pensiero, dell'essere proiettati verso il futuro. Fornisce energia alle cellule del cervello convertendo grasso in cellule cerebrali.

Il terzo centro si chiama *Nabhi* e ha dieci petali. È situato dietro all'ombelico, e ci dà il potere di sostenere qualcosa dentro di noi. A livello fisico, provvede alle funzioni del Plesso Solare.

Il quarto centro è detto *Anahat Chakra*, cioè Centro del Cuore. Ha dodici petali e è posto dietro allo sterno nella spina dorsale. Questo centro produce gli anticorpi fino all'età di dodici anni, dopodichè questi anticorpi entrano in circolazione in tutto il corpo, pronti a combattere ogni tipo di attacco inflitto al corpo o alla mente. Se c'è un qualsiasi attacco alla persona, questi anticorpi vengono informati attraverso lo sterno, che ha un controllo a distanza dell'informazione.

Il quinto centro si chiama *Vishuddi Chakra*. È posto nel collo dell'essere umano e ha sedici petali che si prendono cura delle orecchie, del naso, della gola, del collo, dei denti, etc.. Questo centro è responsabile della comunicazione con gli altri, perchè attraverso gli occhi, il naso, la parola, le mani, comunichiamo con gli altri. A livello fisico presiede il Plesso Cervicale.

Il sesto centro si chiama *Agnya Chakra* e ha solo due petali. Questo è il centro situato nel punto in cui i due nervi ottici si incrociano nel cervello (chiasma ottico). Presiede alle ghiandole Pineale e Pituitaria e rappresenta le due istituzioni dell'ego e del superego dentro di noi.

Infine **il settimo centro**, il centro più importante, è il *Sahasrara*, che ha, secondo *Sahaja Yoga*, mille petali. In realtà ci sono mille di nervi, e se fate la sezione trasversale del cervello potete vedere che tutte queste strutture cerebrali sono simili a petali e formano un loto di mille petali. Questo centro dai mille petali copre l'area limbica del cervello, prima della realizzazione, come un bocciolo chiuso di un loto. Sopra di esso si trovano le strutture dell'ego e del superego che sono simili a palloni. Quando sulla sommità del capo (area dell'osso della Fontanella) ha luogo l'unione e la calcificazione di queste due istituzioni, il cervello è completamente ricoperto ed ecco che diventiamo una personalità chiusa (come un uovo). Al momento del nostro risveglio, della nostra seconda nascita (resurrezione) questa personalità, simile ad un uovo, si rompe sulla punta della testa (questa è la ragione per cui a Pasqua, i Cristiani offrono le uova).

Esiste un 'sistema nervoso autonomo' che opera in noi. 'Auto' significa 'da sè', così chi è questo Auto che fa funzionare il sistema nervoso autonomo? I medici lo hanno chiamato un sistema autoazionato, che si aziona da sè, ma chi è questo sè?

Il Sè è lo **Spirito**. Questo Spirito risiede nel cuore di ogni essere umano ed esiste nello stato di testimone. Lo Spirito è il riflesso di Dio Onnipotente, mentre la *Kundalini* è il riflesso del potere di Dio, del Suo desiderio che è la Madre Primordiale, che potete chiamare *Adi Shakti*, Spirito Santo o Athena. Così la *Kundalini* è il riflesso dello Spirito Santo, mentre lo Spirito è il riflesso di Dio Onnipotente. Il potere onnipervadente dell'amore è il potere della Madre Primordiale, che crea ed evolve, e che compie tutto il lavoro vivente.

Di fatto esistono tre canali nel sistema. Quello di centro si chiama *Sushumna* e provvede al sistema nervoso parasimpatico (autonomo). Quello di sinistra si prende cura del sistema nervoso simpatico di sinistra e quello di destra del sistema nervoso simpatico di destra. Ora, non è ancora stato accettato, o non

ancora scoperto, dalla scienza medica, che i sistemi nervosi simpatici di destra e di sinistra sono due distinti sistemi giustapposti. Le loro funzioni sono del tutto opposte le une alle altre.

Il canale del lato sinistro si chiama *Ida Nadi* e è connesso con la parte destra e posteriore del cervello. I due canali destro e sinistro si incrociano a livello dell'*Agnya chakra*. Questo canale provvede al sistema nervoso simpatico di sinistra; inoltre si prende cura della nostra vita emozionale e del nostro passato. È il canale che crea il nostro passato. Tutto ciò che è il presente oggi, diventa passato domani. La mente subconscia riceve informazioni da questo canale e ha dietro di sé una mente subconscia collettiva antichissima. Tutto ciò che è stato nel passato fin dalla creazione risiede nel subconscio collettivo allo stato dormiente. Questo subconscio collettivo ha raccolto e immagazzinato tutto ciò che è morto nel processo evolutivo. Qualsiasi cosa morta o uscita di circolazione dall'evoluzione così come qualsiasi cosa eliminata dalla mente subconscia va a finire nella mente del subconscio collettivo.

Il canale del lato destro si chiama *Pingala Nadi* e incrocia l'*Ida Nadi* a livello dell'*Agnya Chakra*. È connesso alla parte sinistra e anteriore del cervello. Questo canale provvede al sistema nervoso simpatico di destra. Sul lato destro c'è la mente sopraconscia, che crea il nostro futuro. Tutto ciò che pensiamo del nostro futuro è registrato sul lato destro, il quale ha anche un sopraconscio collettivo, che raccoglie tutto ciò che è morto a causa di personalità super-ambiziose e futuristiche, animali aggressivi o piante.

La *Kundalini* passa attraverso il canale centrale, *Sushumna*, per attraversare l'area dell'osso della Fontanella (*Brahmarandhra*) e per entrare nella sottile energia del potere onnipervadente. In questo modo ha luogo la Realizzazione del Sè (battesimo). Per prima cosa le mani percepiscono la brezza fresca dello Spirito Santo sull'area dell'osso della Fontanella e sulla punta delle dita. Le mani sono ferme, non tremano, appaiono normali ma il ricercatore percepisce il soffio della brezza fresca. Per la prima volta percepisce l'esistenza del potere onnipervadente.

È facile negare che esiste una tal cosa come il potere onnipervadente, solo perchè non lo si è ancora sentito, ma per il vero ricercatore della verità questo non è di alcuna utilità. Come già affermato, si deve avere una mente molto aperta, come uno scienziato. Qualsiasi possa essere la verità assoluta per un santo, può non esserlo per un normale essere umano. Tuttavia, si può tenere la propria mente aperta e scoprirlo da sé, e nel caso funzioni, si avrebbe dunque una fede illuminata in *Sahaja Yoga* e non una fede cieca.

Seramente e onestamente, bisogna capire che ciò è per la trasformazione di tutti coloro che hanno atteso la propria ascesa. Tutti i nostri problemi derivano dagli esseri umani. Se gli esseri umani verranno trasformati in un nuovo regno di realtà, di consapevolezza collettiva, quando saranno consapevoli di se stessi (conoscenza del Sè), e anche degli altri dentro di sé come conoscenza innata nel proprio sistema nervoso centrale, l'intero problema della nostra vita personale, sociale, economica e politica, sarà risolto. Ma per questo si dovrebbe diventare umili e sapere che la scienza non può spiegare il funzionamento del processo vivente. I principi di questo potere possono essere compresi solo dopo la Realizzazione del Sè quando si percepisce questo potere.

Sahaja Yoga non è semplicemente una moda, un culto o un metodo alternativo. Perciò non c'è nessuna organizzazione come tale in *Sahaja Yoga*. Non c'è nessuna tessera associativa anche se abbiamo dovuto costituire un'Associazione formale. Attraverso di essa si opera per affari legali, ma non esiste nessuna lista permanente di nomi di persone. Non c'è nessuna morta organizzazione, ma un singolo organismo vivente collettivo. Il corpo ha le cellule, e dopo la Realizzazione del Sè gli spiriti delle cellule sono illuminati da *Sahaja Yoga*. L'essere del ricercatore deve in realtà essere fatto germogliare dal risveglio della *Kundalini*. Dunque **diventare** è importante.

Quando la *Kundalini* sale, si può sentire facilmente la brezza fresca uscire dall'osso della Fontanella sulla sommità del capo. Può essere percepito e verificato da sé. Si può anche sentire questa brezza fresca tutt'intorno alla propria persona. Questa brezza fresca è quella che si manifesta attraverso il potere

onnipervadente dell'Amore Divino. Per la prima volta in vita si realizza l'esperienza, la percezione di questo sottile potere divino. Anche dopo aver percepito questo potere si deve capire che la *Kundalini* non è ancora pienamente stabilizzata. Nel comune linguaggio tecnico possiamo dire che la connessione non è stabilizzata. Bisogna lavorarci sopra. Sebbene il germogliare di un seme sia spontaneo, il giardiniere deve curare il tenero germoglio. Allo stesso modo un ricercatore all'inizio deve avere cura della sua Realizzazione del Sè. Alcune persone raggiungono molto facilmente punti più alti, ma altre devono lavorare per sei o sette mesi e ancora non sono a posto. In questi casi è importante che si sappia e si capisca dov'è il problema, attraverso la comprensione del sistema di decodifica e le relative pratiche di *Sahaja Yoga*.

Così un essere umano si eleva al di sopra dei ceppi della schiavitù. Non è più necessaria la guida di alcun *Guru*. Si diventa i maestri di se stessi, non dovendo più brancolare nel buio in cerca di aiuto. Si diventa una persona assolutamente libera. Nessuno può intimidire o manipolare un *Sahaja Yogi*. Le persone vengono in *Sahaja Yoga* da molte sette, organizzazioni religiose e scuole di pensiero, ma i loro condizionamenti cadono. Nessuno può condizionare un'anima realizzata dopo *Sahaja Yoga*.

Questa libertà è bellissima; poi, lentamente, si impara a volare da soli come un uccello finché la si padroneggia e si conosce tutto della Divinità.

Dopo *Sahaja Yoga* la personalità si innalza così tanto al di sopra degli altri, e il senso di discriminazione diventa così acuto e perfetto, che i mass media, la televisione, gli imprenditori, i falsi maestri, i metodi moderni o fuorvianti, niente di tutto ciò può deviare la mente dalla giusta via.

Nessuno può condurre un *Sahaja Yogi* fuori strada, a meno che il *Sahaja Yogi* stesso cada in qualche tentazione, paura o manipolazione.

Il *Sahaja Yogi* gioisce della sua libertà e di quella degli altri *Sahaja Yogi*. Egli conosce i suoi poteri e ha la conoscenza di se stesso. Diventa un santo libero e potente che conduce una vita angelica.

Sin dall'inizio si cominciano a sentire i problemi dei propri centri sulla punta delle dita. Si deve semplicemente decodificare queste sensazioni e si devono anche conoscere le pratiche che risolvono questi problemi. Le punte delle dita sono le terminazioni dei sistemi nervosi simpatici di destra e di sinistra. Diventano illuminate perchè riflettono i centri sottili.

Usando questo metodo moltissime persone sono state curate completamente da disturbi molto seri o incurabili, come la leucemia, etc. Ci sono due dottori all'Università di Delhi che hanno già ottenuto la laurea in Medicina per la cura di malattie incurabili, e ce n'è ancora una che sta completando la tesi su *Sahaja Yoga*. Ci sono sette medici a Londra, tre in Australia e uno a Taiwan che stanno tentando di registrare tutti i casi di coloro che sono stati curati con le pratiche di *Sahaja Yoga*. Non vengono risolti solo problemi fisici, ma anche problemi mentali e spirituali. Ci sono molti casi di malati di mente curati con *Sahaja Yoga*. Alcuni medici sono diventati primari di ospedali per malati di mente grazie alla loro competenza in *Sahaja Yoga*. Abbiamo due psichiatri molto ben quotati. Uno è responsabile di sette ospedali a Londra, e uno è preside della facoltà di Psicologia a Riyadh. Ci sono molti altri medici e *Sahaja Yogi* che curano per mezzo di *Sahaja Yoga* in tutto il mondo. Deve essere ricordato che *Sahaja Yoga* non è per curare le persone ma per raggiungere la Realizzazione del Sè. Tuttavia come effetto secondario si ottiene il totale benessere fisico, mentale e spirituale.

Ci sono anche moltissime persone che hanno abbandonato le cattive abitudini del fumare, del bere e della droga, a volta nel giro di una giornata. Molti tossico-dipendenti hanno rinunciato alla droga perchè hanno scoperto il potere dello Spirito dentro se stessi: questo li aiuta a gioire del loro essere e dà loro anche il potere di smettere di correr dietro a questi piaceri che sono molto, molto transitori, hanno cattive reazioni e alla lunga sono distruttivi. Non è una comprensione razionale o mentale, ma si attua alla luce del Sè, il

quale dà potere e dissipa il buio spontaneamente. Molte persone, danneggiate da falsi *guru*, da culti e anti-culti sono state completamente curate e sono diventate grandi personalità nel loro campo. Tantissimi hanno raggiunto grandi altezze nelle loro realizzazioni. L' ex-Presidente della Corte Suprema all'Aia, il compianto Dr. Najendra Singh, era un *Sahaja Yogi*.

A parte i problemi fisici, mentali ed emozionali, nella nostra società abbiamo problemi molto più grandi. Sono causati dalla mancanza di equilibrio, di saggezza e di alcun senso di collettività.

Il primo problema è quello dei bambini e della famiglia. Abbiamo molti matrimoni in *Sahaja Yoga*, ed è sorprendentemente degno di nota il fatto che in tutti questi anni ci siano stati pochissimi divorzi tra coloro che si sono sposati in *Sahaja Yoga*. Inoltre i figli di queste persone per la maggior parte sono anime nate-realizzate. Sono persone speciali poichè hanno scelto come loro genitori dei *Sahaja Yogi*, e sono venute su questa terra, in questo tempo. Si può sentire la brezza fresca uscire fuori dalla zona dell'osso della Fontanella o dal loro corpo appena dopo la nascita. Hanno un'espressione molto gioiosa e serena e gli occhi sono brillanti al momento della nascita.

L'efficacia di *Sahaja Yoga* agisce sull'agricoltura attraverso la brezza fresca divina (vibrazioni). Molti agricoltori e specialisti in agricoltura hanno sperimentato e scoperto che il raccolto proveniente da semi non-ibridi che sono stati vibrati con il potere divino della brezza fresca, qualche volta cresce otto o dieci volte di più che dai semi ibridi, per i quali si devono continuamente pagare alcune organizzazioni, dato che i semi ibridi non hanno nessun potere di rigenerare. Gli esperimenti sono stati eseguiti molto approfonditamente dal Dr. Hamid dell'Austria e dal Dr. Sangwe di Nasik.

È anche di consistente aiuto ai problemi ecologici, perchè l'uomo diventa estremamente bilanciato, non usa cose che non gli siano necessarie, e non fa lavorare le macchine in modo tale che queste creino uno squilibrio e che lo dominino. *Sahaja Yoga* ha avuto successo anche nel combattere le piogge acide in alcune foreste dell'Austria.

Dei comuni *Sahaja Yogi* possono diventare grandi personalità, dottori *Sahaja* o scienziati *Sahaja* e possono anche crearle da altri esseri umani, perchè hanno il potere di dare la realizzazione agli altri, e anche di curarli. Come una luce accende un'altra luce, *Sahaja Yoga* continua a diffondersi in ogni ambito. Poichè questo è un processo vivente, inestimabile, non si può pagare per esso. Anche la conoscenza (*Gyana*) che vi fa diventare un *Sahaja Yogi* (uno Gnostico) è data assolutamente in modo gratuito.

Ora *Sahaja Yoga* è seguito in 56 nazioni e tutte queste 56 nazioni stanno crescendo giorno per giorno. Non c'è denaro che possa essere pagato per questo processo vivente. Questa è la ragione per cui così tanti falsi *guru* pieni di denaro, e culti e anti-culti, che tentano di proiettare un qualche tipo di falsa immagine solo per guadagnare soldi, sono tutti contro *Sahaja Yoga*. Non sono l'uno contro l'altro. Ma essi devono anche capire che questa è l'Età d'Oro, dell'emancipazione, della resurrezione e dell'ultimo giudizio; se possiamo raggiungerla, tutti noi, loro inclusi, avremo le benedizioni dell'amore Divino, promesse molto tempo fa.

Ci sono alcune nuove organizzazioni proliferate molto velocemente chiamate anti-culti, che non hanno nessuna conoscenza, nessuna autorità o diritto legale, cresciute solo per fare del denaro. Esse sono un altro tipo di culto. Le persone che hanno sofferto a causa di questi culti o anticulti sono tutti stati aiutati da *Sahaja Yoga* a migliaia.

Un essere umano ha costruite dentro di sè dieci valenze di umanità, che quando illuminate attraverso il risveglio della *Kundalini*, lo rendono una persona molto equilibrata, giusta e realmente, istintivamente religiosa. Le persone possono seguire qualsiasi religione esteriormente, ma sono assolutamente capaci di commettere qualsiasi peccato o di uccidere qualcuno, o di fare cose molto dannose o pericolose per la società. Qualcuno magari si comporta in modo giusto per paura o per i condizionamenti familiari.

Naturalmente, ci sono molte persone onestamente devote o molto innocenti che seguono queste religioni, ma non sanno che furono create affinché si ascendesse in più alti regni di spiritualità. Ma un *Sahaja Yogi*, una volta risvegliata la sua spontanea religione, diventa una persona con un tale equilibrio e una tale saggezza come parti integranti del suo essere, che non può neppure pensare di commettere alcun peccato, o di fare qualcosa di arbitrario, o di rendere infelice qualcuno, o di uccidere qualcuno. Una tale persona può essere solo uno *Yogi* che è unito al potere divino onnipervadente. Viene detto *Sahaja Yogi* perchè ha tutta la conoscenza del risveglio spontaneo (*Sahaja*) della *Kundalini*. Egli sa spontaneamente come risvegliare la *Kundalini*, sa tutto sul suo meccanismo interno, sul suo Spirito e sullo stato della *Kundalini* di tutti gli altri, *yogi* oppure non-*yogi*. Lui sa anche tutto, avendolo sperimentato come verità, sul potere dell'amore della Madre Primordiale, lo Spirito Santo. Grazie a ciò è naturalmente, in modo innato, una persona molto compassionevole, dinamica, soddisfatta e fiduciosa.

I *Sahaja Yogi* stanno ora esprimendo il dinamismo dei loro valori e della loro vita in diverse aree in tutto il mondo. C'è anche un rapporto bellissimo basato sull'amore e sulla comprensione che lega tutti i *Sahaja Yogi* di tutte le nazioni.

Ci sono uomini d'affari che erano completamente sbalorditi dall'opposizione dei sindacati nei loro affari. Con *Sahaja Yoga* il rapporto tra lavoratore e capo è migliorato così tanto che sono ritenuti gli uomini d'affari di maggior successo. Gli affari sono migliorati e le persone lavorano come una famiglia, e hanno un reale piacere a lavorare con questi uomini d'affari *Sahaja Yogi*.

La creatività in letteratura, come la poesia, l'arte drammatica, i romanzi e le opere letterarie, sta funzionando in modo assolutamente miracoloso in alcune persone, tanto che alcuni, pur non conoscendo una sola parola di Urdu hanno iniziato a comporre delle bellissime liriche in quella lingua. Lo stesso con la musica. Ci sono molti grandi artisti diventati famosi perchè sono stati benedetti dall'*Adi Shakti*. Essi sostengono di essersi innalzati così tanto nel regno della musica grazie alle benedizioni di *Sahaja Yoga*. Nel campo artistico ci sono molti *Sahaja Yogi* diventati celebri dopo essere venuti in *Sahaja Yoga*. Altre persone con grande sorpresa sono migliorate anche economicamente. In Inghilterra, dove la disoccupazione è pesante, non si trova un singolo disoccupato tra i *Sahaja Yogi*.

Tutte queste sono conquiste terrene, ottenute attraverso le benedizioni del potere Divino, così come la saggezza e l'equilibrio che è nei *Sahaja Yogi*. Ma soprattutto, ciò che i *Sahaja Yogi* ottengono è un'attenzione potente che penetra in ogni area e **agisce**. Questo significa che se un *Sahaja Yogi* mette la sua attenzione su qualcuno, essa agisce e tenta di aiutare quella persona a superare il suo problema senza fare nulla esteriormente. Questa attenzione è così meravigliosa che fin dall'inizio indica chiaramente nel sistema nervoso centrale della persona, sulla punta delle dita, i differenti centri delle altre persone e anche i propri. Questi segnali sono già decodificati e si può verificarne la decodifica. Se si sa come curare o correggere questi centri, si possono aiutare le altre persone molto bene. Per di più, poichè un *Sahaja Yogi* diventa una personalità priva di ego, non sente di aver fatto qualcosa che metta in obbligo qualcuno. *Sahaja Yoga* è il puro amore di Dio vivente e inestimabile. Nulla deve essere pagato per questa cura o per il risveglio della *Kundalini*.

Ci rende molto dinamici, non si ha paura di sostenere la verità, e non si può essere più manipolati da nessuno. I *Sahaja Yogi* hanno incontrato perfino qualche giornalista onesto e intelligente che è venuto in *Sahaja Yoga*. Sono stati estremamente positivi e stanno solo dalla parte della verità, non della falsità sensazionalistica. Questi sono i giorni moderni della corruzione e dell'illusione (*Kali Yuga*). Quando la falsità diventa la natura degli esseri umani, essi distruggono tutti i valori più alti nel fango del denaro e dei presunti poteri. Queste persone accecate dal denaro credono nei metodi satanici del danneggiare le persone buone con bugie, falsi scandali e volgarità.

Ci sono dei *Sahaja Yogi* che lavorano nel campo dell'insegnamento o che dirigono delle scuole. Queste persone stanno facendo un lavoro meraviglioso. Hanno trattato alcuni bambini difficili e li hanno plasmati

in belle personalità. È sorprendente come il loro amore Divino abbia prodotto un tale avanzamento in questi bambini considerati pericolosamente violenti. Naturalmente, alcuni ossi duri non si sono potuti sottomettere. Con *Sahaja Yoga*, numerosi bambini che in classe erano molto lenti sono diventati pronti e intelligenti mostrando grandi risultati negli studi. Perfino esami molto difficili come contabilità di revisione, architettura, ingegneria e medicina sono stati superati a tempo record, trionfalmente, da *Sahaja Yogi*.

Sahaja Yoga è per l'emancipazione di tutto il mondo, ad ogni livello. Una volta che avremo un certo numero di persone in *Sahaja Yoga*, inizierà a scattare la comprensione della reale rettitudine, religiosità e il nostro amore per Dio, e una fede illuminata in Dio. Ecco come verrà il tempo della **resurrezione**. Questo è il momento dell'ultimo giudizio, e ognuno può giudicare se stesso attraverso la luce dello Spirito.

La conoscenza di *Sahaja Yoga* non può essere descritta in poche frasi o in un piccolo libro, ma si dovrebbe capire che tutto questo grandioso lavoro di creazione ed evoluzione è fatto da qualche potente sistema molto sottile, che è nella grande forma Divina.

L'essere umano, che è simile ad un computer Divino, deve semplicemente essere connesso alla presa principale. Il moderno *Sahaja Yoga* ha acquisito un nuovo metodo con il quale può essere data la Realizzazione di massa. In Russia per i programmi pubblici venivano anche 14000 persone allo stadio, e il 90% di esse otteneva la realizzazione ad ogni incontro. Questa è una grande conquista in questi giorni di caos. I Russi istruiti sono molto introspettivi e di mente molto aperta, molto scientifici per temperamento, e vogliono solo sapere ciò che è oltre la comprensione umana.

Malgrado le condizioni caotiche del mondo, questi sono tempi speciali. *Sahaja Yoga* può essere chiamato *Maha Yoga* perchè sta lavorando su dimensioni di massa. Al tempo di Shri Rama uno solo, Nachiketa, ha ottenuto la realizzazione, ma oggi ce ne sono migliaia e migliaia che hanno approfondito *Sahaja Yoga*.

Il nostro Creatore, Dio Onnipotente, è ansioso di salvare definitivamente il mondo dalla sua distruzione. Perciò sta lavorando attraverso il potere del Suo desiderio, che è la Madre Primordiale (*Adi Shakti*, Spirito Santo, Atena).

Anche il *Brahma Chaitanya* (il potere onnipervadente) è diventato molto attivo poichè è iniziata una nuova era chiamata '**Krita Yuga**'. Sta ottenendo risultati e producendo miracoli. Non sono solo discorsi o lettura delle scritture, ma è realizzazione e prova. Naturalmente, tutte le persone false hanno paura di affrontare la verità, perchè *Sahaja Yoga* va contro i loro interessi. Essi stanno mettendo in dubbio e si stanno opponendo violentemente alla diffusione di *Sahaja Yoga*. Il **Satya Yuga**¹ deve essere stabilizzato dai *Sahaja Yogi*. Ora essi non sono soli come Cristo Nostro Signore, Maometto il Profeta, Socrate il Filosofo o altre incarnazioni, veggenti e anime realizzate. Sono migliaia. Non sono in nessun modo ostacolati dalle poche persone che stanno tentando di danneggiare il loro progresso collettivo. La verità sarà stabilizzata e perciò l'alba di *Satya Yuga* (il Regno di Dio) dovrebbe comparire all'orizzonte. Il messaggio di *Sahaja Yoga* è che perfino queste persone negative dovranno accettare la verità e gioire delle benedizioni dell'Amore Divino.

¹ Vi siamo entrati alla mezzanotte del 21 marzo 1993

Capitolo 2

VISHWA NIRMALA DHARMA

'*Vishwa*' significa 'universo', '*Nirmala*' significa 'pura, immacolata' e '*Dharma*' significa religione.

Negli esseri umani si trova, allo stato dormiente, il potere del puro desiderio (*Kundalini*) che è il riflesso della Madre Primordiale o Spirito Santo. Tutti gli altri desideri non sono puri perchè non danno soddisfazione. Uno dei principi delle scienze economiche è che in generale i bisogni non sono appagabili e che gli esseri umani passano da un desiderio all'altro. Che se ne sia consapevoli o meno, si sta ricercando la soddisfazione o la gioia. Una persona può cercare la gioia nel denaro, nei possedimenti, nel potere o nell'amore umano ma essa è perduta nel deserto della dualità di felicità e infelicità.

In ogni cuore umano risiede lo Spirito (*Atma*) che è il riflesso di Dio Onnipotente (*Parameshwara*).

La natura della *Kundalini* è il potere del puro desiderio. Lei è la madre personale di ogni individuo ed è colei che, allo stato dormiente, aspetta il tempo appropriato per dare ad ognuno la sua seconda nascita. È simile ad un nastro magnetico che ha la registrazione di tutte le buone azioni (*punyas*), di tutte le azioni sbagliate, di tutti i desideri e le aspirazioni dell'individuo. È come una primula nel seme quiescente. Una volta risvegliata e connessa al potere onnipervadente, inizia la crescita spirituale della quarta dimensione (*Turiya*).

La natura dello Spirito è quella di un essere universale dentro ad ogni individuo. Essendoci un solo Dio Onnipotente il Suo riflesso in ogni cuore umano è lo stesso, ma il riflesso dello Spirito varia a seconda del diverso tipo di riflettore. Quando questo Spirito, che è la sorgente della gioia e della verità, è connesso per mezzo della *Kundalini*, l'attenzione umana diventa illuminata. Così si conosce l'assoluta verità nel nostro sistema nervoso centrale e si diventa un essere collettivo gioioso. Lo Spirito è riflesso nel cuore ma il seggio di Dio Onnipotente è al di sopra dell'area dell'osso della Fontanella, al di sopra della sommità della testa.

Dopo che la forza vivente della *Kundalini* è connessa al potere onnipervadente Divino nell'essere umano, la spiritualità della persona inizia a svilupparsi. Si tocca la spiritualità dentro di sé e si cresce in un'altra dimensione, la quarta. Di conseguenza si sviluppa una personalità santa e saggia. Questa personalità è quella che si schiude naturalmente, spontaneamente (*Sahaja*), ma, sapendo come manovrare questo potere onnipervadente attraverso la Conoscenza della purezza (*Shuddha Vidya*), ci si può evolvere in quella nuova dimensione in modo più veloce.

Quando lo Spirito inizia a brillare completamente nella nostra attenzione, si diventa di fatto illuminati, nel senso che si può vedere da sé che diventiamo la guida di noi stessi, il nostro maestro. Allora non si ha più bisogno di alcuna guida, ma si è il maestro di noi stessi. Nel passato questo processo era limitato a una o a pochissime persone ma vent'anni fa è stato scoperto un fatto straordinario che permette la Realizzazione di massa.

Tutte queste persone illuminate seguono una religione chiamata *Vishwa Nirmala Dharma*, che significa 'la pura religione innata' dentro di noi. Queste persone hanno realizzato l'illuminazione. Hanno reso realtà il battesimo perchè percepiscono la brezza fresca appena la *Kundalini* passa attraverso la Fontanella, e sono così diventati santi religiosi, *yogi*, *yogini* e profeti. Non sono simili alla gente comune che non è entrata in questa nuova quarta dimensione di consapevolezza e che non ha stabilizzato se stessa. Queste sono le persone che conoscono se stesse dentro di sè e conoscono gli altri in consapevolezza collettiva. Sono coloro che hanno raggiunto uno stato attraverso il quale riconoscono nel loro sistema nervoso centrale di essere parte integrante del tutto. Non è fede cieca, nè un intreccio di parole vuote (*Shabda Jalam*).

Questa è la conoscenza sottile delle radici. Tutti gli alberi della civiltà moderna sono cresciuti all'esterno. Se non andiamo alle nostre radici e non scopriamo le fondamenta della nostra esistenza, queste civiltà sbilanciate che si sono sviluppate in modo folle saranno distrutte. È molto importante e urgente che il mondo tenti di mettere l'attenzione sulla scoperta delle proprie radici. In un modo o nell'altro è descritto in tutte le scritture. e nelle scritture indiane è stato descritto ampiamente. L'India è un paese molto antico e è stato benedetto da molti profeti e santi che scrissero trattati sulla realtà e le linee di condotta sul modo di raggiungerla. Come tutti gli altri veri santi del mondo, anch'essi soffrirono per mano di persone appartenenti a religioni orientate all'esteriorità (*Dharma Martandas*).

Gli scritti di queste anime illuminate sono per la maggior parte in sanscrito e non erano accessibili al pubblico comune. Quando venivano tradotti non veniva assolutamente menzionato il risveglio della *Kundalini* come unico mezzo per ottenere la Realizzazione del Sè. Veniva completamente cancellato nella traduzione. Fu nel dodicesimo secolo che nacque la grande incarnazione di un santo, Sri Gyaneshwara (Dio della Conoscenza). Egli visse solo ventitrè anni. Erano tre fratelli e una sorella. Tutti furono torturati dai *Dharma martandas*. Gyaneshwara, su permesso del suo *Guru* (maestro), che era suo fratello maggiore, scrisse nella lingua del posto un libro intitolato Gyaneshwari. Nel sesto capitolo egli chiaramente scrisse della *Kundalini* ma di nuovo le persone che erano a capo della religione (*Dharma Martandas*) dissero che non era permesso leggere questo capitolo (*Nishiddha*).

Poi vennero i Tantrici che non conoscevano nulla della *Kundalini*, dello strumento (*Yantra*), e inoltre non conoscevano nulla di come funziona (*Tantra*). Praticarono tutte le arti nere e indussero in pratiche immorali di violenza e di sesso.

Quando la *Kundalini* è risvegliata le dieci valenze (i Dieci Comandamenti) sono risvegliati all'interno. La religione diventa innata, e tutte le nostre priorità cambiano. La religione in *Sahaja Yoga* consiste delle radici di ogni religione; non è limitata ad una sola, ma racchiude il meglio di tutte le religioni. Tutte le vere religioni portano ad un solo scopo, ad un solo fine. Quel fine è ottenere la Conoscenza del Sè attraverso la nostra seconda nascita. In lingua sanscrita 'uccello' si dice '*dwija*', nato due volte, perchè prima è un uovo, poi ha una seconda nascita. Allo stesso modo una persona illuminata che ha conosciuto il *Brahman* (Potere onnipervadente) è detta anche *Dwija*.

Questo *Dharma*, che è innato dentro di noi, è risvegliato e così si riconosce che tutte le religioni hanno avuto origine da un'unica fonte di spiritualità. Chiunque potrebbe venire a *Sahaja Yoga* da qualsiasi religione. Tutti loro sanno che apparteniamo ad un'unica religione, che è la base di tutte le religioni. Così non c'è alcuna possibilità di fondamentalismo tra i *Sahaja Yogi*, non ci sono lotte o discussioni. Ognuno può vedere molto chiaramente, qualsiasi religione abbia seguito finora, dove esse hanno deviato e che cosa stanno facendo di sbagliato. Inoltre, sono in grado di correggere queste cose molto facilmente. In India ci sono dei *Sahaja Yogi* che stanno tentando di eliminare le superstizioni e il sistema della caste. Allo stesso modo, in tanti paesi le persone stanno tentando di sistemare e sradicare pratiche religiose errate.

Ci sono alcune pratiche di questa religione Divina che tengono viva e attiva la religione interiore. Esse devono essere capite. Viene spiegato il 'modus operandi', come la *Kundalini* viene mantenuta correttamente connessa al potere onnipervadente e il motivo per cui queste pratiche sono importanti. Ci sono anche metodi appropriati di meditazione per il nutrimento della personalità, e per poter essere sempre in meditazione. Alla fine, non dovete fare la meditazione, ma dovete essere in meditazione in modo permanente.

Ora, tutta la conoscenza vi viene dalla Divinità, ed è assolutamente pura conoscenza. Non può essere messa in dubbio, non può essere cambiata. È un permanente, eterno flusso di conoscenza. Tutto questo può essere provato e verificato.

Ottenete uno stato di consapevolezza senza pensieri, in cui siete in contatto con il presente. Tutti i pensieri vengono dal vostro passato o dal vostro futuro, ma non siete nel presente. Quando siete nel presente, siete silenziosi, e **solamente nel presente** ha luogo la crescita spirituale. Inoltre l'ispirazione vi viene come pensiero. Molte persone sono state benedette da questa ispirazione e hanno creato grandi lavori d'arte, musica, danza e commedia. A parte ciò, queste ispirazioni hanno aiutato molte persone in affari, in politica e in economia. La stessa ispirazione ha creato la pura religione.

Così, bisogna capire come funziona l'ascesa in quella pacifica area di completa sicurezza, e gioire dei vostri valori e del vostro stato di *Yogi*. Ma uno *Yogi* non è mai un egoista. Non si vanta mai del proprio stato. Al contrario, è estremamente umile e aiuta tutti ad innalzarsi a quello stato. Una tale persona è sempre preoccupata del benessere di tutto il mondo. Questa preoccupazione viene dal suo *Dharma*, dalla sua religione, che non è imposta, ma è innata in lui, così che agisce in quel modo. Non può commettere un peccato perchè ora ha una personalità senza peccati, che aborrisce il peccato. In questo processo evolutivo ha ora sviluppato un senso di repulsione per ciò che è peccaminoso o sbagliato. Questo tipo di personalità cambierà il mondo intero. Abbiamo avuto molte persone così grandi in passato, ma la maggior parte di esse erano sole, senza il sostegno di alcuno, così furono crocifisse, avvelenate, trattate male dalle altre persone che erano cieche. Ma oggi abbiamo così tanti *Sahaja Yogi*. Essi possono essere attaccati, ma verrà il giorno in cui saranno in grado di mostrare al mondo che cosa hanno ottenuto e che cosa il mondo intero deve ottenere.

Sahaja Yoga dona la sensibilità della spiritualità, permette di conoscere istintivamente chi è una vera personalità spirituale, e chi è falso. Dona anche la sensibilità per sapere quali sono le sofferenze di un'altra persona e che cosa manca in una persona. Si diventa il giudice di se stessi. Questo è l'**ultimo giudizio**, dove ognuno giudica se stesso. La *Kundalini* sarà il giudice. Solamente dopo questo giudizio gli esseri umani saranno scelti tra le persone che hanno ottenuto lo stato della Realizzazione del Sè e persone che non l'avranno ottenuto.

Le persone illuminate sono state chiamate Gnostici. Il significato deriva dalla parola sanscrita *Gna*, che significa conoscenza. Ma conoscenza non significa ciò che si sa attraverso il cervello, perchè il cervello o l'intelligenza portano alla razionalità la quale non ha saggezza dietro di sè. La razionalità può portare dappertutto, può giustificare tutto perchè non è assoluta. Così si deve andare al di là della razionalità, sviluppare un più alto senso della Divinità attraverso il quale capire i reali problemi e la loro effettiva soluzione.

Si deve capire che questa religione è l'essenza di tutte le religioni. È la sola religione che dà la reale esperienza dentro di sè, che mette in ciascuno di noi quella sensibilità per la spiritualità che non può essere affatto ottenuta con gran quantità di letture, sermoni o libri. Perciò un *Sahaja Yogi* conosce e rispetta tutte le incarnazioni e i santi.

Se dobbiamo cambiare questo mondo, e se dobbiamo salvare la nostra gente dalla completa distruzione, dobbiamo diventare saggi, e questo è possibile solo quando il cervello è illuminato dalla *Kundalini*. Questa è la cosa veramente importante oggi, vedendo che questo mondo è sull'orlo della distruzione. Naturalmente, il Creatore stesso è molto ansioso di salvarci ed ecco perchè in questi tempi moderni (*Kali Yuga*) ha attivato il potere onnipervadente.

Così ora è iniziata una nuova era che si chiama Età dell'Acquario (*Kumbha*) che significa la portatrice della brocca della santa acqua spirituale, cioè il lavoro della *Kundalini*. L'attività della *Kundalini* è come la linfa dell'albero che sale e nutre tutte le parti dell'albero e non si blocca ad un fiore (centro). D'altronde questi sono tempi speciali. Questo è il tempo della resurrezione. L'Ultimo Giudizio è fatto dalla *Kundalini*. Sulla punta delle dita uno può percepire e giudicare se stesso. Inoltre il potere onnipervadente si è molto attivato, così il *Kali Yuga* (i tempi moderni) sta passando nel *Krita Yuga* del *Brahma Chaitanya* (potere onnipervadente attivato). Questo sta aiutando l'illuminazione di massa e la Realizzazione del Sè. Dopo questo ci sarà *Satya Yuga* (Era della Verità). Noi dobbiamo avvantaggiarci di questa attività del *Brahma Chaitanya* rimamendo sempre connessi con il potere onnipervadente, e raggiungendo la nostra realizzazione e stabilizzandola. Dopo un tale stato una persona diventa molto dinamica e compassionevole. La sua razza, sesso, nazionalità ed età non ostacolano la sua vita dinamica.

Ci sono così tante benedizioni in *Sahaja Yoga* che è impossibile elencarle in un libro perchè per riunire tutte le esperienze dei *Sahaja Yogi* sarebbero necessari volumi e volumi.

Qualsiasi cosa si faccia ora in questo mondo moderno è relativa. In termini relativi, tutto sta lavorando. Questo lavoro relativo non darà nessun risultato assoluto. La conoscenza assoluta viene solamente dallo Spirito, e così finchè non conosciamo il Sè, lo Spirito, non possiamo sapere che cos'è assoluto e cos'è l'assoluta verità. Diversamente, finchè vivremo nel mondo relativo dovremo sempre discutere, lottare e avere guerre. Ma se si è nell'assoluto allora si sa che esiste una sola verità per tutte le cose, e non ci saranno più controversie o discussioni; tutti gioiranno di quella verità poichè è assoluta.

Tutte le teorie, come il Comunismo e il Capitalismo, falliranno perchè non sono nel centro. Quando si è al centro si diventa il più grande capitalista perchè si hanno tutti i poteri, e si diventa il più grande comunista perchè questi devono essere divisi con gli altri. Devono essere donati agli altri, e questo è il solo modo per poterne gioire. Se non vengono condivisi con gli altri, non si potrà gioire, qualsiasi sia la cosa ottenuta.

Uno dei grandi problemi degli intellettuali è che non vogliono mai accettare nulla come assoluto, ma vogliono sempre trovare le alternative per ogni cosa. Non c'è alternativa alla propria ascesa. Come il seme deve far crescere la sua primula, così la *Kundalini* deve essere risvegliata. Ma alcuni di quelli che sono venuti in *Sahaja Yoga* se ne sono anche andati dicendo che devono esserci altri metodi e poteri che potrebbero funzionare. Questa è semplicemente una reazione di chi cerca di sfuggire dalla realtà. Supponiamo che stiate scavando un pozzo e troviate l'acqua in un posto, a che fine scavare in altri posti? Ciò che avete trovato è l'acqua, così perchè non fare il pozzo in quel posto? Ma questo è il modo in cui molte persone evadono dalla realtà. Una persona deve affrontarla e ottenerla. Non c'è nessun altro modo in cui la trasformazione umana possa aver luogo, così come è stato detto in tanti libri antichi. Tuttavia, se le persone vogliono evitarla, allora voi non potete fare nulla. Non potete forzarle. Non potete in alcun modo condannarle.

Così il problema rimane: come far capire a queste persone, quando non hanno nessun'altra alternativa, che questo è un processo vivente, che è già iniziato, che sta lavorando in tantissime persone. Dovrebbero diventare *Sahaja Yogi*. In realtà, è richiesta una enorme pazienza con queste persone, perchè possono essere salvate se capiscono che è per la loro benevolenza, che è per il loro bene. Dopo essere venuti in *Sahaja Yoga* pochissime persone hanno sofferto di gravi malattie e ce ne sono tantissime che non sono mai più state dal dottore o dal dentista. È anche per la pace mentale. Tantissimi di loro mi hanno scritto

che hanno trovato la pace mentale da tempo perduta. Ce ne sono così tanti che scrivono come hanno raggiunto competenza ed equilibrio nel lavoro.

Ma tutto questo non convince certa gente, che vuole sempre sfuggire. Questo carattere di fuga sta tenendo fuori molte persone che sono veramente meritorie. Sono persone molto buone, molto belle, ma a causa di questa natura sfuggente non possono stare in *Sahaja Yoga*. I *Sahaja Yogi* sono estremamente gentili e saggi. Sono sicura che un giorno tutte queste persone che tentano di sfuggire capiranno che non è solo per la loro personale benevolenza, ma per la benevolenza del mondo intero. In un modo o nell'altro quando si viene alla religione, essi seguono solo Cristo, o solo Maometto o solo Buddha. In *Sahaja Yoga* li abbiamo tutti, e attivano completamente la vostra *Kundalini*. Tutti i *Sahaja Yogi* sanno molto di loro, e la cosa più importante è che essi sono tutti con noi, sono parte integrante di noi e non sono affatto separati. Essi hanno lavorato allo stesso processo nella storia, e noi lo stiamo ora elaborando nel presente con tutti loro.

Alcuni ricercatori hanno un altro problema. L'essere ricercatori è diventato come un impeto, un'inerzia. Non sanno come smettere e vogliono continuare a cercare in eterno. Questa è un'altra cosa da far capire alla gente: è arrivato il tempo di smettere e di fare dell'introspezione. Anche se Dio venisse e si mettesse davanti a loro, diranno "Oh, stiamo cercando Dio, sai qualcosa di Dio?"

È stato scoperto che coloro che hanno un tipo superiore di intelligenza seguono *Sahaja Yoga* molto velocemente. La maggior parte delle persone che abbiamo ora in *Sahaja Yoga* sono estremamente intelligenti. Alcuni di loro sono professori universitari. Ma l'intelligenza può ingannare se stessa. Ciò che è necessario è l'intelligenza della saggezza. È un tipo speciale di intelligenza che fa semplicemente loro capire che questa è la verità.

È stato visto che in molti paesi come la Colombia, la Russia o la Bulgaria, delle persone, semplicemente vedendo la fotografia, hanno sentito che è la verità. Ci ha sorpreso come avessero potuto vedere la verità in una fotografia. Migliaia e migliaia di loro venivano alle riunioni. Avevano una sensibilità spirituale alle apparenze. Io non assomiglio a nessuna attrice del cinema, e non assomiglio nel modo più assoluto a un pomposo *guru*. Sono una normale casalinga, ma malgrado ciò, hanno potuto scoprire che c'è qualcosa di spirituale in me. È straordinario che alcune persone abbiano questo dono di poter semplicemente percepire la spiritualità. Sono sicura che la nuova generazione che sta crescendo avrà quella sensibilità molto più sviluppata.

Malgrado tutti questi problemi, *Sahaja Yoga* si sta lentamente diffondendo e sta producendo tantissime cose miracolose con grande successo.

Inoltre ci sono persone a capo delle religioni (*Dharma martandas*) che sono solo orientate al denaro, come Mafie nel nome di Dio, che diffondono e dicono falsità su *Sahaja Yoga*. Non ci si deve sentire delusi o turbati se alcune persone creano problemi o tentano di disturbarci. Non ci si deve preoccupare troppo nemmeno dei mass media. Per esempio, alcuni dei media in paesi come l'Italia, la Russia, la Bulgaria, la Colombia, l'India, Taiwan e il Nepal sono estremamente sensibili e di aiuto. Ci sono paesi dove i media cercano il sensazionale, *Sahaja Yoga* è la più grande sensazione, è una tale unica scoperta, ma per loro è molto più importante mostrare qualche cosa di volgare, perché devono fare soldi e pensano che la gente legga di più le cose sensazionali. Non importa se vogliono dare questo tipo di notizie, ma tuttora non capisco perché devono criticarci e tentare di usarci per i loro voli sensazionalistici. Questo li farà atterrare in grandi difficoltà per aver detto bugie se ci rivolgeremo alla legge, ed essi dovranno stare attenti prima di fare tutti quei commenti, che non hanno fondamento nella realtà. Ciò nonostante, un *Sahaja Yogi* dovrebbe avere un approccio molto, molto moderato a tutte queste critiche sapendo che sono tutti uomini ciechi, che tentano di parlare di un elefante al buio portando tutti nelle tenebre².

¹ Shri Mataji si riferisce alla storia dei tre uomini che al buio scambiano la proboscide dell'elefante per un ..., le sue zampe per delle colonne e il busto per un ...

Il nostro lavoro è di enorme valore. È il più alto di tutti i lavori fatti fino ad ora in qualsiasi altro campo, nel mondo.

Dobbiamo attenerci alla verità, alle virtù, ai nostri ideali. Faccio sempre l'esempio di un *sari*: se un capo del *sari* è bloccato da un chiodo, qualsiasi bufera ci possa essere, e qualsiasi sia la velocità della bufera, possiamo ancora salvare il *sari*. Allo stesso modo, fintanto che ci atterremo ai più puri valori della vita spirituale e tenderemo di scoprire la bellezza del nostro proprio essere, gradualmente la gente vedrà la vostra straordinaria superiorità. Le vostre speciali qualità come *Sahaja Yogi* saranno palesate. Alla fine si volteranno indietro, paragoneranno la loro vita con la vostra, e si uniranno in *Sahaja Yoga* per gioire della bellezza delle vibrazioni Divine. *Sahaja Yoga* è l'unico modo per salvare il mondo, e noi dobbiamo capire la nostra identità. Questa è una rivoluzione spirituale, ma voi non dovete sacrificare niente, dovete solo gioire.

Siamo tutti ansiosi di condividere questa grande gioia e di aiutare le persone ad ascendere, ma c'è un ostacolo in *Sahaja Yoga*: non potete essere solo un 'socio' in *Sahaja Yoga*. Dovete affrontare voi stessi e diventare un *Sahaja Yogi*, cosa che penso le persone non vogliono fare. Ma ci sono molti che sono del calibro giusto. Hanno visto il vostro coraggio e il potere innato che avete per sostenere questi grandi valori. Sono sicura che una volta visto come questo potere può renderli capaci di cambiare se stessi e di dare la realizzazione agli altri e cambiare gli altri, capiranno che il significato della loro vita, lo scopo della loro vita, è di essere lo strumento di Dio Onnipotente.

La capacità collettiva e i sentimenti sono molto importanti in *Vishwa Nirmala Dharma*, che sta lavorando e che è espressa per la maggior parte in modo collettivo. In passato, nei tempi antichi, c'erano solo una o due persone illuminate. Erano soliti ottenere l'illuminazione individualmente. In questi tempi moderni di risurrezione è stato scoperto un metodo di realizzazione di massa, così ora una persona non può crescere spiritualmente se non è nel collettivo. Non è una comprensione mentale: in *Sahaja Yoga* una persona sviluppa la consapevolezza collettiva come una nuova dimensione della sua consapevolezza, che deve essere praticata e verificata nel collettivo.

Il collettivo deve essere rispettato e protetto.

Il collettivo non deve essere usato per alcun affare.

Il collettivo non deve permettere ad alcun membro di prestare o dare a prestito del denaro ad un altro membro o sfruttare un altro membro in nessun modo.

Il collettivo non deve permettere ad alcun membro di andare contro nessun altro membro o contro il leader; il leader mondiale può essere informato direttamente.

Il collettivo non deve raccogliere nessuna somma di denaro o spenderlo senza l'approvazione del leader mondiale. Tutti i conti devono essere tenuti e fatti conoscere al collettivo. Tutto dovrebbe essere in moneta legale e tutti i conti dovrebbero essere verificati.

Chiunque ancora fumi, beva o abbia problemi sessuali o mentali dovrebbe essere tenuto fuori dal collettivo. Essi possono partecipare solo a riunioni pubbliche.

Tutti dovrebbero essere aperti e onesti circa *Sahaja Yoga* nel collettivo. Niente dovrebbe essere segreto o nascosto.

Nesuno dovrebbe giudicare un altro membro del collettivo ma dovrebbe giudicare se stesso.

I più anziani devono essere rispettati e accuditi.

I bambini sono i membri della famiglia Internazionale di *Sahaja Yoga*. Sono in affidamento a tutti i *Sahaja Yogi* del mondo. Questi problemi devono essere risolti su base globale.

Nel collettivo tutti devono superare le false barriere della razza, del colore, del credo, della nazionalità e del fondamentalismo. La base del collettivo è l'Amore Divino e il rispetto.

Il collettivo dovrebbe essere responsabile dei libri, dei nastri audio e video che possono essere distribuiti a tutti i membri meritevoli.

Notiziari, contenenti notizie globalmente importanti di *Sahaja Yoga* possono essere inviati al centro collettivo, che può distribuirli come meglio preferisce.

Può essere richiesto denaro per libri, nastri, riviste, nastri audio e video, anelli, ciondoli, medaglie, badges, seminari e viaggi.

Non può essere richiesto denaro per le cure Divine e per la Realizzazione del Sè. Ai leaders possono essere pagati i viaggi se non lavorano. Agli insegnanti e ai direttori di scuole deve essere pagato lo stipendio autorizzato.

Tutti dovrebbero lavorare con uno sforzo collettivo per preparare gli incontri pubblici.

Il collettivo non dovrebbe permettere film o libri sporchi. A nessuno dovrebbe essere permesso di gridare o usare un linguaggio scurrile.

Abbracciarsi e baciarsi con chiunque non dovrebbe essere permesso. Tra moglie e marito non dovrebbe esserci nessun comportamento romantico in pubblico.

Alle riunioni gli uomini dovrebbero sedersi da un lato e le donne da un altro.

Il collettivo non dovrebbe permettere a nessuno di formare gruppi su nessuna base di nessun tipo.

Il collettivo deve sostenere fisicamente l'un l'altro in discussioni e non la persona negativa o il non-*Sahaja Yogi*.

Il collettivo dovrebbe essere molto affabile, gentile e rispettoso verso gli altri ricercatori che non sono ancora in *Sahaja Yoga*.

La porta di *Vishwa Nirmala Dharma* è aperta a tutti. Non c'è nessuna conversione o iniziazione per *Sahaja Yoga*.

Se *Vishwa Nirmala Dharma* viene attaccata tutti i *Sahaja Yogi* del mondo devono combattere.

Il collettivo dovrebbe ricercare le scritture e i libri scritti da anime illuminate e deve produrre libri che sostengono *Vishwa Nirmala Dharma*.

Il collettivo dovrebbe avere piena attenzione e conoscenza, delle forze che agiscono contro l'ascesa in *Vishwa Nirmala Dharma*.

Capitolo 3

LA CULTURA SAHAJA

Una cosa semplice come la pulizia personale: un *Sahaja Yogi* laverà sempre il viso con acqua corrente, e mai da una bacinella o con acqua non corrente. Anche se si facesse un bagno nella vasca, dopo userà la doccia. È importantissimo pulire molto bene il corpo.

Secondariamente, le altre parti del corpo come i denti, il naso, gli occhi, le mani, devono essere tenute molto pulite.

Non è necessario che un *Sahaja Yogi* abbia una struttura sottile e ossuta. Alcuni sono magri, altri sono grassi, alcuni medi. Tutto dipende dalle esigenze della personalità, e qualsiasi cosa sia richiesta o mancante, può essere stabilizzata appropriatamente in un giusto equilibrio con *Sahaja Yoga*.

I cibi mangiati dai *Sahaja Yogi* devono essere vibrati e dovrebbero essere in accordo con i bisogni del corpo. Per esempio, una persona di lato destro, molto proiettata verso il futuro, che pensa troppo, mangerà più carboidrati; mentre una persona che non è così attiva, che non è così proiettata verso il futuro, assumerà più proteine. Non è detto che un tipo particolare di cibo sia adatto a tutti. Dipende dalla natura individuale (*Prakriti*).

Questa cultura rende automaticamente una persona di natura molto dolce. La cultura in cui 'il vedere e l'essere visto' è l'atteggiamento fondamentale svanisce semplicemente e colui che segue questa cultura *Sahaja* non è preoccupato di cosa gli altri dicono di un tale *Yogi*. Inoltre non indossa vestiti strani o sudici o si lascia andare a irragionevoli capricci. È una persona più che normale e conduce una vita molto dignitosa e serena.

Un *Sahaja Yogi* non è assolutamente una persona pigra. Non va sull'Himalaya, non lascia il lavoro, ma rimane nel suo luogo di appartenenza. Tenta di migliorare le condizioni intorno a lui e tenta, con il suo potere di volontà dell'amore Divino, di portare benedizioni alle persone che dipendono da lui. Lavora anche per il suo paese e per il mondo. Diventa una personalità pronta a dare agli altri, non a prendere dagli altri.

Così, una persona meschina o avara non può rientrare nella cultura *Sahaja*. Una persona generosa e gentile con gli altri, non orientata verso il denaro, è un *Sahaja Yogi*. Abbiamo già descritto che cosa dovrebbe essere un *Sahaja Yogi*, ma i commenti e le argomentazioni superflue non sono parte della cultura *Sahaja*.

Cultura *Sahaja* significa gioire di ogni cosa nella sua forma pura. Per esempio, nella cultura *Sahaja*, nessuno deve flirtare con la moglie o il marito di altri. Dovete essere delle mogli e dei mariti dedicati. Se per buone ragioni non volete continuare il vostro matrimonio, allora naturalmente *Sahaja Yoga* permette il divorzio, ma questo avviene molto raramente.

Dobbiamo rispettare i nostri anziani, i nostri genitori, anche se non capiscono *Sahaja Yoga*. Dobbiamo perdonarli perchè sono ciechi.

I *Sahaja Yogi* devono rispettare i loro bambini, così come li devono rispettare gli insegnanti. Se i bambini sono estremamente difficili allora i genitori possono qualche volta schiaffeggiarli, ma non gli insegnanti. A nessun insegnante è permesso in alcun modo di punire il bambino in modo da fargli del male.

La casa di un *Sahaja Yogi* dovrebbe essere simile al loto dove persino lo scarafaggio, che ha un corpo pieno di spine, è il benvenuto e gli è permesso di dormire per l'intera notte. Il cuore di un *Sahaja Yogi* dovrebbe essere simile al loto che è rosa, mostrando un temperamento molto ospitale, dolce e gioioso. Egli dovrebbe sempre dare alle persone che sono in necessità, se ha più di loro, e dovrebbe sempre proteggere le persone che dipendono da lui.

Non dovrebbe ostentare la sua ricchezza. Se vuole una macchina molto grossa o se ha qualche mezzo di trasporto, allora dovrebbe chiedere agli altri *Sahaja Yogi* di dividerla con lui. Se ha una casa molto grande, dovrebbe chiedere ad altri *Sahaja Yogi* di dividerla con lui. Ma, non dovrebbe condividere con altre persone che non siano *Sahaja Yogi*, perchè quelle persone potrebbero solamente tentare di sfruttarlo. Per un *Sahaja Yogi* non esiste sfruttamento. È estremamente gentile verso gli altri, e se qualcuno è gentile con lui, tenterà di ripagarlo in un modo o nell'altro. Non si deve obbligare nessuno o far sentire qualcuno in obbligo.

Il linguaggio di un *Sahaja Yogi* è molto bello e si deve parlare in modo tale che anche gli altri sentano la gioia dell'unità.

Queste moderne orribili idee sul sesso devono essere aborrite nella cultura *Sahaja*. I bambini devono essere perdonati molto più di qualsiasi altro e devono essere tenuti nel gruppo. Possono essere illegittimi, possono essere quelli che hanno subito abusi, possono essere quelli che sono stati rifiutati dalla società. Se ci sono alcuni bambini estremamente violenti e pericolosi, possono essere tenuti fuori da *Sahaja Yoga* con i loro genitori.

Non abbiamo gerarchie in *Sahaja Yoga*. Non c'è alcun prete. Siamo tutti uguali. Ma solo per necessità dei contatti abbiamo dei leader e questi leader devono essere i migliori tra le persone di cui sono a capo, i migliori *Sahaja Yogi* del più alto livello. Questo sistema di nominare dei leader è in un certo senso assolutamente mitico. Alcuni leader sono diventati avidi o hanno continuato ad avere cattive abitudini. Essi se ne sono dovuti andare, anche se ora tentano di fare una falsa propaganda. Questo è l'unico sistema che permette di tenere i contatti con gruppi numerosi per cui deve essere accettato e deve funzionare, non secondo il denaro, la posizione o l'educazione ma secondo la vita *Sahaja*. I *Sahaja Yogi* non sprecano le loro energie o il denaro in cose assurde. Non bevono, non fumano, non prendono droga. Le signore non sprecano denaro in istituti di bellezza. Questo succede senza che nessuno dica loro di farlo, semplicemente si comportano così. Non vedono film volgari, non leggono cose volgari. Sono nobili, dignitosi, un tipo speciale di gente molto purificata.

Per quanto riguarda le leggi, ce ne sono di assurde, con scappatoie che permettono alla gente di fare cose sbagliate, ma i *Sahaja Yogi* non accettano queste leggi e non usano mai scappatoie per i loro fini.

Per i *Sahaja Yogi* la società materialistica non è mai l'ideale. Lo è la società spirituale con lo Spirito che li illumina, e che dà loro tutte le esperienze gioiose dei poteri miracolosi dell'onnipervadente amore Divino. Gli ideali di *Sahaja Yoga* sono molto diversi.

Lo Spirito rappresenta l'essere collettivo dentro di noi. Non è necessario creare una organizzazione per definirla in qualche modo internazionale: automaticamente diventiamo globali, uniti in una nazione di *Sahaja Yogi*, dove capiamo che siamo parte integrante del tutto, il microcosmo che diventa macrocosmo.

Tutte queste cose sono facili da realizzare se si capisce che si deve essere umili. Se siete arroganti e ancora condizionati da quello che avete avuto nel vostro passato, o vi sentite colpevoli, allora impiegate più tempo a crescere. La cosa migliore è essere il testimone di ciò che vi è accaduto, di ciò che siete stati, da dove siete venuti e dove dovete andare. Ci sono tanti meravigliosi *Sahaja Yogi*: una volta visto il loro stile di vita e il comportamento, si sviluppa un sentimento di imitazione, li si usa come ideali.

In *Sahaja Yoga* non è usata alcuna forza, solo talvolta vengono date delle indicazioni in maniera decisa. Una persona conosce da sé cosa è giusto o sbagliato. Non è necessario dire di fare o non fare qualcosa. Se si inizia a fare qualcosa di sbagliato, immediatamente le vibrazioni indicano che questo è sbagliato, talvolta smettono anche di fluire. Così la cosa migliore è dipendere dalle vostre vibrazioni. Ma per percepire le vibrazioni nel modo giusto dovete essere in uno stato d'animo meditativo. Qualche volta la vostra intelligenza può fuorviarvi. Il modo migliore è di essere in uno stato meditativo e dipendere dalla vostra consapevolezza vibratoria.

Noi non permettiamo di chiamare *Sahaja Yogi*, o di entrare in *Sahaja Yoga*, alle persone che non sono ancora al livello in cui possono dare la Realizzazione agli altri. Essi sono ritenuti *yogi* che si stanno ancora sviluppando, perchè devono migliorarsi per entrare in questo Sanctum Sanctorum della collettività.

Quando siete illuminati, è molto facile capire questa conoscenza sottile, ma se non lo siete, allora è molto difficile che queste idee, che sembrano artificiali, vi entrino in testa. Una volta che siete realizzati, esse diventano la vostra esperienza, così non dobbiamo infilarvele in testa per capire. Il solo modo in cui si possa capire *Sahaja Yoga* è essendo prima un umile ricercatore, e poi ottenendo la vostra Realizzazione. Potete essere un re, una persona di grande successo, un magnate in affari, una grossa personalità della carta stampata; tutto ciò non ha valore, perchè dovete sapere che manca ancora uno stadio per ottenere per la vostra consapevolezza umana.

Non è una conquista individuale; è una conquista collettiva e funziona in collettività. Supponiamo che un'unghia venga tagliata dal dito: quest'unghia non potrà mai crescere. Così dovete essere nel collettivo e diventare uno con il resto delle persone. Solamente allora raggiungerete meglio i risultati, come se in un giardino ogni albero che sta crescendo dovesse aiutare gli altri. Sebbene non possa essere fatto in giardino, deve essere fatto in *Sahaja Yoga* e funziona in quel modo. È un'ascesa collettiva che è in atto. Coloro che non si uniscono saranno lasciati indietro. La preoccupazione è che tali persone che sono in grado di otternerla dovrebbero essere convinte in un modo o nell'altro del semplice metodo con cui il mondo intero può essere cambiato.

I *Sahaja Yogi* non dovrebbero mai preoccuparsi del denaro perchè non prendiamo denaro per il nostro lavoro spirituale, e condanniamo sempre le persone che prendono denaro nel nome di Dio. Per favore ricordate che siamo nel Regno di Dio, e che questa cittadinanza si occupa di tutte le necessità che possiate avere. Farete questa esperienza ovunque: ogni volta che tenterete di fare il lavoro per *Sahaja Yoga*, il denaro vi arriverà in qualche modo. Non illegalmente, non con la forza, ma in maniera molto miracolosa.

Capitolo 4

I SAHAJA YOGI

I Sahaja Yogi sono quelle persone che sono state illuminate, che hanno ottenuto la Realizzazione del Sè attraverso il risveglio della *Kundalini* con un metodo spontaneo (*Sahaja*). Sono simili a semi germogliati per cui è iniziato il processo vivente nella spiritualità.

Non sono *Sahaja Yogi* finchè non hanno percepito le vibrazioni del potere onnipervadente (*Brahmachaitanya*) che compie tutto il lavoro vivente.

Non sono *Sahaja Yogi* se non hanno la piena conoscenza del loro essere e del loro strumento interiore e del potere residuo della *Kundalini*. A livello del sistema nervoso centrale, cioè almeno sulla punta delle dita che sono le terminazioni di entrambi i sistemi nervosi simpatici, devono percepire il potere onnipervadente dell'amore di Dio e conoscere la decodifica di tali sensazioni.

Le vibrazioni Divine di questo potere onnipervadente dovrebbero fluire costantemente, ma se si interrompessero, allora essi dovrebbero sapere come riattivarle e come alzare la propria *Kundalini*, cioè come essere sempre collegati a questo potere onnipervadente.

Dovrebbero sapere tutte le cose sottili che riguardano loro stessi e gli altri.

Dovrebbero almeno avere il potere di dare la Realizzazione agli altri e più tardi di pulire i loro centri così da dar loro un benefico nutrimento fisico, emozionale, mentale e spirituale.

Il modo di essere esteriore di un *Sahaja Yogi* dovrebbe manifestare la pace interiore, la compassione Divina, il dinamismo degli ideali di *Sahaja Yoga* e una vita gioiosa.

Si diventa *Sahaja Yogi* come risultato di una crescita maturata nella propria divinità istintivamente morale, in accordo con le leggi, molto onesta, discreta, saggia ed estremamente amorevole.

Se non si è collettivi, non si è *Sahaja Yogi*, cioè si deve ancora percepire la propria divinità, si deve maturare per capire, nella propria consapevolezza a livello del sistema nervoso centrale, come esperienza innata, che si è parte integrante del tutto. Il microcosmo diventa il macrocosmo. Man mano che un *Sahaja Yogi* sviluppa la sua consapevolezza collettiva, è obiettivamente molto consapevole della cecità dei suoi simili. Capisce la vera natura del problema del suo paese e del mondo intero in senso ampio. Egli capisce con la sua Divina discriminazione e lavora con il suo potere dell'amore Divino per correggere le assurdità distruttive e ridicole, le perversità e la crudeltà dell'aggressione dei suoi simili, della sua nazione e del mondo intero.

La preoccupazione per se stesso e per i suoi simili, condizionati dal moderno sfruttamento, lo proiettano in nuove aree di problemi collettivi. Appena tutte le sue dieci valenze (pura religione universale innata)

sono risvegliate, egli sviluppa il coraggio di aderire alle idee della cultura *Sahaja Yoga* ed esce fuori dalla condizione di falsità che lo circonda, proprio come un loto emerge dal fango.

È vincolato dalla natura Divina della vera religione. Egli non è più simile alle altre persone che professano di appartenere ad una religione ma che possono commettere qualsiasi peccato contro la loro religione. Il *Sahaja Yogi* si rende conto nella sua consapevolezza che esiste la prova che la fonte di tutte le religioni esteriori (anche se deviate) è una - e cioè verità e purezza. A mano a mano che si purifica con il processo vivente di *Sahaja Yoga* scopre la verità della completa unità di tutte le religioni. Così i *Sahaja Yogi* possono provenire da qualsiasi religione o razza senza avere nessun problema di fondamentalismo o razzismo.

Egli ritiene la realtà una cosa bellissima, felice e miracolosa. Si sente, con la Divina grazia, assolutamente sicuro, in pace e pieno di gioia.

La sua salute migliora notevolmente e sa come curare gli altri con il metodo delle vibrazioni Divine. Gradualmente diventa completamente sano. Inoltre sa come proteggersi dalle forze negative. Sa cosa è giusto e cosa è sbagliato, qual è la verità e quale la falsità ed è autorizzato a gioire del cammino della virtù e della rettitudine di *Sahaja Yoga*.

Il *Sahaja Yogi* sviluppa nuovi talenti per esprimere il suo senso estetico, ma non li usa per sfruttare gli altri a suo vantaggio. Negli affari o in altre attività deve esprimere la sua mente illuminata, che non è egoista, meschina o arbitraria, ma segue in modo completo le sue chiare idee di benevolenza. Egli gioisce della dinamica del suo idealismo, poichè trova che esso produce immediati risultati pratici anche nel mondo del lavoro.

I *Sahaja Yogi* diventano assolutamente onesti gli uni verso gli altri e hanno un amore reciproco straordinario, hanno fiducia e rispetto senza alcuna aspettativa. Come esistono molti tipi di fiori, si rendono conto che ci sono bei *Sahaja Yogi* di ogni genere. Tutti gioiscono delle varie qualità, dei doni e delle personalità delle altre persone.

I *Sahaja Yogi* appartengono ad una famiglia e ogni membro di questa famiglia, vecchio o giovane, deve essere completamente protetto dal collettivo.

Sahaja Yoga non può funzionare attraverso l'irreggimentazione, la costrizione o la forza. Deve funzionare spontaneamente attraverso il processo vivente dell'evoluzione. In questo processo, una volta che il seme è germogliato, il germoglio è simile alla *Kundalini* che si alza; così come l'albero naturalmente si innalza cercando la luce, allo stesso modo una persona inizia a crescere spontaneamente. Perciò tutte le manifestazioni della pura religione innata (*Vishwa Nirmala Dharma*) si proiettano dalla sua personalità verso l'interno e l'esterno.

Coloro che vogliono innalzarsi più in alto non devono forzare gli altri che stanno ancora lottando onestamente con la loro letargia, i condizionamenti, l'ego e l'ignoranza. A tutti deve essere data la possibilità di innalzarsi a livelli più alti del pieno potenziale per mezzo del loro stesso desiderio e la ricerca della verità.

Ma coloro che, dopo essere venuti in *Sahaja Yoga* per qualche tempo, sono ancora immorali, ipocriti, arroganti, senza scrupoli e crudeli, senza alcuna integrità, che manovrano, che pensano al denaro, che possono ostentare mode indecenti per quanto riguarda abiti o comportamenti, coloro che fanno il gioco degli affaristi, che usano un linguaggio scurrile, che flirtano con uomini o donne, o che hanno relazioni extraconiugali, che sono accecati da fedi senza prova o comprensione, che seguono culti o falsi *guru*, superstizioni o qualsiasi cosa del genere e pratiche di basso livello non possono stare in *Sahaja Yoga*,

anche se vengono e tentano di stabilizzarsi. Coloro che tentano di fare denaro in *Sahaja Yoga*, che commerciano Dio, escono da *Sahaja Yoga* a causa di una forza centrifuga.

Coloro che in *Sahaja Yoga* sono tortuosi, che fanno giochi psicologici, agiscono negativamente indebolendo le energie degli altri *Sahaja Yogi*, vengono facilmente rivelati alla luce dello Spirito, e sono automaticamente buttati fuori da *Sahaja Yoga*. Qualche volta viene loro chiesto di lasciare *Sahaja Yoga* e rimanendo fuori per un po' si rendono conto di cosa hanno perso e tentano genuinamente di migliorare: a tali persone deve essere data nuovamente, con amore, l'opportunità di tornare. Alcuni di coloro che escono, naturalmente, potrebbero tentare di screditare il nome di *Sahaja Yoga*. Nessuno deve preoccuparsi o turbarsi della loro propaganda, perchè ora siamo nel Regno di Dio, e tutta la falsità e gli attacchi non influenzeranno la nostra crescita o quella di *Sahaja Yoga* nel complesso. Tutti questi attacchi in realtà agiscono a nostro vantaggio poichè il potere Divino ci aiuta continuamente a portare il Regno di Dio su questa terra.

I *Sahaja Yogi* non dovrebbero sprecare le loro energie con i non-ricercatori della verità, ma dovrebbero cercare sempre di aiutare il più possibile il ricercatore genuino a ricercare la verità, con la completa comprensione che egli si trova ancora perduto nel suo bozzolo, e deve essere salvato piano piano da tutti i problemi che si è creato da sè seguendo falsi *guru* o religioni orientate verso il denaro, o aiutare coloro che hanno perso la capacità di ascendere ad un regno più alto, che è la base principale o il fondamento di ogni religione.

I *Sahaja Yogi* non devono sentirsi feriti o turbati, poichè le loro radici sono profondamente radicate nella Divinità. Devono essere simili a battelli in grado di navigare nell'oceano di illusione.

Tutti i grandi principi della Divinità e di *Vishwa Nirmala Dharma* devono essere rispettati ed elaborati individualmente o nel collettivo. Un *Sahaja Yogi* ha tutti i diritti di informare il leader mondiale dei problemi del proprio Centro o della propria Città o del proprio Paese qualora pensi che il proprio leader non possa essere d'aiuto.

I *Sahaja Yogi* diventano molto intelligenti, penetrando in tutti i tipi di aree della conoscenza. Dovrebbero sapere tutto sulle scritture, su tutte le incarnazioni, i profeti, i veggenti e le anime realizzate del passato e dovrebbero essere assolutamente preparati con perfetta comprensione sulla storia della spiritualità, di come sia cresciuta e si sia elevata a questo livello che è *Sahaja Yoga*, dove avrà luogo l'ultimo passaggio (*Sahasrara*). Inoltre, dovrebbero scoprire tutte le persone che sono anime illuminate e che hanno scritto sulla spiritualità, sulla Divinità. Dovrebbero anche penetrare nelle scritture e scoprire tutte le bellissime verità che possono essere svelate solo attraverso una mente illuminata, così che si possa porre fine definitivamente alle dispute tra le religioni dimostrando che tutte le religioni sono nate dalla stessa fonte di spiritualità.

Così all'interno di un *Sahaja Yogi* si sviluppa una tale pluralità che egli rispetta tutti gli aspetti della religione e le persone che hanno dato inizio a queste religioni. Inoltre dovrebbe sapere come tutti questi profeti e incarnazioni siano collegati ai nostri centri sottili. Dovrebbe anche sapere come poterli risvegliare all'interno di se stesso nei suoi centri. Tutto è facilmente comprensibile e può essere praticato entro pochi mesi e provato sperimentandolo sulle persone.

In *Sahaja Yoga* il processo vivente agisce. Questo è un punto fondamentale da capire: il processo vivente si schiude da sè dando alla natura la sua meravigliosa crescita. Allo stesso modo inizia a lavorare nell'essere umano. Prima di essere illuminato l'essere umano è simile ad un seme morto senza alcun significato. Ma quando è germogliato inizia ad agire e la natura si prende cura di lui. In realtà la natura è accudita dallo stesso potere onnipervadente che si prende cura dei *Sahaja Yogi*, i quali hanno ora iniziato il loro processo vivente per la prima volta. Come potete capire, gli esseri umani non possono fare alcun lavoro vivente. Essi trasformano tutto ciò che è morto in un'altra cosa morta, ed entrano nell'ego. Ma un

Sahaja Yogi può capire molto facilmente che sta ora liberando i suoi poteri e che quando li usa essi crescono più profondamente e ampiamente e gli danno più fiducia in qualsiasi cosa stia facendo.

Questa fede non è cieca, è la fede che è stata sperimentata e scoperta sulla punta delle dita. Potete conoscere la verità che è stata detta in qualche scrittura. Per il momento ci si deve concentrare per migliorare se stessi, pulirsi e poi proiettare l'attenzione sugli altri che volontariamente vengono da voi o chiedono la realizzazione. Ma non andate mai di porta in porta a chieder loro di venire, o pregarli di ottenere la realizzazione. Non c'è posto per queste persone nel Regno di Dio. Si deve prestare attenzione solo a quelli che vogliono e che stanno ansiosamente tentando di evolversi, perchè dobbiamo rispettare la libertà che è stata data agli esseri umani di scegliere se vogliono ascendere o regredire.

Protegetevi dalle forze negative e dalle persone negative perchè esse si sentono sfidate. Poichè continuano ad andare avanti nella falsità, si arrabbiano con voi e tentano di danneggiarvi. Per quanto possibile, non pubblicizzate troppo voi stessi affinché la gente non vi attacchi. Inoltre non entrate in competizione con gli altri e non cadete nell'invidia. Se siete un buon *Sahaja Yogi* vi riconcilierete automaticamente con la vostra vita e non disturberete gli altri.

Tutti i grandi principi della Divinità e della pura religione innata (*Vishwa Nirmala Dharma*) devono essere rispettati ed espressi nella vita di un *Sahaja Yogi* e nel collettivo. I *Sahaja Yogi* non possono farsi dare del denaro per la Realizzazione del Sè o per le cure fatte con il metodo *Sahaja*. Se viene raccolto del denaro dal leader, ciò deve essere riferito al leader mondiale.

Il lavoro casalingo, della famiglia o della vita quotidiana deve manifestare le speciali qualità della Divinità, come:

verità; non-violenza; amore Divino il quale non è possessivo ma nutritivo; rispetto per chi è rispettabile; rispetto per i genitori, gli anziani, la legge del Paese; rispetto per l'arte e per gli artisti; rispetto per tutte le scritture; rispetto per tutte le religioni e per i loro fondatori; rispetto per la propria castità; nobiltà; generosità; autostima; coraggio di assorbire e sostenere la verità; sforzi disinteressati per diffondere *Sahaja Yoga*; onestà; rettitudine (*Dharma*); equilibrio nel centro; conoscenza del potere Divino e di *Sahaja Yoga*; gentilezza; dolcezza; perdono; universalità; non-competitività; soddisfazione nel benessere spirituale; dignità nel vestire, nel linguaggio, nel comportamento, nella personalità; assiduità nella meditazione.

I *Sahaja Yogi* sono sempre gioiosi. Non si annoiano. I *Sahaja Yogi* hanno lo splendore negli occhi, il viso è fresco come un fiore. Sono puliti e ordinati. Essi seguono un sistema molto meticoloso di pulizia personale e dei loro *Ashram*.

Capitolo 5

IL LEADER IN SAHAJA YOGA

Essere leader è una prova molto più alta che essere solo un *Sahaja Yogi* perchè il leader deve essere per gli altri l'ideale da seguire. Egli dovrebbe conoscere ed essere padrone di tutta la conoscenza di *Sahaja Yoga*, del modus operandi del risveglio della *Kundalini*, di come dare la realizzazione agli altri, con tutta la pazienza e l'amore. Le fondamenta di *Sahaja Yoga* sono l'amore Divino e la benevolenza Divina e se sarete seriamente convinti che il mondo intero dovrebbe beneficiarne, allora dovrete sviluppare una meravigliosa e amorevole pazienza per ottenere la realizzazione degli altri e per guidare gli altri.

Così, l'approccio che un leader dovrebbe avere verso gli altri *Sahaja Yogi* al Centro, dovrebbe essere quello di guidarli con il cuore, e non con le parole.

Il leader dovrebbe essere un ascoltatore paziente, che non critica o salta a conclusioni.

Il leader dovrebbe avere una veloce comprensione dei problemi complessi che devono essere affrontati da un individuo o dal Centro. Egli dovrebbe sempre tentare di scoprire perchè esiste un problema e come risolverlo in modo estremamente gentile e attento.

Il leader dovrebbe conoscere ogni membro in modo molto, molto profondo. Il leader non dovrebbe mai razionalizzare i suoi errori, che possono essere solo un'apparenza superficiale e non la verità.

Il leader prima deve affrontare se stesso e purificarsi così che la sua stessa vita purificata illumini gli altri molto più facilmente che dando conferenze. Qualsiasi siano le vostre regole, esse devono essere praticate dal leader con grande zelo e con grande gioia. Ciò significa che il leader dovrebbe diventare per prima cosa il leader di se stesso, sperimentando tutte le sue belle idee su di sè, così da sapere come poter dominare se stesso prima di tentare di trattare gli altri.

Il leader dovrebbe essere molto attivo, efficiente, sollecito, pronto a perdonare, generoso, rispettabile e amorevole. Se non è rispettabile allora il rispetto non può essere chiesto agli altri membri. I *Sahaja Yogi* lo rispetteranno definitivamente e avranno automaticamente fiducia in lui perchè egli manifesterà qualità rispettabili. Il leader non dovrebbe mai tentare di aumentare la sua credibilità diminuendo quella degli altri, ma deve costruire sempre uno stile di leadership democratico cioè di tipo collettivo e non raccogliere intorno a sè persone che gli danno sempre ragione o fare cricche e non dovrebbe dare adito a false lodi. Tutti devono avere accesso al leader in persona nel caso in cui ci sia un problema.

Il leader deve capire il processo di crescita, che è un processo vivente che si schiude come un seme che diventa un albero. Così, forzare o manovrare non favorirà lo schiudersi. Anzi al contrario lo ostacolerà o potrà uccidere il processo vivente. Il modo migliore è che anche il leader faccia introspezione e osservi il processo naturale che si sta schiudendo meravigliosamente dentro di sè.

Se intorno c'è tumulto o caos, semplicemente calmatevi e posizionatevi sull'asse della pace. Un leader deve sapere che abbiamo raggiunto uno stato nel quale possiamo mettere completamente la nostra attenzione sul punto cardinale della pace, cosa che egli dovrebbe praticare e approfondire sempre di più. Attraverso la sua sperimentazione e le prove che ha, il leader dovrebbe ritenere come realtà che ora noi siamo nel Regno di Dio e che il potere del Suo amore, il *Paramachaitanya*, è perfettamente intelligente e assolutamente efficiente.

Gradualmente l'esperienza di questo amore Divino che agisce, crea un gruppo molto forte. I componenti aderiranno l'uno all'altro amorevolmente e percepiranno la forza collettiva come un'energia vivente. Il leader dovrebbe tentare di vivere e di essere come qualsiasi altro e non sentirsi straordinario, con la consapevolezza che è straordinario il fatto che siate ordinari. In sanscrito: "*Samanyas asamanya*". La consapevolezza è la sorgente della vostra capacità di dirigere.

Così, i leader devono tentare di osservare molto attentamente la crescita della loro consapevolezza per le cose. È molto facile poichè potete dipendere dalla vostra *Kundalini* che vi farà diventare consapevoli di qualsiasi argomento sottile vogliate essere consapevoli. Potete raggiungere tutto questo usando la vostra capacità di proiettare l'attenzione su qualsiasi cosa vogliate sapere, e funzionerà. Questo modus operandi della vostra attenzione può essere approfondito da voi come leader e poi potrete insegnare a tutti gli altri *Sahaja Yogi* come approfondire quest'arte di dirigere l'attenzione attraverso la *Kundalini*.

Il leader non dovrebbe provocare emozioni in modo violento, ma delicatamente permettere alle emozioni degli *Yogi* di affiorare e lasciare che si calmino da soli. Se i *Sahaja Yogi* sono eccitati per qualche ragione, e anche se sapete che hanno ragione di essere arrabbiati, tentate di capire l'intero problema e fate una scena come se anche voi foste arrabbiati con loro per la stessa ragione. Non dovrete versare improvvisamente acqua fredda sulla mente surriscaldata, ma dopo aver recitato la parte tentate di persuaderli e di calmarli, poi sedetevi con loro e discutete serenamente decidendo quale sia il modo migliore di risolvere il problema.

Il modus operandi è sapere come questo potere Divino debba essere usato, manifestato e rispettato. Il leader non dovrebbe abbassarsi a dar contro o combattere alcuna persona del gruppo, perchè la vostra arma è la luce dello Spirito, che è l'oceano del perdono.

Il leader deve indietreggiare in silenzio ed essere benevolo. Il vostro silenzio calmerà definitivamente lo spirito battagliero di qualsiasi membro arrabbiato del gruppo. Così il leader deve conoscere e approfondire l'abilità del silenzio, che fa in modo che prevalga il potere Divino.

Sahaja Yoga deve essere capito mentalmente e praticato con il cuore. Per alcune persone è il contrario. Non dovrebbe esserci alcuna ipocrisia circa la conoscenza. Se qualcuno del gruppo scopre o sperimenta qualcosa di sottile, dovrebbe essere ascoltato e apprezzato molto dal leader e dal gruppo.

Il leader deve conoscere se stesso e non indulgere in adulazioni in alcun modo: non deve avere alcun favorito. Il leader dovrebbe possedere intatti i suoi valori assoluti e le sue Divine esperienze. Non dovrebbe proiettarle o cercare di interpretarle a suo piacimento. Non dovrebbe tentare di ostentare gli insegnamenti di *Sahaja Yoga* e imbrigliare *Sahaja Yoga* nella rete di parole che è *Shabdajalam*. Il leader non dovrebbe tentare di dare spettacolo di sé o mettersi in mostra ma dovrebbe essere istintivamente umile. Se cerca fama si allontanerà dalla realtà e dal suo grande compito dell'emancipazione degli esseri umani.

Il leader dovrebbe nutrire il suo gruppo e fare tutti gli sforzi per far crescere nella Divinità ogni singola persona e anche il collettivo. Qualora il leader non fosse in grado di trattare con qualcuno, dovrebbe informare il leader mondiale. Senza il permesso del leader mondiale non può chiedere a nessuno di uscire o riprendere qualcuno nel gruppo.

Nel silenzio il leader può percepire la soddisfazione o la preoccupazione e anche l'umore del gruppo come le stagioni dell'anno. *Sahaja Yoga* è un processo vivente quindi deve essere coltivato come fa un esperto giardiniere. Se qualcuno come un fiore appassisce, scoprite la causa alla radice e aiutate la persona. Qualche volta l'intero giardino può essere sotto attacco, così scoprite il problema reale e tentate di risolverlo attraverso i metodi di *Sahaja Yoga*.

Gli sforzi di un leader dovrebbero essere indirizzati a creare un gruppo onesto e aperto. Il suo lavoro è di facilitare e illuminare ciò che sta accadendo, di avere pochissime regole e tabù. Troppe regole riducono la libertà e la responsabilità. Inoltre, la costrizione riduce la spontaneità. Ricordate che tutti i componenti del gruppo sono *yogi*, sono persone illuminate. La manipolazione genererà l'evasione. Ogni legge crea un fuorilegge. Alla luce della consapevolezza del leader il gruppo crescerà in modo onesto, aperto, amorevole, agendo con moralità. Il comportamento reciproco, verso il leader e verso gli altri nella società sarà molto pacifico e benevolo.

Il leader dovrebbe parlare in modo dolce ma con forza, come l'acqua che può tagliare la roccia ma non può essere tagliata. Il leader dovrebbe sapere che siamo tutti parte integrante di una unità, di un corpo solo. Qualsiasi ferita in qualsiasi parte nel corpo danneggia l'intero corpo, così deve stare molto attento a non prendere le parti o a ferire nessuno *Yogi*. Tutto ciò che è contro l'intero complesso genera cattive vibrazioni e crea forze negative che a volte potrebbero esplodere e diventare una forza molto grossa contro *Sahaja Yoga*.

Il leader non dovrebbe essere preoccupato per il cibo o il benessere ma dovrebbe essere l'espressione dell'appagamento. Dovrebbe vedere la gioia nelle cose semplici. Il leader non dovrebbe indulgere in nessuna competizione di eloquenza e uno *Yogi* non dovrebbe neppure essere incoraggiato a pronunciare commenti rozzi o taglienti sugli altri. Naturalmente, si può gioire di allegre, dolci relazioni amichevoli e di uno humour sottile come il 'prendersi in giro'. Tutto ciò che è benevolo è buono per tutti e non solo per una persona. Se questo principio viene compreso, la maggior parte delle cose diventeranno molto più facili in dettaglio.

Il leader dovrebbe seguire la cultura *Sahaja*, che comprende tutto il buono e il giusto di tutte le altre culture. Le culture sociali, politiche, economiche, ogniqualvolta deviano dalla spiritualità perdono il loro equilibrio e i loro principi di base. Non sono nel centro e così saranno espulse dal circolo evolutivo. La cultura *Sahaja* è nel centro, è dharmica, e vi fa ascendere nella vostra spiritualità.

Il leader dovrebbe conoscere e rispettare tutte le religioni tradizionali, tutte le incarnazioni, i profeti, i veggenti e tutte le anime realizzate del passato e del presente. Essi dovrebbero essere consapevoli di queste religioni, che sono esistite una volta nella loro più pura forma e potrebbero aver deviato dal giusto sentiero. Quella deviazione può essere facilmente scoperta da un'anima illuminata. Le persone che hanno deviato entrano in una specie di condizionamento che crea una fede cieca e un completo arresto per un ulteriore progresso spirituale. Quando una religione professa una sola persona, allora specialmente può creare persone che disprezzano le altre religioni, criticano gli altri e trovano errori negli altri. Così qualsiasi religione possano professare, se si criticano a vicenda, sono la stessa cosa. Ci si deve render conto che hanno perso la consapevolezza che tutte le religioni provengono dalla stessa sorgente. Hanno solo una conoscenza parziale che dovrebbe essere allargata e verificata attraverso *Sahaja Yoga*.

Tutte le religioni hanno detto che si deve avere la Realizzazione del Sè, la seconda nascita, ma queste persone possono solo autodefinirsi persone realizzate o scelte o elette, e andare avanti con la loro cecità verso l'oscurità della distruzione. Ecco perchè qualche volta siamo stupiti di come certe persone che professano una religione, creino una società completamente decadente. Le persone che credono solo nel Padre, in Dio, vanno bene finchè si tratta di economia e di politica. Dopo qualche tempo potrebbero deviare in modo clamoroso, perchè dopo tutto è un movimento verso il lato destro.

Ora, se credono in Dio Onnipotente come Padre, e non nella Madre Primordiale, possono commettere peccati contro la Madre, e i peccati contro la Madre sono immoralità assoluta. Tali persone troveranno la libertà di sperimentare tutti i campi dell'immoralità, che procurerà loro ogni tipo di orribili malattie e di problemi. Così si deve stare attenti. Prima di criticare queste persone, il leader deve dire al gruppo di assumere un atteggiamento molto benevolo verso di loro, perchè in ogni caso stanno andando verso la distruzione. Tentate di salvare tante più persone possibili dicendo loro ciò che hanno detto questi grandi santi o queste grandi incarnazioni.

Inoltre il leader può leggere libri scritti da qualche persona illuminata per mostrare dove loro hanno sbagliato. Non dovrebbero dire 'Io dico così' ma possono usare qualche altro libro come quelli di Khalil Gibran o William Blake o di qualcuno come loro, per mostrare come le cose sono state trasmesse in modo assolutamente sbagliato da alcune persone che sono riuscite a entrare nelle scritture e ad ottenerne il controllo. Sebbene le persone siano istruite, il condizionamento della religione è molto forte e la forza di queste religioni non è quella della moralità, bontà e saggezza, ma della distruzione, perchè ognuna di loro ritiene di essere la migliore e tenta di distruggere le altre. Talvolta quando queste cose vengono a galla oltre misura, la gente perde la fede nella religione e in Dio, ma un *Sahaja Yogi* sa che Dio esiste. Un leader, quando ha a che fare con tali persone in presenza di altri *Sahaja Yogi*, deve mettere in guardia i *Sahaja Yogi* in anticipo affinchè non traggano delle errate conclusioni e non dicano cose che potrebbero turbare quelle persone che sono già cieche e che stanno andando verso l'Inferno.

Se assumerete un atteggiamento molto materno capirete che queste sono come pecore smarrite che devono essere salvate con grande gentilezza, compassione e attenzione. Ma se ciò risulta troppo difficile non dovrete preoccuparvi di loro. Lasciatele sole e forse un giorno potrebbero riuscirci, perchè se la *Kundalini* ha iniziato a lavorare in loro, gradualmente accetteranno.

A volte le persone perse in una fede cieca non cercano l'illuminazione e la seconda nascita. I leader non devono forzare l'illuminazione di tali persone perchè è un compito troppo grosso. Invece, tentate di seguire le persone più facili che stanno cercando la verità in modo sincero e onesto.

Se comprendiamo che tutte le incarnazioni provengono dalla stessa sorgente attraverso la loro Divinità interiore che le illumina, allora automaticamente sapremo che esiste una vita più alta, piuttosto che credere ciecamente in qualche fede. In un modo o nell'altro essi dovrebbero conoscere il principio basilare secondo il quale tutte le religioni sono la stessa cosa. Sono nate in tempi diversi e hanno dovuto agire in conformità ai tempi: *Samayachar*. Conoscendo il Sè, *Gnyana* è più elevata del ragionamento. Il ragionamento viene dall'ego, ma la conoscenza assoluta viene dal Sè. Il leader seguendo una vita spirituale e godendo dei suoi valori spirituali e della sua *Gnyana* crescerà sempre al livello del suo sistema nervoso centrale.

Il leader dovrebbe gioire del suo altruismo. Deve parlare in terza persona, per esempio dovrebbe dire: "Non funziona" o "Funziona". Non dovrebbe dire: "Sto facendo questo, questo è mio, queste sono le mie cose". La parola 'mio' dovrebbe essere completamente eliminata dal vocabolario.

Il leader dovrebbe sviluppare pienamente se stesso, ma se lo ritenesse necessario, potrebbe chiedere aiuto al leader mondiale. Egli gode di tutta la libertà che gli conferisce la completa responsabilità di decidere da solo. Ma se si trovasse ad aver bisogno di aiuto da parte di qualsiasi altro leader o dal leader mondiale, egli dovrebbe andarci, perchè essi sono tutti voi stessi, quali parte integrante del tutto.

Il leader non dovrebbe essere orientato verso il denaro o avere una personalità materialistica. Non dovrebbe essere rigido, duro o aggressivo o esigente per quanto riguarda cose materiali. Non dovrebbe chiedere denaro, ma dovrebbe dare via le sue cose e il suo denaro in regali o aiuti alle persone. La società materialista moderna non dovrebbe mai essere di modello ad un leader.

Il leader dovrebbe condurre una vita molto pulita, ordinata e artistica. Dovrebbe anche rispettare la tradizione nel suo modo di vestire e nella famiglia.

Il leader dovrebbe conoscere la crescita di *Sahaja Yoga* a livello mondiale e tutto ciò che succede.

Essi dovrebbero conservare tutti i ritagli di giornali. Se i media criticano *Sahaja Yoga*, questo dovrebbe essere annotato. In un certo senso è buono per noi poter vedere i nostri difetti. Se i media non sono onesti allora non dovremmo preoccuparci. Tutti gli esperimenti riguardanti *Sahaja Yoga* coronati dal successo in altre aree della medicina, agricoltura, scienze, musica, arte e artigianato, letteratura, teatro, poesia, affari, educazione e scuole, fotografia e architettura devono essere registrati con cura. Dovrebbero essere riferiti a tutti i Centri delle Città.

I miracoli di *Sahaja Yoga* devono essere registrati e dovrebbero essere riferiti ai leader mondiali. Le fotografie miracolose devono essere catalogate e mostrate. Non dovrebbero essere mostrate a persone che non stanno cercando la verità.

Ci sono stati alcuni *Sahaja Yogi* che erano leader e che hanno dovuto lasciare *Sahaja Yoga*. Alcuni di loro avevano iniziato a diventare dei dittatori e a guadagnare del denaro in proprio. Alcuni avevano debolezze fisiche per una specie di amore carnale e anche loro hanno lasciato *Sahaja Yoga*. Alcuni, che sono caduti preda delle loro mogli, non erano dei *Sahaja Yogi* e non erano in alcun modo vicini alle qualità di un *Sahaja Yogi*.

Tali donne hanno dominato i loro mariti per i loro bisogni personali e hanno anche dominato il gruppo. Queste sono donne simili alla Signora Chiang Hai Shek o alla moglie di Marcos. Sono quelle che tentano di avvantaggiarsi dei loro mariti dominando il palcoscenico e che vogliono affermarsi, mentre non hanno alcuna capacità, o attitudine per essere lì.

Il dovere di una *Sahaja Yogini* sposata ad un leader è di capire per prima cosa che lei è la madre di tutto il gruppo, e che deve prendersi cura del gruppo con un atteggiamento di perdono. Supponiamo che al leader non piaccia il modo in cui un membro del gruppo si sta comportando verso *Sahaja Yoga*. È dovere della moglie parlare a questo particolare individuo e tentare di dirgli in modo dolce e materno che dovrebbe tentare di impegnarsi di più, e in modo gentile raggiungere una certa comprensione attraverso i suoi sforzi; meditando e raggiungendo la sua Divinità.

È lei che deve badare alle comodità, al cibo, ai vestiti e alla cura generale dei *Sahaja Yogi*. Ma al contrario, se inizia ad usarli come servitori o per le proprie richieste o bisogni; se inizia ad usare il loro denaro per scopi particolari, allora una tale persona è assolutamente incapace di essere la moglie di un leader. Un tale leader dovrebbe immediatamente scoprire che cosa stia facendo questa donna, e poi deve dirle molto francamente che a lui non piace che succedano queste cose, e che se lei continuerà lui dovrà dimettersi dal ruolo di leader. Se dopo un po', nonostante gli ammonimenti, lei non accettasse ciò che dice, allora sarebbe meglio informare il leader mondiale e offrirgli le vostre dimissioni da leader.

Abbiamo avuto veramente grossissimi problemi con due o tre donne simili che sono state estremamente immorali, egoiste e anche anti-Dio. Tali donne possono diventare molto popolari all'inizio quando vogliono aumentare la loro popolarità, ma poi ritornano come mostri, sul gruppo o sul singolo individuo. Questo è possibile perchè non sono ricercatrici. Ho l'impressione che siano forse state piantate là da qualche demone, dal modo in cui si sono comportate e hanno agito e giocato con *Sahaja Yoga*.

La sorgente principale della moglie di un leader è il suo immenso amore e immenso potere di sacrificare ogni cosa per il leader del gruppo. Mentre il leader può non essere in grado di dedicare realmente tutto il tempo individuale per il gruppo, lei può farlo. Lei non dovrebbe mai riferire nulla contro nessun *Sahaja Yogi*, ma sempre in loro favore, e se c'è qualche pericolo, lei può mettere in guardia suo marito. In ogni

caso lei deve sapere che la sua prima responsabilità è quella di verificare che il pericolo al quale lei sta pensando non è solo rivolto a lei, ma all'intero gruppo. Tutte queste situazioni possono essere trattate molto bene in questo modo.

I bambini dei *Sahaja Yogi* non sono niente di eccezionale. Non dovrebbero tentare di farsi valere sui *Sahaja Yogi*. Essi non dovrebbero chiedere alcun favore speciale o essere trattati come 'Principi Azzurri'. Dovrebbero veramente vivere come gente molto, molto ordinaria facendo il lavoro di *Sahaja Yoga* in maniera molto silenziosa. Non dovrebbero essere esposti. Dovrebbero restare dietro le quinte, lavorando in modo tale che gli effetti possano essere sentiti, ma senza che nessuno veda questi bei bambini che sono anime illuminate.

I leader non dovrebbero fare discussioni sulla proprietà di *Sahaja Yoga*. Dovrebbero sapere che queste proprietà appartengono a Dio, e non dovrebbero in alcun modo pretendere come proprio qualcosa che si presume del collettivo. Naturalmente dovrebbero essere completamente consapevoli della lista delle cose collettive che dovrebbero essere tenute in condizioni appropriate.

I conti devono essere tenuti in modo assolutamente pulito e chiaro. Non dovrebbe essere raccolto alcun denaro senza il permesso del leader mondiale. Tutti i conti devono essere mostrati ad ogni membro della società. Tutta la contabilità deve essere tenuta in modo tale che le persone possano guardare e vedere da se stesse la vostra competenza per quanto riguarda la tenuta dei conti e l'onestà con cui avete maneggiato il denaro. La cosa migliore è dare il denaro ad un gruppo di persone che può essere definito comitato finanziario, il quale possa custodirlo e decidere come può essere speso. Naturalmente, il leader dovrebbe avere la responsabilità globale del denaro.

Una delle debolezze degli esseri umani è il denaro, e quando iniziano a vedere del denaro possono tentare di trarre vantaggio dalle debolezze umane. Così il leader dovrebbe essere completamente consapevole delle persone che hanno ancora questa debolezza per il denaro e dovrebbe tentare di mettere tali persone in posti in cui non abbiano a che fare con il denaro. Dopo un certo tempo con la loro crescita diventeranno persone estremamente oneste.

La seconda debolezza che gli esseri umani hanno è verso le donne o uomini. Ciò può essere superato con la pratica della pulizia del *Mooladhara*. Se il *Mooladhara* è pulito la persona che ha questo tipo di debolezza migliorerà. Ma se c'è qualcuno con questo tipo di debolezza, per favore chiedete a questa persona di uscire da *Sahaja Yoga*, perchè una mela marcia può rovinare l'intera cassetta di mele. Ma se anche così non fosse, creerebbe un problema per tutti gli uomini o le donne che vivono in quell'*Ashram*. Così un uomo che è portato a flirtare o che si dedica troppo alle donne, deve essere tenuto fuori dall'*Ashram*. Questo è il modo migliore per risparmiarvi le difficoltà di gestire persone che non sono ancora abbastanza mature per il celibato. Il celibato in *Sahaja Yoga* è vivere con una moglie in piena fiducia, e significa anche dover stare con una moglie per tutta la vita senza nemmeno guardare un'altra donna. Questo è ciò a cui mira *Sahaja Yoga* per il futuro.

Di fatto questo tipo di attenzione, che si muove su tutta l'area delle donne improvvisamente si ritirerà dentro di voi e allora inizierete a vedere i pregi di vostra moglie e desidererete condurre una vita molto buona. Questo accadde nel caso di Jung, che improvvisamente divenne molto amico di sua moglie, assolutamente attaccato a lei e questo deve essere successo perchè diventò un'anima realizzata.

Capitolo 6

SAHAJA YOGA E I BAMBINI

Ci sono così tanti bambini nati-realizzati, e nati da *Yogi*. Essi hanno scelto i loro genitori affinché i genitori potessero capirli e capire il loro stile di vita.

Questi bambini sono come dei piccoli teneri semi germogliati o alberelli. Nel nostro gruppo abbiamo anche bambini che hanno ottenuto la Realizzazione dopo la nascita.

Inoltre ci sono figli di *Yogi* che non sono ancora Realizzati, ma che sono nati molto negativi o che diventano negativi a causa di altri parenti nella famiglia come nonni, zie, zii, etc. Questo tipo di bambini dovrebbero essere tenuti fuori dal gruppo, con i genitori, se possibile finchè non siano diventati dei *Sahaja Yogi*. I bambini, anche se vogliono, non dovrebbero mai essere forzati a star lontano dai genitori.

Tali bambini Realizzati devono essere trattati molto, molto amorevolmente. I bambini capiscono l'amore più di chiunque altro. Ma ogni bambino richiede guida, poichè saranno i cittadini del Regno di Dio. Essi devono conoscere il protocollo di Dio Onnipotente. Devono sapere tutto sul Potere Divino e sulla Divinità. Ai bambini deve essere detto che sono degli *Yogi*, e devono essere rispettati. Con il rispetto saranno consci del loro stato di essere e della loro onorabile personalità.

I genitori devono sapere che questi bambini non meritano nessuna punizione, perchè sono molto intelligenti e amorevoli. Se dovete punire questi bambini allora sappiate che non avete ancora realmente dimostrato il vostro amore per loro, perchè per loro la cosa più importante è il vostro amore. Se dite loro che se non rispettano se stessi allora Dio si arrabbierà con mamma e papà, o che perderanno la loro santità, allora immediatamente cambieranno il loro modo di comportarsi. Essi non possono tollerare nessuna punizione per i genitori o perfino per i leaders. Se i loro genitori digiunano per un giorno o saltano un pasto, anche quello sarà sufficiente affinché i bambini si rimettano in riga.

Dovrebbe esserci un rapporto perfetto con questi bambini. I genitori o il leader dovrebbero tentare di essere come loro e di parlare con loro come se fossero al loro stesso livello, e di renderli consapevoli che hanno bisogno della loro cura e del loro aiuto.

Le persone il più delle volte regalano molti giocattoli per evitare la compagnia dei loro bambini e per evitare di affrontarli. Perchè? Un bambino *Sahaja Yogi* è così interessante che dovrete veramente dare pochissimi giocattoli, gioirne assieme a loro e avere con loro delle conversazioni interessanti.

Non lasciate mai i bambini incustoditi nel giardino di casa o fuori. Dovrebbero essere vigilati in modo costante e invisibile. Dovete conoscere tutte le loro bellezze e tutto del loro carattere sottile. I bambini *Sahaja Yogi* sono la preziosa proprietà di tutti i gruppi del mondo. I genitori non dovrebbero preoccuparsi se il bambino rovina il tappeto o qualcosa di valore materiale. Dovrebbero preoccuparsi dei valori spirituali ed estetici. Tutto il loro lavoro creativo dovrebbe essere rispettato e incoraggiato e deve essere capito tutto ciò che stanno creando.

Questi bambini sono così intelligenti da sapere quanto lontano possono andare con i genitori. La maggior parte delle cosiddette cose sbagliate o cattive che fanno sono per attirare l'attenzione dei genitori o dell'insegnante. Questo è naturalmente raro nel caso di bambini nati-realizzati.

Al bambino *Sahaj* dovrebbe essere permesso di usare la sua libertà il più possibile, ma deve imparare a rispettare i più vecchi e i limiti della vita morale *Sahaja*. Ciò è possibile se le altre persone nel gruppo rispettano i più vecchi, i quali sono molto rispettabili. Essi seguono immediatamente le cose buone perchè i bambini *Sahaja* sono molto veloci nel capire cosa è rispettabile, così in modo molto naturale seguono le buone maniere dei più anziani.

Se essi imparano dai bambini negativi e se usano brutte parole, non è necessario preoccuparsi per questo, semplicemente non prestate attenzione a ciò che stanno facendo, e sarete sorpresi perchè quando li ignorerete completamente loro ritorneranno a posto.

Tutte le buone qualità dei bambini devono essere lodate pubblicamente, e tutto ciò che è sbagliato in loro dovrebbe essere discusso privatamente in maniera molto gentile, e dovrebbe essere detto loro che se si comportano così, tutti li derideranno o disprezzeranno come persone cattive.

I bambini dovrebbero essere messi in competizione di bontà, per dividere le cose, per curarsi degli altri, per amorevolmente i bambini più piccoli, competizione nelle loro decisioni sagge. I genitori e gli insegnanti devono parlare loro della cultura *Sahaja Yoga*.

I bambini dovrebbero imparare abitudini spartane ma senza degradarli, ferirli o irreggimentarli in alcun modo. La cosa migliore è dare loro dimostrazione attraverso il tipo di vita che piace e che è seguita dai genitori e dagli insegnanti. Se indulgono troppo nell'agiatezza durante l'infanzia, non potranno mai essere felici più tardi se non avranno sempre agi nella vita. Se vengono mantenute abitudini spartane nell'infanzia sarà molto facile per loro adeguarsi ad ogni tipo di avversità e ad ogni tipo di vita in cui si troveranno.

I bambini dovrebbero essere tenuti in contatto con la natura. Essi devono sapere come la natura lavora in modo armonioso e gentile. Dovrebbero conoscere tutto sui tipi di piante, fiori, alberi, vegetali e raccolti. Dovrebbero giocare all'aria aperta e sviluppare l'immunità della Madre Terra.

Dovrebbero conoscere i differenti terreni e come fu creato da Dio un mondo con tutti i tipi di varietà. Dovrebbero conoscere come le stagioni sono originate e come ci sia un controllo divino sulla natura. Come gli animali siano sotto il controllo di Dio (*Pashu*). Essi devono conoscere tutto ciò che riguarda gli animali, uccelli e pesci. Soprattutto devono sapere tutto ciò che riguarda l'evoluzione, la *Kundalini* e *Sahaja Yoga*. Dovrebbero conoscere le pratiche di *Sahaja Yoga*. Dovrebbero essere resi consapevoli di come siano nati in questi giorni di resurrezione. Dovrebbero essere mostrate loro tutte le fotografie miracolose e richiesti i loro commenti. Anche tutte le loro esperienze miracolose devono essere annotate.

Deve essere seguito il curriculum della classe, ma dovrebbe essere dato loro del tempo libero per approfondire la conoscenza pratica di come usare le mani (secondo l'Educazione di Base del Mahatma Gandhi). Inoltre la personalità del bambino *Sahaj* deve essere allargata alle altre aree della musica, danza, arte, letteratura ed eloquenza. In questo modo la visione del bambino dovrebbe migliorare. In ogni caso il bambino non dovrebbe essere oppresso con i libri.

Prima e principale importanza deve essere data alla salute del bambino. Essi dovrebbero essere controllati una volta al mese da un medico *Sahaja*. Se qualcosa non andasse bene nel bambino, deve essere prestata la più grande attenzione e cura. Questi sono bambini preziosi lasciati alla nostra custodia.

Il cibo dovrebbe essere semplice, nutriente, interessante e saporito. Dovrebbe essere variato. Tutti dovrebbero mangiare lo stesso cibo eccetto quelli che hanno bisogno di una dieta speciale. La loro attenzione non dovrebbe essere sprecata chiedendo che cosa piace loro, o come a loro piacerebbe mangiare. Se spontaneamente dicessero qualcosa, si dovrebbe prenderne nota e prestare attenzione a ciò. Essi sono molto speciali ma il loro ego non dovrebbe essere viziato; dovrebbero essere resi consapevoli di come essere rispettabili e di buone maniere per dimostrare che sono specialmente normali e ordinari.

Si deve vigilare molto attentamente sul comportamento morale dei bambini. Fino all'età dai 12 ai 14 anni non è necessario parlare di sesso. Se necessario in alcuni casi, allora deve essere fatto molto privatamente, proteggendo l'onore del bambino. Non dovrebbe esserci nessuna educazione sessuale apertamente o in classe. Dovrebbe essere fatta privatamente dai genitori o dagli insegnanti quando i bambini raggiungono l'età della pubertà. La loro innocenza non deve essere disturbata da spiegazioni molto lunghe o da discorsi aperti.

Le abitudini di igiene personale, dei bambini occidentali in particolare, dovrebbero essere cambiate. Non dovrebbero lavarsi la faccia dal lavandino, ma con acqua corrente pulita. Devono spazzolarsi i denti con un dentifricio alle erbe, come 'neem' o 'babool', dopo i pasti. La lingua deve essere tenuta pulita. Gli occhi devono essere lavati. Le unghie e le mani devono essere pulite ogni qualvolta essi hanno finito di giocare, dopo aver usato la toilette e prima e dopo i pasti. Non dovrebbero usare carta alla toilette, ma molta acqua. Ogni giorno deve essere loro fatto un buon massaggio con olio dalla testa ai piedi e in India deve essere fatto loro un bagno ogni giorno.

Tutti gli abiti devono essere cambiati con quelli puliti di bucato. I capelli devono essere tagliati corti e pettinati con un po' d'olio per i maschi mentre i capelli delle femmine devono essere puliti e oliati un pochino, e raccolti in belle trecce. Le scarpe e le calze devono essere confortevoli e pulite, e i piedi devono essere tenuti molto puliti e protetti.

Devono essere tenuti dei particolari resoconti per quanto riguarda le attitudini di ogni bambino. I genitori dovrebbero essere molto consapevoli dei loro progressi e dei loro problemi. Deve essere tenuto un libro sulle lamentele dei genitori. Gli insegnanti dovrebbero essere dei *Sahaja Yogi*, e devono essere molto competenti. Essi dovrebbero essere al di sopra delle parti. Le finanze dovrebbero essere tenute da qualcuno che non può spendere il denaro. Il rapporto finanziario deve essere certificato ogni anno.

Questi bambini devono diventare delle grandi personalità nel campo della creatività umana, quindi ciascuno di loro deve essere preparato.

La cosa principale è l'amore e il rispetto, che dovrebbero essere le fondamenta della scuola. L'irreggimentazione non è necessaria per questi bambini, perchè sono già risvegliati. Lo schiudersi avverrà in modo spontaneo, ma deve essere esercitata una guida gentile.

Deve essere molto incoraggiato il comportamento collettivo dei bambini.

Si dovrebbe tenere una mostra dei loro lavori d'arte, fotografie e visite. Dovrebbero esserci 3 mesi di vacanza.