

Gioia e gratitudine

Siete vivi, io sono vivo, e vivere in questo mondo a volte comporta dei problemi, nei quali si rimane invischiati. "Vorrei che mi succedesse questo", si dice, oppure: "Le cose dovrebbero andare diversamente". Ho visto altre persone farlo e l'ho fatto anch'io. Il fatto è che anche i problemi passano, basta avere un po' di pazienza. La vita cerca di insegnarci qualcosa e noi abbiamo bisogno di imparare, di comprendere. E, indipendentemente da ciò che ci capita, il punto rimane sempre lo stesso: qual è la cosa più importante per voi? Volete la pace, volete la gioia del cuore nella vostra vita? Fateci attenzione: è questo che la vita ci insegna. Ogni volta che la nostra attenzione viene distolta da questo, soffriamo. Vaghiamo qua e là cercando di liberarci dal dolore, finché non diviene chiaro che ciò che vogliamo è sentire la vera felicità.

Per trovarla, la gente fa le cose più disparate. L'altro giorno stavo leggendo un giornale e ho pensato: "Cambiano solo i nomi, non le storie". È sempre la stessa zuppa: qualcuno ha fatto questo, qualcun altro ha fatto quello. "Io non ho realizzato questo, io non ho raggiunto quell'altro". Pensiamo continuamente a ciò che dobbiamo fare e a ciò che non abbiamo ancora fatto e ci dimentichiamo di esprimere gratitudine per il dono della vita, per questo corpo umano.



Chi, se non un essere umano, può esprimere vera gratitudine? Forse anche gli insetti o gli altri animali, a modo loro, lo sanno fare. Non so se lo facciano o meno, ma so che l'essere umano lo può fare. Ed è molto importante che nel cuore esprimiamo gratitudine per il dono che ci è stato fatto.

Effettivamente solo chi ne ha fatto esperienza può essere grato. Quindi, fate esperienza del dono che vi è stato fatto. Non caricate la vostra vita di cose che non esistono, guardate invece a ciò che vi è stato dato. Se pesiamo la nostra vita sulla bilancia del cuore, vedremo che ci è stato elargito talmente tanto da non poterlo nemmeno raccogliere tutto. Non ci sono abbastanza valigie per contenere tutto quello che ci è stato dato. E continuiamo a ricevere ogni giorno, ogni ora.

Un respiro. Un semplice respiro che viene e va. Qual è il suo valore? Non ha prezzo. Non ci sono abbastanza soldi, né oro, né diamanti nel mondo intero che possano equipararsi al valore di un respiro. L'uomo ha fatto molte conquiste. È andato sulla luna. Ma chi potrà restituirci un

respiro che è passato? Nessuno.

Senza aver fatto nulla, ci è stato fatto un regalo. Il Creatore non dice: "Hai fatto questo e quello: sei un peccatore". Sia che uno viva nel dolore come nella gioia, il Creatore distribuisce il dono della vita a tutti, in modo imparziale. Ma cosa succede se un assetato smette di bere l'acqua? Come potrà placare la sua sete? La sete esiste per questo: per richiamarci, per ricordarci. Tutta la nostra attenzione viene focalizzata su quel punto, così non ce ne dimentichiamo.

Non trascurate la gioia nella vostra vita. Se lo fate, che cosa vi resterà? Possiamo sprecare il respiro nelle preoccupazioni, o possiamo accettare la gioia nella vita. Coloro che l'accettano comprenderanno e la loro vita sarà completa.

Maharaji