

## Di proposito



Il mio messaggio non è legato ad una filosofia. Non proviene da un libro. Non è né un concetto né un'idea. Si basa su un fatto: siete vivi. E siccome siete vivi, avete la possibilità di essere felici. Nella vostra vita, potete avere una gioia incondizionata, niente la può influenzare.

Per alcuni, migliorare significa trovare un ottimo lavoro, avere più successo, essere più produttivi. Per altri, migliorare significa avere una bella famiglia, una casa o una macchina più grandi. Ma pensateci: chi siamo? Ci illudiamo di vivere per sempre, ma resteremo su questo pianeta per un tempo limitato. Un giorno non c'eravate. Poi siete nati. Oggi, esistete.

E, un giorno, dovrete andarsene, questa è la realtà. È una regola universale. Nessuno è esonerato. Si applica ad ognuno, che siate ricchi o poveri, istruiti oppure no. Non importa. Sapete chi siete? Qualcuno vi chiama per nome e voi dite "Sì, sono io".

Ma avete capito che la magia che si manifesta dentro di voi, è la

realtà della vostra vita?

Prima che nasceste, tutti si domandavano, "Sarà maschio o femmina?" Ma quando siete venuti al mondo davvero, tutti avevano una sola preoccupazione: respira o no? E quando lascerete questo mondo, tutti si concentreranno sull'ultima cosa: respira o no?

Che importanza ha il respiro? Ecco la sua importanza: senza non siete niente. E, con esso, siete tutto. Con il respiro, potete essere uno zio, un padre, una madre, un figlio o una figlia; potete avere successo o fallire. Potete ridere o piangere. E, senza il respiro, siete polvere. Finché avete il respiro, non siete polvere. Con il respiro, potete dire, "Vieni! Benvenuto! Buongiorno!" Senza il respiro? La gente dirà "Portatelo via".

La faccenda è: Qui c'è la più incredibile delle benedizioni, e non le prestiamo attenzione. Ci concentriamo su ciò che consideriamo una benedizione: "Dammi un bambino, dammi un lavoro, dammi queste cose". Siete più benedetti di quanto non vi rendiate conto. E il giorno che comincerete a contare le vostre benedizioni, resterete di stucco. Allora inizierete a comprendere cosa significa veramente essere grati. Quando il cuore sarà colmo, comincerete a capire, la confusione svanirà e arriverà la chiarezza. Iniziate a vedere la semplicità dell'esistenza.

Non si tratta di successo o fallimento, ma di essere grati per questa vita. Alcuni dicono "Il mio scopo nella vita..." Non si tratta del vostro scopo nella vita. Ma, per voi, qual è lo scopo di avere una vita? Qual è lo scopo?



Questo corpo, grazie al respiro, si muove, danza e percepisce. Per tutto il giorno sentite, percepite, provate qualcosa. Provate il freddo, il caldo, la morbidezza, la durezza. Siete una macchina per sentire. Ed ogni essere umano desidera sentire la gioia. La vogliamo sentire da quando siamo piccoli, anche prima di sapere cos'era.

Il cuore umano è pieno di gioia, e potete sentirla ogni volta che volete, dovunque voi siate – una gioia della quale non vi stancherete mai. Sapete che la tristezza è difficile da tollerare? Non siete stati creati per la tristezza. Quando siete oppressi dalla malinconia, vorreste che scomparisse prima possibile. Per quanto riguarda la gioia – non ci sono problemi. Abbiamo ricevuto un piccolo indizio riguardo la nostra natura. L'indizio è questo: non c'è limite alla gioia, e siamo estremamente allergici al dolore e alla sofferenza.

Avete trovato la sorgente della gioia senza fine? Non è lontana da voi – siete stati concepiti così, di proposito. Sarebbe privo di senso non poter accedere alla fonte di una gioia che desiderate così profondamente. Per come è concepita questa vita, la fonte di gioia viene con voi dovunque andiate. Gioire di questa vita è una possibilità. Non ci sono restrizioni. Trovate quella sorgente infinita di gioia dentro di voi.

**Prem Rawat**