



S A T H Y A S A I

L'ETERNO

COMPAGNO

VOLUME 1, 7ª EDIZIONE
SETTEMBRE 2022



**LA GLORIA
DIVINA & LA
MISSIONE DI
SRI SATHYA SAI**

“

Nessuno può capire o spiegare i piani divini. Solo Dio li conosce e solo Lui può rivelarli. Nessuno può prevedere quando Dio riverserà la Sua grazia su un individuo. Solo Dio conosce le risposte alle domande come chi, quando, dove, perché e come. Se si dimentica Dio e ci si lascia trasportare dall'ego e dalla percezione di essere colui che agisce, non si avrà successo nei propri sforzi. Tutto può essere raggiunto attraverso la preghiera. Non c'è niente di più grande della preghiera. Quindi, tutti devono necessariamente offrire le loro preghiere a Dio. Tuttavia, non si dovrebbe pregare per i guadagni terreni. "O Dio! Voglio il Tuo amore e nient'altro." Questa dovrebbe essere la vostra costante preghiera. Una volta che diventate i destinatari dell'amore di Dio, potete conquistare il mondo intero.

Sri Sathya Sai Baba
25 dicembre 2004



DEDICATO CON AMORE E GRATITUDINE A
BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA





Volume 1 • 7^a Edizione • Settembre 2022

ISSN 2833-3586 (Online)
ISSN 2833-3578 (Stampa)

Copyright © 2022 Fondazione Mondiale Sri Sathya Sai
Arcadia, California, USA

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta o utilizzata in qualsiasi modo senza la preventiva autorizzazione scritta del detentore del copyright.

Per le richieste di autorizzazione, contattare
l'editore a info@sathyasai.org.

Redattore: Dr. Narendranath Reddy
Pubblicato da: Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai

sathyasai.org

Indice

Volume 1 • 7^a Edizione
Settembre 2022

2 Editoriale

La Preghiera del Signore

6 Discorso Divino

Vostri Pensieri sono Responsabili della Vostra Felicità o del Vostro Dolore
6 luglio 1996

14 Esperienze dei Devoti

Egli Mi Ha Amato Ugualmente - Harish Naidu
Madre e Padre Divini - Héctor J. Castaneda

L'Onnipresente Signore:

Amore Incondizionato Senza Alcun Giudizio- Aravind Balasubramanya
Baba, il Grande Chirurgo! - Dr. A. Krishnamohan Reddy

28 Dalla Penna Divina - Lettere da Swami

Fame Spirituale

30 Servizio Umanitario

Amore in Azione – Colombia, Nuova Zelanda, Perù e Nazioni della Zona 8

32 Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai: Storia

Presentazione della Zona 4, Parte 2 – Filippine e Sri Lanka

34 La Grandezza di Essere Donna

Trasformazione attraverso la Maternità – Jenny Monson

38 Giovani Adulti Sai Ideali

Cruciverba

Attorno al Mondo

Riflessioni dei Giovani Adulti Sai - Lovelin e Yakshi

44 Educazione Spirituale Sai

Contributi di: Mahalakshmi, Nishchinta, Shreya Sai, Siddharth e Vaidehi

46 Eventi & Siti Web della SSSIO

LA PREGHIERA DEL SIGNORE

ParlateMi con cuore amorevole. PregateMi con un cuore pieno d'amore. Qualunque cosa preghiate con cuore amorevole, lo risponderò prontamente. Voi mi chiami "Sai" con amore; Risponderò prontamente dicendo "Oyi". Qualsiasi quantità di preghiera priva di amore non può commuoverMi. Se Mi chiamate con amore, ovunque lo sia, risponderò immediatamente. Non c'è niente di più grande dell'amore. Pertanto, se desiderate avere il darshan di Dio e sperimentarLo, pregateLo amorevolmente.

Sri Sathya Sai Baba
2 luglio 2004

Fin dai tempi antichi, la preghiera è stata un modo per comunicare e connettersi con Dio. Questo è il metodo di comunicazione con Dio più semplice e comune usato da persone di tutti i Paesi, fedi, religioni, credenze e culture. Il modo di pregare può essere diverso, ma ogni preghiera sincera è una connessione cuore a cuore con Dio.

Il Potere della Preghiera

Bhagavan Sri Sathya Sai Baba nel *Sathya Sai Vahini* menziona che Dio ascolta sempre le preghiere e vi risponde. **Ci sono tre tipi di preghiere che sicuramente guadagneranno la Sua Grazia:**

- Preghiere che nascono da un cuore puro;
- Preghiere che emanano dall'amore disinteressato;
- Preghiere che non hanno scopi o desideri personali.

Le preghiere potrebbero essere a livello individuale o comunitario, o in generale per la pace nel mondo. Nella *Bhagavad*

Gita, il Signore Krishna disse che le persone pregano per molte cose: ricchezza, successo, buona salute, conoscenza ecc., ma la preghiera che tocca Dio è quella fatta con amore per amore dell'amore, non per un guadagno personale. Tali preghiere nascono solo dal desiderio di piacere a Dio e di servirLo: nient'altro.

In una bella recensione sulle preghiere, il dottor Charles Allen dice: **"Tutte le cose sono possibili attraverso la preghiera."** Il famoso poeta Tennyson ha scritto: "Più cose sono fatte dalla preghiera di quante il mondo sogni." Tale è il potere della preghiera.

Come Pregare

Ma come dovremmo pregare? I discepoli del Signore Gesù una volta Gli chiesero: "Signore! Insegnaci a pregare." (Luca: 11:1). Questi uomini pregavano nelle chiese da molti anni, ma volevano ancora imparare dal Signore come farlo. Il Signore Gesù, nell'amore per i Suoi discepoli e per l'umanità, insegnò loro a pregare. Egli diede loro la preghiera: "Padre nostro, che sei nei cieli, sia santificato il Tuo nome..."

Nella Sua infinita compassione e amore per l'umanità, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba ci ha dato la Preghiera del Signore. Questa è la prima volta negli annali dell'umanità che un *Avatar* ha scritto la Preghiera del Signore di Sua mano per la nostra crescita spirituale, la realizzazione del Sé e la redenzione dell'umanità.

La missione dell'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai, che porta il Suo sacro nome, è di farci capire la nostra innata divinità, che siamo incarnazioni dell'amore divino e incarnazioni dell'*Atma*. Dobbiamo rendercene conto e



PHONE: KOTHA CHERUVU 30
WHITEFIELD 33

BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA

PRASHANTI NILAYAM (A.P.)

Date _____

PRAYER

Oh! Lord! Take my love and let it flow in fullness
 " Take my hands and let ^{or devotion to thee} them work incessantly for thee
 " Take my soul and let it be merged in one ^{with thee}
 " Take my mind and thoughts and let them be in ~~time~~ tune with thee
 " Take my everything and let me be an instrument to work.

With Love and Grace
Sai Baba.

manifestarlo nella nostra vita quotidiana attraverso i nostri pensieri, parole e azioni. Per mostrarci il sentiero e ispirarci a raggiungere l'obiettivo spirituale finale, Swami ci ha benedetti con molti Discorsi e ha scritto molti libri che sono stati pubblicati come *Vahini*. Ha scritto molte lettere, distillando l'essenza delle Scritture e fornendo una guida. **Una di queste lettere è la "Preghiera del Signore".**

O Signore! Prendi il mio amore e lascialo fluire in pienezza di devozione per Te.

O Signore! Prendi le mie mani e lascia che lavorino incessantemente per Te.

O Signore! Prendi la mia anima e falla fondere in Unità con Te.

O Signore! Prendi la mia mente e i miei pensieri, e lascia che siano in sintonia con Te

O Signore! Prendimi tutto e fammi essere uno strumento per lavorare.

Questo offre una sintesi di tutte le pratiche spirituali che portano alla realizzazione del Sé. Ora permettetemi di condividere alcuni pensieri sul potere della Preghiera del Signore e su come dovremmo pregare. Questa preghiera ci guida sul sentiero verso la realizzazione del Sé a partire dal *Bhakti Yoga*, (il sentiero della devozione) seguito da *Karma Yoga* (il sentiero del servizio disinteressato), *Jnana Yoga* (il sentiero della saggezza), *Raja Yoga* (il

sentiero del controllo mentale), e infine dalla fusione con il Divino attraverso l'abbandono totale.

Il Profondo Significato della Preghiera del Signore

La prima riga della preghiera del Signore recita: **“O Signore, prendi il mio amore e lascialo fluire in pienezza di devozione per Te.”** Questo è il sentiero della devozione (*Bhakti Yoga*). Swami ha detto: “Dio è amore; vivete nell'amore.” Proprio come possiamo vedere la luna solo con l'aiuto della sua luce, Dio, che è l'incarnazione del puro amore, può essere sperimentato solo attraverso la pratica di questo amore divino. Che cos'è questo amore? L'amore divino è puro, incondizionato, altruistico e immutabile. È eterno. Al contrario, l'amore secolare è egoistico, condizionato e temporaneo.” **Egli ci ha esortato a “Iniziare la giornata con amore, riempire la giornata d'amore e terminare la giornata con amore; questa è la via verso Dio”.**

L'amore divino deve essere unidirezionale. Swami ci avverte di non continuare a cambiare da un *guru* all'altro e di **concentrarci** su un solo nome e una sola forma di Dio. Infine, quando raggiungiamo la meta, ci rendiamo conto che tutti i nomi e le forme di Dio, tutti gli esseri e tutto sono una manifestazione di quell'Amore Divino. **Nella vita, si dovrebbe anche dare la priorità a Dio.** Quindi, se vogliamo avere GIOIA (*JOY*) nella vita, Swami ha detto che 'J', *Jesus* (Gesù), viene per primo; 'O', *Others* (gli altri), dopo; 'Y', *Yourself* (voi stessi), per ultimi. Inoltre, se vogliamo SAI, dovremmo dare priorità alla 'S' di Swami, poi alla 'A' di tutti gli altri e, per ultimo, alla 'I' (io). Quindi, nella vita, dovremmo dare la più alta priorità a Dio. Inoltre, questo amore dovrebbe essere amore per amore dell'amore. Ciò significa che non ci dovrebbero esserci aspettative.

Per alimentare questo amore, come Swami ha spiegato nel *Prema Vahini*, dovremmo **praticare l'onnipresenza di Dio.** Baba ci ha esortato ad avere la convinzione: che “Dio è sempre con noi, dentro di noi, fuori di noi, sopra di noi, sotto di noi, intorno a

noi”. Quando realizzeremo e praticheremo la presenza costante di Dio, allora non commetteremo mai nulla di sbagliato e avremo sempre amore per Dio (*Daiva prithi*), timore del peccato (*Papa bhithi*) e praticheremo la moralità nella società (*Sangha Nithi*). Frate Lawrence, il monaco carmelitano del 17° secolo, esemplificò la sua vita con questa massima, come unica e più alta pratica spirituale. Sottolineò il significato di questa pratica, affermando: “Non c'è nel mondo un tipo di vita più dolce e piacevole della continua conversazione con Dio.”

La seconda importante pratica per nutrire l'amore è non trovare difetti negli altri, perché ciò prosciuga la nostra energia spirituale. Pertanto, **dovremmo sempre stare attenti a non trovare difetti negli altri.** Swami ha magnificamente detto che, quando puntiamo un dito contro qualcuno, tre dita puntano verso di noi. Quando nutriremo l'Amore Divino, ci beeremo nella pace suprema (*Prashanti*) e nell'equanimità. Così come la prova della pioggia è il terreno bagnato, **la prova che abbiamo l'Amore Divino è l'esperienza dell'equanimità,** accettare tutto con mente equanime. Allora tratteremo il profitto o la perdita, l'onore o il disonore, il successo o il fallimento con lo stesso atteggiamento gioioso come fosse il Suo *prasad*, la Sua grazia e le Sue benedizioni.

La seconda riga della Preghiera del Signore dice: **“O Signore, prendi le mie mani e lascia che lavorino incessantemente per Te.”** Questo è il sentiero del *Karma Yoga*, il sentiero del servizio disinteressato. L'amore in azione è servizio. Swami ha detto che il modo migliore per amare Dio è “Amare tutti e Servire tutti”. Ha anche affermato che “Il Servizio all'Uomo è Servizio a Dio”.

Che cos'è il servizio disinteressato? Nella nostra Organizzazione, tutti i membri rendono servizio alle persone bisognose fornendo cibo, acqua, riparo, istruzione, assistenza sanitaria e altri servizi. Ma lo scopo del servizio potrebbe essere molto più ampio, come rendere felice qualcuno con i nostri gesti gentili, mostrare un bel sorriso, dare un amichevole colpetto sulla

spalla, usare parole amorevoli, gentili, incoraggianti, avere pensieri nobili e pregare per gli altri. Questi sono tutti atti di servizio. Quando facciamo servizio, Swami sottolinea che dovremmo avere il giusto atteggiamento. Dovremmo sempre essere consapevoli che non stiamo servendo qualcuno, ma che, in realtà, stiamo servendo Dio. Inoltre, dovremmo constatare che il servizio trasforma i nostri cuori. Ciò ci rende più amorevoli ed elimina le nostre qualità negative come il desiderio, l'ira, l'avidità, l'attaccamento, l'orgoglio e la gelosia. Questo purifica i nostri cuori. Lo scopo del servizio è di sbarazzarci dell'ego e rendere puri i nostri cuori. I due maggiori ostacoli al servizio disinteressato sono 1) l'ego che fa credere di essere gli autori dell'azione e 2) l'attaccamento ai frutti delle azioni. **Solo il servizio disinteressato fatto senza ego e attaccamento porta alla purezza del cuore.** Swami dice: “La purezza è illuminazione.”

La terza riga della Preghiera del Signore dice: **“O Signore, prendi la mia anima e falla fondere in Unità con Te.”** Questo è il “Sentiero della Saggezza”, o *Jnana Yoga*, in cui ci fondiamo con Dio e raggiungiamo l'unità con Lui. Allora vediamo, in tutto, ovunque, solo Dio e nient'altro che Dio. Vediamo che il Divino permea ogni atomo, ogni cellula e ogni momento. **Per raggiungere questo nobile obiettivo, la migliore pratica spirituale è l'autoindagine.** Chi sono io? Sono questo corpo, questa mente e questo intelletto? Attraverso l'indagine, possiamo scoprire che non siamo il corpo, la mente o l'intelletto, ma che siamo Amore Divino, incarnazioni dell'*Atma*.

La quarta riga della Preghiera del Signore dice: **“O Signore, prendi la mia mente e i miei pensieri, e lascia che siano in sintonia con Te.”** Questo è il percorso per purificare e calmare la mente, o *Raja Yoga*. Swami ha detto che la mente può portarci verso Dio o condurci alla schiavitù. Egli ha magnificamente paragonato il cuore spirituale a una serratura e la mente alla chiave. Quando giriamo la chiave in una direzione, la serratura si chiude e, quando la giriamo nel modo opposto, si apre.

Allo stesso modo, **quando rivolgiamo la nostra mente verso Dio, essa ci dà gioia e libertà e, quando la rivolgiamo al mondo, provoca schiavitù e dolore.** Tutte le pratiche spirituali hanno lo scopo di riempire la mente di pensieri divini. Ma che cos'è la mente? È un fascio di pensieri. Ogni volta che formuliamo qualche pensiero, dovremmo discriminare se ci porta verso Dio e piace a Dio o se ci tiene lontani da Lui. Durante *Dasara* del 1976, Swami tenne una serie di nove Discorsi che sono stati raccolti nel libro: “La Mente e i suoi Misteri”. In questi Discorsi, Swami ci mostra la via per controllare la mente, in modo da rimanere sempre immersi in pensieri divini.

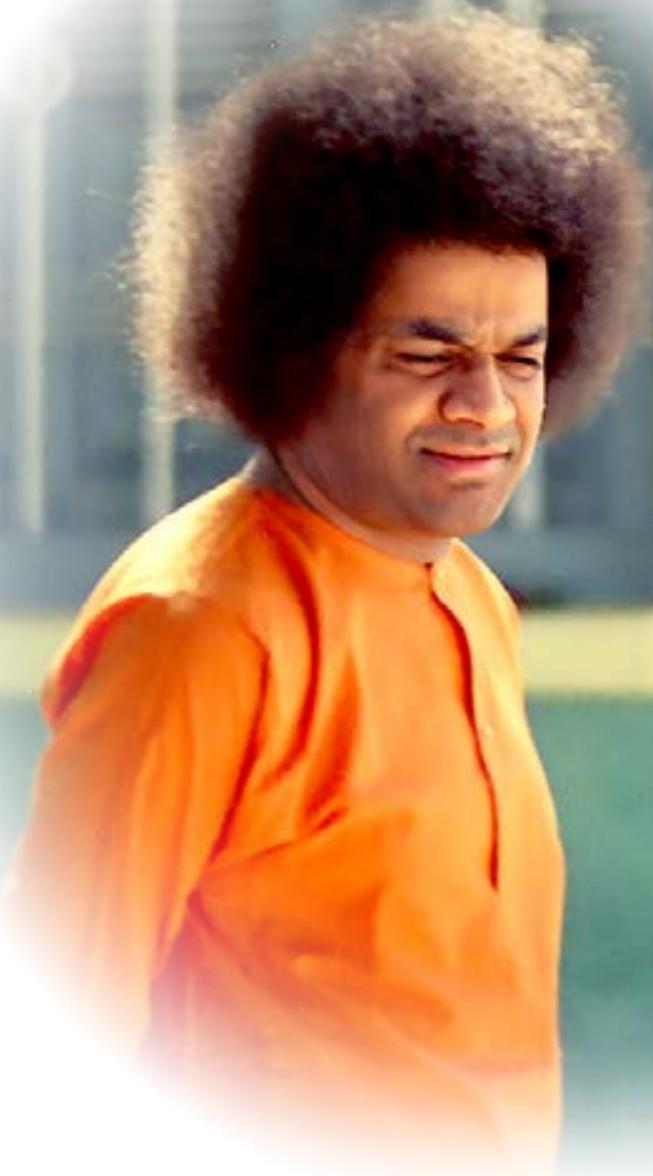
Infine, l'ultima riga della Preghiera del Signore è: **“O Signore, prendimi tutto e fammi essere uno strumento per lavorare per Te.”** Non dice: “... uno strumento per lavorare per Te.” Ciò è dovuto alla consapevolezza che non c'è distinzione tra “Io” e “Te”. In questa fase del nostro cammino spirituale, non esistiamo separatamente da Dio. **Questo rappresenta uno stato di completo abbandono,** l'ultima parola nella spiritualità. Noi non esistiamo come entità separata: tutto ciò che esiste è Dio. Egli è Colui che agisce, l'Operatore e l'Obiettivo. L'amore è la fonte, l'amore è la via, l'amore è la meta.

Quando ci si rende conto che Dio è tutto ciò che c'è, ovunque e sempre, allora l'obiettivo è raggiunto, e la beatitudine è tutto ciò che esiste. **Questo è il potere della preghiera.**

Immergiamoci profondamente nella Preghiera del Signore, un dono prezioso dato da Bhagavan Sri Sathya Sai Baba nella Sua infinita compassione e amore per l'umanità.

Decidiamo di intensificare le nostre pratiche spirituali per raggiungere la meta finale.

Jai Sai Ram



I VOSTRI **PENSIERI**
SONO **RESPONSABILI**
DELLA VOSTRA **FELICITÀ**
E DEL VOSTRO **DOLORE**

Dushta sankalpamula cheta dukhitudagunu

Chi alberga pensieri malvagi va verso il dolore.

Sathya sankalpumula chetha sadhuvagunu

Chi alimenta pensieri nobili diventa una persona nobile.

Sarva sankalpa rahithude shanthi-nondu

Soltanto chi raggiunge lo stato di assenza di pensieri può ottenere la pace.

Maruvabokudu ituvanti manchi maat

Non dimenticate questo buon consiglio.

(Poesia Telugu)

“*Ciò che vedete di buono o di cattivo in questo mondo è semplicemente la reazione, il riflesso e la risonanza dei vostri stessi pensieri. Quindi, voi e nessun altro siete responsabili del buono e del cattivo.*

Il volto rappresenta la mente; tutti i vostri pensieri e sentimenti, sia positivi sia negativi, come la felicità, la mestizia, l'ansia, l'ira, l'odio ecc., vi si dipingono in faccia. L'uomo non deve alimentare pensieri malvagi perché essi conducono alla sofferenza. I pensieri cattivi di offendere o ferire gli altri possono causare danno non tanto a coloro cui sono diretti quanto a chi li concepisce.

Quando gettate un sassolino in un pozzo, le increspature che esso produce si allargano a tutta la superficie; similmente, ogni pensiero che nasce causa nella mente delle increspature che si propagano a tutte le membra del corpo. Se, ad esempio, nella vostra mente c'è un pensiero riprovevole, gli occhi vedranno la malvagità, le orecchie la udranno e la lingua dirà delle cattiverie, per cui anche gli organi d'azione come le mani e i piedi faranno azioni malvagie.

Qual è la causa primaria del dolore dell'uomo? Nient'altro che i suoi pensieri malvagi. Egli è afflitto da ogni tipo di sofferenza a causa dei suoi pensieri malvagi; quindi, non appena un pensiero sorge nella mente, bisogna indagare se sia buono o cattivo; se è cattivo, cercate di tenerlo più lontano possibile. D'altro canto, i pensieri buoni faranno dell'uomo una persona nobile (*sadhu*). **Un pensiero positivo diretto al benessere degli altri e a quello della società in genere renderà nobile l'uomo.** Il fatto che una persona indossi una veste arancione non ne fa un *sadhu*; sono le qualità nobili a renderla

nobile e santa.

Come ha dichiarato il Signore Krishna nella *Bhagavad Gita*, Dio si incarna sulla Terra per proteggere il virtuoso e distruggere il malvagio. Ogni uomo è dotato di virtù; al fine di proteggerle, voi dovete albergare soltanto pensieri buoni. Dove si trova la pace? La pace non è nel mondo esterno, non è nelle cose terrene né nell'educazione secolare o negli sforzi rivolti a ciò che riguarda il mondo; essa deve manifestarsi da dentro. **Quando si può avere pace? Soltanto quando si rende stabile la mente e si focalizzano tutti i pensieri su Dio.**

Tutti i vostri pensieri buoni hanno origine nel cuore che è l'altare di Dio. Il bene e il male che sperimentate nella vita non sono causati dagli altri; ne sono responsabili i vostri pensieri e nient'altro. Solamente una persona libera da tutti i pensieri può ottenere la pace. Quindi, albergate solo pensieri buoni e raggiungete infine lo stato di assenza totale di pensieri.

Generate Pensieri Buoni

Una volta Krishna pensò di saggiare la natura di Yudhishtira e Duryodhana. Egli chiamò per primo Yudhishtira e disse: "Io devo eseguire un compito e per questo ho bisogno di una persona dalla mente molto meschina che segua la via della menzogna e della malvagità; puoi trovarne una?" Poi chiamò Duryodhana e gli disse: "Duryodhana, un grande compito deve essere portato a termine; per questo è necessaria una persona pura, virtuosa e

dal cuore gentile." Ambedue accettarono l'incarico assegnato loro da Krishna e partirono in direzioni opposte per cercare le persone richieste.

Dopo un certo tempo, Yudhishtira tornò e disse molto umilmente a Krishna: "Signore, non ci sono persone malvagie nel nostro regno; io sono la sola persona che abbia qualche malvagità. Quindi, Ti prego di usare me." Poi tornò anche Duryodhana e disse: "Krishna, una persona davvero nobile non si trova in alcun luogo di questo regno; io penso di essere la sola persona di quel tipo. Se vuoi dirmi quale sia il compito, io lo risolverò sicuramente."

Nella visione egoistica di Duryodhana, ogni cosa appariva malvagia, mentre alla natura umile di Yudhishtira appariva buona, per cui tutto appare del colore degli occhiali che indossate. Se la vostra visione è malvagia, tutto vi apparirà malvagio.

Duryodhana era estremamente malvagio e mentalmente corrotto, mentre Yudhishtira era l'esempio ottimale delle virtù, era l'incarnazione della Verità (*Satya*) e della Rettitudine (*Dharma*), per cui tutti gli apparivano nobili e buoni.

In conclusione, possiamo dire che i pensieri di Duryodhana e di Yudhishtira erano responsabili della malvagità dell'uno e della bontà dell'altro.

L'uomo considera certa gente malvagia e altra nobile basandosi sui propri sentimenti. In effetti, non ci sono persone buone o cattive nel mondo esteriore; ciò che vedete di buono o cattivo in questo mondo è semplicemente la reazione, il riflesso e la risonanza dei vostri stessi pensieri. Quindi, voi e nessun altro siete responsabili del buono e del cattivo; voi stessi e non altri siete responsabili anche dei vostri pensieri buoni o cattivi.

La mente è un intrico di pensieri. **Tutte**

le azioni sono dirette dalla mente e sono responsabili della felicità o del dolore che sperimentate. Ne consegue che, se i vostri pensieri sono buoni, anche la mente lo diviene, e, quando essa è buona, lo diventa anche la vostra condotta. Eppure, oggi l'uomo prende vie malvagie. I saggi antichi dicevano: "La mente è la causa della schiavitù e della liberazione dell'uomo." (*Mana eva manusyanam karanam bandhamokshayoh.*) Per cui, prima di tutto, dovete generare pensieri buoni.

I vostri pensieri si viziano per colpa del cibo sbagliato, delle abitudini e delle tendenze errate. I pensieri sono responsabili dei meriti e dei demeriti; quindi, non appena un pensiero nasce nella mente, prendetevi il tempo per chiedervi se sia buono o cattivo, giusto o sbagliato. La fretta non è certamente un bene: porta allo spreco e lo spreco causa preoccupazione. Quindi, non abbiate fretta. **Dovreste rimanere sempre calmi e composti senza fare mai niente con precipitazione.** Questo è ciò che s'intende per pazienza. Se rimanete calmi e composti, potete sperimentare ogni tipo di felicità.

Voi siete i Padroni del vostro Destino

Il destino è in relazione con ciò che meritate. Ho già spiegato il significato di "destino" (*adrishta*). Destino è ciò che non si può vedere con l'occhio fisico (*drishti*).

Semina un pensiero, raccoglierai una tendenza; semina una tendenza, raccoglierai un'abitudine; semina un'abitudine, raccoglierai un carattere; semina un carattere, raccoglierai un destino. Il destino dipende quindi dalle qualità, le qualità dipendono dal modo di pensare e questo determina le azioni. Pertanto, i pensieri sono responsabili della vostra felicità e del vostro dolore. Come

sono i pensieri, così è la natura umana; quindi, prima di tutto, dovete indirizzare i pensieri nella direzione giusta.

Le persone in questo mondo incolpano gli altri delle loro sofferenze. Voi pensate che gli altri siano responsabili della vostra infelicità e sfortuna, ma è un grosso errore: responsabili di ambedue non sono gli altri, ma i vostri pensieri.

Il tipo di azioni che fate dipende dalla natura dei vostri sentimenti. L'esame si supera se si fa lo sforzo adeguato; la sua assenza porta al fallimento. Se fate uno sforzo sincero e generoso, passerete certamente la prova; quando fallite, il difetto risiede nel vostro sforzo. Lo stesso vale in tutti i campi dell'impegno umano. Se volete riuscire in tutti i vostri tentativi, dovete generare pensieri buoni, privi d'egoismo e interesse personale.

Svadharm - Paradharma

I pensieri e i sentimenti dovrebbero riflettere la vostra natura effettiva. La natura umana è chiamata *svabhava*. *Sva* significa *Atma*, per cui i sentimenti che nascono dall'*Atma* denotano la vostra vera natura.

Nello stesso modo, lo *svadharm* è relativo all'*Atma*, mentre il *paradharm* riguarda il corpo fisico e i sensi. Lo *svadharm* riguarda la natura innata e il *prabhava* indica la natura terrena. *Svadharm*



VOI SIETE L'INCARNAZIONE DELLA PACE.

VOI SIETE L'INCARNAZIONE DELLA VERITÀ.

VOI SIETE L'INCARNAZIONE DELL'AMORE.

VOI SIETE L'INCARNAZIONE DELLA DIVINITÀ.

e *svabhava* provengono dal cuore spirituale (*hridaya*), non possono essere acquisiti dall'esterno.

Un cuore soffuso di sentimenti spirituali sperimenta la gioia infinita e l'estasi divina, conduce all'ebbrezza del Divino e fa dimenticare se stessi. Ecco perché il Saggio Narada diceva: "Quando raggiunge Quello, l'uomo ottiene soddisfazione totale, appagamento, estasi e beatitudine." (*Yalabdha puman*

icchharamo bhavati trupto bhavati matto bhavati atmaramo bhavati).

I pensieri sono responsabili di tutto. Si dovrebbe capire che siamo responsabili di ogni cosa, che la responsabilità è dei pensieri e che nessun altro è causa della nostra felicità o tristezza. Colui che pensa così diventa una persona nobile e capace di decisioni utili; solamente tale persona manifesta la sua natura effettiva e comprende che l'*Atma* è la sorgente di tutto. È il potere dell'*Atma* a far parlare la lingua, udire le orecchie e vedere gli occhi. Quando si comprende che l'origine di tutto è l'*Atma*, si raggiunge lo stato di assenza di pensieri e la pace suprema.

Che Cos'è la Pace?

Che cos'è la pace? Anche coloro che avanzano nella vita, affrontando ogni tipo di difficoltà e sofferenza, non necessariamente sperimentano la Pace. Si dovrebbe rimanere equanimi nella felicità e nella sofferenza, nel guadagno e

“*La coscienza è il testimone e la consapevolezza è l'essere consci, presenti. Coscienza, consapevolezza e presenza a se stessi sono in relazione reciproca, appartengono alla stessa famiglia.*”

nella perdita, nella vittoria e nella sconfitta. (*Sukhadukhe samekrutva labhalabhau jayajayau*). Soltanto coloro che trattano allo stesso modo la felicità e la sofferenza possono sperimentare la pace.

Entrambe sono temporanee e passeggiere come il giorno e la notte, come nuvole in transito. Nessuna di esse è permanente. Se oggi sperimentate la felicità del giorno di luna piena (*punima*), domani affronterete la tristezza della notte buia (*amavasya*). Entrambe sono fugaci e transitorie.

Per questo il Signore Krishna affermò: “Dato che il mondo è temporaneo e pieno di amarezza, medita costantemente su di Me.” (*Anityam asukham lokam imam prapya bhajasva mam*). Il mondo intero non è permanente.

Chi, a questo mondo, sperimenta la felicità eterna e la beatitudine senza fine? Nessuno. Per un momento voi siete felici e il momento dopo siete immersi nel dolore. La Pace e la Felicità devono quindi manifestarsi dall'interno, non possono essere acquisite dall'esterno.

Tutti desiderano la pace e dicono: “Voglio la pace, voglio la pace, voglio la pace.” Quando chiedo ai devoti stranieri che vengono qui: “Che cosa vuoi?”, essi di solito rispondono: “Voglio la pace.” Quante parole ci sono in questa frase? Ce ne sono tre; **se ne eliminate due, “io” e “voglio”, cioè l'ego e il desiderio, ecco pronta la Pace.**

Essa è sempre in voi, con voi e intorno a voi; non potete ottenerla dal mondo. Nel mondo ci sono soltanto pezzi, pezzi e pezzi! (Gioco di parole fra “peace”,

“pace”, e “pieces”, “pezzi”, che, in inglese, si pronunciano in modo simile - N.d.T.) **La Pace è dentro di voi. Voi siete l'incarnazione della Pace, siete l'incarnazione della Verità, dell'Amore, della Divinità.** Potrete sperimentare la Pace solamente quando comprenderete questa verità.

Il Mondo: Manifestazione della Consapevolezza Cosmica

L'uomo è una combinazione di corpo, mente e *Atma*. Su questa base, si dice che voi non siete una persona, ma tre: quella che voi pensate di essere, quella che gli altri pensano che siate e quella che siete veramente.

Quella che voi pensate di essere è il corpo fisico, quella che gli altri pensano che siate è la mente e quella che siete davvero è l'*Atma*.

Voi non siete il corpo o la mente: siete l'incarnazione dell'*Atma*.

Potete ottenerne la conoscenza tramite il sacrificio di voi stessi e l'esperienza della beatitudine divina che è la vostra Reale Natura (*Svabhava*). *Sva* simboleggia *swan* (il cigno celeste, *hamsa* in sanscrito) che si dice abbia la capacità di separare il latte dall'acqua. L'*Hamsa Gayatri*, o *Mantra Soham*, dà la discriminazione di distinguere il Sé dal non sé.

Voi siete l'*hamsa*, ma quando portate a manifestazione il vostro vero Sé e acquisite la conoscenza per discriminare tra il Sé e il non sé, diventate un'anima realizzata (*Paramahamsa*). A molti saggi vien dato questo appellativo perché hanno la

conoscenza necessaria per discriminare tra il Sé e il non sé, sono stabili nel Sé e non hanno attaccamento al corpo. La capacità di distinguere tra l'*Atma*, o Sé, e l'*anatma*, o non sé, tra il campo (*kshetra*) e il Conoscitore del campo (*Kshetrajna*), è il segno distintivo di un *Paramahamsa*.

L'uomo non può separarsi dal mondo e dalla natura, ma dovrebbe abbandonare a poco a poco il punto di vista materiale, terreno. Il mondo (*jagat*) è una combinazione di natura e Dio.

Dio è la causa e la natura è l'effetto. Il nome *jagat* significa “ciò che viene e va”; è la combinazione delle sillabe *ja* e *gat*. *Ja* significa “venire” e *gat* “andare”, per cui va e viene, è temporaneo, non permanente. Niente viene per rimanere sempre, niente va via per sempre; ciò che va via torna, e ciò che viene va via di nuovo; è per questo che è detto irreali (*mithya*, o *sadhasath*, o *jagat*). Ci sono molte parole come *mithya* che descrivono la natura irreali del mondo.

Per l'uomo non è possibile abbandonare il mondo; egli dovrebbe vedere Dio in esso. **Il mondo non è altro che la manifestazione della Consapevolezza Cosmica (*Chaitanya*) e questa è, in verità, Dio. La coscienza dell'uomo è un aspetto della Consapevolezza.**

È la presenza della coscienza a rendere l'uomo conscio, mentalmente presente a livello fisico, a livello del mondo. La coscienza è il testimone e la consapevolezza è l'essere consci, presenti. Coscienza, consapevolezza e presenza a se stessi sono in relazione reciproca, appartengono alla stessa famiglia.

Eliminate le Qualità Malvagie e Acquisite Quelle Buone

Voi andate al mercato e comprate un'arancia pagandone il prezzo; ne bevete

solamente il succo scartando la buccia e i semi. Mangiate forse anche questi per il fatto di aver pagato il frutto intero? No. Se lo faceste, la lingua dovrebbe sperimentare il gusto amaro. Nonostante abbiate pagato tutto il frutto, dovete scartare i semi e la scorza, e bere soltanto il succo.

Similmente, nella vita bisogna rifiutare le cose dannose e accogliere quelle giovevoli. Bisogna tralasciare i pensieri cattivi, le qualità riprovevoli, i sentimenti malvagi e le azioni malevole che sono come i semi di un frutto che si devono scartare. Allora, che cosa si deve accettare e sperimentare? Dovete accettare tutto ciò che è dolce (*madhuram*).

Dio è l'incarnazione della dolcezza: il Suo dire è dolce, il Suo sguardo è dolce, tutto di Lui è dolce, ed è questa dolcezza che dovete assorbire. Voi dovete accettare tutto quello che è dolce e buono, e rigettare ciò che è cattivo e amaro.

Che cos'è che porta l'uomo sulla strada malvagia? Le cattive qualità e i pensieri malvagi lo indirizzano sul sentiero del male.

In qualunque momento nasca un pensiero cattivo nella mente, dovete allontanarlo pensando: “I pensieri malvagi non sono adatti a un essere umano”, e dovete ricordare a voi stessi: “Io sono un uomo, io sono un uomo; non sono un animale. Io non sono un animale.” Un essere umano deve avere qualità umane; l'odio, l'ira, la concupiscenza, la gelosia ecc. sono qualità animali.

Dovete chiedervi: “Quali sono le mie qualità naturali?” Le vostre qualità naturali sono la verità, la rettitudine, l'amore, la non violenza, la tolleranza e la condotta nobile. I pensieri malvagi non sono naturali per l'uomo. La compassione è la vera qualità dell'essere umano ed egli dovrebbe comportarsi con compassione.

Il Signore Rama fu un esempio perfetto di compassione; fu questa ad accrescere la Sua grandezza divina. Tutti gli esseri umani dovrebbero assorbire questa qualità della compassione. Se essi assimilano qualità così buone, non avranno occasione di dolore perché questo è il prodotto delle qualità malvagie.

Prima di tutto colmate il cuore d'amore; se lo fate, vi usciranno di bocca solamente parole amorevoli e guarderete tutti con amore. Qualunque sia l'acqua con cui riempite un serbatoio, dai rubinetti uscirà quella. Quindi, **iniziate il giorno con amore, colmate il giorno d'amore, trascorrete il giorno con amore e finite il giorno con amore: questa è la via che conduce a Dio.**

Custodite scrupolosamente l'amore nel cuore: un uomo senza amore è come un cadavere vivente. Voi dovrete diventare incarnazioni dell'amore. Se soltanto riempite il vostro cuore d'amore, esso si prenderà cura di tutto.

Se mettete un seme nel terreno, esso diverrà un albero con rami, rametti, foglie, fiori e frutti. Voi avete seminato un solo seme: da dove sono venuti i rami, i rametti, le foglie, i fiori e i frutti? Sono venuti tutti soltanto dal seme. Allo stesso modo, seminate un seme d'amore ed esso diverrà

un albero d'amore. Allora tutti i pensieri e la vita intera saranno colmi d'amore.

Adi Shankara disse: "*State sempre attenti.*" (*Tasmat Jagratha, Jagratha, Jagratha*).

*La nascita è una sofferenza, la
vecchiaia è una sofferenza, la famiglia
è una sofferenza e la morte è una
sofferenza terribile.
Pertanto, svegliatevi, destatevi!*

(*Janma duhkam jara duhkam, jaya duhkam punah punah antya kale maha duhkam, tasmad jagrata jagrata.*)

(Versi sanscriti)

Le sofferenze del mondo non vi affliggeranno se vi rifugiate sotto l'albero dell'amore, ma gli uccelli delle qualità malvagie possono a volte posarvi. Che cosa bisogna fare per cacciarli? Se battete le mani e cantate i *bhajan* su Rama, Krishna, Govinda e Narayana, gli uccelli delle qualità riprovevoli voleranno via. Perciò, cantate *Bhajana Bina Sukha Shanti Nahin* (Se non si canta al Signore non c'è Pace né Felicità.)

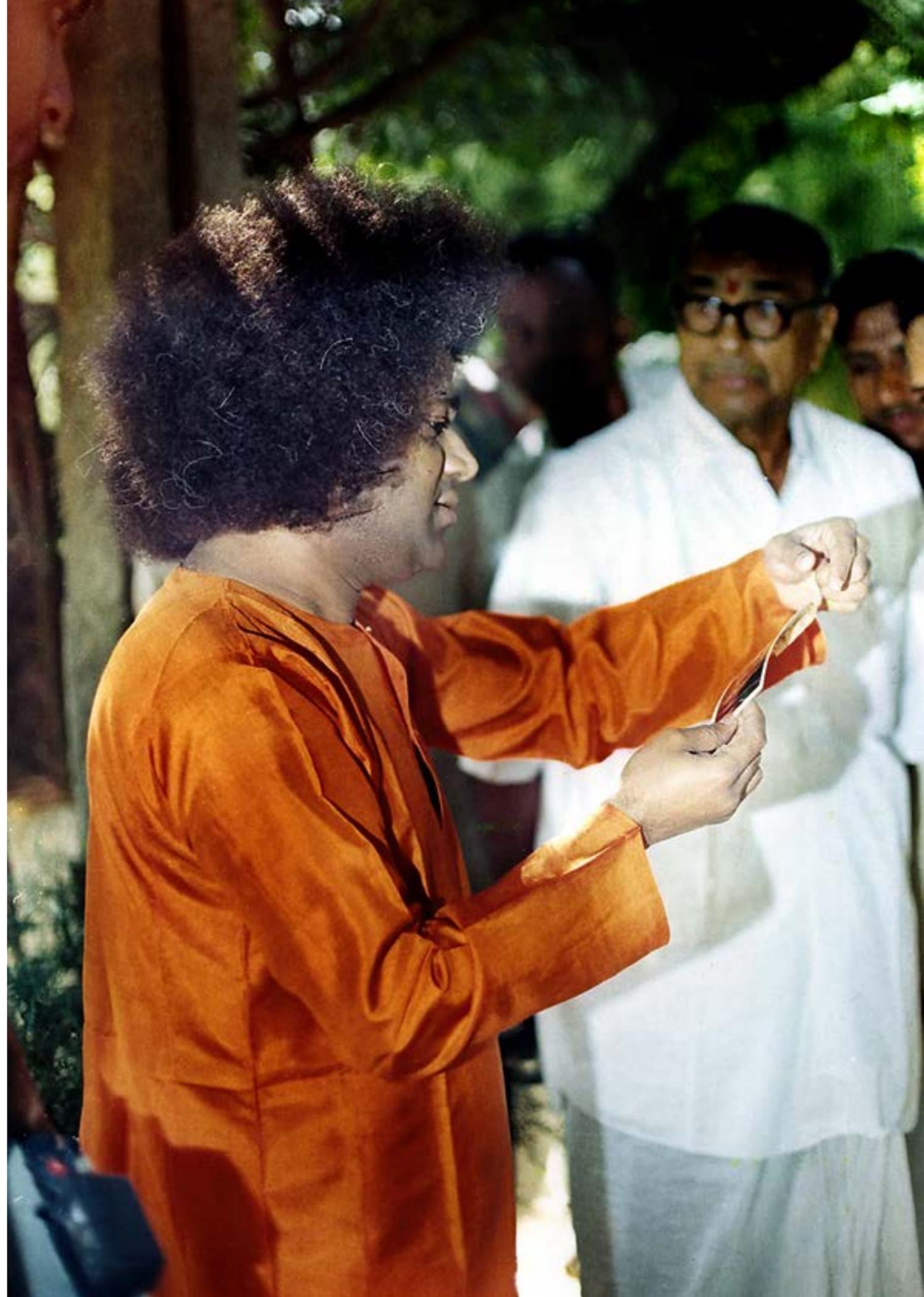
Sri Sathya Sai Baba

6 luglio 1996

Siete destinati a raccogliere i frutti dei pensieri buoni o cattivi sparsi come semi. Avrete un ritorno del cento per cento. Come seminate, così raccoglierete. Le messi dipendono dai vostri pensieri e il raccolto sarà determinato dalle vostre azioni. Dovete quindi assicurarvi di seminare solo semi sotto forma di buoni pensieri.

Sri Sathya Sai Baba

20 maggio 1990



Egli Mi ha Sempre Amato Ugualmente

SWAMI È ENTRATO NELLA MIA VITA MOLTO TEMPO FA QUANDO ERO SOLO UN BAMBINO DI QUATTRO ANNI.

La sorella maggiore di mia madre e suo marito vivevano ad Anantapur, una città a meno di due ore di distanza da Puttaparthi, dove mio zio prestava servizio come Ufficiale Medico Distrettuale. Anche in quei primi giorni, Swami aveva costruito relazioni con la comunità medica, e mia zia e mio zio erano una di quelle famiglie che Gli erano vicine. Una volta, Swami andò a trovarli e stette a casa loro per qualche notte; perciò, i miei zii invitarono la nostra famiglia a venire per incontrarlo.

Ricordo di aver avuto la febbre; quindi, ero sdraiato su un lettino del disimpegno che conduceva direttamente all'ingresso principale. Quando Swami entrò, venne dritto verso di me, mi pizzicò affettuosamente la guancia, e poi incontrò il resto della mia famiglia nel soggiorno accanto al corridoio. Appresi più tardi, quella notte, che mia madre si era preoccupata per la mia febbre, mentre mio padre non sembra preoccuparsene. Infatti, disse: "Vedi, sei nella casa dell'Ufficiale Medico Distrettuale; non c'è niente di cui preoccuparsi." La sua osservazione suscitò qualche disappunto.



È fondamentale che impariamo a capire l'amore. La vita di Swami è un bellissimo esempio di pratica dell'amore per amore dell'amore.

Il giorno seguente, avemmo tutti l'opportunità di scattare delle foto con Swami. Quando fu il nostro turno, Swami si rivolse ai miei genitori e domandò perché avevano discusso tutta la notte. Mio padre fu colto alla sprovvista da questa domanda; non aveva idea di come Swami avesse potuto sapere della loro discussione. Questa esperienza rafforzò il suo legame con Swami e fu il catalizzatore iniziale per il suo viaggio spirituale.

Crescere nella Comunità

Mia madre è cresciuta conoscendo Swami poiché sua madre era una devota, ma mio padre era sempre stato un agnostico, non avendo mai creduto in Dio. Tuttavia, era molto gentile nello spirito e cercava costantemente di aiutare a migliorare la vita delle persone intorno a sé.

Alla fine degli anni '70, mio padre si offrì volontario per l'Organizzazione Sri Sathya Sai Seva del Tamil Nadu. Faceva parte della squadra di volontariato che aiutava nel trasporto dei materiali per la costruzione del *Purnachandra Auditorium* di Prashanti Nilayam. Swami era molto coinvolto in questo progetto e spesso arrivava sul luogo per visionare il

lavoro e parlare con gli operai. Durante il trasporto di un pesante carico di mattoni sopra la testa, mio padre calpestò una spina che gli trafisse il piede. Proprio in quel momento, Swami stava passando vicino a lui. Rendendosi conto della difficile situazione di mio padre, Swami si chinò, gli tolse la spina dal piede, alleviando il dolore. Quel momento memorabile della compassione e dell'amore di Swami toccò il cuore di mio padre e lo commosse così tanto che, nonostante a quel tempo non avesse fede nella religione, **si scoprì molto attratto da Swami e dalla magnificenza del Suo amore.**

Fu a quel punto che i miei genitori iniziarono a dedicarsi completamente a Swami e a portare avanti la Sua opera. Hanno visitato Prashanti Nilayam innumerevoli volte l'anno, anche quando non c'erano sistemazioni o servizi confortevoli, e hanno portato con loro me e mio fratello. Alla fine, mio padre ricoprì ruoli di dirigenza nell'Organizzazione Sri Sathya Sai Seva, e mia madre iniziò a coordinare il programma dell'Educazione Spirituale Sai (SSE) per i bambini del Tamil Nadu. Sotto la sua gestione, innumerevoli bambini hanno appreso di Swami e dei Suoi

Egli non mi ha mai giudicato. Ha solo riversato amore su di me, ed è stato solo per questo che ero motivato a fare le cose giuste che Lo compiacivano.



insegnamenti e molti dei loro figli hanno anche fatto parte dell'Organizzazione Sai. Ho avuto l'immenso privilegio di ottenere un posto in prima fila nel viaggio spirituale dei miei genitori e molte conversazioni private con Swami. **Ho assistito alla preziosa guida personale da Lui data e al travolgente amore che ha riversato su di loro. In definitiva, il Suo amore è stato l'unico motivo per cui i miei genitori sono diventati Suoi devoti e hanno dedicato la loro vita a servire nella Sua missione.** È stato davvero incredibile assistere a questa trasformazione che, ancora oggi, è per me fonte di ispirazione.

Il Potere dell'Amore

Continuo a beneficiare in modo significativo della saggezza che ho tratto dagli insegnamenti di Swami, il più essenziale dei quali è quello che Swami ama tutti così come sono.

UnavoltahosentitounastoriasulSuoamore incondizionato, che da allora mi è rimasta dentro. Un gruppo di russi era venuto a vedere Swami, e un loro bambinetto era indisciplinato, si comportava male e non stava con il gruppo. Erano tutti scontenti della situazione e, durante un colloquio, un devoto chiese a Swami di mandare il piccolo via dall'*ashram*. Quando Swami

domandò il perché, il devoto rispose: "Beh, perché è matto." Swami rispose: "Se mando via tutti i pazzi, l'*Ashram* rimarrà vuoto." Il nocciolo della storia è che Swami ci dà delle opportunità, non per le nostre qualità buone o cattive, ma per il Suo amore e compassione infiniti. **Egli ci ama tutti incondizionatamente, nonostante le nostre colpe.**

Nelle mie conversazioni con Swami, Egli, mai una volta, mi ha parlato delle sfide della mia vita. Anche se ne sa di più dei miei problemi di quanto ne sappia io, ogni volta che ha parlato con me ha sempre trattato cose positive riguardanti l'amore.

Una volta, Gli ho chiesto: "Swami, come faccio a controllare i sensi?" Con la massima gentilezza, Swami ha detto: "Conosci la risposta a questa domanda." Mi diceva che non dovevo controllare i sensi: dovevo solo usarli nel modo giusto. Non mi ha mai giudicato. Egli non mi ha mai giudicato. Ha solo riversato amore su di me, ed è stato solo per questo che ero motivato a fare le cose giuste che Lo compiacivano. È stato solo grazie al Suo amore che mi sono impegnato a capire il divario tra le mie azioni e le aspettative di Swami su di me. Ho potuto quindi lavorare per colmare quel divario, non perché Egli

me lo ha chiesto, ma grazie all'amore che ha riversato su di me.

Non è sempre facile per me esprimere amor; a volte lotto ancora. Ricordo, per esempio, quando io e mia moglie eravamo seduti davanti a Swami. Egli mi guardò dritto negli occhi e mi fece notare che a volte mi arrabbio. Ricordo di aver guardato dietro di me per vedere se stava parlando con qualcun altro, ma Egli disse sì, che stava parlando con me. Poi si voltò verso mia moglie e le chiese: "Non ho ragione?" Ella fu d'accordo. Infine, dissi che mi arrabbio con i miei figli perché a volte non mi ascoltano. Swami rispose: "Beh, non ti ascoltano proprio perché ti arrabbi. Quindi, come può ciò migliorare la situazione?" Poi **mi disse che dovevo parlare con amore, piuttosto che con ira, il che li avrebbe motivati.**

È fondamentale che impariamo a comprendere l'amore. **La vita di Swami è un bellissimo esempio di pratica dell'amore per amore dell'amore.**

Un'altra lezione che ho imparato è che se si amano tutti, è più facile non giudicarli. Voglio condividere un episodio accaduto quando mio figlio aveva tre anni. Ero

seduto tranquillamente a leggere un libro quando è un oggetto contundente mi colpì la testa. Ero arrabbiato per essere stato disturbato e ferito. Mi guardai intorno, e scoprii che mio figlio di tre anni mi aveva lanciato scherzosamente una biglia. Al solo guardarlo, la mia rabbia svanì, sostituita dal mio intenso amore per lui. Quando ami qualcuno, è più facile perdonarlo; ciò è una preziosa lezione appresa da Swami.

Un'ulteriore importante lezione che ho appreso è che è essenziale non guardare alle colpe degli altri perché nessuno è perfetto A che serve guardare i difetti di qualcun altro quando li hanno tutti? Se continuiamo a trovare difetti negli altri, diventa più difficile amarli, che si tratti di un estraneo o di nostro fratello. Nel *Prema Vahini*, Swami ha sottolineato che, per alimentare l'amore divino, dovremmo praticare l'assenza di giudizio. Ricordo come Swami lo abbia splendidamente esemplificato poiché non ha mai considerato i miei difetti. Egli mi ha sempre amato ugualmente.

Harish Naidu

USA



Harish Naidu è entrato nella comunità di Swami nel 1968, all'età di quattro anni. È stato fortemente influenzato dai suoi genitori, che sono stati trasformati dall'amore di Swami e hanno dedicato la propria vita a servirLo. Harish si è trasferito negli Stati Uniti nel 1986 e ha conseguito il master in Ingegneria Elettrica e Informatica della State University di New York, Buffalo. Egli ha ricoperto posizioni dirigenziali di alto livello nel campo della tecnologia aziendale. Ha prestato servizio nella SSSIO degli USA in vari ruoli tra cui, Presidente Regionale, Vicepresidente del Consiglio Nazionale, e attualmente ricopre il ruolo di Presidente del Consiglio Nazionale.

Madre e Padre Divini

“Dovete sapere come sfruttare l'opportunità che avete avuto in questa vita, essendo entrati in contatto con il Signore. La lampada illumina, ma può essere utilizzata per vari scopi, buoni o cattivi. Il Gange è sacro, ma le sue acque sono usate per scopi buoni o cattivi. Come usate questa opportunità dipende dal vostro destino, dalla vostra fortuna e da quanta grazia potete guadagnare. Sviluppate la fede, rafforzate la devozione, e il resto verrà da sé.”

Sri Sathya Sai Baba

29 settembre 1960

La citazione di cui sopra mi ha fatto pensare alla grande responsabilità e all'opportunità che Swami ci ha dato, essendo noi in grado di vederLo, toccarLo e, soprattutto, ricevere direttamente da Lui i Suoi insegnamenti. Tornando con la mente ai Suoi consigli durante i colloqui avuti con Lui, desidero condividere le lezioni che ho imparato.

L'Amorevole Signore Onnipresente

Ci recammo per la prima volta all'ashram nel 1984, e ogni anno successivo. Passarono cinque anni prima che Baba ci chiamasse per un colloquio per la prima volta nel 1989. Eravamo un piccolo gruppo di cinque salvadoregni e, con nostra gioia, ci concesse tre udienze, una dopo l'altra. Anche se furono brevi, Swami rivelò diverse sfaccettature della Sua divinità:

1. come una madre benevola e amorevole;
2. come un padre severo che dà istruzioni per una vita dharmica (retta);
3. come il Signore onnipresente che conosce i più intimi dettagli della nostra vita.



Egli manifestò la Sua onnipotenza mostrando un bellissimo anello che si adattava perfettamente al dito del devoto che lo aveva ricevuto. Ma ciò che ci riempì della gioia più grande fu la Sua benedizione su di noi e sui nostri figli per una vita familiare felice e la promessa di rivederci a Puttaparthi l'anno dopo assieme ai nostri figli. Improvvisamente mi balenò nella mente che era costoso andare in India ed Egli, leggendomi nel pensiero, mi guardò e disse: “Non preoccuparti. Fornirò quanto necessario.” Accadde esattamente come aveva detto. Per prendermi cura delle cose del mio defunto padre, l'anno successivo, chiesi un periodo di aspettativa non retribuito all'Istituto di Previdenza Sociale, ma, a causa della politica attuata, persi la mia posizione di capo del Dipartimento dell'Istruzione. Poi, quando feci domanda di pensione, fui premiato con un compenso sufficiente per andare in India con tutta la nostra famiglia. Questo fu Il Suo modo di farmi sapere che conosceva i miei pensieri, e mantenne la Sua parola concedendomi le risorse per arrivare a Prashanti Nilayam con la mia famiglia.

I Suoi insegnamenti hanno trasformato la nostra vita. Comprendemmo quali azioni erano giuste e giustificate, e come agire correttamente. Capimmo anche

che cosa dovevamo fare per superare i *vasana* (impulsi e tendenze) che ci portiamo dietro dalle vite precedenti. Cogliemmo la necessità di controllare i sensi, di negare le tentazioni causate dal bombardamento degli stimoli del mondo esterno, di essere concentrati su Dio, ripetere il Suo Nome ed essere consapevoli delle ripercussioni dei nostri pensieri, parole e azioni.

Le Sue Benedizioni

Nell'aprile del 1990, subito dopo la cessazione dell'offensiva della guerriglia a San Salvador, la nostra famiglia fece un memorabile viaggio a Puttaparthi. In quel viaggio mi fu concesso il privilegio di sedere nella veranda del *mandir*. Quando Swami passò accanto a me, Gli dissi che il nostro gruppo era ansioso di avere un colloquio, “Vi chiamerò dopo il *darshan*”, fu la risposta, e così accadde.

Potete immaginare la nostra travolgente gioia quando fummo chiamati a colloquio. Le parole di Swami dimostrarono che Egli sapeva tutto sulla vita di ognuno di noi. Materializzò uno *Siva lingam* per un medico del gruppo, previde per nostra figlia un buon marito devoto a Swami (cosa che si avverò più tardi, ben oltre le nostre aspettative) e un titolo universitario per nostro figlio (un eccellente studente che si è laureato

con lode). Egli ci insegnò l'esigenza di unità nella famiglia, che è vitale per la felicità individuale e sociale, e sottolineò la necessità della fedeltà coniugale. Mi diede la Sua benedizione per una vita lunga e sana (ora ho 82 anni e sono in buona salute). Noi Gli saremo sempre grati per la gioia di essere stati alla Sua presenza con tutta la nostra famiglia.

Le esperienze che abbiamo avuto negli anni con Sri Sathya Sai Baba ci hanno dato una comprensione più profonda della legge del *karma*. Di conseguenza, abbiamo cercato seriamente di fare le giuste scelte nella vita, e preghiamo di poter continuare a farle in futuro.

Servizio Disinteressato

In giovane età, sono entrato nei Boy Scout, cosa che mi ha preparato a lavorare nell'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai, poiché il servizio disinteressato è uno dei pilastri degli insegnamenti di Baba. Per 13 anni, abbiamo condotto un campo medico mensile in una zona rurale, mettendo a disposizione il nostro tempo e le nostre energie per fornire assistenza sanitaria gratuita alle persone bisognose, e dispensare medicine colme del Suo amore. Fin dall'inizio del nostro servizio, abbiamo sentito intensamente la presenza di Swami. **È molto appropriato ricordare la Sua assicurazione secondo cui, se noi facciamo un passo verso di Lui, Egli ne farà cento verso di noi.**



Il dottor Héctor José Castaneda è stato, per 25 anni, professore di Medicina Interna e Neurologia presso la Facoltà di Medicina dell'Università Nazionale di El Salvador. Il dottor Castaneda è il fondatore ed ex Presidente della Società di Scienze Neurologiche dell'El Salvador. Ha conseguito un dottorato in Medicina presso l'Università di El Salvador nel 1966 e completato la specializzazione postlaurea in Neurologia nel 1973 alla Georgetown University, Washington DC, USA.

Il dottor Castaneda è giunto da Swami nel 1984 e serve nella SSSIO dell'El Salvador dal 1985. Ha ricoperto vari incarichi, tra cui Presidente del Consiglio Nazionale dell'El Salvador e Coordinatore Centrale per il Messico e l'America Centrale. È il Direttore Sanitario della Zona 2A per i Paesi dell'America Centrale e del Messico.

In una circostanza, Swami disse agli studenti nel *mandir*: "Per raggiungere l'obiettivo finale, oltre alla discriminazione è molto importante la determinazione. Ma quello che mi colpì maggiormente fu che dovevamo essere determinati, lasciarci alle spalle le nostre cattive abitudini o i desideri persistenti, continuare sulla via del *dharma* e non rimandare, perché non sappiamo se dopo troveremo mai tempo.

Fai Più Sadhana

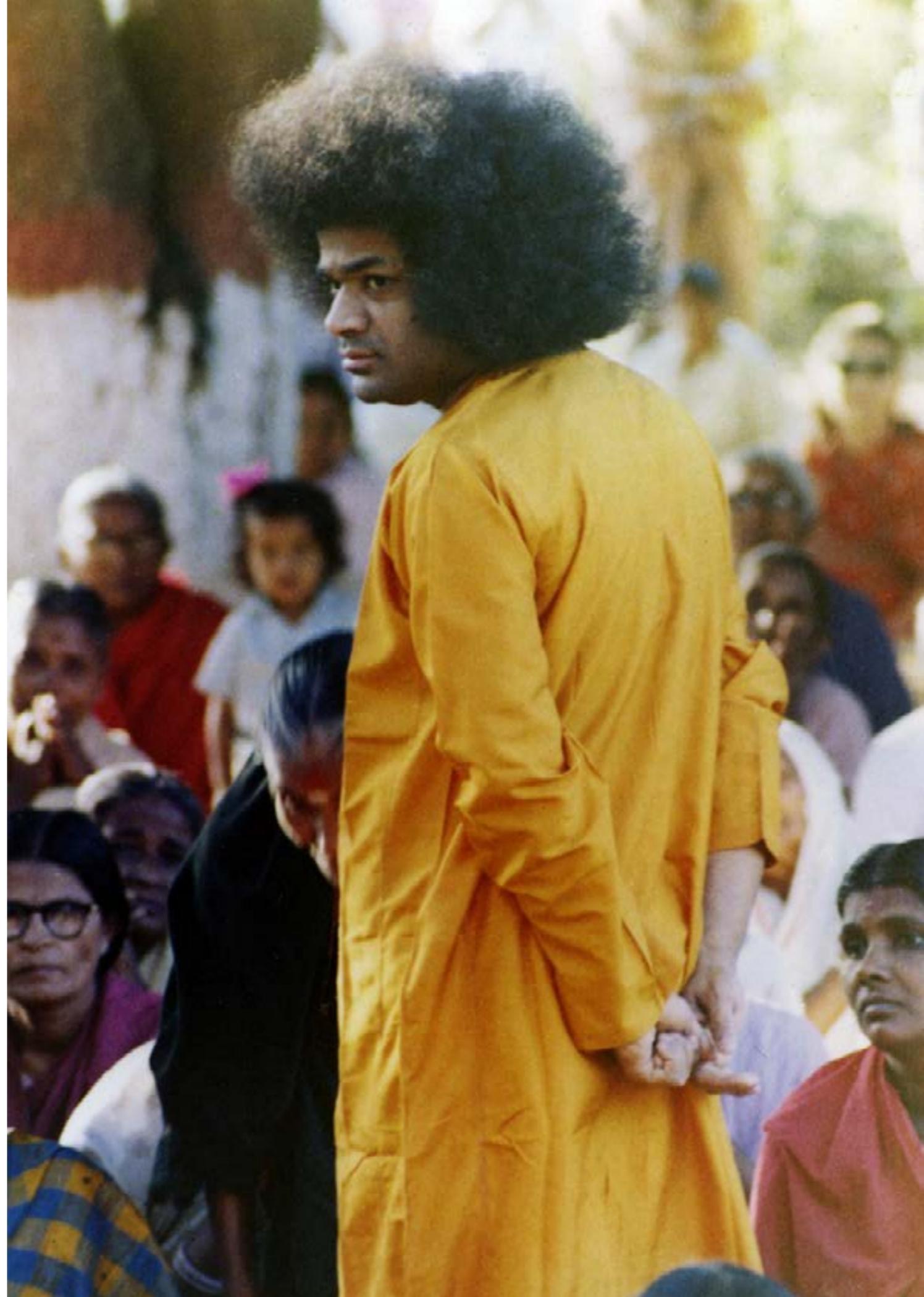
Durante il nostro ultimo colloquio, pregai Baba: "Swami, aiutami ad avere la determinazione di migliorarmi spiritualmente." Egli rispose: "Per sviluppare determinazione, fai più *sadhana*. Stai facendo una buona *sadhana*, ma fanne di più."

Riflettendo sulla mia vita, sono grato di avere avuto una vita lunga e sana. Tuttavia, mi impegno a non riposare sugli allori, ma, al contrario, a trascorrere il resto della vita impegnato in pratiche spirituali che mi porteranno verso la realizzazione del Sé per fondermi con il Divino. **Viviamo con il Nome del Signore sulle labbra e lasciamo che le nostre azioni siano piene del divino amore di Dio.**

Jai Sai Ram

Dr. Hector J. Castaneda

El Salvador



L'Onnipresente Signore

TUTTE LE SCRITTURE DICONO CHE C'È SOLO UN DIO e che è onnipresente. È in tutti i luoghi e in tutti i tempi. Inoltre, Egli è presente in tutti gli stati come nostra coscienza; nella veglia, nel sogno, nel sonno profondo e nello stato di *turiya* (oltre il sonno profondo, lo stato senza sogni). Egli costantemente guida, protegge e benedice tutta la creazione.

Nei due articoli che seguono, condividiamo come il Signore onnipresente, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, ci guidi e ci benedica anche nello stato di sogno.

Nel primo articolo, un devoto racconta la sua visione in sogno di Swami che benedice i devoti con amore incondizionato, prima che ciò accadesse realmente.

Nel secondo articolo, un altro devoto racconta come abbia avuto la visione di Prashanti Nilayam prima ancora di andarvi, e come Bhagavan lo abbia guarito in un sogno da una malattia cronica senza alcuna medicina o intervento chirurgico.

I suoi tantissimi miracoli sono grandiosi, sbalorditivi e danno gioia illimitata a tutti i devoti.

L'Editore



Amore Incondizionato Senza Alcun Giudizio

ERA UN GIORNO COME UN ALTRO A PRASHANTI NILAYAM. Erano arrivati a migliaia dagli Stati settentrionali indiani dell'Uttarakhand e dell'Uttar Pradesh. Per i devoti provenienti da luoghi diversi, era ormai diventata un'abitudine fare in modo che le date del loro pellegrinaggio non si sovrapponevano. Così, veniva assicurata a tutti la preziosa vicinanza a Swami. Qualsiasi gruppo che arrivava a Prashanti Nilayam giungeva preparato con un programma e chiedeva l'approvazione di Swami per offrirlo. A volte, il gruppo veniva a sapere dell'approvazione nel tardo pomeriggio e che doveva presentare il proprio programma dello stesso giorno.

Questo fatto mi mise in guardia. Essendo un fotografo, dovevo essere pronto per i programmi in qualsiasi giorno, a qualsiasi ora. Una volta tornai in studio dopo un pranzo pesante e mi sentii molto assennato. Non ricordo nemmeno quando mi addormentai. Appena assopito, feci un sogno di cui condivido ora il racconto che scrissi sul diario.

“Non appena addormentato alle 14,50, ho fatto un sogno. Swami era seduto su un divano e sembrava essere molto soddisfatto di due persone che avevano recitato bene in una commedia. Le stava chiamando, parlando sopra la mia testa, e ho visto che stava per materializzare qualcosa. Avevo la macchina fotografica con me, ma ho deciso di osservare la creazione del regalo e vederne attentamente il processo. Quindi ho tenuto la fotocamera da parte. Mi rendevo

conto che Swami era in procinto di creare due catene contemporaneamente. Stavo guardando quando sono stato svegliato improvvisamente. Erano le 15,10.”

Durante i 20 minuti in cui avevo dormito, avevo sognato Swami, prima di essere svegliato da una chiamata telefonica. Era il mio collega che stava recandosi allo studio di Radio Sai. Mi disse che aveva visto, nel Sai Kulwant Hall, spostare uno sfondo e aveva intuito che il programma poteva essere presentato a breve. Mi alzai e preparai la mia macchina fotografica e l'attrezzatura per il programma del pomeriggio.

Il Sogno Diventa Realtà

La commedia venne presentata dai devoti dell'Uttaranchal e dell'Uttarakhand ed era basata sul segreto che sta dietro i *Sai Avatar*.

Mentre veniva messa in scena la commedia, avvertii che non era una buona presentazione e caddi vittima della debolezza del giudizio! La maggior parte del pubblico sembrava ridere sommessamente perché sembrava un programma al di sotto della media. Tuttavia, Swami era concentrato sull'esibizione. Questo fatto da solo fu sufficiente a dimostrare che la presentazione era davvero speciale. Chi sono io per giudicare? In quel momento di pentimento, qualcosa mi balenò in mente: il sogno che avevo fatto qualche ora prima!

Mi girai alla mia destra e vidi il mio

insegnante lì seduto. Dissi: "Signore, sebbene la gente rida della recitazione, Swami ne sembra molto soddisfatto. Infatti, dopo il programma, materializzerà due catene d'oro per i partecipanti!" Il mio insegnante guardò verso di me con incredulità e io mi chiesi che cosa mi avesse fatto fare una tale affermazione!

Presto la recita si concluse e Swami chiese dolcemente: "La commedia è finita?" Egli rappresenta lo spettatore perfetto, poiché chiede sempre: "È già finita?" in quanto è profondamente assorto in essa.

Il Suo Amore Divino

Swami è sempre assorto nella presentazione perché vede la sincerità e l'impegno dietro di essa: questa è la differenza vitale tra Dio e l'uomo. Dio vede solo lo sforzo, e, che si tratti di una esibizione fantastica o mediocre, per Lui è indifferente purché ci sia l'impegno! **L'amore vince su tutto.** Come i genitori ammirano le prestazioni dei figli nonostante le loro mancanze, Egli è il genitore divino che ha amore incondizionato.

E Poi... Accadde

Swami chiamò i ballerini e iniziò un movimento circolare con il palmo della mano destra. In un lampo, apparvero due catene d'oro! Scambiai degli sguardi con il mio insegnante e cominciai a venirmi la pelle d'oca! Questo era esattamente come nel sogno (stavo per assistere a tutto ciò

se la telefonata non mi avesse svegliato!) Mi ricordai che nel sogno avevo posato la macchina fotografica per assistere alla creazione. Mi chiedevo se questo fosse ciò che dovevo fare. Non avevo nemmeno completato il mio pensiero che Swami mi chiamò. Andai da Lui e mi disse: "Scatta delle foto! Verrò giù anch'io con i bambini e poserò con loro. Scatta fotografie anche di quello."

Effettivamente, in mano avevo una videocamera, ma ero totalmente perso nella magia di quel momento. Egli, non solo mi aveva mostrato nel sogno tutta la sequenza degli eventi, ma lo confermava anche consigliandomi di non smettere di scattare foto (come io avevo fatto nel sogno).

Lezioni Apprese

Fu un evento molto toccante e, per me, fu un giorno importante poiché appresi due lezioni fondamentali.

1. I sogni di Swami non accadono senza la Sua volontà. I sogni con Lui sono reali come la realtà.
2. Non giudicare mai. È molto difficile non giudicare, ma astenersi dal giudicare gli altri ci aiuta a fare piccoli passi verso la realizzazione della nostra divinità.

Aravind Balasubramanya

India

Aravind Balasubramanya proviene da una famiglia che si è dedicata a Swami per quasi mezzo secolo. Aravind si è diplomato al Liceo Sri Sathya Sai e ha ottenuto la Laurea di Primo Grado in Scienze presso l'Istituto Sri Sathya Sai d'Istruzione Superiore (SSSIHL), ricevendo una medaglia d'oro. Ha anche conseguito un Master in Chimica e un Master in Amministrazione Aziendale (MBA) presso lo SSSIHL.

Ha lavorato per Radio Sai dal 2007 al 2021. Aravind è autore di quattro libri sulle sue esperienze con Swami. È stato il fotografo di Swami per quasi cinque anni e ha dedicato la sua vita a servirLo e a condividere i Suoi insegnamenti con tutti attraverso vari canali mediatici.



Baba, il Grande Chirurgo!

SONO FORTUNATO A ESSERE NATO IN UNA FAMIGLIA SPIRITUALE.

Mia madre era un'ardente devota di Sri Shirdi Sai Baba e ha insegnato a mio fratello maggiore e a me a cantare le Sue glorie nell'ambito delle quotidiane preghiere del mattino e della sera, gettando le basi per il sentiero devozionale (*Bhakti Marga*). Mio padre era un ricercatore spirituale che si soffermava molto sugli aspetti advaitici della pratica spirituale, traendo ispirazione dagli insegnamenti di Sri Ramakrishna Paramahansa e Swami Vivekananda. In tal modo, mio padre ha posto per noi le fondamenta per sviluppare una comprensione del sentiero non duale della saggezza (*Jnana Marga*). Un'altra fortuna è avere un fratello maggiore che è stato guida e supporto dalla mia infanzia, e continua a essere il mio eroe e mentore per lo sviluppo della mia spiritualità.

Ancora una volta il merito va ai miei genitori che ci hanno condotto ai piedi di loto del nostro amato Swami. Essi, dopo un breve soggiorno negli USA, **poiché credevano fermamente che Dio stesse camminando sulla terra, decisero di tornare in India per essere vicino a Bhagavan Sri Sathya Sai Baba.** Risiedettero a Prashanti Nilayam per oltre diciassette anni, dando a me, a mia moglie e ai nostri due figli l'opportunità di far loro visita e, mentre dividevamo il nostro amore e il nostro rispetto per i nostri genitori terreni, **di godere della benedizione di avere il darshan dell'Avatar, nostro Madre e Padre divini.**

La mia prima esperienza del miracolo di Swami fu antecedente al mio primo darshan o della visita a Prashanti Nilayam. Si verificò all'inizio del 1983, appena un anno dopo che i miei genitori andarono a risiedere presso l'ashram. Da quasi tre

anni, avevo un dolore e un fastidio nella zona del fegato, una specie di sensazione di congestione, con una lieve mancanza di respiro, in particolare quando salivo una rampa di scale. Era una sensazione fastidiosa, ma qualcosa per cui non ero pronto a farmi visitare da un medico. Durante questi tre anni, **i ripetuti esami medici annuali sul mio posto di lavoro mostravano che i miei enzimi epatici erano anormali.** Chiesi consiglio a mio fratello maggiore, medico praticante, e la sua raccomandazione fu di fare una biopsia epatica per diagnosticare la causa di ciò. Non volevo seguire questa procedura, poiché temevo l'ago nel fegato. Poi arrivò l'intervento divino.

Guarigione Divina

Un giorno, nelle prime ore del mattino, feci un sogno realistico, che definirei più come una visione, dal momento che, quando mi svegliai, potei ricordarne pienamente i dettagli. Nel sogno, mi vedevo nella veranda del *mandir* con le mani alzate che correvo verso la prima porta dove avevo visto Swami seduto. I *bhajan* stavano proseguendo e io gridavo con impeto: "Baba, il grande chirurgo!" Immediatamente, avvertii una scossa elettrica nella zona del fegato, e mi svegliai sudato. Sapevo che era successo qualcosa di importante.

Il giorno seguente notai che non avevo più la sensazione di congestione al fegato e mi sentivo molto meglio. Allora, fui ansioso di scoprire se si era verificata qualche guarigione miracolosa. Un modo rapido per ottenere la risposta era verificare se i test della mia funzionalità epatica fossero normali. Anche se potevo fare le analisi in un laboratorio diagnostico locale, avevo una forte fede nella guarigione

operata da Swami. Poiché mancavano solo due settimane all'annuale controllo medico sul mio posto di lavoro, decisi di aspettare. Che dolce sorpresa! **Tutto i test di funzionalità del mio fegato rientravano nei limiti normali e, da allora, lo sono sempre stati.**

Benedizioni senza Richiesta

Le Scritture affermano che Dio è in verità il medico (*Vaidyo Narayano Harihi*). Baba, il grande Chirurgo, appunto! Chirurgia eseguita senza alcuno strumento! Si prega di notare che, in nessun luogo e tempo, avevo pregato Swami o qualsiasi altro Dio di aiutarmi nella mia battuta d'arresto della salute, ma il Signore Supremo sa

come e quando proteggere e guarire i Suoi figli, anche senza richiesta.

Il secondo miracolo di questo racconto è che, quando feci il sogno, io non ero mai stato a Prashanti Nilayam. Solo un anno dopo, durante la mia prima visita all'*ashram*, vidi la veranda e il *mandir* del mio sogno. Quasi un anno dopo, quando fummo benedetti con un colloquio con Swami, Gli espressi la mia gratitudine per aver guarito la mia malattia al fegato. Swami mi dette uno sguardo compassionevole di intesa e mi benedisse.

Dr. A. Krishnamohan Reddy

USA



Il dottor A. Krishnamohan Reddy ha conseguito il Dottorato di Ricerca in Nutrizione presso l'Università della California, Davis, USA. È specializzato in Tossicologia all'American Board of Toxicology e ha lavorato nel campo della salute e della sicurezza umana, ricoprendo anche posizioni dirigenziali in una multinazionale di prodotti di consumo. Da oltre tre decenni presta servizio nella SSSIO e ha ricoperto molte posizioni di leadership, tra cui Presidente Regionale della California del Nord, Coordinatore del Servizio Nazionale e Vicepresidente della SSSIO, USA. Egli e la sua famiglia hanno ricevuto la guida personale e le benedizioni da Swami.

"Vaidyo Narayano Harihi" (Dio è in verità il medico), dichiarano le Scritture (*Shruti*). Dio è il medico. CercateLo, confidate in Lui e sarete liberi dalle malattie.

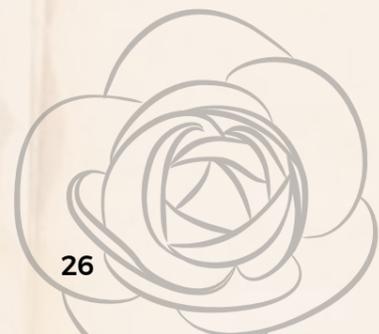
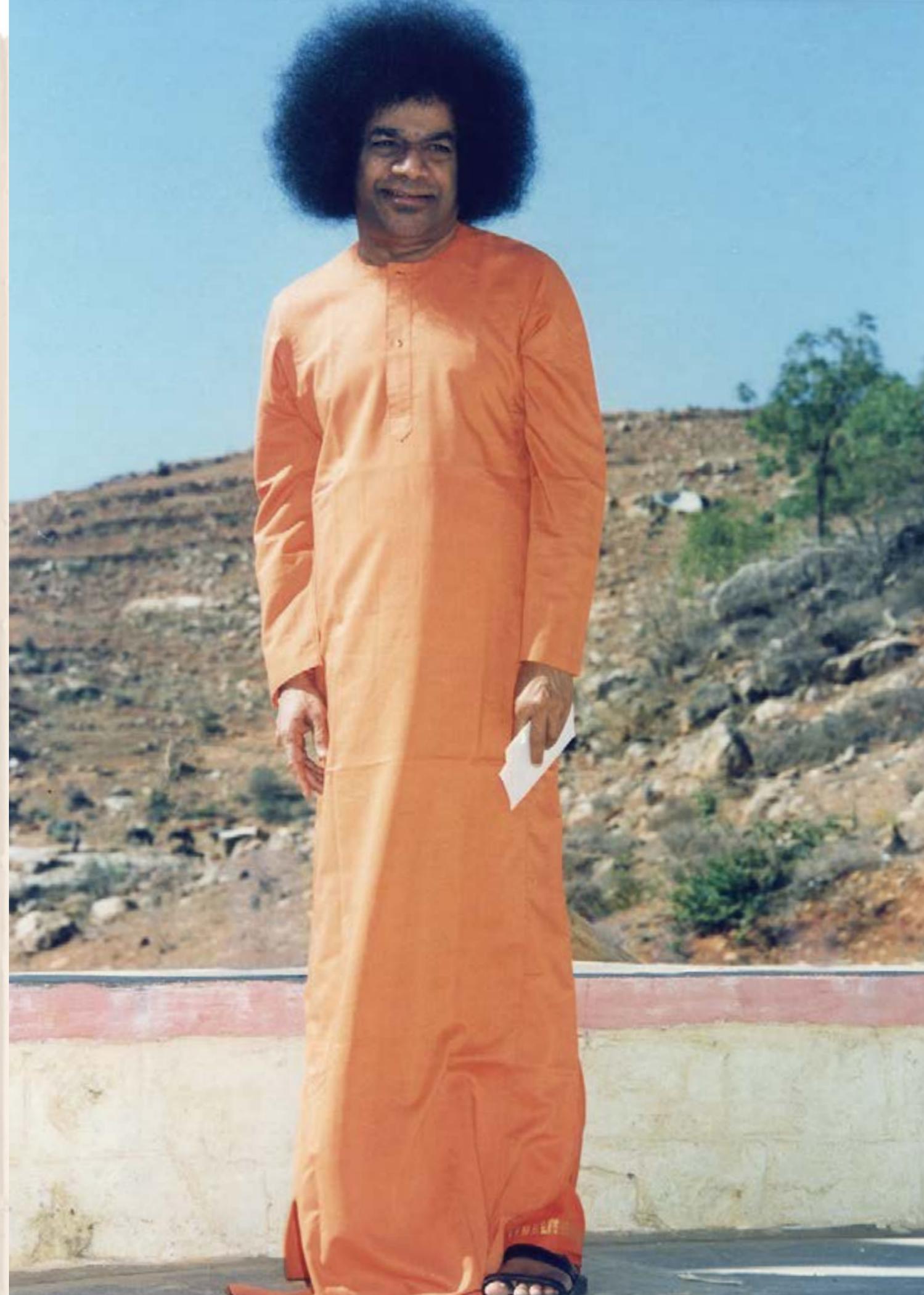
Sri Sathya Sai Baba

21 settembre 1979

Sai Baba ha "operato" molti pazienti sofferenti durante i loro sogni. Thirumala Rao di Bangalore ha avuto una tale esperienza e, quando si è svegliato, il letto era intriso di sangue e il dolore era sparito. Ciò che aveva sognato si era effettivamente avverato. Baba, il Chirurgo, lo aveva benedetto.

Sathyam Shivam Sundaram

Volume 1



Prasanthinilayam

16-12-73

My Dear! Have you got any
spiritual hunger?
Spiritual hunger is the
ultimate meaning of every
activity in life. The dissatis-
faction and the restlessness
that remain even after obtain-
ing all the necessities of life
show that everyone conscious-
ly or unconsciously, does
suffer from spiritual hunger
and it is not appeased until
the spirit within is realised.
Without this divine discontent
there is no real progress.
World peace is possible when
all the people of the world wake
up to the facts governing
universal life and when
there is a heart to heart
feeling of goodness, love and
openness among the inhabitants
of the world. With Blessings
Sri Sathya Sai Baba

Fame Spirituale

Prashantinilayam

16-12-73

Mio Caro! Hai fame spirituale?

La fame spirituale è il senso ultimo di ogni attività della vita. L'insoddisfazione e l'inquietudine che rimangono, anche dopo aver ottenuto tutto quanto necessita, mostrano che tutti, consciamente o inconsciamente, soffrono di fame spirituale e questa non si placa finché non si realizza lo spirito interiore. Senza questo divino malcontento non c'è vero progresso.

La pace nel mondo è possibile quando tutti i popoli della terra si svegliano ai fatti che governano la vita universale e quando c'è un sentimento cuore a cuore di bontà, Amore e unità tra gli abitanti del mondo.

Ti benedico

Sri Sathya Sai Baba

AMORE IN AZIONE



COLOMBIA Giornata dei Valori Umani

Il 23 aprile 2022, la Scuola Sathya Sai di Funza ha celebrato la Giornata dei Valori Umani aumentando la sensibilità ambientale con una marcia per il quartiere, sottolineando l'importanza della cura delle risorse naturali. Nella laguna di La Herrera, nel comune di Mosquera, i partecipanti hanno piantato alberi per servire Madre Natura.



NUOVA ZELANDA Ripristino Ecologico

Il 27 marzo 2022, sette membri della SSSIO e tre residenti locali a Hamilton hanno piantato alberi per ripristinare le zone umide intorno al Minogue Park. Con il sole splendente, i volontari hanno gioiosamente messo a dimora, in poche ore, piante di *harakeke* (lino), *ti kouka* (cavolo), *kowhai*, *manuka*, *karamu*, *totara* e *kahikatea*, con l'obiettivo di preservare Madre Natura.



Dio ama coloro che servono gli altri perché Egli è in tutti loro. Chiunque voi possiate servire, consideratelo come un servizio a Dio. Divinizzate tutte le vostre azioni. Considerate ogni azione che compite come opera di Dio.

Sri Sathya Sai Baba

21 novembre 1995



PERU Marcia per i Valori

Il 17 aprile 2022, l'Ala Educativa della SSSIO del Perù ha organizzato una Marcia per i Valori con 18 bambini e i loro genitori attraverso le strade di Cerro San Francisco, distretto di Villa Maria del Triunfo. La marcia si è conclusa in Piazza Mahatma Gandhi. I partecipanti hanno marciato lungo le strade con grande entusiasmo, recitando citazioni di Sri Sathya Sai Baba sui Valori Umani.



ZONA 8 Iniziativa "Pulizia del Pianeta"

Il 29 maggio 2022, 110 persone di Azerbaigian, Ucraina, Bielorussia, Kazakistan, Kirghizistan e Russia hanno partecipato al quarto Programma Virtuale "Pulizia del Pianeta", che ha ispirato tutti ad adottare abitudini rispettose dell'ambiente. I membri della SSSIO della Bielorussia hanno organizzato l'evento con il supporto del Consiglio Metodologico Zonale per l'Educazione. Il programma ha messo in evidenza la conoscenza e le attività pratiche per dirigere la curiosità e l'attenzione delle generazioni più giovani alle meraviglie della natura. I Giovani Adulti hanno proposto un quiz e fornito supporto tecnico.



Per vedere le altre storie di servizio amorevole dei volontari di tutto il mondo, visitare il Sito web Sri Sathya Sai Universe:

• <https://saiuniverse.sathyasai.org>



FILIPPINE

1996

Nelle Filippine nasce la SSSIO

2000

La Scuola Sathya Sai di Pililla, fondata il 6 maggio, Giornata di Ishvaramma

2013

La SSSIO ha lanciato un progetto di soccorso in caso di calamità per ricostruire Tacloban dopo il tifone Haiyan

2020

Soccorso Umanitario alle vittime del vulcano TAAL nella Provincia di Batangas



Soccorsi Umanitari a Tacloban



Scuola Sathya Sai a Pililla

SRI LANKA

1963

Inaugurazione del Primo Centro Sathya Sai a Colombo

1969

Sri Sathya Sai Baba benedice la prima assemblea generale annuale tenutasi il 15 febbraio 1969

2002

Inaugurazione del Ricovero Sathya Sai per Anziani e Ammalati

2020

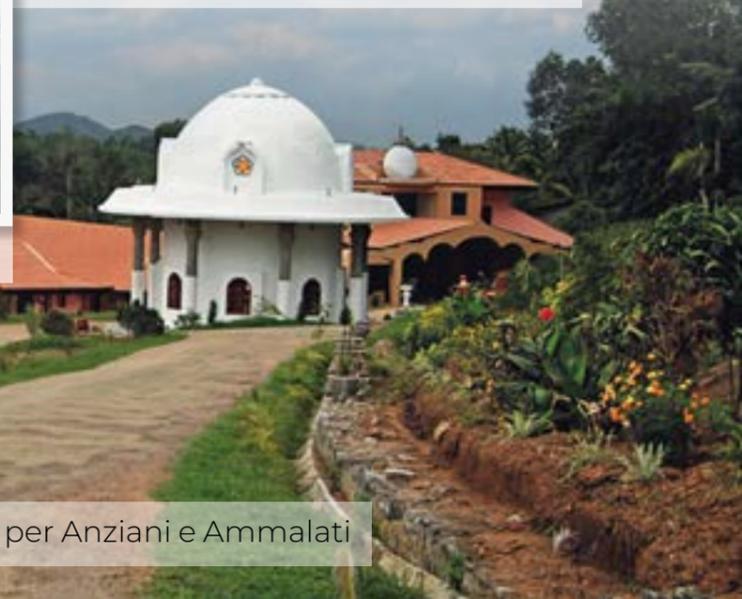
Progetto di purificazione dell'acqua



Progetto di purificazione dell'acqua



Attività al Centro di Accoglienza



Centro di Accoglienza Sathya Sai per Anziani e Ammalati

Trasformazione

ATTRAVERSO LA *Maternità*

VOGLIO CONDIVIDERE IL POTERE DELLA MATERNITÀ CHE HA PORTATO ALLA MIA TRASFORMAZIONE. Sentii parlare di Sathya Sai Baba nel 1986 e, poco dopo, mi unii alla SSSIO della mia zona, una piccola comunità rurale in Australia. Fui immediatamente attratta dai Suoi insegnamenti, specialmente dalla verità secondo cui la divinità è in tutti, me compresa. **Credo che il desiderio di sperimentare la mia divinità innata mi abbia attirato verso Sathya Sai Baba.** Poco dopo aver iniziato a mettere in pratica i Suoi insegnamenti, Egli mi fece fare un'esperienza di beatitudine, riempiendomi d'amore divino. Riflettendoci, credo che mi abbia dato questo dono prezioso per la mia trasformazione spirituale al fine di sperimentare la divinità interiore.

Quando divenni adulta, mi sentii privilegiata di essere nata donna, e ricordo il giorno in cui nacque mio figlio Anthony, il che mi procurò una gioia indescrivibile. Non avevo mai sperimentato un tale amore per un altro essere umano, cosa del tutto inaspettata. Mi resi conto della grande responsabilità verso questo piccolo essere che dipendeva da me, e il mio unico desiderio era che conducesse una vita felice e realizzasse il suo destino. Mio figlio Anthony aveva otto anni quando diventai una devota Sai.

Sviluppo delle Qualità della Maternità

A metà dei trent'anni, sentii parlare di un maestro spirituale in India, Sathya Sai. In quei primi anni, vissi una trasformazione personale. Sviluppai pazienza, comprensione e tolleranza. Non

avevo un grande sostegno familiare poiché mio marito era impegnato nel lavoro per lunghe ore, e mia madre lavorava a tempo pieno. Decisi di essere una mamma "casalinga" fin quando Anthony non ebbe completato la scuola elementare e io tornai al lavoro.

Per me, come madre, una delle lezioni più importanti fu abbandonare l'attaccamento a mio figlio mentre cresceva. Il mio obiettivo era accudirlo come persona indipendente e capace, cosa che richiese di rinunciare al mio ruolo di 'badante', e permettergli di prendersi cura di sé in modo che sviluppasse fiducia in se stesso.

Ero piena di ammirazione per i punti di forza e le qualità di mio figlio. Egli diventò un bambino che aveva compassione per i suoi coetanei e li aiutava se bisognosi. Era pieno di gioia e aveva una fiducia che io non avevo sperimentato da bambina.

Anthony frequentò per diversi anni le lezioni SSE (Educazione Spirituale Sai) che rafforzarono le sue qualità naturali e i valori che incoraggiavamo in casa. Durante gli anni della scuola secondaria, praticò molti sport (molto popolari in Australia!). Aveva un grande senso dell'umorismo (che è anche una caratteristica australiana) con una reputazione di brillante conversatore. Sviluppò anche amore per la scrittura e la lettura di poesie. A 17 anni, andò a vivere lontano da casa dall'altra parte del Paese per inseguire il suo sogno di diventare un atleta professionista. Questo, per me, fu una sfida a confidare nella sua capacità di condurre la propria vita e abbandonare il mio attaccamento.

La Scoperta della Trasformazione attraverso la Perdita

A 22 anni, Anthony tornò a casa e visse in modo indipendente in un cottage di nostra proprietà, lavorando in una città vicina. A 26 anni, mentre tornava a casa dal lavoro, ebbe un grave incidente stradale e morì. In seguito, ho scoperto che gli anni di guarigione dalla perdita della sua forma fisica e venire a patti con la fine di questo importante relazione ha accelerato la mia trasformazione spirituale. **Gli insegnamenti di Swami sono stati la mia ancora di salvezza** e non so come i genitori affrontino tali sfide senza una base e una comprensione spirituali.

Non è possibile per nessuno aggrapparsi al corpo fisico per sempre. Esso rimane tanto a lungo quanto è destinato a rimanere. Perirà al momento predestinato. Nessuno ha il controllo sulla morte che è decisa al momento della nascita stessa. La data della partenza è impercettibilmente scritta sul corpo quando viene al mondo.

Sri Sathya Sai Baba

19 ottobre 2004

Per me, fu essenziale riconoscere che il nostro tempo in questo corpo è fissato al momento della nascita. Nei mesi successivi alla mia perdita, mi tuffai profondamente negli insegnamenti di Sai, che furono il mio unico supporto, a parte gli amici e la famiglia. Collaborai con un'altra madre Sai che aveva anch'essa perso il figlio e assieme compilammo una raccolta degli insegnamenti di Sathya Sai Baba, sulla vita, la morte, il dolore e la perdita, in un opuscolo intitolato "Figli dell'immortalità".

Distaccati dal Mondo e Attacati a Dio

La mia grande lezione e l'esperienza trasformatrice fu la rinuncia all'attaccamento a mio figlio. Credo che quello della madre sia il più grande di tutti, in quanto è un legame naturale che assicura la sopravvivenza del bambino ed è l'attaccamento più difficile a cui rinunciare. **Tuttavia, scoprii che era possibile lasciare andare mio figlio e attaccarmi a Dio.** La vita assunse una prospettiva molto diversa poiché rividi le mie priorità e compresi la necessità di tenere costantemente presente la ragione dell'esistenza: realizzare la nostra intrinseca divinità. In effetti, credo che abbandonare l'attaccamento sia fondamentale per il ruolo della madre e che si tratti di una delle più belle opportunità di trasformazione.

Nei mesi in cui provai un dolore lacerante, sperimentai anche occasionalmente la quiete e la pace profonda dell'*Atma*, un'isola di gioia in mezzo al dolore. Mi resi conto che Anthony aveva compiuto il suo destino e che questo era anche parte del mio destino. Provai saggezza e forza nelle seguenti parole di Baba:

“Guarda con una mente equanime alla fortuna e alla sventura, alla felicità e al dolore, alla perdita e al guadagno. Questi sono prodotti della natura come il caldo e il freddo, l'estate e l'inverno. Essi hanno i loro scopi da servire. Allo stesso modo, gli alti e i bassi della vita hanno delle lezioni da insegnarci. Infatti, senza rovesci nella vita, non saremmo in grado di sperimentare la divinità. Senza l'oscurità, non possiamo apprezzare la luce. Senza incontrare difficoltà, non godremo di benefici. È la mancanza di pace mentale che ci costringe a cercare i mezzi per realizzare una pace duratura.”

Sri Sathya Sai Baba

6 aprile 1983

Shortly Poco dopo la morte di Anthony, cercai l'opportunità di entrare in contatto con lui in spirito, che vedevo come parte di un naturale desiderio di sapere che mio figlio era al sicuro e stava bene. Circa diciotto mesi dopo, provai una profonda connessione con Swami quando Egli mi trasmise interiormente: "Antonio sono io. Tu sei me. Noi siamo Uno."

Da allora, ho smesso di voler entrare in contatto con Anthony, poiché ho capito che siamo Uno in Sai. Ho compreso l'importanza dell'avvertimento di Sai secondo cui tutte le relazioni terrene sono transitorie. So che tutti appartengono a Dio e che, come genitori, siamo fiduciari dei nostri figli; in verità, essi appartengono a Lui.

Mi sento veramente fortunata per aver sperimentato la maternità e aver avuto la gioia di avere un figlio meraviglioso. Credo che, assieme ai suoi sacri doveri, **la maternità sia un'ottima occasione di trasformazione per aiutarci a sperimentare noi stessi come gli esseri divini che davvero siamo.**

Jenny Monson

Australia



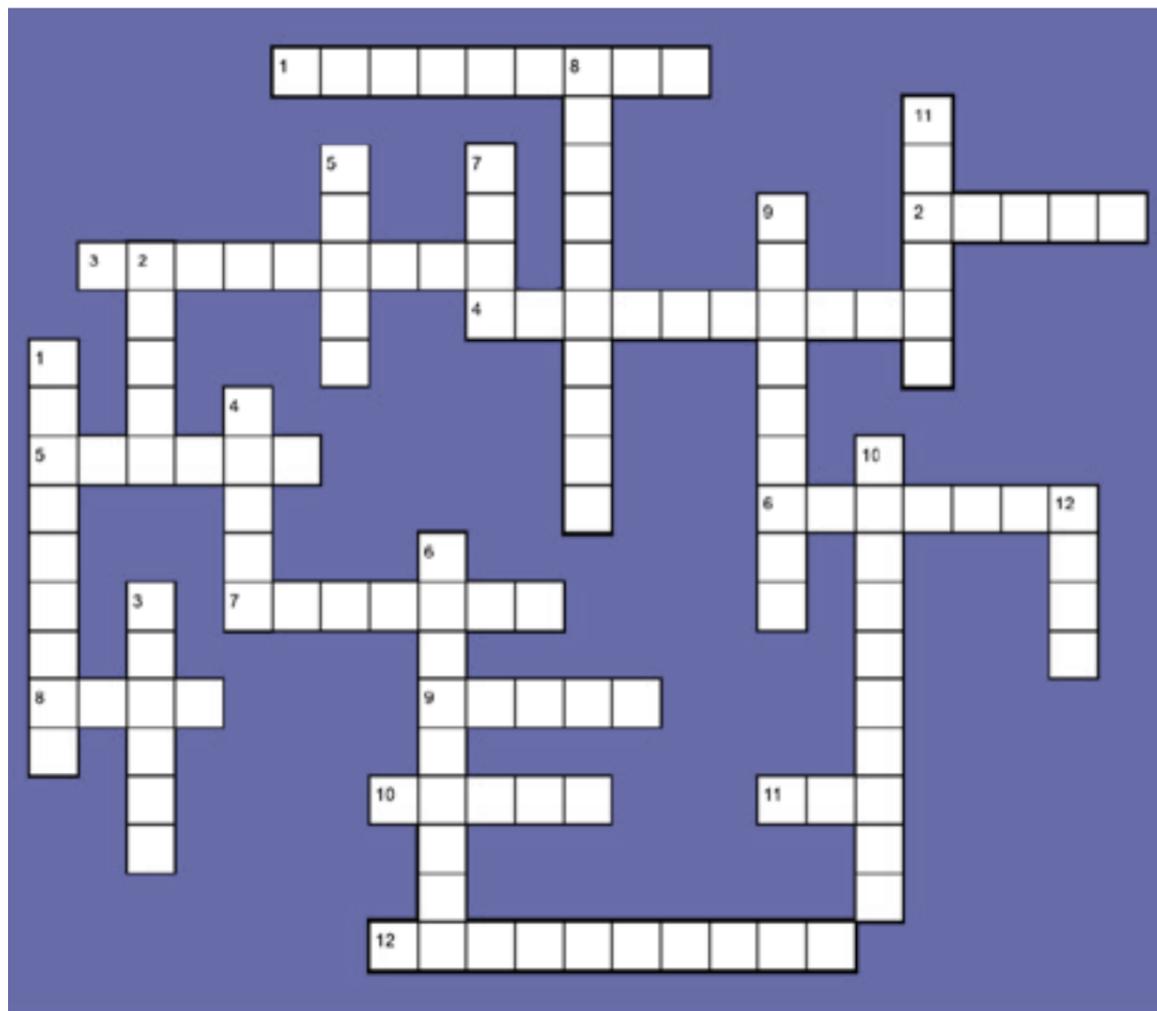
La signora Jenny Monson è membro della SSSIO dal 1986 quando sentì parlare per la prima volta di Sri Sathya Sai Baba ed è stata trasformata dai Suoi insegnamenti. Attualmente è la Coordinatrice Centrale della Zona 3 e ha ricoperto molti ruoli, tra cui Presidente del Consiglio Nazionale dell'Australia. Professionalmente, Jenny ha lavorato come consulente e si è specializzata in cure palliative. Presiede il Consiglio di un Centro di Accoglienza comunitario nell'Australia Occidentale.

dai
Giovani Adulti Sai Internazionali

Siamo lieti di condividere gli aggiornamenti sul lavoro dei Giovani Adulti Sai dello Sri Lanka e di Hong Kong e di due riflessioni personali dei Giovani Adulti Sai. Questa volta vi invitiamo a risolvere un emozionante cruciverba! Divertitevi!

Il Comitato Internazionale SSSIO dei Giovani Adulti

PAROLE CROCIATE



DEFINIZIONI

VERTICALI

1. Il dovere senza amore è _____ (Indizio: 4 orizzontale). Il dovere con amore è _____. L'amore senza dovere è _____ (Indizio: 3 verticale).
2. La vita è un _____ realizzato.
3. Il dovere senza amore è _____ (Indizio: 4 orizzontale). Il dovere con amore è _____ (Indizio: 1 verticale). L'amore senza dovere è _____.
4. Dove c'è fede, c'è amore; dove c'è amore, c'è pace; dove c'è pace, c'è verità; dove c'è verità, c'è Dio; dove c'è Dio, c'è _____.
5. _____ le tue parole, le azioni, i pensieri, il carattere e il cuore.
6. La grazia di Dio è come una _____. Ti aiuterà nel momento del bisogno senza nessun limite.
7. Prima di parlare chiediti: è _____? È necessario, è vero, favorisce il silenzio?
8. _____ è il segno di una vita intelligente.
9. Alcuni dicono che la conoscenza è potere, ma non è vero. _____ è potere.
10. Per la dimora della vita, la _____ è il fondamento, la soddisfazione di sé è il muro, il sacrificio di sé è il tetto, l'autorealizzazione è la vita.
11. Segui il _____, affronta il male, combatti fino alla fine, termina la partita.
12. Meno _____, più lavoro! C'è troppo _____. Per colpa del _____ eccessivo, viene sprecata l'energia spirituale. In contatto con Dio, si verifica lo stato di _____.

ORIZZONTALI

1. Il fine della saggezza è la libertà. Il fine della cultura è la perfezione. Il fine della _____ è _____ l'amore. Il fine dell'educazione è il carattere.
2. Il modo migliore per amare Dio è _____ (Indizio: 8 orizzontale) tutti e _____ tutti.
3. _____ dovrebbe essere per la vita, non per guadagnarsi da vivere.
4. Il dovere senza amore è _____. Il dovere con l'amore è _____ (Indizio: 1 verticale). Amore senza il dovere è (Indizio: 3 verticale).
5. Siate _____ e sinceri.
6. L'amore come _____ è verità. L'amore come azione è retta condotta. L'amore come sentimento è pace. L'amore come comprensione è non violenza.
7. _____ è il parlare del ricercatore spirituale.
8. Il modo migliore per amare Dio è _____ tutti e servire tutti (definizione: 2 orizzontale).
9. La molteplicità è illusoria. L'_____ è la realtà.
10. Sono venuto per non disturbare o distruggere qualsiasi _____, ma per confermare ciascuno nel proprio _____- in modo che il cristiano diventi un cristiano migliore, il musulmano, un musulmano migliore, e l'indù, un migliore indù.
11. Dovete colmare il cuore d'amore per Dio (*Daiva Preeti*), di timore del _____ (*Paapa Bheeti*) e di moralità nella società (*Sangha Neeti*).
12. Ogniquale volta e ovunque vi mettiate in contatto con Dio, si verifica lo stato di _____.

Le risposte a pagina 43

ATTORNO AL MONDO

Covid 19 - Campagna di Raccolta Cibo

Hong Kong, Zona 5

I Giovani Adulti di Hong Kong, in seguito al Covid 19, hanno organizzato una Campagna di Raccolta di Cibo a favore di una scuola per studenti ipovedenti. Sono state distribuite confezioni di succhi di frutta, biscotti, lattine di latte e 95 mascherine a 60 bambini. Gli YA hanno anche assistito un gruppo della comunità locale che serve le minoranze etniche e famiglie bisognose a basso reddito. A oltre 108 famiglie della comunità locale sono stati distribuiti lenticchie, riso, farina, olio, disinfettanti per le mani e kit rapidi di test per il Covid.



Programma Nazionale Sri Sathya Sai di Leadership (SSSNLP) per i Giovani Adulti

Sri Lanka, Zona 4

Con la grazia divina e la guida di Sri Sathya Sai Baba, dal 22 al 24 luglio a Mullaipoonga, Lyakachchi, si è svolto il Programma Nazionale Sri Sathya Sai di Leadership per Giovani Adulti (YA), inaugurato alla presenza di un ospite d'eccezione, il professor Suresh Govind, e dei Giovani Adulti Sai di tutte e cinque le regioni della SSSIO dello Sri Lanka. Il professor Suresh Govind è il Presidente del Comitato della SSSIO per gli Studi della Letteratura Sai ed è stato determinante in molti programmi in Malesia di costruzione della nazione.

Hanno partecipato al programma 98 YA e 30 volontari di tutte le parti dello Sri Lanka. Le sessioni consistevano di *sadhana* spirituale, di una sessione guidata da un relatore, lavori di gruppo, attività all'aperto, circoli di studio, quiz spirituali, giochi basati sui valori, tavole rotonde e programmi culturali.



Riflessioni dei Giovani Adulti Sai

Riflessioni su Sai è un'iniziativa del Sottocomitato Sri Sathya Sai Sadhana d'Amore. È una strada per i Giovani Adulti Sai di tutto il mondo per esprimere il loro amore per Sai, condividendo le proprie esperienze e l'impatto positivo che Egli ha avuto sulla loro vita. Le presentazioni di storie di gratitudine, eventi miracolosi e interazioni con Sri Sathya Sai Baba vengono condivise periodicamente sulle piattaforme social media YA.



Lovelin Topandasani Indonesia

Swami è entrato nella mia vita in un modo alquanto insolito attraverso Internet. Non credevo in Swami finché, un giorno, non è entrato nei miei sogni. Il giorno dopo, quello stesso episodio che avevo sognato, accadde. Rimasi sbalordita e questa fu la svolta nella mia vita.

Da quel momento, Swami divenne il mio angelo custode. Ero solita pregare per tutto nella vita. La maggior parte delle volte, le mie preghiere venivano esaudite. Tuttavia, se non ottenevo qualcosa per cui pregavo, Swami mi mostrava i motivi per cui non l'avevo atteso. Conducevo una vita felice e grata per tutte le benedizioni che Swami mi concedeva. Tuttavia, col passare del tempo, iniziai a chiedermi: "È tutto ciò che c'è nella vita?"

Nel 2018 ho fatto parte del comitato organizzatore di "FaithLift", un seminario di Zona della SSSIO, svoltosi a Puttaparthi. La squadra stava progettando un gruppo di *sadhana* (pratica spirituale), e fu allora che iniziai a prendere molto seriamente la mia *sadhana* quotidiana.

Ho cominciato a praticare la meditazione come parte della mia *sadhana* giornaliera e ciò mi ha aiutato a connettermi con Swami a un livello più profondo. Ho iniziato a capire che la felicità non dipende più dal ricevere o non ricevere cose e a comprendere anche il vero significato dell'abbandono.

In precedenza, quando pregavo, davo tutte le istruzioni a Swami in modo che il risultato fosse secondo le mie aspettative. Ciò significava che non mi affidavo a Swami con tutto il cuore. Tuttavia, la mia *sadhana* quotidiana mi ha perciò aiutata a fidarmi di Lui, in modo che qualunque cosa Egli facesse per me era per il mio miglior interesse. Adesso, Mi rendo conto che non ho bisogno di avere una vita mondana, ma Swami mi darà tutto ciò di cui necessito e la protezione necessaria di cui ho bisogno nella vita.



Yakshi Appanah Mauritius

Anni fa, lavoravo all'estero e uno dei miei colleghi, che è anche un devoto di Sai, mi regalò un libro su Swami. Leggendolo, mi imbattei nel concetto di autorealizzazione. A quel tempo, non mi soffermai sull'argomento, ma l'idea dell'autorealizzazione si rafforzò quando vidi la mia *Ammamma* (nonna) esalare ultimo respiro. Tra me e me pensai che l'obiettivo finale di questa vita è la realizzazione del Sé.

Nel 2016 andai al *Kalpa Vriksha* (l'albero che esaudisce i desideri) a Puttaparthi. Mentre ero lì, pensai profondamente a come volevo apprendere la realizzazione del Sé. Due anni dopo, mi ritrovai con un gruppo di Giovani Adulti che la pensavano allo stesso modo e che servivano Swami nel Sottocomitato Sri Sathya Sai di *Sadhana* d'Amore.

L'obiettivo principale del Sottocomitato era incentrato sulla fiducia in se stessi, sulla soddisfazione di sé, sul sacrificio di sé e sulla realizzazione del Sé, che è anche noto come le 4S. Il mio desiderio di essere sulla via della realizzazione del Sé venne soddisfatto. Far parte del Sottocomitato mi ha aiutata a capire meglio gli insegnamenti di Swami sulle 4S, poiché, durante tutto questo viaggio, sto imparando come realizzare il Sé.

Ci sono stati casi nella mia vita in cui le cose non sono andate a finire come avevo programmato e, quando ciò accade, divento agitata e ansiosa. L'anno scorso, c'è stato un momento in cui, nonostante mi impegnassi in un particolare compito assegnatomi, non vedevo i risultati che mi aspettavo. Un bel mattino, sognai che Swami mi porgeva un dolce. Attraverso questo sogno, mi resi conto che Swami mi aveva dato la Sua divina garanzia secondo cui non devo preoccuparmi dei risultati nello svolgere un compito particolare per Lui, poiché Egli è Colui che agisce, e io sono solo un semplice strumento.

Grazie, Swami, per aver fatto prevalere il Tuo tempismo divino in ogni aspetto della mia vita e per avere i migliori progetti in serbo per me.



ORIZZONTALI

1 CONOSCENZA - 2 SERVIRE - 3 ISTRUZIONE - 4 DEPLOREVOLE - 5 SEMPLICI - 6 PENSIERO
7 - SILENZIO - 8 AMORE - 9 UNITÀ - 10 FEDE - 11 PECCATO - 12 MEDITAZIONE

VERTICALI

1 DESIDERABILE - 2 SOGNO - 3 DIVINO - 4 BEATITUDINE - 5 OSSERVA - 6 ASSICURAZIONE - 7 GENTILE - 8 DISCIPLINA - 9 CARATTERE - 10 FIDUCIA - 11 MAESTRO - 12 PARLARE

(Nota del traduttore: la soluzione del cruciverba è stata lasciata in inglese, in quanto le parole in italiano non consentono di avere le lettere necessarie a effettuare gli incroci fra le definizioni verticali e orizzontali.)

Seguite gli account @saiyoungadults sui social media



Facebook



Instagram



Telegram



Twitter



Spotify



Email



Giovani Adulti Sai

<https://sathyasai.org/ya>

yacoordinator@sathyasai.org

SACRIFICIO TOTALE

LA STORIA DELL'IMPERATORE BALI

L'unità di pensiero, parole e azione è il principio alla base della

vera Devozione e dell'Abbandono

Sri Sathya Sai Baba, 29 aprile 1997

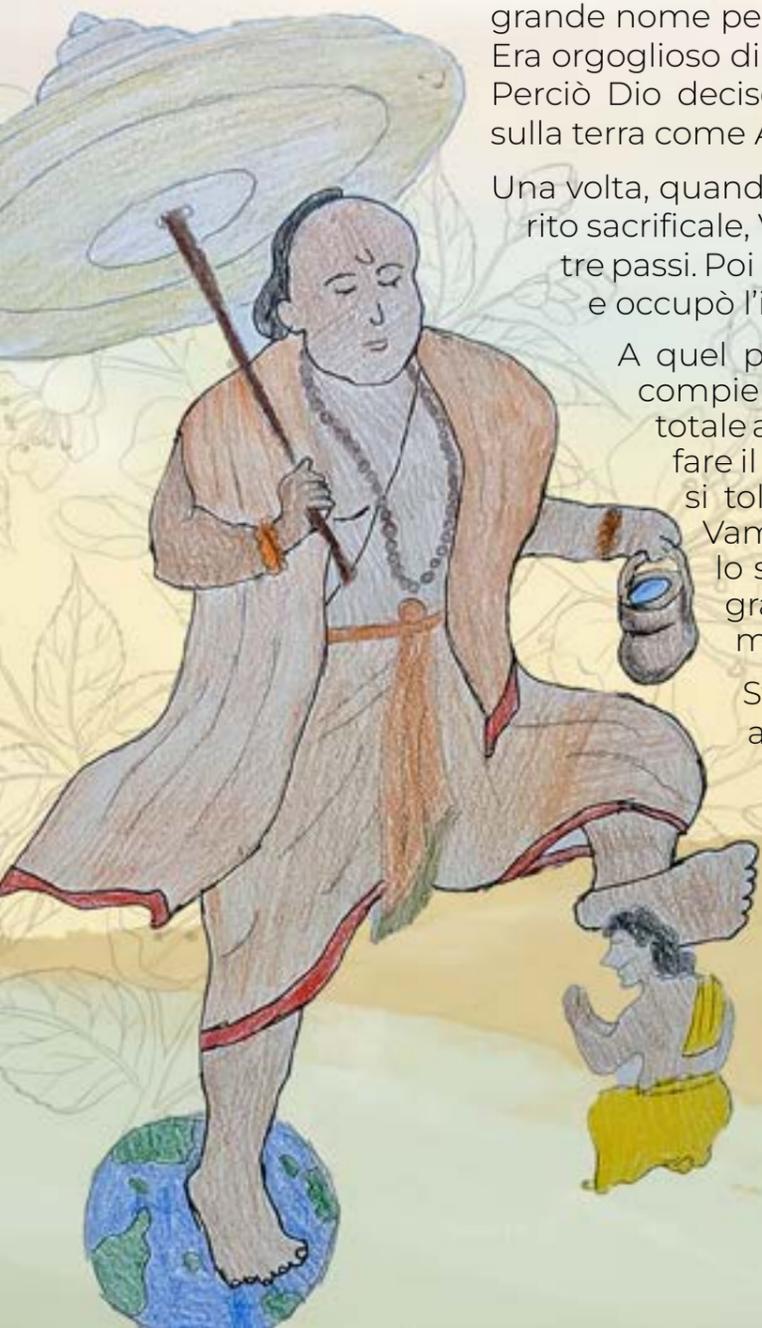
L'imperatore Bali era un uomo retto e si guadagnò un grande nome per la nobile qualità di essere caritatevole. Era orgoglioso di queste qualità e aveva sviluppato l'ego. Perciò Dio decise di schiacciare il suo ego scendendo sulla terra come Avatar Vamana.

Una volta, quando l'imperatore Bali stava eseguendo un rito sacrificale, Vamana arrivò e chiese della terra lunga tre passi. Poi ne ricoprì tutta la superficie con un piede e occupò l'intero cielo con il secondo passo.

A quel punto, non c'era spazio disponibile per compiere il terzo passo. L'imperatore Bali, in totale abbandono, si offrì al Signore e Gli disse di fare il terzo passo sulla sua testa. Così dicendo, si tolse la corona e offrì la testa. Il Signore Vamana, allora, gli mise il piede sul capo e lo spinse verso il basso. Questo significa la grande qualità del sacrificio totale, e in tal modo egli fu liberato.

Swami dice che i tre passi significano arrendersi ai piedi di loto del Signore fisicamente, mentalmente e spiritualmente.

Mahalakshmi B. | Gruppo 3 | Canada



LA NATURA, MIA INSEGNANTE

Siddharth A. | Gruppo 3 | USA

Crescendo ero affascinato da polipi, dinosauri, oranghi, pavoni ed elefanti. Il mio Dio preferito, il Signore Ganesha, è un elefante! Come ha fatto la mia passione per gli animali a spingermi a fare il voto di proteggere l'ambiente? Mi chiamo Siddharth e adesso vorrei condividere questo viaggio con voi.

Prima di portarvi in questo viaggio, offro i miei umili pranam ai Piedi di Loto di Baba! All'età di 4 anni, sapevo a memoria tutti i diversi nomi dei dinosauri. Con ciò è cresciuto il mio interesse per gli oranghi, le foreste, l'ambiente e l'ecologia. Quando nella lezione di studi sociali leggevamo di incendi, ciò mi turbava. I miei amati oranghi sono in pericolo di estinzione, così come la tigre del Bengala e gli elefanti indiani. Il mio Ganesha!! Come è accaduto ciò? La prima risposta è la deforestazione per uso industriale e scopi agricoli. Gli uomini stanno distruggendo le risorse naturali per motivi egoistici.

Consentitemi di condividere un episodio accaduto che mi ha portato a capire che l'ambiente dona pace e serenità agli esseri viventi. Durante il mio viaggio in India, nel 2019, visitammo le Montagne Arunachalam nel sud dell'India. Era estate e faceva caldo, ma a ridosso della montagna c'era una fresca brezza. C'erano tanti animali, come scimmie, mucche, pavoni, diverse varietà di uccelli, cani e umani, che vivevano tutti in armonia. Sulla montagna, i miei incontri giocosi con le scimmie furono

memorabili. Sulla via del ritorno, scendendo dalla montagna, compresi che non mi interessava fare giochi con il telefono cellulare.

Come è successo? Credo che la pace sulla montagna mi abbia fatto dimenticare che, solo poco tempo prima, facevo pressioni su mia madre affinché mi permettesse di giocare ai videogiochi sul mio telefono.

Mio nonno, 20 anni fa, aveva piantato un albero di mango e io ne apprezzavo il frutto. Ciò mi ricorda la storia dell'Albero che dona. C'era una volta un melo dove un ragazzino era solito giocare. Ogni giorno l'albero dava mele per far fare una merenda al ragazzo. Quando questi crebbe e divenne un giovane, chiese del legno. L'albero glielo dette con piacere, anche se tutto ciò che restava era un moncone. Quando l'uomo divenne vecchio, chiese di sedersi sul ceppo, e infine usò il moncone rimanente per la sua bara. Madre Natura si sacrifica per l'uomo fino alla fine. Con questo spunto di riflessione, chiedo a voi tutti di fare la promessa assieme a me di salvare il pianeta per le generazioni future. Cerchiamo di essere tutti gli amministratori di Madre Terra!

Illustrazione Artistica:

Nishchinta M. | Gruppo 1 | Malaysia

Illustrazione della Citazione:

Vaidehi S. | Gruppo 2 | USA

Shreya Sai P. | Gruppo 2 | USA



PROSSIMI EVENTI ONLINE DELLA SSSIO

La SSSIO conduce eventi online per condividere con tutti, in tutto il mondo, l'Amore, il Messaggio e le Opere di Swami. Attraverso questi eventi trasmessi sulla pagina sathyasai.org/live, abbiamo raggiunto centinaia di migliaia di persone.

Per maggiori dettagli, inclusa la tempistica, siete invitati a visitare sathyasai.org/events/worldwide.

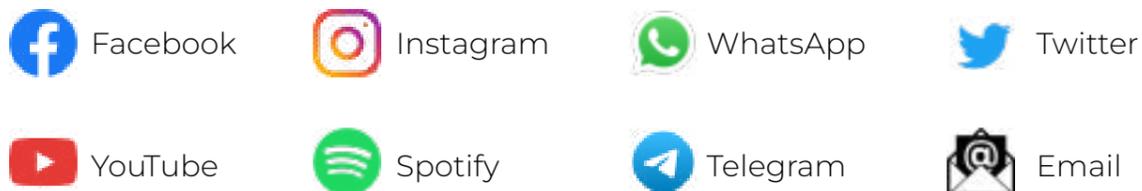
Data dell'Evento Online	Giorno(i)	Festività/Evento
17 settembre 2022	Sabato	Presentazione delle Zone 6 & 7
15-16 ottobre 2022	Sabato, Domenica	Akhanda Gayatri
22 ottobre 2022	Sabato	Giornata della dichiarazione di Avatarità: Presentazione della Zona 8: <i>La Vostra Vita è il Mio Messaggio</i>
12-13 novembre 2022	Sabato, Domenica	Akhanda Gayatri Mondiale
18 & 19 novembre 2022	Venerdì, Sabato	Giornata della Donna
22 & 23 novembre 2022	Martedì, Mercoledì	97° Genetliaco di Sri Sathya Sai Baba

 [Visibile su sathyasai.org/live](https://sathyasai.org/live)



Rimanete in contatto con le notizie e le attività della SSSIO, visitando i suoi siti web e seguite/iscrivetevi ai vari canali di comunicazione di seguito indicati.

Per visitare il sito, cliccare su ogni icona o nome.



- [Sri Sathya Sai International Organization](#)
- [Sri Sathya Sai Universe](#)
- [Sri Sathya Sai Humanitarian Relief](#)
- [Sri Sathya Sai Young Adults](#)
- [Sri Sathya Sai Education](#)
- [Healthy Living](#)

“

Incarnazioni dell'Amore! L'amore è la quintessenza dei Discorsi di Swami. Il Suo Amore è potere. Non c'è niente di più grande dell'amore. Quando sviluppate amore potete affrontare le sfide della vita con facilità e uscirne vittoriosi. Dio sarà sempre con voi, in voi e intorno a voi, e si prenderà cura di voi. Qualsiasi importante compito può essere compiuto attraverso la preghiera. Tuttavia, le vostre preghiere dovrebbero essere sincere. Ci dovrebbe essere unità di pensiero, parola e azione. Sviluppate la salda fede che Swami è in voi e che ascolta sempre le vostre preghiere. Se pensate che Swami sia fuori, in che modo le vostre preghiere Lo raggiungeranno?

Incarnazioni dell'Amore! È solo l'amore che vi aiuterà a raggiungere il successo nella vita. Quindi, sviluppate amore. Questa è la vera preghiera che Dio si aspetta da voi.

Sri Sathya Sai Baba

25 dicembre 2004



sathyasai.org

Ama Tuttil • Servi Tutti
Aiuta Sempre • Non Fare Mai del Male