

SATHYA SAI
L'ETERNO
COMPAGNO



VOLUME 3, 1^{ra} EDIZIONE
NOVEMBRE 2024

Sai99



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



Tutti appartengono alla casta dell'umanità, alla religione dell'amore e al linguaggio del cuore. Lo stesso oggetto, l'acqua, viene chiamato con nomi diversi in lingue diverse. Allo stesso modo, abbiate fede nel fatto che Dio è uno, qualunque sia il nome che viene usato: Allah, Gesù, Buddha o Rama. Non criticate nessuna religione. Sviluppando questo universalismo, portate gioia a Bhagavan. Molti devoti d'oltremare Mi hanno salutato al mattino con "Buon Compleanno". Io sono sempre felice. È sufficiente che voi siate felici. La vera felicità è l'unione con Dio. Da oggi dovete intraprendere un nuovo cammino. Dovete trascorrere la vostra vita in armonia, cooperazione e stima reciproca. Vedete il Divino in tutte le cose: questa è la fonte della vera e duratura beatitudine. Essa si può ottenere solo attraverso l'amore.

Sri Sathya Sai Baba

23 Novembre 1995



DEDICATO CON AMORE E GRATITUDINE A
BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA





Volume 3 • 11^a Edizione • Novembre 2024

ISSN 2833-3586 (Online)

ISSN 2833-3578 (Stampa)

Copyright © 2024 Fondazione Mondiale Sri Sathya Sai
Riverside, California, USA

I punti di vista e le opinioni espressi negli articoli di questa pubblicazione sono esclusivamente quelli degli autori e non riflettono o implicano in alcun modo espressioni, interpretazioni o altre opinioni del redattore o dell'editore.

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.

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

sathyasai.org

- 6 Editoriale**
Conosci Te Stesso

- 14 Discorso Divino**
Voi Siete Dio, 23 novembre 1997

- 30 Esperienze dei Devoti**
Il Solo Medico Che Può Garantire na Guarigione Permanente - Dr. Walter Bravo, Sr.

- 42 Dalla Penna Divina – Messaggio di Swami**
La Ricchezza Più Grande

- 44 Servizio Umanitario**
Amore in Azione – Trinidad & Tobago, USA

- 46 Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai**
Conferenza Medica Internazionale Sai, 2005

- 54 La Grandezza di Essere Donna**
Il Mio Divino Insegnate di Musica - Pooja Digumarti

- 58 Giovani Adulti Sai Ideali**
Rivivere la Sua Vita attraverso il Suo Messaggio
Dalla Natura al Nutrimento: Trasformare la Vita attraverso le Escursioni Sai in Irlanda
Seminario in Buona Compagnia negli USA
“Le Relazioni Ostacolano il Mio Progresso Spirituale?” – Riassunto del Podcast Sei Stata Servita - D.ssa Ahrabie Yogarajah

- 64 Educazione Sathya Sai**
Contributi di Aanya, Ariana, Ariya, Ashvik, Devadharshini, Divya, Fanomezantsoa, Ishaan, Jessica, Joshith, Lim, Lisha, Makisha, Mayur, Nivi, Nkanyezi, Rakshen, Ravi, Rishita, Rithvik, Riya, Sai Aarush, Sai Sri, Sibusiso, Smaran, Sofia, Srirama, e Tilen

- 70 Eventi & Siti WEB della SSSIO**

L'Abbonamento a **Sathya Sai – L' Eterno Compagno** è Gratuito
[Cliccare qui per l'abbonamento](#)

Le Pubblicazioni precedenti dell'Eterno Compagno sono disponibili su
sathyasai.org e anche [Google Books](#)

CONOSCI TE STESSO

“Conosci Te Stesso” è un antico aforisma iscritto nel piazzale del Tempio di Apollo a Delfi, in Grecia. Il significato principale della frase nella sua applicazione originale era “conosci i tuoi limiti”. Nel IV secolo a.C., tuttavia, la massima fu reinterpretata da Platone, che la intese come “conosci la tua anima”. I santi cristiani, ebrei e islamici trovarono vari equivalenti scritturali per la massima, per discutere il tema della conoscenza di sé.

Tuttavia, anche prima della nascita dell'aforisma, da sempre l'umanità è impegnata in un'eterna ricerca di conoscenza della creazione e delle sue origini. Qual è lo scopo di questa creazione? Perché e come è stata creata la specie umana? Qual è lo scopo della vita umana? Qual è il nostro destino e che cosa succede dopo la morte? Questa indagine è portata avanti da sempre dai sinceri ricercatori della verità.

La Ricerca nei Testi Vedici

Questa ricerca è splendidamente rappresentata nel *Nasadiya Sukta*, noto come ‘Inno della Creazione’, che compare nel *Rig Veda* (uno dei quattro sacri testi canonici indù), risalente ad almeno 3500 anni fa. Questo *Sukta* rivela che prima della creazione non esistevano né l'esistenza né la non esistenza, né la morte né l'immortalità.

In particolare, lo *Sukta* proclama che anche gli Dei sono venuti dopo la creazione di questo universo. Quindi, chi può sapere come è nato l'universo? Questo ragionamento rivela la mente logica e l'intensa indagine degli antichi veggenti. **Infatti, nella *Bhrigu Valli* della *Taittiriya Upanishad*, il discepolo Bhrigu chiede al padre Varuna di istruirlo sulla Realtà, Brahman, da cui tutti gli esseri emergono, da cui tutti gli esseri sono sostenuti e in cui tutti gli esseri si fondono.**

Il maestro, anche padre del discepolo Bhrigu, lo istruisce a cercare l'Eterno attraverso la penitenza (*tapas*), la concentrazione e la meditazione. **Dopo una rigorosa penitenza, il fedele figlio torna con la rivelazione che il cibo è Dio.** Questo è assolutamente vero perché tutti gli esseri nascono dal cibo. Essendo nati, sono vivi grazie al cibo e, quando se ne vanno, si fondono di nuovo con gli elementi per diventare cibo. Allora il saggio maestro gli risponde, ordinandogli di tornare e di continuare a fare penitenza. **Questa volta, Bhrigu torna con la sua nuova rivelazione, dicendo che il principio vitale, o *prana*, è Dio.** Questo è assolutamente vero perché tutti gli esseri nascono dal principio vitale, sono sostenuti dal principio vitale e, quando se ne vanno, diventano uno con il principio vitale. Ancora insoddisfatto, il maestro dice

a Bhrigu di tornare e di continuare la sua penitenza.

La terza volta, Bhrigu torna con **la risposta che la mente è Dio perché tutti gli esseri nascono dalla mente, sono sostenuti dalla mente e si fondono di nuovo nella mente.** Non ancora soddisfatto, Varuna ordina al figlio di tornare per trovare la verità ultima. Questa volta, Bhrigu torna con **la risposta che l'intelletto (*vijnana*) è Brahman perché ognuno nasce dall'intelletto, è sostenuto dall'intelletto e se ne va, entrando in *vijnana*.** Il paziente *guru* non è ancora soddisfatto e gli dice di continuare la sua penitenza. È allora che il discepolo realizza finalmente che la beatitudine è Brahman. **Tutti gli esseri nascono dalla beatitudine. Nascendo, rimangono in vita grazie alla beatitudine e infine se ne vanno, tornando alla beatitudine.** Perciò, si devono attraversare i cinque involucri (*kosha*) per raggiungere l'ultimo.

Noi iniziamo il viaggio dal grossolano al sottile e al più sottile, passando dall'involucro del cibo a quello della beatitudine. Infine, raggiungiamo l'*Atma* (Sé), o Brahman (Realtà Suprema). Questo esempio mostra l'intensità e la perseveranza necessarie nelle nostre pratiche spirituali. **Il messaggio, come dice la *Kathopanishad*, è: "Alzati. Svegliati. Non fermarti finché non hai raggiunto la meta (*Utthistatha. Jagratha. Prapyavarannibodhita*)."**

La commovente storia di Waltercito Bravo, riportata in questo numero, fornisce un esempio moderno di una ricerca e di un viaggio che sono diventati possibili solo per la grazia e le benedizioni di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. Nonostante la diagnosi di anemia emolitica congenita e le grandi sofferenze, il piccolo Bravo ha condotto una vita di grande pace e gioia. La sua lettera aperta alla vigilia della sua scomparsa è una chiara testimonianza del suo percorso di "conosci te stesso". Egli scrive:

"...ricordo che Baba mi ha detto che sarei guarito e sarei stato completamente normale (nel colloquio quando ero un

Noi ci identifichiamo sempre con il nostro corpo e i nostri sensi. Gli altri ci identificano con i nostri pensieri e le nostre emozioni. Ma noi siamo l'eterno e immutabile Atma, Brahman, o Amore Divino.

bambino). Quindi, non preoccupatevi di qualcosa che sparirà con il corpo. Baba mi sta curando dalla mia ignoranza, il che aiuterà gli altri a credere nella Sua grandezza e nella Sua divinità... Anche se Baba non guarisce il mio corpo, non è che non sia sincero: è perché parla in termini divini... **Significa che mi curerà dalla mia ignoranza e che conoscerò il mio vero Sé."**

**'Conoscere Se Stessi'
è il Servizio Migliore**

Grandi saggi come Sri Adi Shankaracharya, Sri Ramakrishna Paramahansa, Bhagavan Sri Ramana Maharishi e Sri Nisargadatta Maharaj erano abili praticanti alla ricerca di questa saggezza senza tempo di "Conoscere Se Stessi". Essi hanno anche guidato molti ricercatori in questo percorso di autoindagine. **Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, l'Avatar di quest'epoca, è venuto a mostrarci che lo scopo di questa vita è realizzare la nostra vera natura, cioè capire che siamo quell'Atma eterno, Brahman, o Amore Divino.** Nei Suoi scritti, *Jnana Vahini*, *Sutra Vahini*, *Upanishad Vahini* e *Gita Vahini*, Bhagavan Baba descrive diversi modi per ottenere *Jnana* (conoscenza di sé). L'obiettivo è manifestare la divinità nella propria vita e aiutare gli altri a raggiungerlo. Il viaggio per "Conoscere Se Stessi" è profondamente personale, ma universalmente rilevante. È un percorso che

Quando ci rendiamo conto di non essere il corpo, la mente o l'intelletto, la paura scompare. Il Signore Sai dice: *“Perché temere quando Io sono qui?”*

trascende le dottrine religiose, i contesti culturali e i riferimenti storici. Le riflessioni di Baba semplificano e arricchiscono ulteriormente gli insegnamenti di molti saggi e offrono un completo piano strategico per questa suprema ricerca interiore. Integrando queste pratiche nella nostra vita quotidiana, possiamo trasformare noi stessi e contribuire positivamente alla società promuovendo l'armonia, la pace, l'amore e la comprensione in questo mondo caotico e diviso.

Una volta, quando chiesi a Swami: “Qual è il miglior servizio?” Egli rispose con enfasi: **“Il miglior servizio che si possa fare è conoscere Se Stessi.”** Aggiunse che solo quando conosciamo noi stessi possiamo comprendere l'Avatar, Dio, e il mistero della creazione.

L'Importanza di Jnana

L'importanza del sentiero della conoscenza, o saggezza, è messa in evidenza in molti sacri testi spirituali come l'*Ashtavakra Gita*, lo *Yoga Vashishta* e molte *Upanishad*. Il grande saggio e maestro advaita Adi Shankaracharya dice: “*Jnanad-eva tu kaivalyam prapyate yena muchyate* (solo con Jnana, o Conoscenza, si può raggiungere la liberazione).” Nella *Bhagavad Gita* (4:38,), il Signore Krishna sottolinea “*Na Jnanena Sadrusham* (non c'è nulla che uguagli Jnana)” e (4:33) “*Sarvam Jnanam Parisampatyet* (tutto alla fine finisce in Jnana).” **Jnana è l'esperienza ultima, dove la strada finisce.**

Il Signore Krishna dice inoltre che i devoti si rivolgono a Lui per ottenere vantaggi personali, per essere liberati dalle malattie e per indagare sul Sé (ricercatori della Conoscenza). Ma il più grande è Jnani (il Conoscitore del Sé), che Egli considera

uguale a Se Stesso! Dio è Jnani e Jnani è Dio! Ma per diventare uno Jnani occorre anche la grazia di Dio. Nella sacra *Avadhuta Gita* (canto dell'anima libera), il Signore Dattatreya dichiara: “*Ishwar anugrahad eva pumsam advaita vasana* (è solo per grazia di Ishvara, o di Dio, che ci si interessa all'Advaita, la conoscenza del Sé).” Diversamente, l'uomo rimarrà invischiato nel ritualismo e in altre pratiche legate al piano materiale, soprattutto nelle prime fasi della ricerca spirituale.

Swami dice ripetutamente: “*Un uomo con una mente duale è mezzo cieco.*” Aggiunge: “*Advaita darshanam jnanam* (vera saggezza è vedere l'Unità).”

Che Cos'è Jnana?

Il grande maestro Adi Shankaracharya dice: “*Svasvarupa anusandhanam* (conoscere chi siamo veramente)” è Jnana. Conoscere la nostra vera natura è Jnana. Si dice anche: “*Abheda darshanam jnanam* (vedere solo l'Unità senza differenze è Jnanam).” Baba lo spiega magnificamente in un modo che tutti possono capire: “*Voi non siete uno, ma tre. Quello che pensate di essere: il corpo. Quello che gli altri pensano che voi siate: la mente. Quello che siete veramente: l'Atma.*” **Noi ci identifichiamo sempre con il nostro corpo e i nostri sensi. Gli altri ci identificano con i nostri pensieri e le nostre emozioni. Ma noi siamo l'eterno e immutabile Atma, Brahman, o Amore Divino.**

I quattro Mahavakya (i grandi aforismi) proclamano: *Prajnanam Brahma* (la Consapevolezza è Brahman), *Tat Tvam Asi* (Quello Tu Sei), *Aham Brahmasmi* (Io sono Brahman), *Ayam Atma Brahma* (Io sono Atma o Brahman). Ognuna di queste profonde verità è tratta da ciascuno dei quattro Veda e contiene l'essenza di tutte

le *Upanishad*. Tutte rivelano la stessa verità: noi siamo l'immutabile ed eterno *Atma*. Come dice Adi Sankaracharya, l'essenza del Vedanta è "*Brahma sathyam jagan-mithya; jivo Brahmaiva naparah* (solo Brahman è la Verità. Il mondo intero è un'illusione. L'essere incarnato è Brahman e non altro)." Questa è l'unica Verità e realizzarla è lo scopo di tutte le pratiche spirituali. Swami esorta a fare ciò dopo aver conferito le Sue benedizioni di Compleanno in una lettera inclusa in questo numero. Egli conclude la lettera dicendo: "*Superate le distrazioni del mondo e realizzate il Signore Supremo.*"

Ecco perché Swami sottolinea: "*Ricordate sempre Dio, che è eterno e vero. Non credete mai al mondo, che è temporaneo, mutevole e illusorio. Affermate sempre la vostra Divinità.*"

Pratiche Spiritualì per Avvicinarsi alla Conoscenza del Sé

Il sentiero comune universalmente evidenziato da tutti i maestri è quello

dell'autoindagine. Tradizionalmente, nel Vedanta, questo percorso è descritto come "*Neti Neti*". Per prima cosa, dobbiamo negare tutto: "Non questo! Non questo!" Negare di essere il corpo, di essere la mente, di essere l'intelletto e negare di essere qualunque cosa del mondo visibile. Noi siamo ciò che rimane dopo aver negato tutto! Infine, entriamo in contatto con la realtà ultima. Qui Bhagavan Baba ha presentato in modo splendido e più completo il vero significato di "*Neti, Neti*". A differenza dell'interpretazione comune del processo di negazione per definire la realtà, Egli dice che il termine significa veramente "Non SOLO questo, Non SOLO questo". In altre parole, il corpo, la mente, l'intelletto e il mondo che neghiamo come Brahman, sono in realtà Brahman! Tutti sono Uno-Brahman.

Nella *Bhagavad Gita*, Capitolo 13, Versetto 17, il Signore Krishna dichiara lo stesso principio:

avibhaktam cha bhuteshu

VOI NON SIETE UNO, MA TRE

Ciò che pensate di essere

Il Corpo.

Ciò che gli altri pensano che voi siate

La Mente.

Ciò che siete realmente

L'Atma.



*vibhaktam iva cha sthitam
bhuta-bhartri cha taj jneyam
grasishnu prabhavishnu cha*

Egli è indivisibile, eppure appare diviso tra gli esseri viventi. Riconoscete l'Entità Suprema come sostenitore, annientatore e creatore di tutti gli esseri.

Come Raggiungere la Conoscenza del Sé?

Prendiamo l'analogia di guardarsi allo specchio. Le ragioni per cui non si riesce a vedere la propria vera immagine nello specchio sono anche le tre ragioni per cui non si riesce a vedere il proprio SÉ:

1. *Mala* (impurità, sia fisica sia mentale, sulla superficie dello specchio);
2. *Vikshepa* (deviazioni o disturbi interni ed esterni dello specchio) e
3. *Avarana* (velo della "non conoscenza" che copre lo specchio o offusca la nostra coscienza).

Spiegando ulteriormente come superare questi tre problemi, Swami, nella Sua precedente incarnazione come Shirdi Sai, spiega uno *sloka* della *Bhagavad Gita*, 4:34:

*tad viddhi pranipatena
pariprashnena sevaya
upadekshyanti te jnanam
jnaninas tattva-darshinah*

Imparate la Verità prostrandovi a un maestro spirituale. Indagate con rispetto e rendete servizio al maestro. Un tale essere illuminato può impartirvi *Jnana* perché ha realmente visto la Verità.

Baba dà una spiegazione unica dividendo, nel verso sopra riportato, il termine sanscrito '*te jnanam*' seguendo le regole grammaticali, come '*te ajnanam*' invece del consueto '*te jnanam*'. Nessun altro commentatore ha detto questo. Il significato adesso cambia. Ora si dice che l'essere illuminato insegna 'che cos'è l'ignoranza' invece di 'che cos'è la conoscenza'. **Quando Baba dice che Dio ci insegnerà che cos'è l'ignoranza, implica che siamo già esseri realizzati, incarnazioni della conoscenza o dell'Amore Divino. Ma il velo dell'ignoranza**

copre quella conoscenza, e la grazia del maestro lo rimuove. E come si fa?

Superare Vikshepa con la Devozione

Vikshepa può essere superato con il completo abbandono o prostrazione (sentiero della devozione), che elimina l'agitazione della mente.

Il Signore Krishna, nel Capitolo 10, Versetto 10 della *Bhagavad Gita*, promette: "A coloro la cui mente Mi adora sempre con amorevole devozione, Io do la conoscenza divina con cui possono raggiungerMi."

Il più grande esempio di questo è Sri Ramakrishna Paramahansa, il quale aveva un amore così intenso per Madre Kali che vedeva ogni cosa, animata e inanimata, permeata della Madre Divina. **Anche il suo maestro, Totapuri, che era maestro dell'Advaita, capì che si può sperimentare l'unità assoluta attraverso un'intensa devozione.** Così, anche il *guru* imparò dal cosiddetto discepolo!

Per vedere i microbi, occorre un microscopio. Per vedere oggetti lontani, abbiamo bisogno di telescopi. Allo stesso modo, per 'vedere' *Jnana*, abbiamo bisogno di questa 'visione di *Jnana*' della devozione al Signore. Questa è la '*Divya Chakshu*' (Visione Divina) che il Signore Krishna, nel mezzo del campo di battaglia, concede ad Arjuna per vedere la Sua forma cosmica (*Vishvarupa*) con tutti gli universi del passato, del presente e del futuro.

Una volta chiesi a Swami: "Il Signore Krishna ha affermato: 'A coloro che sono sempre devoti e Mi adorano con amore, concedo la saggezza con cui possono raggiungerMi' (*Bhagavad Gita*, 10:10). Quindi, se Ti amo, sarò illuminato?" Swami rispose: "**Sì! Se hai una fede così assoluta e ti abbandoni con amore e purezza intensi, ti darò *Jnana*.**" Il maestro ha il potere di concedere l'esperienza dell'unità. Lo vediamo anche nella vita di Swami Vivekananda (Naren). Quando indagò sinceramente e desiderò intensamente, con un semplice tocco il suo maestro Sri Ramakrishna Paramahansa gli concesse l'esperienza di vedere tutto

permeato di Dio. Si trattò di un'esperienza insolita, che in effetti spaventò il piccolo Naren, il quale chiese a Sri Ramakrishna di riportarlo sul piano 'normale'. **Bisogna essere preparati a ricevere questa esperienza in cui si vede tutto permeato di Dio.** La stessa cosa accadde ad Arjuna. Egli era spaventato dalla visione cosmica che gli era stata concessa e pregò il Signore Krishna di assumere la Sua forma 'normale'.

Superare Mala e Avarana

Baba dice che possiamo ottenere *Jnana* attraverso il servizio amorevole e disinteressato (*Seva*) al *Guru*, o Dio. Questo include il servizio a qualsiasi essere o oggetto nell'intero universo, perché non è altro che una manifestazione di Dio. L'esperienza di una giovane adulta, Ahrabie, riportata in questo numero, evidenzia come il servizio reso agli altri sia in realtà un servizio reso a se stessi! Swami dice che questo servizio disinteressato aiuta a superare i '*Mala*' o le impurità della mente. Le Scritture affermano: "*Chittasya shuddhaye karmanaha* (l'oggetto dell'azione è la purificazione del cuore)." **Tale purezza, dice Swami, è l'illuminazione.** Quando si è puri, ci si trova faccia a faccia con l'*Atma* o Brahman. Anche Gesù disse: "Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio."

Infine, arriviamo al processo che Shirdi Baba chiama "*Pariprashna*", o indagine sincera. Non si tratta di chiedere per una curiosità oziosa o per il solo gusto di chiedere, ma per un desiderio sincero, come facevano i grandi santi. È solo questo desiderio sincero che rende possibile la ricerca del Sé. Questo processo di autoindagine solleva il velo dell'ignoranza o *Avarana*, che copre lo specchio e rivela la Verità.

Il Signore Krishna afferma: "Coloro la cui fede è profonda e si sono esercitati a controllare la mente e i sensi raggiungono la conoscenza divina." *Shraddhavan labhate jnanam* (*Bhagavad Gita*, 4:39). Per ottenere *Jnana* è necessaria una fede assoluta nelle Scritture, nel proprio *Guru*, nei suoi insegnamenti e, soprattutto, in se stessi. Questo percorso di ricerca, però, è come camminare sul filo del

rasoio. Per questo, per raggiungere la meta finale, oltre alla fede è necessario avere una completa padronanza dei sensi.

Tre Ostacoli sul Sentiero dell'Autoindagine

La mente: essa da sola è la chiave ed è responsabile sia della schiavitù sia della liberazione, a seconda di come viene usata: proprio come una chiave, chiude e apre. **Swami dice che rivolgere la mente verso Dio dà libertà e liberazione, mentre rivolgerla verso il mondo materiale ci lega alla schiavitù.** Per questo motivo, viene data grande importanza al controllo della mente.

Nel *Sutra Vahini*, Swami dice che per ricevere la conoscenza del Brahman bisogna possedere sei tesori (*shad sampathi*). Essi sono *Yama* (controllo della mente), *Niyama* (controllo del corpo e dei sensi), *Pratyahara* (ritiro dal mondo), *Shraddha* (fede assoluta), *Thitiksha* (tolleranza) e *Samadana* (equanimità). Il più importante è il controllo della mente. In questo editoriale ci concentriamo solo su questo.

La mente e i sensi sono interconnessi. Nel Suo amore e compassione infiniti, Swami, durante la festività di Dasara del 1976, tenne una serie di nove Discorsi, in cui parla di varie tecniche per il controllo della mente. **Egli sottolinea che *abhyasa* (pratica costante) e *vairagya* (distacco) sono le due tecniche fondamentali** di cui si ha bisogno per perseverare. La perseveranza è una delle "3 P" (le altre due sono la purezza e la pazienza) che Swami ci esorta a praticare. Nel farlo, devono essere accompagnate dal non attaccamento. Dio deve essere il nostro unico attaccamento. Swami dice che il nostro cuore è un divano a un posto, non il gioco delle sedie musicali. Allo stesso modo, anche il Signore Gesù dice che non si possono servire due padroni: Dio e mammona (denaro).

Le altre tecniche per il controllo della mente includono *japa* (la ripetizione del Nome), *dhyana* (la meditazione su Dio) e *bhajan* (il canto delle glorie di Dio). La mente non è altro che un fascio di pensieri. Quindi,

cominciamo a neutralizzare i pensieri cattivi tramite quelli buoni prima di passare al livello di 'assenza di pensieri'. **Allora non c'è più la mente e il Sé si manifesterà spontaneamente in tutto il Suo splendore.**

Il Dubbio e la Paura: Swami afferma magnificamente che il viaggio della vita va dalla riva di *samshayatma vinashyati* (chi ha dubbi perirà) alla riva di *shraddhavan labhate jnanam* (chi ha fede assoluta raggiungerà *Jnana*). Oltre al dubbio, si dovrebbe anche bandire la paura. La paura esiste solo quando si ha coscienza del corpo. **Quando ci rendiamo conto di non essere il corpo, la mente o l'intelletto, la paura scompare.** Il Signore Sai dice: **"Perché temere quando lo sono qui?"** Se ricordiamo la verità secondo cui Dio è sempre con noi, non avremo alcuna paura.

Orgoglio: Swami dice che ci sono otto tipi di orgoglio: forza fisica, nascita, erudizione, ricchezza, penitenza, bellezza, giovinezza e potere. **L'orgoglio della penitenza, od orgoglio spirituale, è il più sottile e dannoso di tutti. Per questo è importante l'umiltà.** La Bibbia dice: "Chi si umilia sarà esaltato." Nei Suoi profondi insegnamenti, noti come "Discorso della Montagna", il Signore Gesù afferma: "Beati i miti perché erediteranno il regno dei cieli."

Benefici di *Jnana* e qualità dello *Jnani*

Jnanat eva tu kaivalyam: solo attraverso *Jnana* si può ottenere la liberazione. Una volta raggiunta *Jnana*, si acquisisce anche la pace suprema, che supera ogni comprensione, come affermato dal Signore Gesù. **Swami chiama questa pace 'Prashanti'. Non è una pace ordinaria, è una pace suprema che non viene turbata da nessun cambiamento o dagli alti e bassi della vita.** Il Signore Krishna dice: "Chi ha una fede assoluta otterrà prontamente la pace suprema (*jnanam labdhva param shanthi achirena adhigachatthi*)."*(Bhagavad Gita, 4:39).*

Il Signore Krishna dice anche: "I saggi illuminati chiamano sagge quelle persone la cui azione è libera dal desiderio di piaceri materiali e che hanno bruciato i risultati delle azioni (*karma*) nel fuoco della conoscenza divina."*(Bhagavad Gita, 4:19)* (Il *karma* è il seme delle nostre nascite future. **Il fuoco della saggezza, o *Jnana*, brucia questi semi).**

**"... Se Ti amo,
sarò illuminato?"**

**Swami rispose:
"Sì! Se hai una fede
così assoluta e
ti abbandoni
con amore
e purezza intensi,
ti darò *Jnana*."**



I versetti da 8 a 12 del 13° Capitolo della *Bhagavad Gita* spiegano che cos'è *Jnana* e come si comporta uno *Jnani*. È un buon riferimento per verificare i nostri progressi. Swami ha approfondito questi temi. Essi sono:

1. *amanitvam* (umiltà);
2. *adambhitvam* (mancanza di vanità);
3. *ahimsa* (non violenza nel pensiero, nella parola e nell'azione);
4. *kshanti* (perdono, che secondo Swami è la natura dell'Amore: dare e perdonare);
5. *arjavam* (schiettezza con armonia di pensiero, parola e azione);
6. *acharyopasanam* (benedizioni del Guru o di Dio);
7. *shaucham* (purezza, interna ed esterna, libera dai sei vizi);
8. *sthairyam* (fermezza senza mai essere turbati);
9. *atma-vinigraha* (autocontrollo);
10. *indriyartheshu vairagyam* (distacco e padronanza dei sensi sempre rivolti all'esterno);
11. *anahankara* (assenza di egotismo);
12. *janma-mrityu-jara-vyadhi-duhkha-doshanudarshanam* (consapevolezza dei mali e della natura temporanea di nascita, morte, vecchiaia, malattia e dolore);
13. *asaktir anabhishvanga putra-dara-grihadishu* (assenza di attaccamento al coniuge, ai figli, alla casa ecc., perché tutto appartiene a Dio e noi siamo solo i fiduciari);
14. *nityam cha sama-chittatvam ishtanishtopapattishu* (equanimità in mezzo a tutti gli eventi desiderabili e indesiderabili della vita);

15. *mayi chananya-yogena* (devozione costante ed esclusiva verso Dio);
16. *bhaktir avyabhicharini* (non cambiare Guru e Divinità come una prostituta cambia padrone);
17. *vivikta-desha-sevitvam* (attinenza con la solitudine, o vero silenzio);
18. *aratir jana-sansadi* (avversione per la società mondana, o compagnia terrena);
19. *adhyatma-jnana-nityatvam* (costanza nell'acquisizione della conoscenza spirituale);
20. *tattva-jnanartha-darshanam* (ricerca filosofica della Verità assoluta).

Bisogna avere una profonda fame spirituale per sperimentare la realtà ultima. Qualsiasi discorso, lettura, apprendimento o ascolto non può eguagliare un briciolo di esperienza personale. **Le Scritture sottolineano che si tratta di *Aparoksha Anubhuti* (esperienza diretta) e non di *Paroksha Anubhuti* (esperienza indiretta basata sulla lettura delle Scritture o su amici, insegnanti ecc.) Solo l'esperienza diretta ci mette faccia a faccia con Dio e ci fa realizzare Brahman, che deve essere il nostro obiettivo.**

Intraprendiamo questo cammino di scoperta del Sé, che è la più grande avventura della vita. I tesori che cerchiamo sono già dentro di noi e aspettano solo di essere riconosciuti. Che il nostro viaggio interiore sia illuminato dalla saggezza, guidato dall'amore e, infine, completato dalla realizzazione del nostro vero Sé. Con la grazia del nostro Signore, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba e con sforzi sinceri e perseveranza possiamo sicuramente raggiungere questo obiettivo in questa stessa vita.

Jai Sai Ram



Voi siete Dio

*Na-punyam na-paapam na-saukhyam
na-duhkham
Na-mantra na-thirtho na-veda
na-yajnam
aham bhojanam naiva bhojyam
na-bhokta
Sadananda-rupam advaitam
Shivoham! Shivoham!*

(Versi sanscriti)

Né merito né peccato,
né gioia terrena né dolore,
né inni sacri,
né luoghi sacri di pellegrinaggio,
né carità, né sacrificio.
Io non sono il godimento (l'esperienza),
l'oggetto del godimento (lo
sperimentato), o il goditore (chi ne fa
esperienza).

**Io sono l'Eterna Beatitudine, sono la
realtà Non duale.**

Io sono Shiva, io sono Shiva.

Incarnazioni dell'Amore! Voi non avete né meriti (*punyam*), né peccati (*papam*). Non c'è felicità né dolore. Non siete la forma di un canto sacro (*mantra*), la forma di una macchina (*yantra*) o la forma di parole mistiche (*tantra*). Voi non siete un praticante di yoga (*yogi*), uno che cerca il piacere dei sensi (*bhogi*) o un rinunciante (*vairagi*). Chi siete allora? Siete sempre beati (*sadananda*) e benedetti da forme di buon auspicio (*mangalakara*). Ma, basandovi su forme esterne, percepite la diversità, ci credete e vivete nell'ignoranza.

Il vero Sé è rappresentato dal concetto di 'io'. Poveri, ricchi, ignoranti, grandi studiosi, donne, uomini, bambini e adulti: tutti, quando si presentano, usano la parola 'io'. Quindi, il vero Sé è rappresentato dall'"io". I *Veda (shruti)* proclamano l'"Io" (*Nenu*) come *Atma* o cuore spirituale (*hridaya*). **Il cuore rappresenta la dimora della compassione (*daya*). Pertanto, voi tutti siete incarnazioni della compassione.** La pace può regnare nel mondo solo quando ogni individuo riconosce e segue il sentiero della compassione. Noi preghiamo: "Che tutti i mondi siano felici (*samastha loka sukhino bhavantu*)", ma dimentichiamo che la base di questa felicità è la compassione. Gli esseri umani non possono presentarsi senza usare la parola 'io'. Gli uccelli e le bestie non usano il termine 'io' perché non possono esprimerlo a parole, altrimenti avrebbero proclamato: "Sono un uccello", "Sono una scimmia", "Sono un'aquila", "Sono un cane" e così via. L'intero universo è basato sul principio dell'"io" e lo stesso 'io' è presente in ogni essere vivente. **Il principio onnipervasivo di Brahman è vasto e viene chiamato 'io'.** Gli esseri umani non comprendono correttamente questo "principio del Sé". Si lasciano prendere dall'illusione pensando che il corpo stesso sia l'"io" o il vero Sé.

Colui che Vede e Ciò che è Visto

L'intero universo è associato alla dualità (*dvaitam*). Il primo è 'questo' (visto) e il secondo è l'"io" (colui che vede). **Quindi 'questo' si riferisce a ciò che viene visto o alla realtà percepita (*drishyam*), mentre 'io' si riferisce a colui che vede o a chi percepisce (*drashta*).** Senza 'colui che vede', 'ciò che è visto' non può esistere. Ecco alcuni esempi. Se vedete una stoffa e dite che si tratta di un tessuto, il riferimento alla stoffa non può essere fatto senza usare il termine 'questo'. Il termine 'questo' deve riferirsi a un oggetto specifico nell'universo. "Questo è un bicchiere di vetro": in questo caso, il termine 'questo'

dimostra l'esistenza del bicchiere. 'Questa è una sala'. Se non si usa il termine 'questa', sorge una domanda: quale sala? Quindi, 'questo' è sempre associato al nome e alla forma dell'oggetto percepito. È sempre chi percepisce (colui che vede) a testimoniare l'esistenza del percepito (visto). Quando vedete le lampadine che emettono luce nella sala, la luce non è prodotta dalla lampadina, ma dalla corrente elettrica nella lampadina. Qui, la lampadina è solo un mezzo (*upadhi*).

Quando a un ragazzo è stato chiesto: "Quando sei arrivato?", egli ha risposto: "Sono venuto qui il 20, Swami." Quando gli è stato domandato: "Perché sei venuto?" "Sono venuto per la Convocazione", ha risposto. Chi è venuto il 20? Il corpo (del ragazzo). Si sta identificando con il corpo. Ieri è scivolato e si è procurato una frattura alla gamba. Oggi è venuto da Me e ha detto: "Swami! La mia gamba ha subito una frattura." Questo non implica forse che la sua gamba è diversa da lui? In un momento, vi identificate con il vostro corpo e, in un altro, distinguate voi stessi come separati da esso. Pertanto, ciò che è visto (*drishya*) è diverso da voi (colui che vede). **Voi siete presenti come Uno in tutti gli oggetti visti, e ciò è la Verità (Realtà) ultima.**

La Verità non subisce alcun cambiamento nel passato, nel presente o nel futuro. I *Veda* dichiarano che l'entità immutabile è l'"Io". Questo 'Io' è l'*Atma*. Poi l'*Atma* è diventato il cuore, la sede della compassione (*karuna*). **Tutti i termini come 'Io', *Karuna*, *Atma*, *Hridaya* o Dio sono sinonimi:** sono tutti nomi diversi dati alla stessa entità. Rama o Krishna, qualunque sia il nome con cui si viene chiamati, è un nome e una forma dati a un individuo, ma non è la vera forma. Il nome corretto per chiunque alla nascita è 'Io'. Anche per Dio, il primo nome originale è 'Io'. Le *Upanishad* dichiarano "*Aham Bhahma-asmī*" (Io sono Brahman).

In questa dichiarazione, *Aham* ('lo') viene prima di tutto e Brahman viene dopo. Quindi, l' 'lo' è la base primaria di tutto. Pochissimi tentano di riconoscere la natura di questo 'lo'.

Molte persone sono coinvolte in vari tipi di pratiche spirituali. Per quale motivo vengono fatte queste pratiche? La risposta abituale è: "Faccio pratiche spirituali per cercare Dio." **Ma perché cercare Dio quando Egli è onnipresente?** C'è qualcuno così sciocco da continuare a cercare la propria posizione? C'è qualcuno che si chiede dove sono? Una persona che va in giro a chiedere "dove sono?" sarà considerata come una persona che ha perso l'intelletto (*buddhi*) e sarà considerata pronta per essere ricoverata in un manicomio. Il termine 'lo' si riferisce alla propria forma fisica. Quella forma è Dio, come lo è anche la forma della madre. Oggi l'uomo non è in grado di riconoscere la vera ed eterna realtà di Brahman. Questa situazione deve essere cambiata. Com'è possibile? **La vera pratica spirituale consiste nel pensare all'Atma, la realtà immutabile, e nel dimenticare il non Sé irreale e mutevole.**

Maanu diddvacchu mari vampu

lekunda

Diddavacchu rayi tinnaganu

Manasu didda galare mari vampu

lekunda

Unna maata telupuchunnamata

(Poesia telugu)

L'albero piegato può essere raddrizzato, e la roccia può essere levigata, ma può una mente distorta essere modificata?

È la mente incontrollata a fuorviare l'uomo. La mente è la causa prima del dolore e della felicità, dei meriti e dei peccati, del piacere e dell'angoscia. Qual è dunque il significato della ricerca dell'uomo? È il desiderio di sperimentare la visione dell'*Atma* (Sé). Le persone eseguono diverse pratiche spirituali. Gli aspiranti intraprendono varie forme di pratiche spirituali, come l'ascolto delle

storie e della gloria di Dio (*shravanam*), il canto delle Sue lodi (*kirthanam*), il ricordo dei Suoi Nomi (*Vishnu smaranam*), il servizio ai Suoi piedi di loto (*paadasevanam*), l'atteggiamento di profondo rispetto verso tutte le forme di vita (*vandanam*), l'adorazione rituale (*archanam*), il sentimento di amicizia con Dio (*sneham*) e la completa resa a Lui (*Atma nivedanam*).

Perché gli aspiranti compiono queste pratiche spirituali? Non è per la ricerca dell'*Atma*, né per raggiungere la Divinità. Serve solo a soddisfare i capricci della mente.

Perché dovremmo eseguire le pratiche spirituali? Esse hanno un solo scopo: dimenticare l'identificazione con il corpo (*anatma bhava*) e rendersi conto che l'*Atma* è l'unica realtà. La consapevolezza della realtà e l'ignoranza del Sé non sono entità separate, ma stati della mente. L'*anatma bhava* è come l'oscurità di una stanza. Non ha un'esistenza propria. Per esempio, nel momento in cui si accende la luce, l'oscurità scompare; quindi, l'assenza di luce è oscurità e la mancanza di saggezza o di consapevolezza dell'*Atma* è ignoranza. Le nostre pratiche spirituali sono solo per la nostra soddisfazione (derivante dalla mente). Molti fanno meditazione, altri cantano la gloria del Signore (*bhajan*), altri ancora ripetono il nome di Dio (*japa*). Tutte queste cose vengono fatte per soddisfare la mente. Chiedetevi perché stiamo facendo meditazione, qual è l'obiettivo (*dhyeya*), qual è lo scopo e chi sta facendo meditazione. E, quando siete voi stessi in meditazione, chiedetevi per chi è questa meditazione? **Quando si realizza l'unità tra la meditazione e l'oggetto della meditazione, non c'è più bisogno di fare alcuna pratica specifica.**

Voipotetedubitarechesipossaproclamare: "*aham brahmasmi*" (io sono Brahman). Sì, si può dire. Tuttavia, nella proclamazione "*aham brahmasmi*" (io sono Dio), prima della parola 'Brahma' (Dio), c'è la parola

'*aham*' (io). Per prima cosa, comprendete questo principio dell' 'Io'. Tale principio è veramente Dio. 'Io' e Dio non sono parole separate. C'è solo un'entità, non due (*ekam eva advitiyam brahma*). In questo tipo di dottrina, coloro che conducono una vita mondana attribuiscono a Dio vari nomi e forme. Esiste solo l'Uno. Un oggetto viene chiamato con vari nomi in base alla natura delle sue attività. Ecco un piccolo esempio.

Un bramino, quando svolge il culto in un tempio, viene chiamato sacerdote. Quando cucina, lo stesso bramino viene chiamato cuoco. E lo stesso bramino, quando legge l'almanacco (*panchanga*), viene chiamato bramino *panchanga*: il bramino è lo stesso, ma, in base alle sue attività, gli vengono attribuiti nomi diversi. Allo stesso modo, Dio è Uno e noi Gli attribuiamo nomi e forme diversi. L'Unico Signore ha molti nomi (*ek prabhuk anek naam*). Noi Gli attribuiamo queste forme e questi nomi. **Dio non ha forma né nome. Per questo i Veda hanno insegnato che Dio è senza attributi (*nirgunam*), senza macchia (*niranjanam*), dimora eterna (*sanathanam nicketanam*), sempre presente (*nithya*), puro (*shuddha*), illuminato (*buddha*), libero (*mukta*) e incarnazione della sacralità (*nirmala svarupinam*).** Incapaci di riconoscere questa Divinità, leggiamo molti libri, andiamo da molti *guru* e ascoltiamo molti insegnamenti. Ma qual è il risultato di tutte queste attività? Alla fine, non otteniamo nulla. Dovete, quindi, correggere voi stessi.

Il Ruolo della Mente

Dovete sottomettere e controllare la mente. La mente è un grande ladro. C'è sempre il pericolo di tenere un ladro vicino a noi con tutti questi beni preziosi sotto forma di pratiche spirituali. Le buone virtù sono la nostra vera ricchezza. **Per mantenere le nostre buone virtù sulla retta via, dobbiamo tenere il ladro (la mente) a distanza. Dobbiamo tenere a bada questo ladro chiamato mente.**

Non dobbiamo assolutamente credere alla mente. È a causa della mente che si perde la pace. È importante avere fede nella propria divinità.

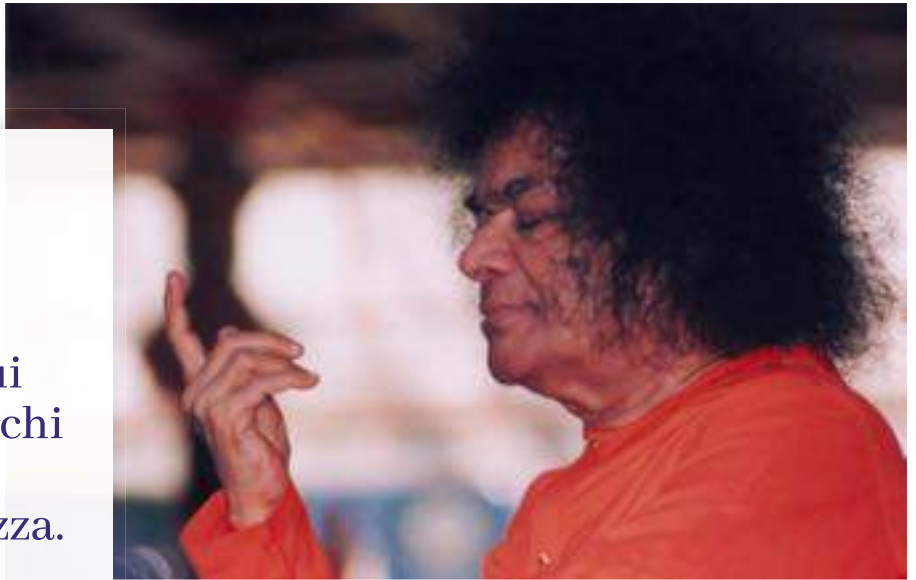
Per Dio non ci sono altri nomi che 'Io'. In sanscrito, esso è chiamato '*Aham*'. *Aham* significa 'Io'. L' 'Io' non è il corpo. **L' 'Io' è il padrone del corpo (*deha*), della mente (*manas*), dell' intelletto (*buddhi*), dei sensi (*indriya*) e della facoltà di memoria della mente (*chitta*).** Voi siete tale padrone, ma non siete in grado di comprendere bene questo principio di divinità.

Costruiamo un piccolo tempio e cerchiamo di adorare la divinità che pervade l'intero universo. È giusto costruire un tempio così piccolo per adorare la Divinità che è sovrana e onnipervadente? Con tale culto, portiamo discredito a Dio. Adoriamo a casa, in una piccola foto, una Divinità così vasta e magnifica. È un peccato abbassare una Divinità così infinita ad altezze inferiori con questi mezzi. Se lo desiderate, potete tenere una foto per l'adorazione. Se mettiamo molte foto, portiamo discredito alla Divinità. **Dio non ha nome né forma. Riconoscete la natura onnipresente di Dio.**

*Brahmandam antata
prabaluchundedi niku
Alayambu namarchanalaviyaguna
Koti suryula kanthi meti galgina
niku
Pramida dipamu nevaru patta
galaru
Ajaharadulakaina andani vaniki
Ni rupu kanugona nevari taramu
Sarva bhutamula sancharinchedu
niku
Sariyaina perida sadhyamaguna
Brahmandamantayu bojalo
nunnatti
Bhakshya bhojyamu niku petta
taguna
Sarva jalamu landu
sancharinchedi niku
Snanambu cheyimpa
sadhyamaguna*

“

Comprenderemo
la nostra divinità
solo il giorno in cui
chiuderemo gli occhi
fisici e apriremo
quelli della saggezza.



*Brathuku kosamu bahu bhadha
bhaddhulairi*

(Poesia telugu)

È possibile confinare in un tempio Colui che pervade l'universo? Chi può offrire una lampada a Colui che ha la luce e lo splendore di un milione di soli? Com'è possibile riconoscere la forma di Colui la cui gloria non potrebbe essere compresa nemmeno dai Signori Aja e Hara? È possibile dare un nome appropriato a Colui che pervade tutti gli esseri? È possibile offrire del cibo a Colui che ha in Sé l'intero universo? È possibile fare un bagno sacro a Colui che è già in tutte le acque?

Noi creiamo questi nomi e queste forme per il nostro sostentamento e per far fronte alle nostre illusioni. Non è questa la pratica spirituale corretta. **Dio è l'“Io” onnipresente. Non è sufficiente pronunciare “Io” con le labbra. Bisogna accettare incondizionatamente che la divinità è l'“Io”, il Quale è il testimone. Questo è il vero insegnamento.**

Tutti i disordini del mondo odierno possono essere eliminati solo dalla filosofia dell'“Io”. Il principio dell'“Io” è ugualmente presente tanto in chi ama quanto in chi odia. Questo principio è anche in voi. Stando così le cose, chi esprime odio contro qualcuno e chi esprime amore verso un

altro? **Nessuno può esprimere odio verso il principio dell'“Io” che è presente in ogni cosa. Da oggi, non nutrite odio: allora non vi lascerete andare ad azioni malvagie.**

Ovunque si guardi, c'è agitazione, paura ed eventi catastrofici. Qual è la ragione di tutto questo? Siamo inquieti e non abbiamo pace perché non riconosciamo l'Unità. **La Divinità è presente in voi, in Me, in tutti e in tutto.** In ogni lampadina, la corrente elettrica è la stessa. Se viene a mancare, tutte le lampadine si spengono e ci sarà oscurità. L'elettricità corrisponde al principio dell'“Io”. Questo è il principio di Brahman (*Brahma tatva*). Dobbiamo impegnarci a riconoscere tale principio. Dove sono le differenze? Le differenze sono nell'identificazione con il corpo. Da dove vengono le sensazioni del corpo? Esse provengono dalla mente.

Prima del matrimonio, chi è la moglie e chi è il marito? Tuttavia, dopo il matrimonio, si instaura l'attaccamento al fatto che si tratta della moglie. Prima della nascita, chi è la madre e chi è il figlio? Solo dopo la nascita diciamo 'è mio figlio.' Abbiamo creato tutto questo per noi stessi. Siamo noi a creare queste associazioni e questi attaccamenti; diversamente non c'è alcun legame. **L'unico Sé Divino (*ekatma*) presente in tutti è l'unica connessione reale.**

La Verità è Una. Gli eruditi la chiamano con nomi diversi (*ekamsat vipra bahudha vadanti*). Ognuno usa un nome diverso per indicare un oggetto. Nel bicchiere c'è dell'acqua. Chi parla telugu la chiama '*niru*'. Chi parla hindi la chiama '*pani*'. Chi parla inglese la chiama '*water*'. Chi parla tamil la chiama '*tanni*'. Chi parla sanscrito dice '*vari*'. Qualunque sia il nome usato per indicare l'acqua, non la si può cambiare. Allo stesso modo, indipendentemente dalle forme e dai nomi usati, la Divinità è Una.

*Chavu puttukalenatti Shasvathundu
Aadi madhyantha rahitud-
anadi vadu
Taanu chavaka puttaka
champabadaka
Atmayai yundina aa Brahma
Nene* (Poesia telugu)

L'eterno Uno, senza nascita né
morte, senza inizio,
parte intermedia o fine.
Colui che non ha né nascita né
morte e non può essere ucciso.
Io sono quel Brahman che risiede nella
forma dell' *Atma*.

Quell' "Io" è Brahman. Il corpo ha morte e nascita, ma il principio dell' "Io" non ha né nascita né morte. Tutti dovrebbero sforzarsi di riconoscere la propria Divinità. Tutto e tutti sono un'incarnazione dell' *Atma*. Per questo, nella *Bhagavad Gita*, si dice che l' "Io" è il Sé Interiore di tutti gli esseri (*mamaatma sarvabhutantaratma*). Noi non riusciamo a comprendere questa Divinità. Se la comprendiamo, allora non ci sarà spazio per incomprensioni e avversità. Perciò, tutti dovrebbero riconoscere il significato dell' "Io".

Le *gopika* di un tempo vissero il dramma della separazione dal Signore Krishna. Cercarono di catturarLo e legarlo. Anche se Krishna visitava le loro case ogni giorno e si nutriva di latte e di cagliata, esse non riuscivano ad afferrarLo. Anche se era nelle loro case, non riuscivano a vederLo. Egli disse che le avrebbe aiutate insegnando loro un trucco intelligente per prenderLo. Un giorno, Krishna versò

tutto il latte sul pavimento e vi camminò sopra per bagnarsi i piedi e, quando le *gopika* andarono a prenderLo, si mise a correre. Quando iniziò a correre, nel latte sul pavimento c'erano le Sue impronte. Le *gopika* riuscirono a seguirle e, in tal modo, a catturarLo. (Le manifestazioni esterne servono solo a trovare il Signore, che è Sempre Presente).

Quel giorno, le *gopika* dissero:

*"Ninu kanugona galamaa, Krishna,
Ninu Kanugona galamaa!
Anuvukante ati sukshma rupudavu
Ghanamu kante
ati ghananiyudavu
Enubadi naalugu laksha jivamula
Anayambuna nedabaayak unduvata
Anuvuranu trunakaashtamu
modaluga
Akhandam rupudavai velayuduvata*
(Poesia telugu)

Possiamo trovarTi, Krishna?

Possiamo trovarTi?

Tu sei più sottile di un atomo,
sei più pesante del più pesante.

Negli 84 lakh (8,4 milioni)

di esseri viventi,

Tu sei sempre presente.

Partendo da un atomo, da un granello,
da un filo d'erba o nel legno,
sei stabile nella Tua
forma infinita.

Le *gopika* dissero inoltre: "Dopo tutto, i nostri occhi fisici sono fatti di pelle. Non siamo benedette dagli occhi della saggezza. **Solo il giorno in cui chiuderemo questi occhi fisici e apriremo quelli della saggezza, comprenderemo la nostra divinità.**" Per riconoscere questo, molte persone visitano i templi. Qual è lo scopo di andare in un tempio? È quello di ottenere la visione divina (*darshan*) di Dio. Ma quando ci si trova davanti a Dio, si chiudono gli occhi. Perché una persona che è andata a vedere Dio dovrebbe chiudere gli occhi? È per dire: "O Dio! Non è con questi occhi fisici che dovremmo vederTi. È per vedere Dio con l'occhio interiore (*hridaya netra*) che si chiudono

“Ovunque si guardi, c'è un tempio di Dio. Il corpo è un Suo tempio mobile. Quando si comprende questa verità, non si cerca Dio in un luogo speciale. Egli è dietro di voi, con voi, e vi protegge sempre.”

gli occhi fisici e si contempla Dio con il Cuore (*Hridaya*).”

Di tali sacri segreti (insegnamenti), ce ne sono molti nella Divinità. Tuttavia, nessuno degli eruditi li insegna e nessun libro ne spiega il giusto significato. Quando si tratta di un umano, egli non comprende se stesso e non è in grado di riconoscere la Divinità

Riconoscete l'Onnipresenza di Dio

Dio è solo un testimone. Dovreste riconoscere che ognuno è divino. Ai tempi dei *Veda*, all'inizio c'erano solo poche migliaia di persone. Riconoscendole tutte come forme di Dio, i *Veda* dichiararono e descrissero Dio come se avesse mille teste, mille occhi e mille gambe (*Sahasra Shirsha Purushaha, Sahasraksha Sahasrapath*). Ciò significa che ogni individuo è, in realtà, la forma di Dio. Quando cominceremo a riconoscere questa Sua onnipresenza, aspireremo solo a realizzare il Divino interiore e ad astenerci dal fare il male. Bisogna sempre interrogarsi sul tipo di azioni che si compiono. Questo porterà a chiedersi se si tratta di un'azione divina. Dio non ricorrerà mai a fare del male a qualcuno. Allora potrebbe sorgere la domanda: “Chi è responsabile di tutto il male che c'è nel mondo?” Ne sono responsabili le persone che compiono azioni malvagie. Dio rimane solo come testimone. Egli non fa mai del male a nessuno, non odia mai nessuno. Dio non ama mai; siete voi ad amare e odiare di vostra iniziativa. **Pertanto, le ricompense o le punizioni che si raccolgono nella vita sono frutto delle proprie azioni e non sono conferite da Dio.**

Quando nascete dal grembo della madre, non ci sono ghirlande visibili intorno al

collo. Non nascete con una collana di perle o con belle catene tempestate di diamanti e smeraldi. **C'è solo una ghirlanda intorno al collo. È una pesante ghirlanda con tutte le vostre azioni (*karma*) delle vite passate, sia buone sia cattive, senza alcuna modifica, che vi è stata donata da Brahma, il Creatore.**

Questa ghirlanda intorno al collo è costituita dalle nostre azioni e non è donata da Dio. In un certo senso, non è né data né ricevuta. Solo quando Dio è separato da se stessi, ci può essere un dare e un ricevere. La Divinità che risiede in ognuno di noi è solo Una. Dovremmo amare questa Unità dell'*Atma*. Dovremmo amare e aspirare a questo senso di Unità.

Per controllare questa mente folle, le persone intraprendono alcune pratiche spirituali. Credono che, seguendo tali pratiche, la mente possa essere controllata. Ma un ladro non aiuterà mai a catturare se stesso. La nostra mente è un grande ladro. Chi può mai catturarla? Solo con l'aiuto della mente si può controllare la mente, non altrimenti. Una mente incontrollata ci fa allontanare dalla Divinità. Questo è ciò che dobbiamo imparare oggi. La mente è una barriera a tutte le pratiche spirituali. Aiuta in tutto il resto della vita, ma non negli impegni divini.

Mosche e zanzare si posano su tutto, ma non sul fuoco. Allo stesso modo, la mente vaga dappertutto su tutti i diversi argomenti, ma rimane lontana dal Divino. Per raggiungere questa Divinità, dobbiamo controllare la mente e non seguire i suoi capricci. Una persona che segue una mente incontrollata scenderà a profondità inferiori a quelle di un animale. **Solo chi tiene sotto controllo la propria mente è veramente valoroso (*dhira*)**



Il
corpo ha morte
e nascita,
ma il
principio
dell' 'Io'
non ha né nascita
né morte.

e coraggioso. Quella persona diventa davvero un eroe.

Un piccolo esempio. Il poema epico *Ramayana* è un importante punto di riferimento nella storia del mondo. Hanuman, ardente devoto di Rama, è pacifico, virtuoso e forte. Egli, così valoroso, era molto umile alla presenza divina di Rama e appariva mite ogni volta che vedeva il suo amato Signore. Tuttavia, quando si trovò di fronte al demoniaco re Ravana, si trasformò in un valoroso eroe, umile in presenza della Divinità, ma coraggioso nell'affrontare la crudeltà.

Come dovrebbe essere la nostra mente nelle varie situazioni? **Noi dovremmo mostrare coraggio nelle situazioni di ostacolo, ma rimanere umili nelle situazioni che ci sono utili. Questo si chiama *Ahamtatva* (il principio del Sé). *Aham* significa 'Sé', ma, se si pensa a se stessi (*aham*) come forma o corpo (*akaram*), diventa ego (*ahamkaram*). La forma o il corpo non sono il vero Sé. Una volta eliminata l'identificazione con la forma o il corpo, rimane il Sé. Questo Sé è considerato Brahman, ma non lo è l'ego. Dovremmo dimenticare la forma (l'attaccamento corporeo), confidare nella Divinità per trascorrere la nostra vita senza ego e terminare la nostra vita con la realizzazione del vero Sé.**

Ogni essere umano ripete 'Io'. Se si interroga qualcuno, questi risponderà allo stesso modo sulla propria identità. Questo principio dell'Unità del Sé è presente in tutti: è l' 'Io'. L'individuo dovrebbe riconoscere questo principio dell' 'Io' e comportarsi di conseguenza. Il Divino pervade l'intero universo, esiste in tutti gli esseri viventi ed è presente in ogni momento. Tuttavia, noi adoriamo questo Onnipotente con ristrettezza mentale ed è la ragione principale della nostra inquietudine. **Non è forse ignoranza limitare l'onnipervasivo Dio a una piccola immagine e adorarlo?** Questo approccio è solo un riflesso della nostra vita fisica e materiale. Tutti questi sono tratti di tendenze esteriori. Solo quando si rinuncia a tali tendenze inizia il cammino interiore. Perciò esse devono gradualmente cambiare.

Non è sbagliato impegnarsi in un lavoro, in un'attività o nell'istruzione. Tuttavia, ogni azione deve essere considerata divina. **Offrite tutte le vostre azioni a Dio dicendo: "*Sarva Karma Bhagavath Prityartham*", il che significa che tutte le azioni sono compiute per piacere a Dio.** Non c'è bisogno di abbandonare nessuna azione, di rinunciare a nessun compito, ma credere che tutte le azioni sono compiute per compiacere Dio.



Quando si chiede chi le compie, la risposta è: "Sono io." Chi è questo "sono io"? Comprendete che "sono io" è Brahman. Dovreste pensare: "sono io" con questa comprensione e non pronunciare nomi associati al corpo come "io sono Ramayya" o "io sono Krishnayya". Questi sono semplicemente nomi dati al corpo e non la vostra vera identità. Le identità associate alla forma e al corpo allontanano l'umanità dalla vera identità del Divino. Dobbiamo eliminare queste distinzioni basate sulla forma. Continuate a svolgere la vostra professione, ma non dipendete solo da essa. Alla domanda: "Che titolo di studio hai conseguito?" si potrebbe rispondere: "Ho conseguito il mio MBA." Chi ha completato l'MBA? Esso si riferisce solo al corpo. Dio non ha un MBA o una laurea. Noi non abbiamo titoli di studio; ce n'è solo uno, ed è caratterizzato come informale, puro, non duale e non duale qualificato. Ecco perché Dio rimane sempre nell'eterna beatitudine.

Mentre venivo qui, alcune persone mi hanno augurato "Buon compleanno!". Dovreste augurare la felicità a chi non è felice. Io sono sempre felice. Non ho bisogno dei vostri auguri. **Dio è l'Incarnazione dell'Eterna Beatitudine. Dio è sempre beato.** L'amore e l'odio sono solo emozioni della mente.

*Nithyanandam parama sukhadam
kevalam Jnana murthim
Dvandathitham gagana
sadrusham megha varnam
shubhangam*

(Versi sanscriti)

Il Divino è eterna e assoluta beatitudine, gioia suprema, al di là di tutte le limitazioni del tempo e dello spazio;
pura coscienza, onnipervasivo, incarnazione della saggezza, al di là della dualità, vasto come lo spazio, di colore simile a una nuvola, forma del buon auspicio con caratteristiche perfette.

Le nuvole sono di colore scuro e si muovono nel cielo, ma l'elettricità nascosta al loro interno risplende e brilla. Allo stesso modo, la saggezza dovrebbe risplendere dietro le nuvole dell'istruzione e la Divinità risplendere sulla mente impantanata nelle tenebre.

Una volta dimenticata la mente, chi dovremmo cercare, chi dovremmo adorare e chi dovremmo indagare? Rama, Krishna, Govinda, Narayana sono tutti nomi che abbiamo assegnato alle varie Divinità che adoriamo. Abbiamo scelto questi nomi a nostro piacimento. I nomi non sono importanti, le forme non sono eterne, ma lo è la Verità. La Verità è Unità. L'Unità è Verità. La Verità è Dio e può essere considerata una forma di Dio nel mondo odierno. **Questa Verità è immutabile e deve essere trasformata nel principio immutabile dell'‘lo’ con l'aiuto del principio dell'amore.** La causa principale del disordine nel mondo è la nostra mente. Noi alimentiamo tanto l'amore quanto l'odio: essi sono causati dalla nostra mente. L'amore non viene e non cresce da nessuna parte. L'odio non viene da qualche altra parte. Sia l'amore sia l'odio sono sentimenti della nostra stessa mente.

Comprendete le Basi Spirituali del Principio dell'‘lo’

Incarnazioni del Divino *Atma*! Vi state impegnando in tanti modi e state intraprendendo diverse pratiche spirituali. Per quanto possibile, rendetevi conto che il principio dell'‘lo’ è legato al ‘Sé’. Quando credete nel vostro ‘Sé’, non sperimenterete alcuna sofferenza. Anche se queste sofferenze arrivano come montagne insormontabili, si dissolvono e svaniscono come neve. Sono solo nuvole passeggiare. Perché dovremmo affrontarle? Le nuvole si formano a causa del calore del Sole. Quelle stesse nuvole che sono venute a causa del Sole, lo coprono di nuovo. Nei *Veda* si dice che dalla Sua mente (di Dio) emerse la Luna e dai Suoi occhi il Sole (*chandrama manaso jatah chaksho suryo*

ajayata). Finché il Sole è presente, noi non cerchiamo la Luna. È solo in assenza del Sole che la cerchiamo. **Allo stesso modo, quando avremo una vera conoscenza del Sé, non saremo soggetti alle illusioni della mente.** La Luna non brilla da sola, ma grazie alla luce del Sole che cade su di essa. L'essenza della mente è influenzata dalla luce del Sole. Dipendiamo dal Sole, che ci influenza. Il Sé è davvero il Sole, mentre la mente è la Luna. Solo quando dimentichiamo il Sé, ci affidiamo alla mente.

Oggi, se dipendiamo dalla mente, dimentichiamo il Sé. Stiamo trascurando il principio del Sé. Se ci teniamo stretti al Sé, l'influenza della mente non avrà alcun effetto. Quando il Sole splende, la Luna non si vede. Anche se brilla, non dipendiamo dalla sua luce. La luce del Sole è estremamente luminosa. Allo stesso modo, il principio del nostro cuore e del nostro Sé si trasforma in uno splendore di Divinità. Dovete affidarvi a Quella, e non lasciarvi assolutamente condizionare dall'influenza della mente. Occorre credere al principio dell'‘lo’ come principio del Sé. **In ogni luogo, in ogni persona, in ogni azione, esiste l'‘lo’.** Pertanto, **quando questo principio viene creduto e praticato con fermezza, gradualmente la coscienza corporea verrà dimenticata.** Quando dimentichiamo noi stessi, dovremmo dimenticare anche il corpo e la mente. Solo quando dimenticheremo queste due cose, allora capiremo la nostra vera natura.

Potreste dire: “Swami, noi conduciamo una vita familiare semplice e abbiamo la responsabilità di prenderci cura del nostro coniuge e dei nostri figli. Come facciamo a gestire tutto questo?” La Mia risposta è che non vi ho mai detto di rinunciare a tutto il vostro lavoro.

Abbiate fede in Dio e svolgete tutti i vostri compiti come Sua opera. Non vi viene chiesto di abbandonare il vostro lavoro. Compilate i vostri doveri diligentemente. Potete condurre la vita senza sentirvi

oppressi. **Quando instillate *Atmatatva* (il principio del Sé) nel vostro cuore, tutto diventa facile e di successo. Oggigiorno in tutti i Paesi regna l'agitazione. Per quale ragione? Perché la gente ha dimenticato il principio del Sé.**

Essa ha perso la fiducia nel Sé e ha sviluppato fede nel mondo. Vediamo il mondo, ma non crediamo che sia permeato di Dio. Lo sciocco ignorante vede, ma non vede, né riconosce la Verità (*pashyan api cha na pashyati mudho*). Tutto ciò che vedete è Dio. Dio è più vicino della propria madre. Tutto ciò che percepite con i vostri occhi è, in verità, Dio. Voi siete chi vede e ciò che è visto. L'unità di chi vede e di ciò che è visto è il vero principio del Sé. Unite i due (chi vede e il visto), ed è allora che inizia la dolcezza. Voi tenete lo zucchero in una mano e l'acqua nell'altra; in questo caso, l'acqua rimane acqua e lo zucchero rimane zucchero. Quando li unite, non sono più né zucchero né acqua: sono diventati scioppo.

Allo stesso modo, voi siete nella natura e vedete la natura come separata da voi. Quando entrate nella stanza della *puja*, il sentimento di Dio entra in voi. Questo non è l'atteggiamento giusto. In verità, le mani e i piedi di Dio sono ovunque (*sarvatah paanipaadam*). **Ovunque si guardi, è un tempio di Dio. Il corpo è un tempio di Dio in movimento. Quando si comprende questa Verità, non si cerca Dio in un luogo particolare. Dio è dietro di voi, con voi e vi protegge sempre.** Non dobbiamo dimenticare questo Dio. Anche una madre, a volte, si dimentica del suo bambino, ma Dio non si dimentica di voi. Dio è il più caro. A volte, anche una madre può stare lontana da suo figlio, ma l'*Atmatatva* non può allontanarsi. Solo l'*Atmatatva* è più vicino del più vicino. Se ignoriamo questo principio del Sé, in che altro dobbiamo credere?

Non fraintendete quello che dico sulle pratiche spirituali intraprese dalle persone. Tutte le pratiche avvengono esternamente, in modo mondano, e solo in modo esteriore. **Più riduciamo le**

nostre responsabilità mondane, più pace otteniamo. Ricordate: meno bagagli, più comodità, rendono il viaggio un piacere. Riducete le responsabilità, ma adempite ai vostri doveri. I devoti che vengono a Prashanti Nilayam non dovrebbero sprecare le loro energie parlando eccessivamente. Voi venite a "Prashanti Nilayam", ma state sperimentando la pace? No, no. Parlate con tutti e andate nelle loro case. Siete forse dei gatti o dei topi che si aggirano nelle case degli altri? Perché siete venuti in questo luogo e per quale scopo? Perché andate di casa in casa? Perché parlate con tutti? Trascorrete il tempo in modo pacifico, approfittando della buona opportunità.

Raccogliete tutte queste preziose esperienze e, quando tornate a casa, mettetele in pratica. Tutto il bestiame corre dove c'è erba; non vede se c'è un guardiano o se è stato eretto un recinto. Appena vede dell'erba verde, la mangia immediatamente, la mastica e la ingoia. Dopo essere tornato al proprio posto, riporta il bolo in bocca e lo mastica di nuovo, rumina ciò che ha raccolto e non spreca l'opportunità che gli è stata data. L'uomo, però, oggigiorno non fa così e spreca l'opportunità che gli è stata data. Invece di raccogliere la pace interiore, spreca tutto il tempo e la sua energia chiacchierando. **Col troppo parlare, la nostra energia viene sprecata. Così, la mente non riesce a concentrarsi sulla meditazione, nemmeno per un momento.** Chi è parente di chi? Per quale relazione siete venuti qui? Tenetevi saldi al principio divino in voi stessi.

Siete andati al mercato per comprare dei manghi, ma potete comprare tutti i manghi del mercato? Potete comperarli in base alla quantità di denaro che avete in tasca. Avete due rupie e volete acquistare manghi per un valore di quattro rupie. Potete farlo? No! Allora ne comperate solo per due rupie. Allo stesso modo, occupatevi dei compiti che rientrano nelle vostre capacità. Molte persone parlano inutilmente come se sapessero tutto.

“Tutti appartengono a Me. Io appartengo a voi e voi appartenete a Me. Comprendete e rafforzate questo rapporto. Questo è il Mio unico desiderio.”



In realtà, non c'è nessuno più ignorante di loro. La loro è una mera conoscenza libresca. Nel libro ci sono descrizioni di diversi dolci indiani come il *gulab jamun*, la *palkova* (torta al latte) e il *barfi*. Leggendo di questi dolci, ne conoscerete il sapore o li apprezzerete? No, solo se mangiate il *gulab jamun* vi renderete conto del suo gusto e della sua delicatezza. Allo stesso modo, è inutile imparare da un libro senza sperimentarlo. **Mangiare e digerire un dolce è una conoscenza pratica. Quando la pratichiamo, ne comprendiamo il**

gusto. Senza la pratica, non ha senso ricordare a memoria l'intero libro.

Molti recitano a memoria tutti i 700 versetti della sacra *Bhagavad Gita*. Ma a che cosa serve? Quei settecento versetti possono solo far bene alla gola, mentre praticare gli insegnamenti di un solo versetto è sufficiente. Dovete mettere in pratica almeno una cosa. Non è necessario portare a memoria tutti i versetti. Le donne sanno bene che basta controllare un paio di chicchi per sapere se il riso è cotto. Supponiamo di voler assaggiare l'oceano. Basta metterne una goccia sulla lingua e se ne conosce il sapore. Non è necessario bere tutto l'oceano. **Allo stesso modo, è sufficiente mettere in pratica una sola cosa. Perché leggere cumuli e montagne di libri?**

*Pustakamula ninda mastuga
chaduvunde*

*Mastakamula ninda mattii mendu
ittivaru nannu eruganga nertura?
Enta chaduvulundi emi phalamu?*

(Poesia telugu)

I libri sono pieni di informazioni.
Le menti sono piene di sporcizia
(ignoranza). Queste persone
potranno mai conoscerMi?

A che serve tutta questa istruzione?

Tutto ciò che è nella mente è mera sporcizia (ignoranza). Non è vera istruzione. Qualsiasi cosa venga letta dovrebbe, in qualche misura, essere messa in pratica. Qualunque cosa si ascolti, bisogna metterne in pratica almeno una o due. Non basta dire Rama, Krishna, Govinda e Narayana. Pronunciare semplicemente (i sacri nomi di Dio) con la lingua non è sufficiente. Devono essere installati nel cuore. Quello che è installato nel cuore sarà con voi per sempre. Vedete un Dio e dite Rama; ne vedete un altro e dite Krishna. Tutto questo è un grande spettacolo. Se vi informate seriamente mentre praticate qualcosa, lo capirete in futuro, anche se oggi non lo comprendete. Anche se nessuno ve lo dice, la vostra coscienza, un giorno, ve lo rivelerà.

Evitate le cattive compagnie e state con le persone buone. Seguite la vostra coscienza. Questa è vera devozione. Non è necessario cercare di seguire la forma e gli aspetti esteriori. Riconoscete la vostra vera natura. Chiedetevi chi siete. Noi siamo ansiosi di ascoltare le notizie dal mondo intero; passiamo in rassegna le notizie americane, quelle russe e quelle pakistane. Tutte queste notizie sono una mera seccatura. Dentro di noi c'è la vera notizia, la vera visione della Realtà. Dobbiamo aderire a essa.

In genere, la carta non ha sapore né odore. Tuttavia, può sviluppare odori in base ai materiali con cui è stata confezionata. La carta di oggi diventa carta straccia domani. Un altro giorno avvolgete i fiori di gelsomino nella carta. Se poi l'annusate, l'odore è quello di quei fiori. L'odore del gelsomino è nella carta? No. È grazie all'associazione con i fiori di gelsomino che abbiamo percepito un odore piacevole. Se nella stessa carta è avvolta una *pakoda* (una frittella indiana), si sente tale odore. Per quale motivo? È perché l'associazione con la *pakoda* fa sì che se ne senta l'odore. Usate la stessa carta per avvolgere il pesce secco. Non ci si può nemmeno avvicinare a causa del cattivo odore. Tutti questi odori sono causati dal contatto della carta con oggetti diversi, ma non è la natura della carta.

Perciò,

*Tyaja durjjana samsargam
Bhaja sadhu samaagamam
kuru punyam ahoratram
smara nithyam anityataam.*

(Versi sanscriti)

1. Abbandonate la compagnia delle persone malvagie.
2. State in compagnia dei buoni e dei santi.
3. Giorno e notte, fate azioni buone e meritorie.
4. Ricordate ciò che è eterno e ciò che è temporaneo.

Tutti voi dovrete seguire questi quattro principi. Quando compiamo buone

azioni, diventiamo buoni esseri umani.

Vyasa riassunse l'essenza dei 18 *Purana* in due frasi: "Fare del bene agli altri è meritorio (*punya*); danneggiare gli altri è peccaminoso (*paapa*)," (*Paropakaraya punyaaya, papaya para pidanam*).

Aiuta sempre, non fare mai del male: dobbiamo seguire queste due massime.

Allora nessun Paese sarà in pericolo. Tutti i Paesi rimarranno al sicuro. Il mondo intero è come un grande edificio; tutti i Paesi sono come le stanze di quell'edificio, non aree separate. Noi viviamo in una stanza chiamata Bharat (India). Se pensiamo in questo modo, saremo tutti uniti. Se rifiutiamo qualcuno, è come negare Dio. In questo modo, dobbiamo indagare sul principio dell'"Io" e credere fermamente in quel principio.

Swami non si rallegra della celebrazione dei compleanni. Dal momento che tutti voi siete venuti per queste celebrazioni, vi partecipo per la vostra soddisfazione. Io non ho alcun desiderio. Che ci crediate o no, non ho alcun desiderio. Dalla punta dei piedi alla testa, non ho un solo desiderio. Qualsiasi cosa lo faccia è per il vostro bene. Qualsiasi cosa dica è per il vostro bene. Dovete riconoscere questa verità.

Nessuno ha odio verso di Me e io non ho odio verso nessuno. Tutti sono Mie e io appartengo a tutti. Per questo auguro che tutti i mondi siano felici (*loka samasta sukhino bhavantu*). Questo è il Mio desiderio. Tutti dovrebbero intraprendere la retta via e guadagnarsi un buon nome. Tutti dovrebbero avere la convinzione di essere incarnazioni dell'*Atma*. Anche voi dovrete sperimentare questo principio dell'*Atma*. Fin quando non esprimerete questa Unità, dovrete partecipare ad attività come il canto devozionale, la ripetizione del Nome Divino e la meditazione.

Dovete imprimere nei vostri cuori il principio fondamentale del messaggio di oggi e non sprecare denaro, cibo, tempo ed energia. Ci sono cinque tipi di desideri che bisogna controllare. Il primo, "l'uso improprio del denaro", è malvagio. **Non**

dovremmo sprecare denaro. Se volete tenere foto di Bhagavan, potete tenerne una. Perché sprecare denaro inutilmente comprando troppe foto? Non comprate troppe fotografie.

Il secondo è “l’uso improprio del cibo”. **Il cibo è realmente Dio.** Il corpo è una forma del cibo che deriva da quello assunto dai genitori. Pertanto, non sprecate il cibo. Sprecare cibo equivale a sprecare Dio.

Il terzo è “non sprecare il tempo”. Il tempo è Dio.

*Kalaaya namaha, kalakaaya namaha,
kala darpa damanaya namaha,
kalatitaya namaha,
kala svarupaya namaha, kala nirmitaya
namaha*

(Versi sanscriti)

Prostrazioni a Dio che è *kala* (tempo),
a Colui che trascende l’onnipotente tempo,
a Colui che controlla il tempo stesso,
a Colui che è l’incarnazione stessa del
tempo, e prostrazioni a Colui che ha creato
il tempo stesso. **Tutto è tempo. Quindi, lo
spreco di tempo è uno spreco di vita.**

Il quarto è: **“Non sprecare energia”.** L’energia entra in ogni nostra azione e viene spesa quando si vede, si parla, si ascolta, si agisce o si pensa. **Dovete fare in modo di non sprecare inutilmente la vostra energia in nessuna di queste attività.**

Il quinto è: **“Non bisogna dimenticare Dio in nessun momento”.** Dio è presente ovunque voi andiate. È sempre con voi, accanto a voi e intorno a voi. Non c’è quindi bisogno di andare in un tempio o in un luogo particolare per pregare Dio: il vostro cuore è il tempio. Rivolgete la visione verso l’interno e comprendete così il Principio Atmico.

Il vostro viaggio a Prashanti Nilayam deve avervi stancato. Non c’è bisogno di venire qui.

È solo per la vostra soddisfazione che potete venire. Perciò, non perdetevi tempo. Non date spazio a pensieri inutili. Non sprecate il vostro amore. **L’amore è la vita stessa. Senza amore non c’è vita. Installate Dio, Incarnazione stessa dell’Amore, nei vostri cuori.**

Sathya Sai appartiene a tutti. Ogni devoto Sai deve condurre una vita esemplare ed essere un modello per gli altri. Evitate le associazioni

**NON SPRECA
DENARO**



**NON SPRECA
CIBO**



**NON SPRECA
TEMPO**



**NON SPRECA
ENERGIA**



**NON DIMENTICATE
DIO**



inutili ed eccessive con tutti. Molti di voi si sono allontanati dalle vecchie amicizie e dai vecchi contatti. Le persone sono arrivate dall'America, dal Giappone e dalla Russia, lasciandosi alle spalle i genitori o altri parenti. Perché, allora, dovrebbero coltivare qui nuovi rapporti con gli altri? **Rimanete in solitudine il più possibile. Mantenete la vostra mente pura. Non c'è bisogno di essere coinvolti in conversazioni inutili con gli altri: parlate di meno, pensate di più.** Coltivate questa abitudine. Le frequentazioni inutili con gli estranei avranno gravi conseguenze. Avrete notato, nella rappresentazione teatrale messa in scena ieri sera dagli studenti, come una persona sia finita nei guai a causa della sua frequentazione con alcune persone indesiderabili. Alla fine, ha riconosciuto la verità e ha sentito che la sua mente era stata avvelenata dalla frequentazione con persone cattive. Non bisogna incolpare gli altri. Il suo errore è stato quello di non mantenere le associazioni con le persone buone. Piangeva per la sua follia di essersi unito a cattive compagnie. Unirsi a una cattiva compagnia e soffrire significa distruggere se stessi. Mantenete i vostri rapporti con chiunque al minimo indispensabile e non abbiate rapporti prolungati. **Gli aspiranti spirituali autentici dovrebbero essere particolarmente attenti a evitare le cattive compagnie.**

Non illudetevi di essere molto preparati; con un sentimento egoistico, voi pensate di insegnare agli altri la spiritualità. Ma che cosa sapete? Che cosa potete insegnare agli altri? **Prima di tutto, chiedetevi se avete la capacità e la conoscenza per predicare agli altri: questa autoindagine è molto importante. Per questo, la fiducia in se stessi è estremamente essenziale.** Anche l'autoprotezione è

necessaria, così come l'autorealizzazione. Bisogna creare un ambiente favorevole al progresso spirituale e alla pace mentale. Questa è l'unica cosa che vuole Swami; non Mi aspetto nient'altro. Venendo a Prashanti Nilayam, dovete diventare esseri esemplari. Gli estranei devono rendersi conto di come gli studenti e i devoti Sathya Sai conducano una vita esemplare, pura e pacifica. Il riconoscimento di essere devoti esemplari non è per Me, ma questo buon nome è per voi.

In verità, Io non ho devoti. Voi potete definirvi devoti Sathya Sai. **Tutti appartengono a Me. Io appartengo a voi e voi appartenete a Me. Comprendete e rafforzate questo rapporto. Questo è il Mio unico desiderio.**

Non mi piace che si festeggi il mio compleanno o che si facciano grandi decorazioni per l'evento. Questa ostentazione non fa bene a nessuno. Adottate un atteggiamento pratico nei confronti della vita spirituale. **Non è sufficiente che sviluppate e sperimentate sentimenti sacri in questo giorno di buon auspicio, ma dovete andare nel mondo e diffondere questi sentimenti sacri tra gli altri.** Non perdetevi tempo in semplici chiacchiere. La vostra devozione non deve limitarsi alla permanenza a Prashanti Nilayam, ma deve estendersi al mondo esterno e deve essere condivisa con gli altri. Swami è al di sopra di ogni distinzione di casta, religione o lingua. Ricordate, la casta dell'umanità, la religione dell'amore e la lingua del cuore: questi sono i principi che sostengo. Sperimentate questa Verità e condividete la vostra gioia con gli altri.

Sri Sathya Sai Baba

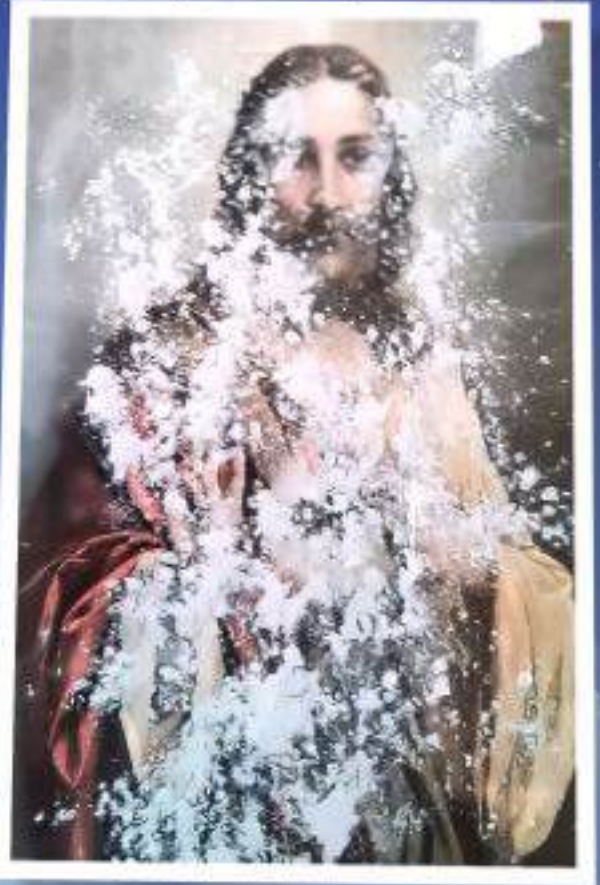
23 novembre 1997





Esperienze dei
Devoti

Il Solo Medico Che Può Garantire una Guarigione Permanente



ERA IL 22 NOVEMBRE 1979, LA VIGILIA DEL COMPLEANNO DI BABA. Finalmente eravamo arrivati a Puttaparthi! Io, mia moglie e mio figlio avevamo affrontato tanti problemi per arrivare qui. Appena entrati, Baba terminò il Suo discorso e iniziò un *bhajan*. Quando sentimmo la Sua bellissima voce, lasciammo i bagagli incustoditi e corremmo verso la sala dell'assemblea, che in seguito sapemmo essere il rinomato Auditorium *Purnachandra*. Lì Egli stava cantando un melodioso *bhajan* e un coro di migliaia di voci lo seguiva con devozione. **Eravamo sopraffatti dalla presenza divina e non riuscivamo a crederci.**

Scoprire la Divinità nella Disperazione

Solo tre anni prima, ero un ateo militante. Mi dispiaceva per coloro che credevano in qualcosa che non fosse materia palpabile. A quel tempo, era più probabile che mi recassi a Mosca per seguire un corso sul materialismo dialettico piuttosto che andare a Bangalore, una città di cui non conoscevo nemmeno il nome, per incontrare un certo 'Baba'.

Ma il 22 dicembre 1976, arrivò la fatidica diagnosi per mio figlio malato :

"Dottor Bravo, suo figlio ha un'anemia emolitica congenita, tipo S e T, di grado severo. La sua prognosi è molto incerta e probabilmente seguirà un decorso molto doloroso a causa delle complicazioni che lei, come pediatra, conosce perfettamente."

“C’è un solo Dio, quindi ti ho ascoltato. Sono sempre stato con voi. Vi ho portati tutti qui.”

Sentivo che il mondo stava crollando intorno a me. Pensavo che questo potesse accadere agli ‘altri’, ma perché proprio a me? Naturalmente, ora conosco la risposta: **Baba mi stava riportando sulla retta via attraverso la sofferenza, che era il prodotto delle mie azioni passate, cioè del *karma*** che, in precedenza, avevo così spesso deriso. Questi concetti erano allora filosoficamente inaccettabili per me, data la mia formazione dialettica materialista.

La disperazione e l’impotenza mi fecero accettare a malincuore tutte le opzioni di guarigione alternativa che Manuela, mia moglie, mi suggeriva, dagli stregoni agli operatori di pseudomiracoli che, tuttavia, alla fine finirono per deluderci e sviarci. Era il 1977 e avevo già ‘divorato’ tutta la letteratura esoterica e spirituale che mi era capitata tra le mani. Ero stato introdotto al termine ‘Avatar’ ed ero diventato un credente in quel concetto. **Così, quando “per caso” venni a sapere dell’esistenza dell’Avatar, credetti immediatamente che Sai Baba fosse Dio incarnato e divenni Suo devoto.** Non avevo dubbi! Ero sorpreso di me stesso per la mia accettazione immediata e incondizionata di questo concetto! Un breve articolo su una rivista con la foto di un uomo, che alcuni dei miei ‘amici spirituali’ trovavano strano e ridicolo, fu più che sufficiente per convincermi a diventare un devoto di Sathya Sai Baba!

La guida spirituale di questo gruppo di amici aveva cercato di guarire mio figlio, ma la malattia era solo peggiorata. Anche i medici avevano perso le speranze. Alla fine, tutti dissero che solo Dio poteva guarirlo. “Allora solo Baba può farlo”, dissi ad alta voce con convinzione. La guida cercò di

dissuadermi, dicendo che, non riuscendo egli a guarirlo, non poteva certo farlo Sai Baba. Ma io ero deciso a provarci.

Sconfortato e Ferito a Puttaparthi

Settimane dopo, usando il denaro che avevo risparmiato per l’acquisto di una casa, Waltercito (mio figlio, chiamato anche Walter Jr.), Manuela e io partimmo per l’India senza conoscere l’inglese e senza sapere come trovare Baba in un Paese così vasto. Inoltre non conoscevamo nessun peruviano che avesse già fatto un pellegrinaggio del genere!

Quando finalmente arrivammo a Puttaparthi, eravamo tre minuscoli puntini in un mare di devoti che erano giunti a celebrare il Suo Compleanno. Come potevamo parlare con Swami? Prima di lasciare Lima, ci era stato detto che Baba, dopo il Suo Compleanno, avrebbe lasciato l’*ashram* per oltre un mese. Quindi, dovevo trovare un modo per attirare l’attenzione di Swami, anche se ero deciso ad aspettare mesi o addirittura anni, se necessario, per chiederGli di guarire nostro figlio di quattro anni.

Il giorno del Suo Compleanno, Baba uscì in jeep per inaugurare un tempio nel villaggio. Pensammo che fosse l’ultima possibilità di vedere Swami prima che partisse e ci mettemmo a seguirLo, correndo con nostro figlio in braccio. I volontari e la polizia ci impedirono di avvicinarci al veicolo, ma noi persistemmo ostinatamente mostrando a Baba il nostro bambino. Alla fine Egli ci parlò, ma in inglese! Non capimmo né il Suo inglese né i Suoi gesti con la mano. Era tale la nostra disperazione che creammo confusione, non essendo pronti a lasciarLo senza aver capito ciò che aveva detto. Ma

“*In quel colloquio Baba disse a tutti che era molto felice perché i devoti lì riuniti erano stati con Lui quando era venuto come Rama, Krishna e Shirdi Sai.*”

Swami passò oltre. Nella mischia, il sariche un devoto aveva prestato a Manuela si strappò completamente. Non avevo mai provato a imparare l'inglese perché lo consideravo la lingua ufficiale dell'“imperialismo”, ma ora era anche la lingua di Dio! Considerai questa triste situazione come il simbolo della distanza tra me e la spiritualità.

Quella sera, mentre tornavo al nostro alloggio in una scuola a circa 1,5 km dall'*ashram*, inciampai e un pezzo di vetro mi si conficcò nel tallone del piede destro. Provai un forte dolore e la mia scarpa venne inondata di sangue. Pioveva a dirotto e gridai ad alta voce a mia moglie, che era tornata all'alloggio molto prima, sperando che rispondesse. Non servì a nulla. Improvvisamente, nel buio profondo della notte, fui sorpreso di sentire una voce dolce e giovanile che diceva in spagnolo: “Le serve aiuto?” Che gioia in mezzo al dolore! C'era qualcuno che parlava spagnolo in quel luogo di confusione.

Il Dono di Baba di un Interprete

Risposi: “Sì, ho un taglio al piede e non posso camminare. Ma lei chi è?”

“Mi chiamo Juan Carlos e vengo da El Salvador”, disse. “Si appoggi a me e l'aiuterò. E lei da dove viene?”

“Vengo dal Perù e sono con mia moglie e mio figlio malato. L'ho portato per farlo vedere a Baba, ma non è stato ancora possibile. Ho saputo che domani partirà e non so che cosa fare...”

“Ma chi gliel'ha detto? Di solito Swami rimane qui per un po' di tempo e poi va a Bangalore.”

Questo bastò a risollevarmi il mio spirito e quasi dimenticai il dolore poiché la speranza mi inondò di nuovo. Arrivammo

all'alloggio, dove un medico americano mi visitò e rimase sorpreso dalla gravità del taglio. Mi curò con un primo soccorso e mi consigliò di andare all'ospedale dell'*ashram*. Lì, il medico che mi visitò disse che la ferita aveva bisogno di suture multiple. Gli risposi di farlo senza anestesia perché ero fortemente allergico agli anestetici locali. A quel punto, Juan e il medico rimasero strabiliati: diedi al medico un pacchettino di *vibhuti* che era stato distribuito nell'*ashram* quel pomeriggio e dissi: “Non si preoccupi! Applichi questa cenere sulla ferita e proceda con quello che deve fare. Baba si occuperà del resto.” Dopo un attimo di esitazione, il medico procedette e infine mi dimise, dicendomi di non alzarmi per otto giorni e di prendere antibiotici e antidolorifici. Da quel giorno, Juan Carlos fu il nostro interprete fino al giorno della nostra partenza.

Una Promessa Divina

Il pensiero di otto giorni a letto senza vedere Baba era angosciante e insopportabile. Così decisi di saltare quella parte della prescrizione del medico. Quando lasciai l'ospedale, chiesi a Juan Carlos di venirmi a prendere alle 4 del mattino per andare al fausto canto dell'*Omkaram* e della *Suprabhatam* nel *mandir*.

Dopo le preghiere del mattino, ci dirigemmo all'Auditorium *Purnachandra*, dove Swami doveva tenere un Discorso. Vedendo una benda macchiata di sangue, i volontari mi fecero sedere proprio davanti al palco. Quando uscì, Baba parlò a un devoto straniero e poi si diresse verso di me. Non so che cosa disse, ma Gli risposi con grande trepidazione e disperazione che mio figlio era malato e che Lui doveva aiutarlo. Swami pose di nuovo la domanda e io insistetti nel dare la risposta, mostrandogli, questa volta, la foto di mio figlio. Baba rispose:

“Lo so, lo so”, e per la terza volta mi fece la stessa domanda, che semplicemente non capii. Juan Carlos mi disse a bassa voce che Swami mi stava chiedendo da quale Paese venissi. Allora risposi: **“Dal Perù, Baba.” Egli continuò: “Ti darò un’udienza privata.” Quando ciò fu tradotto, rimasi senza parole per la gioia e piansi come un bambino.**

Andò più avanti e continuò a dare il *darshan*. Alla fine, tornò da me e mi chiese le lettere. Ancora una volta, non capii nulla di ciò che Swami aveva detto, ma, quando Juan Carlos me lo tradusse, mi ricordai della borsa con le lettere dei devoti del Perù che avevo appoggiato dietro di me contro la parete. Nonostante la mia convinzione che Egli fosse Dio, fui colpito dal fatto che Baba sapesse delle lettere, che non avevo nemmeno menzionato a Juan! Glielne consegnai prontamente e Baba amorevolmente le accettò.

La mia ferita al piede guarì completamente il quarto giorno senza lasciare nemmeno la minima traccia. Non mi concessi alcun riposo perché Baba poteva chiamarmi per un colloquio in qualsiasi momento e non dovevo perdere nemmeno un *darshan*. L'unica medicina che usai una volta al giorno fu la *vibhuti*.

Dodici giorni dopo, fummo benedetti con due udienze in giorni successivi! In quelle due beate sessioni del 4 e 5 dicembre 1979 accaddero tantissime cose!

Faccia a Faccia con Dio

Quando iniziò il memorabile colloquio, Swami cominciò chiedendoci: *“Che cosa dicono i medici?”* Senza nemmeno aspettare la risposta, Egli materializzò per mio figlio un medaglione con la Sua immagine, concedendogli così una protezione permanente. Dicendoci di non toglierglielo mai, Egli continuò affermando che Waltercito, mio figlio, sarebbe guarito. **Ci assicurò anche, amorevolmente, che si sarebbe preso cura di tutto e che era sempre stato con noi.** Ci diede poi dei pacchetti di *vibhuti* dicendo di darli al bambino, mattina e sera, con un po' d'acqua.

Poi Baba indicò Manuela, dicendo: *“Lei Mi ha pregato.”* Imitò la voce di Manuela che piangeva e pregava un'immagine del Sacro Cuore di Gesù mentre teneva in braccio Waltercito. Manuela reagì bruscamente: *“Non ho pregato Te, ho pregato Gesù.”* Baba rispose dolcemente: ***“Sì, ma c'è un solo Dio, quindi ti ho ascoltato. Sono sempre stato con voi. Vi ho portati tutti qui.”*** Dopo di che, Baba fece un movimento circolare con il palmo della mano e creò la *vibhuti*. Manuela pensò che, sicuramente, Egli la stesse tirando fuori da sotto la manica. Proprio mentre le veniva in mente questo pensiero, Baba si girò, le sorrise e tirò su le maniche per dimostrare che non c'era nulla di nascosto.



Luis Muñiz (Presidente dell'Organizzazione Sai del Messico) cominciò a dire a Baba: "Swami, in Perù..."

Egli lo interruppe e disse: "Sì, sì, sì, in Perù ci sono molti devoti di Swami e non c'è un Centro Sai." Indicò Manuela e me e, in segno di benedizione, ci disse: "Vi benedico e vi autorizzo a fondare il primo Centro Sai in Perù." Dette istruzioni a Luis Muñiz di aiutarci con tutti i preparativi necessari per avviare il Centro.

Poi, ci fornì molte bustine di *vibhuti* come medicina per il nostro piccolo, dicendo di prenderla con l'acqua ogni mattina e sera. Walter Junior promise sinceramente a Swami che avrebbe fatto tutto ciò che gli aveva detto. Alla fine del colloquio, Manuela chiese a Swami che cosa fare quando la *vibhuti* sarebbe finita. Swami rispose: "Non preoccupatevi, non vi mancherà mai nulla."

Cascata di Vibhuti e Benedizioni nel Colloquio

Quando Swami disse che non ci sarebbe mai mancato nulla, pensammo che si riferisse alla *vibhuti*. **Più tardi, capii che, quando Swami dice che non mancherà nulla, intende qualsiasi cosa!** Pensammo anche che forse la *vibhuti* ci sarebbe stata mandata attraverso qualche devoto di ritorno in Perù. Ma non conoscevamo nessuno del Perù che sarebbe andato in India.

La risposta la ottenemmo nel marzo del 1980, quando la *vibhuti* cominciò a sgorgare da due delle numerose foto di Swami che coprivano praticamente tutte le pareti della nostra casa! Con grande gioia comunicammo ai devoti che conoscevamo il miracolo di Baba. Un mese dopo, il miracolo si ripeté nelle stesse foto. Infatti, da una di esse, la *vibhuti* cadde a terra come pioggia! Quando Manuela allungò la mano per prenderla, non ne cadde nemmeno un granello su di lei! Cercai di fare lo stesso, ma la *vibhuti* sfuggì anche a me. Anche i nostri figli Miguel, Carmen e Oscar ci provarono, con gli stessi risultati. Infine, chiedemmo a Waltercito di stendere

la mano e immediatamente la sua mano si riempì della sacra *vibhuti*. Il messaggio era chiaro: la *vibhuti* era per lui!

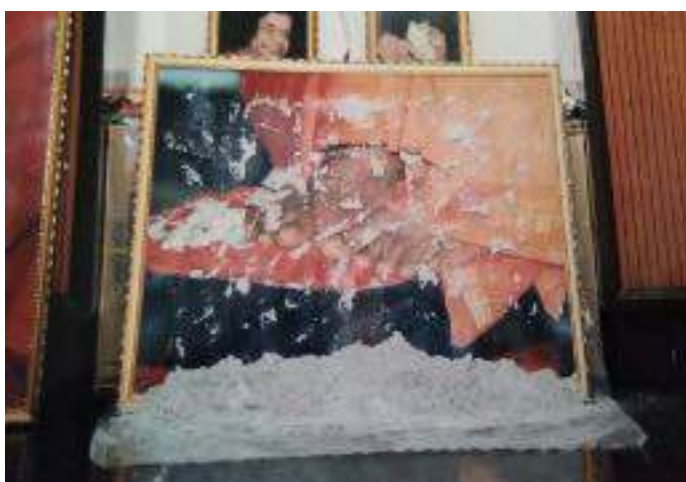
Il 27 maggio 1980 fu fondato il primo Centro Sai del Perù con 52 membri. Verso agosto o settembre, la manifestazione della *vibhuti* si interruppe. Nel novembre dello stesso anno, ci recammo in India per la seconda volta come delegati alla Terza Conferenza Mondiale delle Organizzazioni Sai. Durante quel soggiorno, Swami ci concesse tre udienze. In una di esse, chiamò noi tre, Waltercito, Manuela e io, nella stanza dei colloqui privati, ci fece inginocchiare davanti a Lui. e **ci insegnò amorevolmente riga per riga a cantare il Gayatri mantra**. Sentimmo in cuor nostro che Swami ci aveva così iniziati e accettati come Suoi devoti.

Ci recammo ancora da Lui nel 1982 e Swami ci benedì di nuovo con dei colloqui privati.

Altri Miracoli della Vibhuti

Nel 1986, Waltercito ebbe ricorrenti episodi dolorosi causati dalla sua malattia. Poiché la medicina occidentale non riusciva ad alleviargli le sofferenze, lo portammo da un medico cinese, nostro amico, che, oltre all'agopuntura e alla moxa, gli prescrisse erbe e medicine cinesi. Pur sapendo che eravamo vegetariani, egli disse a nostro figlio di mangiare carne, altrimenti non avrebbe potuto continuare a curarlo. Waltercito lo ascoltò, ma, una volta che il medico se ne fu andato, il nostro bambino, che aveva 10 anni, cominciò a piangere. Disse che avrebbe preferito sopportare il dolore piuttosto che mangiare carne, cosa che Swami aveva fortemente proibito ai veri ricercatori spirituali. Rispettammo la sua decisione e non lo riportammo da quel medico.

Un paio di giorni dopo, il 14 marzo 1986, la *vibhuti* iniziò di nuovo a formarsi su uno dei quadri di Swami, come segno della Sua approvazione della decisione di nostro figlio.



Quello stesso pomeriggio, mentre cantavamo i *bhajan* davanti a quel quadro, Waltercito iniziò a gridare dal bagno dicendoci che, da un piccolo dipinto appeso lì, fuoriusciva della *vibhuti*. Di nuovo, il 16 marzo, l'altro nostro figlio Oscar cominciò a gridare eccitato: "*Vibhuti! Vibhuti!*" La cenere sacra stava ora sgorgando dall'immagine di Cristo.

Questo miracolo ebbe un significato speciale per Manuela: mia moglie aveva sempre temuto che la sua devozione a Baba fosse un tradimento spirituale verso Cristo. **Con questo miracolo, l'apparente dualità finì, ed ella comprese l'unità di tutte le religioni, che tutti i nomi e tutte le forme appartengono a Dio.** I miracoli della *vibhuti* continuarono. Dopo un po', anche l'*amrita*, o nettare, cominciò a trasudare dalle immagini. Queste furono esperienze tangibili che condividemmo con altri devoti. **Ma ciò che non si può condividere sono gli intimi sentimenti di devozione provati da ogni devoto che ha assistito alla manifestazione dell'onnipresenza, dell'onniscienza e dell'onnipotenza di Swami.**

Il Cristo dei Giorni Odierni

Nel 1988, durante il nostro soggiorno a Puttaparthi, Swami ci benedisse concedendoci tre udienze. In una di esse Egli, come Gesù Cristo, fece camminare uno zoppo! Un uomo era entrato nella stanza dei colloqui su una sedia a rotelle, ma ne uscì mano nella mano con Baba. Io Gli aprii il cuore ed elencaii le mie preoccupazioni, soprattutto riguardo a Waltercito. **Swami disse: "Perché preoccupitanto quando lo sono sempre conte? Si felice!"** Poi diede un delicato pizzicotto alla guancia di Waltercito e disse più volte: *"Bravo ragazzo. Bravo ragazzo."* Poi ci disse che gli avrebbe dato una guarigione permanente. Alla fine del colloquio, la macchina fotografica di Manuela aveva esaurito la pellicola e non poteva scattare altre foto. Ma, prima di andarsene, Baba le disse: *"Fai una foto a Me"*, e si sedette sulla Sua sedia. Manuela si chiese: "E ora, che cosa farò? Non ho più pellicola." Comunque si alzò e scattò la foto. Fu un miracolo, perché la macchina funzionò. Quando uscimmo, non funzionava più!

Il 30 giugno 1989, giorno del quattordicesimo compleanno di Walter Jr., la *vibhuti* cominciò a sgorgare dall'immagine di Swami a figura intera sopra il suo letto, dopodiché trasudò talmente tanta *amritha* che ne riempimmo alcuni vasi! Registrammo in un video anche questo evento. Era chiaro che Swami si riferiva a qualcosa di più profondo quando aveva promesso una "guarigione permanente" per Waltercito.

L'Amore Speciale di Swami per Waltercito

Nel novembre del 1990, mi recai in India con Waltercito, senza Manuela.

In quel colloquio, Baba prese mio figlio sulle ginocchia e gli chiese: *"Che cosa vuoi, ragazzo?"* Walter Jr. rispose mentalmente: "Voglio la liberazione."

In seguito mi disse che non lo aveva detto ad alta voce perché sapeva del mio attaccamento a lui. Baba cominciò a fare il suo solito movimento della mano e Walter Jr. poté vedere che, nella mano di Baba, si stava formando una piccola luce





Nella fotografia qui sopra, Walter Jr. è in piedi dietro l'angelo vestito di bianco, scattata dopo l'esibizione dei bambini nel Natale del 1990. La foto è stata firmata da Baba. Nel 1993, da questa foto è scaturita la vibhuti.

bianca a spirale. Quella luce divenne una seconda medaglia, molto simile alla prima materializzata nel 1979.

In quel colloquio, Baba disse a tutti che era molto felice perché i devoti lì riuniti erano stati con Lui quando era venuto come Rama, Krishna e Shirdi Sai. Li benedisse e disse loro che avrebbero avuto tutti una morte serena, serena, serena come ricompensa.

La Guarigione Permanente di Waltercito

Nel 1995, la salute di Waltercito peggiorò molto. La sua milza si era molto ingrossata a causa dell'anemia. Aveva perso molto peso e riusciva a malapena a camminare. Io ero molto addolorato e angosciato perché il minimo avvenimento poteva porre fine alla sua vita.

Un medico decise di fare un'embolizzazione, ma le cose andarono male. Waltercito sviluppò una sepsi e dovette essere sottoposto a un intervento chirurgico d'urgenza. Fu necessario rimuovere la milza che aveva assunto le dimensioni di una zucca. Il dolore divenne più acuto e più frequente. Waltercito pensava che tutto questo derivava dal fatto di non aver

obbedito a Swami, che qualche anno prima gli aveva detto di non farsi operare. Ma, nel 2000, quando cercò risposte da Swami, Baba gli apparve in sogno e gli mostrò le azioni che aveva commesso in una vita precedente e che avevano generato un *karma* che doveva essere risolto nella vita attuale.

Il 2 ottobre 2004, Walter Junior lasciò il corpo serenamente, tenendo i medaglioni di Baba nelle sue piccole mani. Avrebbe dovuto recarsi in India il 4 ottobre con i suoi genitori. **Prima che il corpo fosse portato al crematorio, sulla sua fronte si formò una macchia di *vibhuti*. Per noi, ciò fu la conferma che ora era libero e felice al fianco di Baba.**

L'amorevole ricordo che abbiamo della sua cremazione è una sala piena di devoti che cantano i *bhajan* con forza, devozione e amore, cosa che ci riempie il cuore di gioia. Anche i compagni di università di Walter Jr., che non erano devoti, parteciparono ai *bhajan*.

È appropriato includere in questo articolo la lettera che Waltercito aveva scritto. La lettera fu letta dopo il funerale. Ascoltandola, quel giorno tutti piansero.

Lettera Scritta da Walter Bravo Jr.

"Cari fratelli e sorelle, genitori e familiari,

Carmen mi ha comunicato che mi è stata diagnosticata un'epatite autoimmune. Ora che è iniziata la cirrosi, ho deciso di scrivere a tutti voi per farvi comprendere come stanno le cose per me.

Innanzitutto, capiate che sono tranquillo, anche più di prima. Qualche tempo fa, ho voluto verificare se potevo unirmi a Dio. Ma non preoccupatevi: anche se è vero che sono fisicamente stanco a causa dell'anemia e dei tipici dolori che accompagnano la mia malattia, sono felice. Carmen e il resto della famiglia vedono la mia espressione di stanchezza, che potrebbe essere interpretata come sofferenza, ma non è così. Il mio corpo soffre, ma, come dico a Fran e Ciro, non bisogna farci molto caso, perché la mente vuole farti credere che tu sei il corpo, ma la verità è che sono felice.



In secondo luogo, è difficile capire il Divino. Anche se questa vita che mi ha dato sembra crudele e dura, **in realtà è l'amore di Dio che si manifesta in ogni circostanza.** Lo ringrazio per avermi fatto ricordare questo. La nostra famiglia può ricordare il Suo messaggio e ciò ci dà speranza. Anche se vivere questa malattia è difficile, Egli non darà più dolore di quanto si possa sopportare. Per quanto riguarda la mia vita, Gli ho chiesto di affrontare queste prove mentre ho la benedizione di conoscerLo e quanto è più facile superarle con il Suo aiuto.

Poco fa ho letto che Baba dice, che se la separazione dal Divino sta per finire, non ci deve essere uno squilibrio karmico e nessuna malattia in sospeso. Per me è un bene che ci siano più malattie, perché significa che Dio sta accelerando il mio *karma* per rendere la mia separazione da Lui ancora più breve.

Terzo, cari genitori, fratelli e sorelle, dovete sapere che questa malattia è arrivata quando ero pronto a riceverla. Per molti anni, mi sono preparato a sopportare un forte dolore e le cose spiacevoli che un tempo temevo, ma ora sono pronto a riceverle con felicità. È meraviglioso aver conosciuto tutti voi e questo rende felice anche me. **La mia malattia terminale mi rende felice perché, quando penso alla morte, so che è qualcosa di naturale che deve accadere a tutti. Mi fa pensare sempre a Dio** e ora mi rendo conto di quanto tempo ho sprecato.

Infine, ricordate che Baba (nel colloquio quando ero bambino) ha detto che sarei guarito e sarei stato completamente normale. Quindi,



non preoccupatevi di qualcosa che sparirà con il corpo. Baba mi sta guarendo dalla mia ignoranza e questo aiuterà gli altri a credere nella Sua grandezza e nella Sua divinità. Questa è la ragione per essere tutti felici.

Anche se Baba non guarisce il mio corpo, non è perché non sia sincero, ma perché parla in termini divini. È molto probabile che la guarigione che mi ha offerto non sia per il corpo. Se è così, c'è motivo di festeggiare perché significa che mi guarirà dalla mia ignoranza e che conoscerò il mio vero Sé.

Voglio chiarire a tutti coloro a cui scrivo che non sto cercando di affermare che sono illuminato, che sono stato in grado di scoprire i miei difetti e il mio ego che fanno ancora molto parte di me. Sono ancora molto attaccato alla mia famiglia e anche alla mia famiglia Sai. Si può dire che ciò sia naturale, ma dobbiamo ricordare che questo attaccamento deriva dall'identificazione con il corpo. Questo amore esiste perché crediamo che essi tutti siano nostri, vale a dire esserci identificati con i loro corpi e le loro menti. Come vedete, devo ancora fare molti aggiustamenti prima di poter realizzare Dio.

Tuttavia, tutte queste prove sono utili per migliorare se stessi. Possiamo prendere ciò che impariamo nei libri degli insegnamenti di Swami, metterli in pratica nella nostra vita e custodirli nel cuore. Allora questa conoscenza diventa una benedizione. **Dobbiamo sempre tornare alla verità secondo cui non siamo il corpo, la mente o l'intelletto; piuttosto, siamo l'Atma, il Sé. L'Atma non muore, non cambia e non declina.**

In questo modo, possiamo sempre essere felici nonostante ciò che accade al nostro corpo. Usate il corpo per praticare il non attaccamento. Non prego Swami di guarirmi o di migliorare la mia salute. Questo è nelle mani di Swami. Se volete pregare e volete che la vostra preghiera sia fruttuosa, pregate di essere alla fine più vicini all'unione con Dio rispetto all'inizio.

In un colloquio, Baba mi ha detto: *"Non preoccuparti, sii felice."* Che cosa fareste se Dio vi ordinasse di essere felici? Non vi chiede di fare nulla di impossibile. In altre parole, la forza di essere felici è dentro di noi, indipendentemente da ciò che può accadere. Bisogna cercare di scoprirla. **L'ordine di Swami non era solo per me, ma anche per mio padre, che era presente al colloquio, e per tutti voi che state leggendo questo scritto.**

Quindi, siate sempre felici e lasciate che Baba vi benedica e vi protegga."

Walter Bravo Jr.



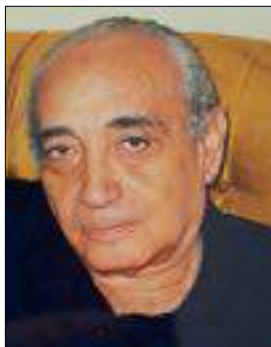
Walter, Waltercito e Manuela

La morte di mio figlio lasciò un grande
 VUOTO NELLA MIA VITA E NON SAPEVO CHE COSA
 fare. Mi scagliai con rabbia contro Swami.

Dissi a Manuela che non avrebbe dovuto portare le ceneri di Waltercito in India, come lui aveva desiderato.

Ma, il 4 ottobre 2004, due giorni dopo la sua MORTE, IL TELEFONO SQUILLÒ MOLTO PRESTO AL mattino. Era Leonardo Gutter, un fratello Sai vicino alla famiglia, che ci chiamò per dirci che quel giorno, durante la sua meditazione, Baba gli aveva detto: "Walter è arrivato bene ed è giunto in tempo." Questa affermazione mi confortò e tornai in me. Mi recai in India con le ceneri di Walter Jr. e andai da Swami, che mi chiamò a Sé. Piansi e cercai il Suo perdono per aver reagito in modo sbagliato. Swami mi sorrise e mi benedisse amorevolmente.

dottor Walter Bravo Sr.
PERÙ



***Il dottor Walter Bravo, Sr.** era un pediatra praticante in Perù. Era un ardente devoto di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba e, sotto la Sua guida, aprì il primo Centro Sai in Perù nel maggio del 1980. Il 21 giugno 2006, il dottor Bravo si è unì serenamente a Baba. Ha esercitato la sua professione fino alla fine e ha incoraggiato i suoi colleghi medici a servire i bisognosi nei villaggi più remoti e poveri. Queste le parole dei suoi figli: "Nostro padre era un padre meraviglioso, un amico e un devoto di Dio, che soprattutto ci ha trasmesso l'amore per Swami. Oggi anche i suoi nipoti seguono il sentiero spirituale e partecipano attivamente all'Organizzazione Sai del Perù."*



La Ricchezza Più Grande

Qual è la ricchezza della santa donna Anasuya (moglie del Saggio Athri), che trasformò la stessa Trinità (Brahma, Vishnu e Maheshwara) in semplici bambini?

Qual è la ricchezza della nobile signora Damayanthi che ridusse in cenere il miserabile Vyadha, quando cercò di molestarla?

Qual è la ricchezza di madre Janaki (consorte di Sri Rama), che si gettò nel fuoco con devozione e senza esitare, uscendone vittoriosa con un sorriso?

Qual è la ricchezza della regina Chandramathi (moglie del re Sathya Harishchandra), che servì con gioia nelle case altrui come umile serva per amore del marito che aderiva alla verità?

Qual è la ricchezza della casta principessa Savitri (moglie del re Satyavan), che riportò in vita suo marito compiacendo il Signore della morte (Yama)?

Qual è la ricchezza sulla terra che conferisce tutto?

O donna, una così nobile castità è davvero la tua ricchezza.

Quale altro ornamento è più grande di questo?

In questa festa, a Puttaparthi, del Compleanno di Sathya Sai, prendete il *prasad* (offerta santificata) delle Sue dolci parole e siate benedetti con lunga vita, salute e felicità, figli, nipoti e amici. Superate le distrazioni del mondo e realizzate il Signore Supremo.

Sri Sathya Sai

Prasanthi Nilayam.
Puttaparthi.



USA

Love All Serve All (LASA) Il Camioncino del Cibo Serve Amore con Limonata

Il Camioncino del cibo ha rivoluzionato il panorama della ristorazione rendendo accessibili ai 'buongustai' di tutto il mondo pasti freschi e di alta qualità. Tuttavia, è ironico che Los Angeles, che ha più camioncini del genere di qualsiasi altra città degli Stati Uniti, abbia anche più affamati e senz'altro di qualunque altra nel Paese oltre a New York! Se un camioncino del cibo può servire i clienti, non può anche essere utilizzato per servire gli affamati e i bisognosi? Questo è stato il pensiero ispiratore di un gruppo di devoti della SSSIO-USA, Regione 8, che ha deciso di provare questa idea.

Sembrava un concetto semplice. Affittare un camioncino per il trasporto di cibo, trovare volontari che preparino i pasti, guidare il camioncino in diverse zone di Los Angeles e servire chiunque ne abbia bisogno. Il primo ostacolo si è presentato quando il team ha scoperto che era necessaria una licenza per gestire un camioncino del genere, e noleggiare un mezzo dagli operatori commerciali aveva un costo proibitivo. Preghiere e sforzi sinceri hanno portato il team al camioncino di Govinda e Shant Atma, una bella coppia che da oltre 30 anni serve pasti caldi vegani agli studenti della UCLA (Università della California, Los Angeles) che non possono permettersi del cibo. **È stato un incontro voluto dal cielo. È nato il camioncino "Love All Serve All" (LASA).**

È stato concordato un menu a base di pasta vegana e formaggio con verdure nutrienti, un contorno di croccanti patatine di mais e limonata fresca. Il progetto è iniziato domenica 18 agosto. Dopo aver esplorato diverse zone di Los Angeles per trovare quartieri poco serviti, tra cui quelli di Venice, Santa Monica, Los Angeles ovest e il centro di Los Angeles, il team ha individuato un'area



del centro città all'interno dei "Bassifondi" (un'area con molti senz'altro di strada) piena di persone affamate. Con le benedizioni di Swami, le ruote si sono messe in movimento. Avvolta dal calore dell'amore, la squadra, entusiasta e piena di energia, si è riunita alle 11 e si è messa in marcia con il camion della LASA, indossando magliette che evidenziavano la missione. Un signore che si è presentato come il "Sindaco dei Bassifondi"

ha aiutato la squadra a trovare un punto centrale per parcheggiare il camion. Non appena hanno parcheggiato e iniziato a prepararsi, le persone si sono messe in fila per il cibo: c'erano genitori e bambini, singole persone in bicicletta e in sedia a rotelle, e un uomo con un cane chihuahua di nome Rambo. Due volontari sono rimasti fuori dal camioncino per accogliere le persone e consegnare i pasti. Cinque volontari hanno servito amorevolmente pasta al formaggio, le patatine e la limonata in contenitori compostabili usa e getta, rispettosi dell'ambiente. **I clienti sono stati grati per il raro pasto caldo e ancor più per la limonata fresca e rinfrescante.** Nel primo giorno di attività, in soli 45 minuti, il team ha esaurito il cibo dopo aver servito 140 persone. Quanto avrebbero voluto i volontari avere più cibo da servire!

Ispirati da questo gratificante inizio del programma dei camioncini LASA, i volontari



della SSSIIO hanno deciso di continuare questo servizio ogni mese e di espanderlo per servire più persone con maggiore frequenza. **Domenica 15 settembre, il camioncino della LASA si è recato nuovamente nel centro di Los Angeles e ha servito con amore pasti a 275 persone.** Con le benedizioni di Swami e il sostegno dei volontari, a Los Angeles continuerà questo nobile e innovativo servizio.



TRINIDAD & TOBAGO

Sole, Mare e Sabbia con i Vip

Il 7 settembre 2024, l'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai di Trinidad e Tobago (SSSIOTT) ha svolto il suo progetto di servizio annuale per i membri della Blind Welfare Association (BWA - Associazione per il Benessere dei Ciechi) di Trinidad e Tobago. **Da oltre trent'anni, questo evento è una tradizione molto sentita nel calendario locale Sai: i devoti trascorrono una giornata di sole, mare e sabbia con i Visually Impaired Persons (VIPs - Disabili della Vista) sulla spiaggia di Mayaro, sulla costa sudorientale dell'isola.**

I VIP delle zone nord e sud della BWA sono stati prelevati e trasportati in autobus fino alle case sulla spiaggia. La giornata è iniziata con preghiere di apertura e canti devozionali da parte dei membri della SSSIOTT, **seguiti da toccanti esibizioni musicali e stimolanti interventi di VIP dai molteplici talenti.**



Dopo aver gustato un delizioso pasto, è stata formata una catena umana in acqua, che ha permesso ai VIP, accompagnati dai loro amici dell'organizzazione ospitante, di fare il bagno in sicurezza, circondati da volontari e bagnini. Prima di ripartire, i VIP hanno ricevuto pacchetti di assistenza e snack, e sono stati riportati alle loro sedi BWA.

L'evento di quest'anno ha accolto circa 150 VIP, compresi i loro familiari e 160 devoti Sai. Tra loro c'erano 40 Giovani Adulti che hanno svolto un ruolo fondamentale nel sostenere il progetto di servizio, assicurando ai VIP uno svago senza intoppi, piacevole e memorabile.

Per altre storie di servizio amorevole da parte di volontari provenienti da tutto il mondo, si prega di visitare il sito web di Sri Sathya Sai Universe:

<https://saiuniverse.sathyasai.org>

Sri Sathya Sai



Anno dell'Avvento

Conferenza Medica Internazionale Sai

3-4 settembre 2005

Già il 28 agosto 1976, in un Discorso tenuto presso il Suo Ospedale Generale di Whitefield (Bangalore, India), Bhagavan Sri Sathya Sai Baba rivelò i segreti per il successo dell'assistenza sanitaria e della pratica medica ideali.

“Devo anche far notare ai medici che prestano servizio qui che forse ancor più dei farmaci che prescrivono, le dolci e soavi parole che pronunciano e l'amore e la comprensione che dimostrano possono curare meglio e più rapidamente la malattia dei loro pazienti. Considerateli come vostri parenti e affini, come vostri ospiti speciali e come vostri amici più cari, e assisteteli con incessanti amore e attenzione. Vi invito a mantenere questo atteggiamento in ogni situazione. Ricordate che il paziente deve collaborare con voi affinché possiate praticare la cura e che, una volta guarito, egli vi darà soddisfazione, gioia e un senso di euforia. Per tutto ciò, siate grati al paziente.”

Ispirato da questa olistica e sacra visione, in occasione dell'80° anno dell'avvento dell'Avatar, il 3 e 4 settembre 2005 si tenne una storica Conferenza Medica Internazionale intitolata “Missione Sanitaria Sri Sathya Sai - Sanità Sai Ideale”, organizzata congiuntamente dall'Organizzazione Sri Sathya Sai Baba dell'India e dal Comitato Medico Internazionale dell'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai Baba (nome precedente dell'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai). **Sarebbe stata la prima conferenza al mondo a concentrarsi sui principi fondamentali dell'assistenza sanitaria fissati da Bhagavan Baba,**

dove si discusse delle sfide e dei risultati per fornire cure mediche con amore, compassione ed empatia. Alla conferenza parteciparono oltre 900 delegati, in rappresentanza di una notevole diffusione geografica di professionisti sanitari di alto livello provenienti da 27 Paesi.

Dettagliata Pianificazione e Preparativi

Nel novembre del 2004, Swami costituì il Comitato Medico Internazionale (CMI), stabilendo le linee guida per il suo funzionamento, con il dottor Narendranath Reddy quale primo Presidente. Entro un mese dalla sua formazione, il CMI era già nel vivo dell'azione, conducendo e coordinando i soccorsi e gli sforzi di riabilitazione per le vittime dello tsunami in tutto il mondo, specialmente in Asia. **Con questa partecipe esperienza d'impatto, il CMI si impegnò con umiltà per organizzare una conferenza unica nel suo genere, mai vista prima nel mondo.**

La pianificazione della conferenza iniziò durante il *Maha Shivaratri* del 2005 e cominciò a concretizzarsi dopo il *Guru Purnima* dello stesso anno. Venne creato un sito web speciale dove si registrarono i delegati di tutto il mondo che iniziarono ad arrivare a Prashanti Nilayam alla fine di agosto, anche se la maggior parte giunse l'1 e il 2 settembre. Nei due giorni della conferenza, ai partecipanti venne offerto alloggio gratuito e colazione, pranzo e cena. Il menu fu ampio e molto piacevole e, in entrambi i giorni, i delegati godettero di sontuosi trattamenti.

Ogni delegato ricevette anche una comoda valigetta contenente il materiale della conferenza, tra cui brochure e opuscoli sulla Missione Sanitaria Sri Sathya Sai Baba, con i dettagli del lavoro svolto dagli Ospedali Sri Sathya Sai e dalle Sue Organizzazioni in tutto il mondo. C'era anche un numero di "Swiss Med", una rivista di Medicina e Tecniche Mediche pubblicata in Svizzera, dedicato al lavoro svolto dall'Istituto Superiore Sri Sathya Sai di Scienze Mediche (SSSIHMS) di Bangalore e Puttaparthi. Un altro opuscolo, intitolato "Sainet", descriveva il massiccio

programma di prevenzione della malaria intrapreso in Kenia dal Trust Nazionale Sri Sathya Sai del Kenia, in collaborazione con il Governo di quello Stato.



Mostra della Sanità Ideale Sai

Prima dell'inaugurazione della conferenza, Swami benedisse tutti i delegati con il divino *darshan*. Il pomeriggio del 2 settembre, Egli riversò il Suo infinito amore e la Sua grazia su tutti per oltre un'ora e mezza.



La mattina del 3 settembre iniziò con la visita di Bhagavan alla sala espositiva. **Egli ispezionò l'intera mostra per quasi mezz'ora, prestando molta attenzione a tutti gli oggetti esposti. La mostra illustrava l'eccezionale lavoro svolto in tutto il mondo dalle Organizzazioni Sri Sathya Sai e dagli Ospedali Sri Sathya Sai nell'ambito della Missione Sanitaria Ideale Sai.**

Ogni visitatore della mostra non solo fu istruito su come vivere in salute, ma poté anche ammirare rare e deliziose fotografie del coinvolgimento diretto di Swami nella creazione e nella crescita dei templi di guarigione.

Inaugurazione della Conferenza con uno Scopo Elevato

La conferenza cercò di integrare e riaffermare gli insegnamenti di Swami sulla Scienza, l'Arte e l'Integrità della medicina e di promuovere questi nobili ideali come la 'SAIence' della medicina.

Questi ideali includono quattro principi primari:

1. Gli operatori sanitari dovrebbero considerare la natura e la sacralità della vita umana, il grande significato di sostenere la vita umana attraverso l'assistenza sanitaria **e rispondere di conseguenza non solo con le medicine e le procedure chirurgiche, ma, cosa più importante, con l'amore e la compassione.**
2. Le considerazioni economiche non devono impedire a nessuno di ricevere i massimi benefici dell'assistenza sanitaria.

Le risorse private e governative devono essere mobilitate per estendere i benefici dell'assistenza sanitaria, la 'Sanità Ideale Sai'.

3. L'assistenza sanitaria deve concentrarsi sulla prevenzione delle malattie, non solo sul trattamento delle stesse una volta che si sono manifestate.
4. Gli operatori sanitari, compresi quelli che svolgono ruoli di supporto, devono incorporare questi ideali nella loro pratica.

La conferenza fu inaugurata alla presenza divina di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba nel Sai Kulwant Hall. Il dottor Michael Goldstein, Presidente del Prashanti, Council, e il dottor A.N. Safaya, Direttore dell'SSIHMS, tennero il discorso di benvenuto e introduzione alla conferenza.

Il dottor Michael Goldstein parlò della missione sanitaria di Bhagavan, del suo ruolo come soluzione alle crisi sanitarie in molti Paesi e della necessità di una medicina umana nel mondo. Sottolineò come la sua vita e la sua salute avessero tratto beneficio dall'adesione ai consigli di Bhagavan su uno stile di vita sano. Dette inoltre il benvenuto a questa storica conferenza a un ampio gruppo rappresentativo di professionisti sanitari altamente qualificati. Il dottor A. N. Safaya parlò dell'importanza delle iniziative sanitarie di Swami nell'India rurale e menzionò alcuni dei recenti progetti all'avanguardia intrapresi dall'SSIHMS per promuovere un'assistenza compassionevole e amorevole ai pazienti. Sia il dottor Goldstein sia il dottor Safaya sottolinearono

che la strada per una migliore salute dei pazienti passa attraverso la fornitura di cure compassionevoli, amorevoli e olistiche.

Fece seguito il discorso dell'ospite d'onore, il dottor Alan Gradman. L'illustre medico ringraziò Swami per averlo portato ai Suoi piedi di loto e raccontò come **lui e il suo studio medico avessero incorporato gli insegnamenti di Swami nella loro vita e nel loro lavoro. Sottolineò l'importanza della compassione e dei valori umani nella vita e nel lavoro di Swami. Evidenziò l'importanza della compassione e dei valori umani nell'insegnamento e nella pratica della medicina.**

I delegati furono felicissimi di avere la fortuna di essere benedetti da Swami con il Suo soave Discorso Divino. Swami sottolineò l'importanza di liberarsi dalla coscienza del corpo e di concentrarsi invece sull' 'Io' fondamentale, che è divino, per servire meglio i pazienti. **Iniziò il Discorso assicurando che si sarebbe sempre preso cura di ogni singolo devoto, e dette spiegazioni molto dettagliate mettendo in evidenza che la persona più felice è quella che realizza la Verità secondo cui lo stesso Atma, eterno e immutabile è presente in ogni essere vivente.**

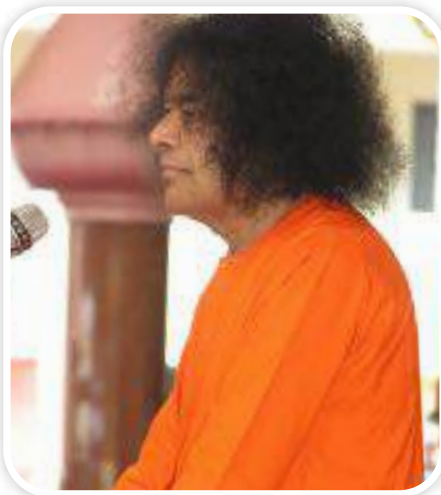
Swami sembrò rafforzare i commenti fatti in precedenza dal dottor Narendranath Reddy nel suo intervento mattutino: "Con il Suo stesso *Sankalpa*, Swami può guarire malattie incurabili, far camminare gli zoppi e far vedere i ciechi. Ha eliminato tumori incurabili

e ha riportato in vita i morti. Ma non è questo lo scopo per cui Swami è venuto. **Lo scopo della Sua venuta è elevare la nostra consapevolezza in modo da renderci conto di chi siamo.**"

Intensa Sessione Pomeridiana Conclusasi con il Divino Darshan

Nel pomeriggio, i lavori della conferenza si svolsero presso l'auditorium dell'Istituto di Istruzione Superiore Sri Sathya Sai (SSSIHL). Relatori di fama internazionale, esperti nelle loro rispettive professioni, tennero discorsi eccezionali e presentazioni intellettualmente e spiritualmente arricchenti. Le sessioni della conferenza vennero seguite da un ampio gruppo rappresentativo di professionisti della sanità, tra cui medici, personale infermieristico, leader nell'istruzione medica, amministratori della sanità, fornitori di attrezzature mediche e funzionari governativi.

Il dottor Narendranath Reddy, Presidente del Comitato Medico Internazionale, presentò una panoramica dei servizi sanitari resi dalle Organizzazioni Sri Sathya Sai d'oltremare, tra cui campi medici e veterinari, assieme al lavoro di soccorso in seguito al catastrofico tsunami del 2004 che colpì parti di territorio dell'India e del Sudest Asiatico. Successivamente, alcuni esperti tennero tre discorsi sui quattro pilastri dell'assistenza pediatrica, sul progetto Sainet in Kenia e sul ruolo delle aziende biomediche e farmaceutiche



Dr. Michael Goldstein



Dr. A.N. Safaya



Dr. Alan Gradman



Dr. Neelam Desai



Dr. A.S. Hegde



Dr. Keki Mistry



Dr. Anil Nanda

nel compiere progressi tecnologici nella fornitura di un'assistenza sanitaria ideale.

Dopo la sessione pomeridiana, tutti i delegati e i relatori vennero riaccompagnati nel Sai Kulwant Hall, dove Swami, per 90 minuti, benedisse tutti ancora una volta con il divino *darshan*. Un flusso ininterrotto di amore ed energia si diffuse da Swami, santificando la vita di tutti i presenti.

Stimolare le Teste e Toccare i Cuori

La sessione mattutina del 4 settembre iniziò nell'auditorium con la dottoressa Neelam Desai, Capo del Dipartimento di Chirurgia Cardiotoracica dell'SSSIHMS di Puttaparthi. La dottoressa presentò dati sorprendenti sui tipi e sul numero di interventi chirurgici effettuati presso l'Ospedale di Alta Specializzazione dalla sua apertura nel 1991. Il lavoro svolto negli ospedali di Swami testimonia che la Sanità Sai Ideale è qui e ora, e fornisce un'assistenza sanitaria terziaria specializzata e all'avanguardia, gratuita per tutti, indipendentemente dal colore, dal credo o dalla casta, ed è fornita con la massima umiltà, amore, compassione ed empatia.

Il dottor A.S. Hegde, Presidente del Dipartimento di Neuroscienze dell'SSSIHMS di Whitefield, presentò i servizi forniti in patologie critiche dal Dipartimento di Neurochirurgia. Citò un tasso di mortalità di appena l'1,39%, che è di gran lunga inferiore a quello registrato dai più rinomati neurochirurghi del mondo. Eppure, si trattava di casi molto complessi, in quanto rappresentavano lo stato avanzato della malattia, **a dimostrazione del fatto che, con Sai come nostro salvatore, noi siamo solo Suoi strumenti, mentre Egli si occupa della guarigione.**

Il dottor Keki Mistry, Direttore del D. Y. Patil Dental College & Hospital di New Mumbai, e Membro del Gruppo Consultivo di Esperti dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sulla Salute Orale, presentò una panoramica completa dei servizi medici e veterinari forniti dall'Organizzazione Sri Sathya Sai dell'India. La sessione mattutina si concluse con la presentazione del dottor Anil Nanda, Professore e Presidente del Dipartimento di Neurochirurgia del Centro di Scienze Sanitarie dello Stato della Louisiana, che fece riferimento ai primi racconti di interventi neurochirurgici citati nei testi storici e spirituali, fino alle più recenti tecnologie della scienza moderna. **Nonostante la maestria tecnica dei giorni nostri, il successo di un intervento chirurgico è affidato alle mani divine che guidano il chirurgo.** Egli sottolineò l'importanza di non farsi sviare dalla più recente tecnologia disponibile, ma di trattare i pazienti con il massimo rispetto e riverenza.

L'Indimenticabile e Divina Sessione di Commiato

La sessione di commiato si tenne nel Sai Kulwant alla



Dr. Michael Rakoff



Dr. Venkatraman Sadanand



divina presenza di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. Iniziò con un discorso del dottor Michael Rakoff, pediatra e consulente sanitario, che illustrò la propria esperienza nell'applicazione dei valori umani alla pratica della medicina. Egli sottolineò che alla conferenza ognuno aveva **un senso di unità, armonia, umiltà e sacrificio, ideali che riflettono gli insegnamenti di Swami.**

Il dottor Venkatraman Sadanand, affermato neurochirurgo di Chicago, parlò anche dello spirito di sacrificio, che è il segno distintivo di un buon medico. Concluse con parole forti: "Dobbiamo amare i nostri pazienti: amare, amare, amare finché non fa male. Amare finché non rimane nulla del vostro corpo. Tutto ciò che potete vedere è il Dio che è in voi. Come medici, dobbiamo chiederci: **'In che modo ho rinunciato a qualcosa che mi sta a cuore per rendere felice qualcuno?'**" Quando, dopo il discorso,

egli si avvicinò per ricevere le benedizioni di Swami, Baba, con un dolce gesto della mano e un sorriso sul volto, materializzò una bellissima catena con un *Lingam* di cristallo e la mise amorevolmente al collo del dottor Sadanand, dichiarando che quella era la Sua vera forma.

Pioggia d'Amore di Swami Durante la Conferenza

Swami donò con grande amore dei ricordi a tutti gli oratori e ai membri del comitato di lavoro che avevano lavorato instancabilmente per il successo della conferenza. Quando ogni persona Gli si avvicinò per raccogliere il proprio "momento d'amore", Swami ebbe una parola gentile o un delicato colpetto sulla guancia, o un sorriso ipnotico, o una benedizione divina. Per ogni destinatario, furono grandi momenti di intimità amorosa e di suprema



Swami benedice i principali partecipanti alla conferenza con uno speciale piatto commemorativo d'argento dentro a una scatola.

beatitudine. Swami trasmise l'amore e la compassione che Egli desiderava che ogni medico condividesse, in modo che il paziente venisse meglio informato sulla malattia e non dovesse preoccuparsi e tornare spesso dal medico.

Il tema e la presentazione della conferenza riflettevano le parole del Discorso di Bhagavan dell'agosto del 1976:

"Guardate ai vostri pazienti come a vostri parenti e affini, come a vostri ospiti speciali e come ai vostri amici più cari, e assisteteli amorevolmente e con cura incondizionata. Vi invito a mantenere questo atteggiamento in ogni situazione."

Furono tenuti gli interventi previsti, distribuiti i ricordi e tenuti i messaggi di commiato degli organizzatori, ma Swami volle benedire i partecipanti con qualcosa di

più! Chiese a tutti gli eminenti medici seduti accanto a Lui sulla pedana di condividere i propri pensieri. Si trattò letteralmente di un gradito premio inaspettato, poiché parecchi di loro gustarono questa opportunità benedetta e dono divino.

Nel complesso, i delegati della conferenza, provenienti da tutto il mondo, furono testimoni della missione sanitaria di Bhagavan e dei Suoi insegnamenti sulle cure ospedaliere e assaporarono il Suo amore e la Sua compassione infiniti. Essi **portarono questo messaggio e questa esperienza nella loro patria e, attraverso il loro esempio, continuano a servire come fari d'amore e modelli degli insegnamenti di Bhagavan.** Il loro rinnovato approccio alla sanità diffonderà senza dubbio gli ideali della Sanità Sai e servirà meglio il mondo.





Il Mio Divino Insegnante di Musica

ERO UNA BAMBINA DI CINQUE ANNI E MEZZO QUANDO, NEL 1990, ENTRAÍ NELLA PRIMA CLASSE DELLA SCUOLA PRIMARIA DI SWAMI a Puttaparthi. Oltre agli studi, avevamo una serie di attività extrascolastiche da selezionare. Decisi di iscrivermi alla classe di musica. Potevamo scegliere tra due tipi di musica: indostana (classica dell'India del Nord) o carnatica (classica dell'India del Sud).

Tuttavia, in realtà, non c'era molta scelta per gli studenti. Gli insegnanti distribuivano i bambini in base alla loro lingua madre. Poiché i miei genitori erano indiani del Sud, fui logicamente inserita nella classe di musica carnatica. Siccome eravamo residenti a Bombay (l'odierna Mumbai) da diversi anni, a casa parlavo marathi e hindi, più in linea con la musica indostana. Non avevo dimestichezza con i testi scioglilingua della maggior parte della musica classica del Sud.

Affrontare la Musica Mentre la si Impara

Il primo giorno di lezione di musica fu uno di quelli che non potrò mai dimenticare! La lezione si svolgeva in un ambiente naturale, sotto gli alberi del complesso scolastico. L'insegnante cantava ogni verso di una canzone e chiedeva agli studenti, sei ragazze e quattro ragazzi, di ripeterlo. A causa della barriera linguistica, non riuscivo a capire i testi delle canzoni. Mentre l'insegnante iniziava a rimproverarmi perché non ero in grado di ripetere nemmeno un verso senza balbettare, l'auto di Swami entrò nel recinto scolastico dal cancello dell'Ospedale Generale!

Vedendoci sotto l'albero, Egli fermò l'auto, scese rapidamente e si diresse verso di noi. Nessuno cercò di avvicinarci e ci comportammo come se fossimo 'concentrati' sulla lezione di musica. L'insegnante ricominciò la canzone dall'inizio, ma io non riuscii a seguire nemmeno una singola riga a causa della difficoltà nel pronunciare le parole. E Swami guardava! Io stavo rovinando da sola il lavoro della classe.

“In silenzio, ringraziai Swami e mi sentii grata di avere un Signore così meraviglioso a Cui rivolgermi per ogni piccolo problema. Egli li risolve tutti in un modo utile per ognuno.”

L'insegnante era ormai esasperata e impedì agli altri bambini di proseguire e cantare i versi. Mi chiese di ripetere le parole dopo di lei. Io ero molto nervosa; così, anche se ella pronunciò le parole lentamente, non riuscii a ripeterne più di due. L'insegnante si arrese, guardò Swami e disse: "Swami, la sposteremo dal gruppo carnatico al gruppo indostano, perché non è in grado di farcela in questa classe."

A queste parole, cominciai a piangere. Sapendo che Swami mostrava molto interesse per la musica carnatica, volevo far parte di questo gruppo 'popolare'. Sentivo anche che, nonostante fossi una brava cantante, venivo punita per non essere in grado di pronunciare le parole. Mentre continuavo a piangere, l'insegnante non sapeva più che cosa fare.

Con Dio al Mio Fianco...

Swami mi si avvicinò, mi dette un amorevole colpetto sulla testa e mi disse: *"Dai alla bambina qualche giorno. Imparerà a cantarla bene."*

Le mie lacrime si fermarono all'istante. Ero davvero sollevata e felice. In un solo momento, con una frase affettuosa, Swami mi portò da un abisso senza speranza a una vetta gioiosa. Dalla sensazione di essere l'ultima della classe, ora mi sentivo al massimo perché avevo il Suo sostegno. Cominciai a mettere tutto il mio impegno nell'esercitarmi e nel pronunciare le parole difficili. **Il Suo amore motivò una bambina di sei anni a esercitarsi per ore e ore! In due giorni, quando avemmo la successiva lezione di musica, pronunciavi tutte le parole alla perfezione, con grande soddisfazione e stupore dell'insegnante.** Il Signore entra al momento giusto. Quando il

mondo ti abbandona, Dio è l'unico che ti sostiene con amore, perché conosce te e il tuo cuore! Sentivo che con Dio al mio fianco non c'era nulla che non potessi raggiungere.

Gestione Divina

Quando ero in terza elementare, il nostro insegnante di musica carnatica si sposò e lasciò Puttaparthi. Ci preoccupammo tutti perché eravamo senza insegnante. Scrissi una lettera a Swami condividendo tutto quello che mi passava per la testa e per il cuore, e Lo pregai di mandarci presto un altro insegnante di musica.

Durante il *darshan* di quella domenica, Swami venne diritto verso di me e prese la lettera. Mentre sorridevo con gratitudine, Egli la aprì e ne lesse il contenuto. Poi chiese: *"Vuoi un altro insegnante adesso? Quanti altri insegnanti vuoi?"*

Poiché non risposi, Egli chiese: *"Quanti insegnanti ci sono ora nella scuola?"* Io non lo sapevo e mi girai implorante verso gli insegnanti chiedendo aiuto. Alcuni di loro borbottarono una cifra e io la ripetei docilmente a Swami. Egli sorrise e mi accarezzò amorevolmente la testa, dicendo che dovevamo unirli tutti al gruppo di musica indostana e che "Keya Aunty" ci avrebbe, da quel momento, insegnato musica.

Anche se avevo sempre voluto imparare la musica carnatica, nel momento in cui seppi che Swami voleva così, fui pronta a passare alla musica indostana.

Mai Pregare per il Male Altrui

Quando frequentavo la seconda media, verso la fine dell'anno scolastico, quando si doveva tenere il concorso di musica, mi ammalai di una grave infezione alla gola. Ogni anno mi vantavo di vincere il primo premio di musica e di avere il privilegio di



Swami in visita alla Scuola Primaria

riceverlo da Swami, assieme a un ambito *padanamaskar*. Volevo vincere di nuovo il primo premio, ma riuscivo a malapena a sussurrare qualche parola senza tossire! Mi sentivo molto male, ma che cosa dovevo fare? Decisi di chiedere aiuto al mio Swami.

Quel giovedì mattina, mentre eravamo seduti nel *Mandir*, strappai un foglio di carta dal quaderno e scrissi rapidamente una lettera a Swami. Gli descrissi le condizioni della mia gola, la gara e la mia apprensione per il fatto che sarei stata sicuramente squalificata. Temevo che gli altri studenti, che forse non erano bravi cantanti come me, alla fine avrebbero ottenuto i premi. Mi lamentai con Lui che, per me, sarebbe stato imbarazzante se fosse accaduto ciò. A mano a mano che la mia delusione aumentava, mi disperai ulteriormente e pregai che l'insegnante di musica, che era anche il giudice del concorso, si ammalasse! In quel caso, la gara avrebbe dovuto essere rimandata di qualche giorno, dandomi la possibilità di riprendermi e di partecipare.

Swami venne per il *darshan* e mi si avvicinò con un sorriso complice. Mi sentii felice e mi sollevai per offrirGli la lettera. Egli la prese, mi benedisse con il *padanamaskar* e se ne andò, con mia grande gioia ed entusiasmo! Ma poi, mentre continuavo a sorridere, Swami fece qualche passo avanti e lasciò cadere la lettera in grembo alla mia insegnante di musica! Ero pietrificata! Che cosa avrei dovuto fare ora?

L'insegnante era molto felice perché Swami le aveva concesso il *padanamaskar*. Mi sentii rabbrivire, pensando alle conseguenze una volta che ella avrebbe aperto e letto la lettera. Avevo condiviso liberamente i miei sentimenti e i miei pensieri con Swami e ora pensavo che Egli avesse 'rotto' il sacro patto di segretezza tra noi! Come poteva farlo?

Swami entrò e dopo un po' iniziarono i *bhajan*. Mi venne un'idea: ogni giorno, la mia insegnante di musica chiudevava gli occhi durante i *bhajan*. Pensai che, in quel frangente, avrei potuto raggiungerla furtivamente e prenderle la lettera dal grembo! Tuttavia, con mio grande disappunto, ella era così piena di gioia per la benedizione di Swami che non chiuse affatto gli occhi e tenne anche in mano la lettera per tutto il tempo! A questo punto, persi ogni speranza di recuperarla e cominciai a preoccuparmi di tutto ciò che sarebbe accaduto una volta tornati a scuola dopo il *darshan*. L'insegnante avrebbe forse mostrato la lettera alla preside e al direttore. Tutti sarebbero venuti a conoscenza della mia preghiera meschina e cattiva, che augurava all'insegnante di ammalarsi! Ora ero arrabbiata con me stessa per aver fatto una preghiera del genere e pensai che forse Swami mi aveva messo in difficoltà per darmi una lezione.

Il Messaggero Svanisce una Volta Imparata la Lezione

Swami ci ha sempre insegnato a pregare per il bene di tutti, e io avevo scritto

questa stupida preghiera per egoismo e gelosia. Ero pentita e promisi a Swami che non l'avrei mai più fatto, ma ero anche arrabbiata con Lui perché aveva tradito la mia fiducia. E ora, sebbene avessi imparato la lezione, sarei stata comunque smascherata del mio errore! Sentivo che forse a Swami non importava così tanto di me.

I *bhajan* finirono. Swami uscì e, invece di prendere la solita strada per tornare alla Sua residenza, cambiò direzione e venne verso di me! Nella mente, cominciai a litigare con Lui: "Swami, forse Ti stai godendo tutta questa commedia, ma mi hai davvero messo in una situazione molto difficile. Tutto ciò che ho chiesto è stato un piccolo aiuto, e Tu hai fatto questo per smascherarmi!"

Swami si avvicinò alla mia insegnante di musica e le chiese la lettera che aveva tra i palmi delle mani giunte. Era la mia lettera che Egli, prima, le aveva lasciato cadere in grembo! Vidi un barlume di speranza e pregai: **"Swami, Ti prego, rimetti le cose a posto. Ho imparato dal mio errore. Ti prego, questa volta aiutami."**

L'insegnante Gli diede la lettera, Egli sorrise dolcemente e le chiese: *"Questa è per me, vero?"* Anche se ero seduta a un metro di distanza, gridai: "Sì, Swami, è per Te."

Egli sorrise, prese la lettera, se ne andò e io tirai un sospiro di sollievo. La mia insegnante di musica sembrava trasportata in un piano di felicità ancora più elevato. Ella aveva un sorriso sul volto mentre lasciava il *Mandir*, perché era stata doppiamente benedetta. Ma la Sua commedia non era finita...

Tutto è Bene Quel Che Finisce Bene

Più tardi, quel giorno, arrivò il momento della gara di musica, ma io riuscivo a malapena a parlare. Mi avvicinai all'insegnante e dissi che non sarei stata in grado di cantare a causa dell'infezione alla gola. Con mia sorpresa, ella mi disse: "Da quest'anno in poi, la valutazione sarà continua per tutto l'anno. Non si baserà su una singola gara." Mi cadde la mascella mentre la sentivo congratularsi con me per il primo posto nella classe! Ero così felice che mi scesero copiose lacrime. In silenzio, ringraziai Swami e mi sentii grata di avere un Signore così meraviglioso a Cui rivolgermi per ogni piccolo problema. **Egli li risolve tutti in modo utile per ognuno.**

Swami è il mio insegnante di musica e, attraverso di essa, mi ha anche impartito le più grandi lezioni di vita.

Pooja Digumarti

INDIA



La signora Pooja Digumarti vive in India e, fin dall'infanzia, è devota di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. Nella sua famiglia, ella è la terza generazione di devoti di Sathya Sai Baba e ha studiato dalla prima alla dodicesima classe alla Scuola Primaria Sathya Sai di Puttaparthi. Si è laureata con un B.Com (Laurea in Economia) presso il Campus di Anantapur dell'Istituto d'Istruzione Superiore Sri Sathya Sai. È una professionista nel settore dell'investimento bancario e attualmente collabora con una società di consulenza finanziaria.



dai

Giovani Adulti Sai Internazionali

Rivivere la Sua vita attraverso il Suo Messaggio

Dal 31 agosto al 1° settembre 2024, l'Organizzazione Internazionale Sathya Sai della Malesia (SSIOM) ha recentemente tenuto, a Kuala Lumpur, il suo Incontro Nazionale Sai. Il tema di quest'anno è stato 'La Mia Vita è il Mio Messaggio: Vivere il Suo Messaggio'. Lo speciale evento ha attirato circa 500 devoti, con i Giovani Adulti che hanno partecipato attivamente in vari ruoli.

'EASE' per uno Stile di Vita più Sano

I Giovani Adulti hanno svolto un ruolo chiave come facilitatori per il lavoro di gruppo EASE, che si è concentrato sulla creazione di quattro attuabili abitudini: fare con regolarità esercizio fisico (**E**xercise), avere un atteggiamento (**A**ttitude) positivo, dormire (**S**leep) profondamente e mangiare (**E**at) in modo responsabile (EASE). Sebbene gli argomenti trattati possano sembrare pratiche quotidiane, i facilitatori hanno offerto suggerimenti pratici per integrare tali abitudini nella vita di tutti i giorni. Questo lavoro di gruppo è stato utile per ispirare tutti ad adottare uno stile di vita più sano e a riconoscere il valore di mantenerlo con costanza, assieme allo sviluppo di una consapevolezza integrale e costante.

Duri o Tenaci?

I Giovani Adulti hanno avuto un memorabile incontro con Aravind Balasubramanya, Consulente Internazionale per i Giovani Adulti. Egli ha sottolineato il comune senso



di appartenenza dei giovani di Swami e le sfide universali che devono affrontare. Le sue riflessioni sugli insegnamenti di Swami hanno risuonato profondamente, evidenziando come Baba, non solo presenti delle sfide, ma fornisca anche la forza interiore per superarle. **Aravind ha ricordato a tutti che ogni sfida è il modo in cui Swami ci trasforma in individui più forti e migliori per favorire il nostro progresso spirituale.**

Lavoro di Gruppo su Vivere il Suo Messaggio

Questo lavoro, condotto dai Giovani Adulti verso la fine dell'incontro, ha racchiuso l'essenza delle sessioni precedenti **ed è culminato con la riaffermazione che stanno veramente vivendo il Suo messaggio.** I partecipanti hanno lasciato il lavoro di gruppo sentendosi ispirati dalle significative sessioni a fare sforzi sinceri per mettere in pratica il Suo messaggio.

Seguite gli account @saiyoungadults sui social media



Facebook



Instagram



Telegram



Threads



X (Twitter)



Spotify



Mailing List



Giovani Adulti Sai

<https://sathyasai.org/ya>yacoordinator@sathyasai.org

Dalla Natura al Nutrimento:

Transformare la Vita attraverso Escursioni Sai in Irlanda

Negli ultimi cinque anni, il Centro Sri Sathya Sai di Dublino, in Irlanda, ha registrato un notevole afflusso di giovani. Essi portano con sé diversi talenti, aspirazioni e sfide. Tuttavia, solo una piccola parte (circa il 10%) ha appreso in precedenza gli insegnamenti di Sri Sathya Sai Baba e della Sua Organizzazione. Nonostante questa percentuale esigua, la forza positiva è stata il senso unificante di appartenenza alla Famiglia Sai. Riconoscendo che la futura prosperità e il benessere del mondo sono nelle mani dei giovani, c'è un bisogno crescente di promuovere legami personali più profondi all'interno della comunità dei Giovani Adulti (YA).

A complemento della grazia di Madre Natura e con l'amore dei giovani per le attività all'aria aperta, è stato recentemente avviato un programma di camminate chiamato 'Escursioni Sai', la cui unicità è che rinvigorisce non solo il corpo, ma si concentra anche sulla purificazione della mente e del cuore. **Una tipica Escursione Sai comprende un forum per discutere le sfide personali e professionali, esplorando la visione della vita e il cammino spirituale di ogni studente, condividendo le opinioni sul funzionamento dell'Organizzazione Sai da parte di chi ha esperienza e adottando diverse *sadhana* (pratiche spirituali) ispirate dalle discussioni durante l'escursione.**

Anche dopo poche escursioni, gli YA hanno assistito a notevoli trasformazioni e a un crescente senso di unità all'interno della loro comunità.



- Diversi partecipanti hanno ottenuto promozioni sul lavoro applicando le lezioni condivise dagli altri YA durante le escursioni.
- Di fronte alla crisi abitativa in corso in Irlanda, le Escursioni Sai hanno ampliato le reti dei partecipanti, aiutando gli YA a trovare una sistemazione grazie ai legami con la Famiglia Sai.
- Gli YA hanno iniziato a condividere le loro vulnerabilità, il che ha alleviato le loro preoccupazioni, rafforzato la loro fiducia in se stessi e li ha aiutati a superare sfide come la depressione e l'ansia. Questo ha avuto un impatto particolare per le madri single e per coloro che si trovano ad affrontare difficoltà relazionali.
- C'è stato un notevole aumento della partecipazione alle sessioni settimanali di *bhajan* (canto devozionale) e ai *satsang*. Coloro che non hanno familiarità con i *bhajan* Sai li stanno ora imparando in modo proattivo, e spesso si rivolgono ad altri YA per unirsi alle sessioni di pratica.
- Gli YA si sono entusiasticamente assunti la piena responsabilità dell'organizzazione delle celebrazioni per il Compleanno del 2024 di Sri Sathya Sai Baba, sotto la guida di devoti anziani.

‘Seminario in Buona Compagnia negli USA

Regione 6

Il fine settimana della Giornata del Lavoro (31 agosto-2 settembre 2024) negli Stati Uniti ha segnato un momento di riconnessione e ringiovanimento con dei seminari organizzati in diverse regioni della SS-SIO. Una parte integrante dell'esperienza del seminario è l'energia e la partecipazione dei Giovani Adulti (YA).

Nel Centro-Nord (**SSSIO USA, Regione 5**), oltre 15 YA hanno dimostrato notevole iniziativa e leadership attraverso la pianificazione e l'esecuzione di varie attività. Hanno gestito con successo una campagna di raccolta sangue con oltre 30 persone donatrici. Dando prova di creatività, gli YA hanno progettato un lavoro di gruppo in due parti, intitolato *"Forza nell'Unità"*, complementare al tema del discorso dell'oratore principale, dottor Suresh Govind. Come offerta culturale, gli YA si sono esibiti in una canzone R&B (Rhythm and Blues), una fusione alternativa rock/R&B e un *Qawwali*. Hanno anche avuto una conversazione a cuore aperto con il dottor Suresh Govind sulle sfide che essi devono affrontare oggi. Gli YA di Milwaukee e Minneapolis hanno continuato la loro

tradizione di condurre gli eventi durante il seminario.

Nel Nord Pacifico (**SSSIO USA, Regione 6**), gli YA hanno abbracciato l'ambiente esterno, connettendosi con Madre Natura. Hanno organizzato un gioco chiamato *'Valori in Gioco'*, in cui i partecipanti si sono impegnati in una vivace avventura attraverso varie stazioni, ognuna progettata per coinvolgere e ispirare. In ogni stazione, le sfide andavano dalla condivisione di sentite riflessioni sul servizio a una prova di destrezza con un esercizio di impilamento a mani libere di tazze e persino il divertente gioco di *'Swami Dice'*. Gli indizi raccolti in ogni stazione sono culminati in uno sforzo collaborativo per decifrare una citazione relativa al servizio, aggiungendo un elemento di giocoso cameratismo ed esercizi di costruzione di una squadra.

Nella California del Nord e in Nevada (**SS-SIO USA, Regione 7**), gli YA hanno aiutato a coordinare tutte le offerte di *bhajan* e gestito le esigenze di supporto audiovisivo del seminario. Hanno anche contribuito a progettare il lavoro di gruppo principale sul tema del seminario, *'Un Piccolo Passo*

Regione 7



Regione 5



Regione 9



Verso Sai', sottolineando il profondo ruolo della gratitudine nel fare il primo passo verso Sai. Con una rappresentazione teatrale intitolata *"Un Piccolo Passo di Fede, Un Balzo Gigante Verso Sai"*, i talenti teatrali degli YA hanno brillato nei tre atti che raffiguravano il potere trasformativo di fare quel passo iniziale verso Sai con sincerità e fede. **È stato un intenso richiamo alla memoria della grazia sempre presente di Swami, in risposta ai nostri sforzi di un solo piccolo passo!** Gli YA hanno anche assistito al campo SSE creando bottoni personalizzati che hanno aiutato a far funzionare un gioco basato sul valore 'luce verde-luce rossa'.

Nel Sud-Ovest (**SSSIO USA, Regione 9**), l'importanza dei Veda è stata evidenziata in un parte guidata dagli YA, con la recitazione del sacro *Purusha Suktam*, che enfatizza la Divinità che si manifesta come universo e oltre.

Il seminario nel Centro-Sud (**SSSIO USA, Regione 10**) ha visto la forte partecipazione di 65 Giovani Adulti. Gli YA hanno sviluppato un'Applicazione per ottimizzare la comunicazione per quanto riguarda la registrazione e l'alloggio al seminario. È stato presentato un video quale tributo a un devoto di Swami, il defunto

professor Anil Kumar, con le toccanti esperienze dei devoti della SSSIO USA, Regione 10. **È stato inoltre organizzato un lavoro di gruppo intitolato 'Balzo verso Sai 100-Impegno Amorevole con Consapevolezza e Pratica Verso Sai 100'**, per evidenziare l'importanza, nel mondo di oggi, della devozione del Signore Hanuman al Signore Rama. Gli YA hanno inoltre condiviso le loro esperienze di trasformazione e gli insegnamenti tratti dalla partecipazione al Seminario Internazionale dei Leader dei Giovani Adulti Sai in Grecia (luglio 2024), incentrato sul tema *'Fai Ruggire il Tuo Ruolo'*. Gli YA hanno contribuito in modo determinante alla logistica generale del seminario, compresa la piantumazione di alberi, il trasporto, l'alloggio e la registrazione.

Regione 10



Notizie Esclusive InSAIde

Serie di Trasmissioni Online

Serie 2022, 10° Episodio:

“Le Relazioni Ostacolano il Mio Progresso Spirituale?” con la partecipazione della signora Nira

Il finale della trasmissione online delle Notizie Esclusive InSAIde esplora il rapporto tra spiritualità e relazioni umane, in particolare attraverso la lente degli insegnamenti di Sri Sathya Sai Baba. La conversazione vede la signora Nira, ideatrice della serie di trasmissioni, riflettere sul suo matrimonio e sulla comprensione dell'incrocio tra vita personale e spirituale. La discussione inizia con l'attenzione sulle indicazioni di Sri Sathya Sai Baba riguardo alla separazione tra uomini e donne durante le riunioni spirituali. Nira racconta la storia del professor S. Bashiruddin, un devoto che lo chiese a Baba. La Sua risposta fu semplice, ma profonda: si trattava di una pratica di adesione a una tradizione vedica durante le riunioni di preghiera. Se non ci fosse la separazione dei sessi, la concentrazione e la meditazione verrebbero meno, con conseguente inefficacia delle preghiere. Inoltre, la logica di considerare i devoti, uomini e donne, come nostri fratelli e sorelle Sai è di promuovere un senso di unicità, ricordandoci che proveniamo tutti dalla stessa fonte divina. Sebbene non operi al nostro stesso livello di coscienza corporea, Bhagavan conosce le sfide pratiche dell'essere umano e capisce che dobbiamo ancora lavorare per padroneggiare la nostra mente. **La separazione dei sessi ci offre uno strumento pratico per mantenere la disciplina della mente e concentrare gli sforzi sul nostro progresso spirituale. Con la forza di volontà, la costanza e l'unidirezionalità, possiamo mantenere atteggiamenti mirati che ci aiutano a progredire spiritualmente.**



Nira condivide anche la sua prospettiva sul fatto che, per la nostra crescita spirituale, sia necessario l'allineamento spirituale del partner. Prendendo come esempio la storia di Mirabai, la discordia nella fede tra lei e suo marito la spinse a protendere di più verso il Signore e ad avvicinarsi a Lui. Tuttavia, Nira osserva che, poiché siamo 'più giovani' nella crescita spirituale e facilmente impressionabili, avere un partner che condivide le stesse convinzioni e gli stessi principi può ispirarci e motivarci nella nostra *sadhana*. Una relazione costruita sulla spiritualità è come due anime che si aiutano a vicenda a raggiungere la destinazione ed è la miglior base per la vita.

Infine, Nira si sofferma su come i Giovani Adulti debbano gestire l'intimità nelle relazioni. Riconosce che è una parte naturale dell'esistenza umana, ma ci mette in guardia dalle attività che ci legano invece di liberarci. Sri Sathya Sai Baba ci incoraggia a sperimentare il più alto piacere della vita, la beatitudine dell'amore divino, che è uno spazio sempre espansivo che supera i piaceri terreni.

L'episodio si conclude con una riflessione sui punti chiave, noti anche come pillole di *prasadam*, incoraggiando gli ascoltatori a dare priorità al progresso spirituale mentre si muovono nelle relazioni personali.

È possibile ascoltare l'episodio completo qui:

[InSAIde Scoop Episode 10-YouTube](#)



Dottorressa Ahrabie Yogarajah

Nuova Zelanda



Sei Stata Servita

Swami ci ricorda costantemente: “Meno bagaglio, più comodità rendono il viaggio più confortevole.”

Eppure, quando mi imbarcai sul volo dalla Nuova Zelanda alle Fiji per partecipare al Campo ‘Medicare’ della SSSSIO delle Fiji, che si teneva dal 25 al 30 agosto 2024, avevo bagagli a dismisura. Tante preoccupazioni, ansie e frustrazioni mi gravavano pesantemente sulla mente. Decisa a non lasciare che questo bagaglio emotivo mettesse in ombra l’esperienza che mi aspettava, decisi di cercare e sentire attivamente la presenza di Swami durante i miei giorni di servizio. Sapevo che non potevo permettere che questi inutili problemi rovinassero un’opportunità così incredibile.

Il giorno dopo il mio arrivo, un messaggio di un giovane senior anticipò la piega degli eventi: “Sorella, quanto sei fortunata a fare seva ai bisognosi. Non è un’opportunità data a tutti. Alcuni la desiderano, ma non riescono a ottenerla.” Da quel momento, la mano invisibile di Swami si fece sentire in molti modi. Un’esperienza emerse viva nel secondo giorno del Campo ‘Medicare’.

Incontrai un uomo che, da otto mesi, faticava a camminare. Nonostante i miei innumerevoli sforzi, non riuscivo a capire perché non fosse in grado di camminare. Egli desiderava guarire per tornare a fare l’agricoltore e, come medico, mi sentii frustrata per la mia incapacità a diagnosticare la sua condizione. Dopo averlo visitato, lo riportai sulla sua sedia e ammisì che non potevo dare una risposta al suo disturbo.

Egli rispose con parole che mi onorarono:

“Ho visto tanti medici, ma nessuno mi ha mai visitato, soprattutto come ha fatto lei. **Quando mi ha toccato, ho sentito un grande sollievo. Io credo in Gesù e lei ha Sai Baba. Gesù sta lavorando attraverso di lei. Glielo dico perché credo che nessuno abbia questa possibilità.** Riguarda il guarire e, quando lei tocca qualcuno, questo accade.”

Più tardi, dopo essere stato dai fisioterapeuti, egli tornò con le sue nuove stampelle per ringraziarmi. Notai il logo sulla sua camicia e, anche se non ricordo la frase esatta, includeva le parole “mani” e “servire”.

Questa interazione ebbe su di me un impatto profondo e duraturo. Da allora, mi sono impegnata a visitare quanti più pazienti possibile, anche se si trattava di problemi apparentemente semplici. Al ritorno in Nuova Zelanda, continuai questa pratica, esaminando tutti i miei pazienti, anche quelli che restavano nel reparto per giorni.

Quell'uomo poteva sentirsi servito, ma, in realtà, ero io la destinataria della grazia divina. Swami mi servì attraverso di lui.



Jessicca J | Gruppo 3 | Canada

HAPPY BIRTHDAY SWAMI

Divya S | Group 2 | Australia



Ravi M | Gruppo 1 | Brasile



Sibusiso M | Gruppo 1 | Sudafrica

Sweet
Wonderful
Amazing
Magical
Inspiring

Sai Aarush
Group 2



HAPPY
BIRTHDAY

Heart
never

Happy Birthday Swami.
Here is one swami quote I like -
love all serve all.

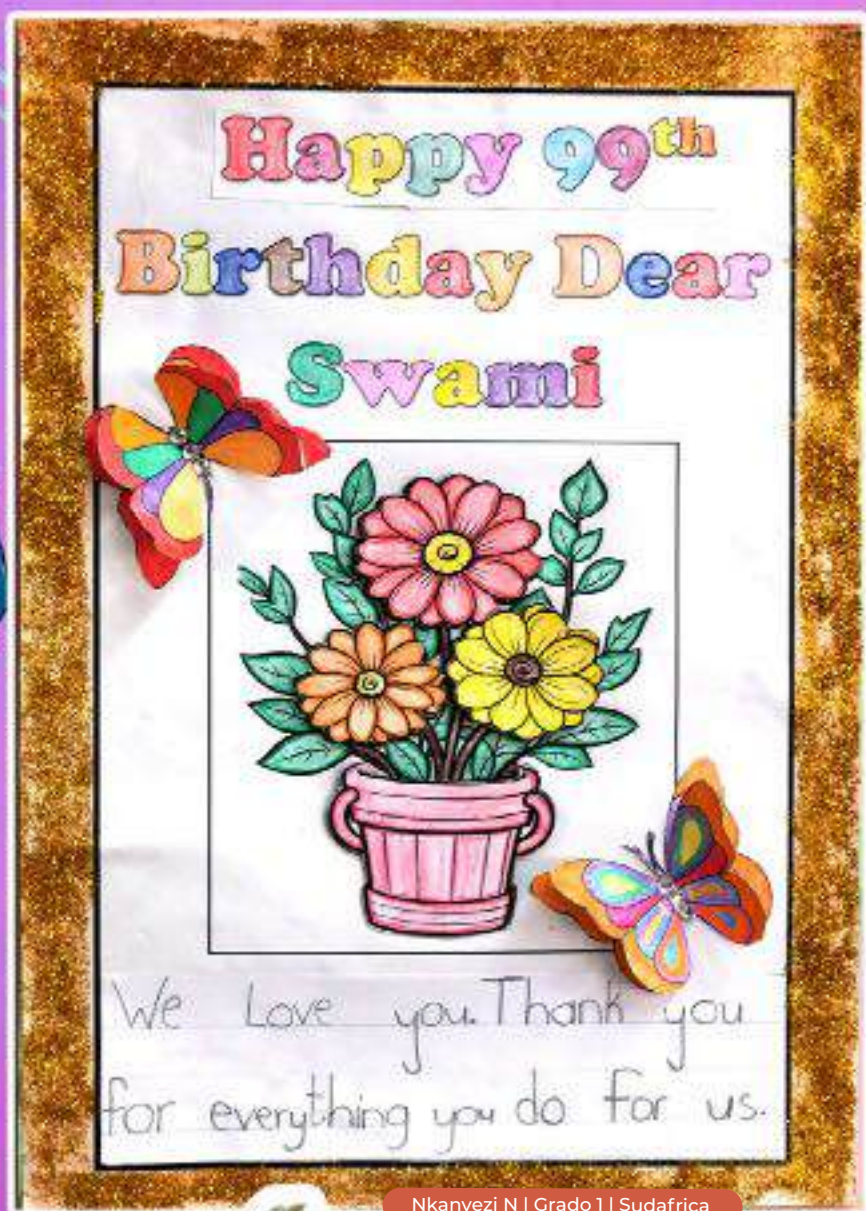
Rithvik
Group 1
Sathya Sai



Sai Aarush (Gruppo 2), Rithvik (Gruppo 1) | USA



Sara I | Gruppo 1 | Italia



Nkanyezi N | Grado 1 | Sudafrica

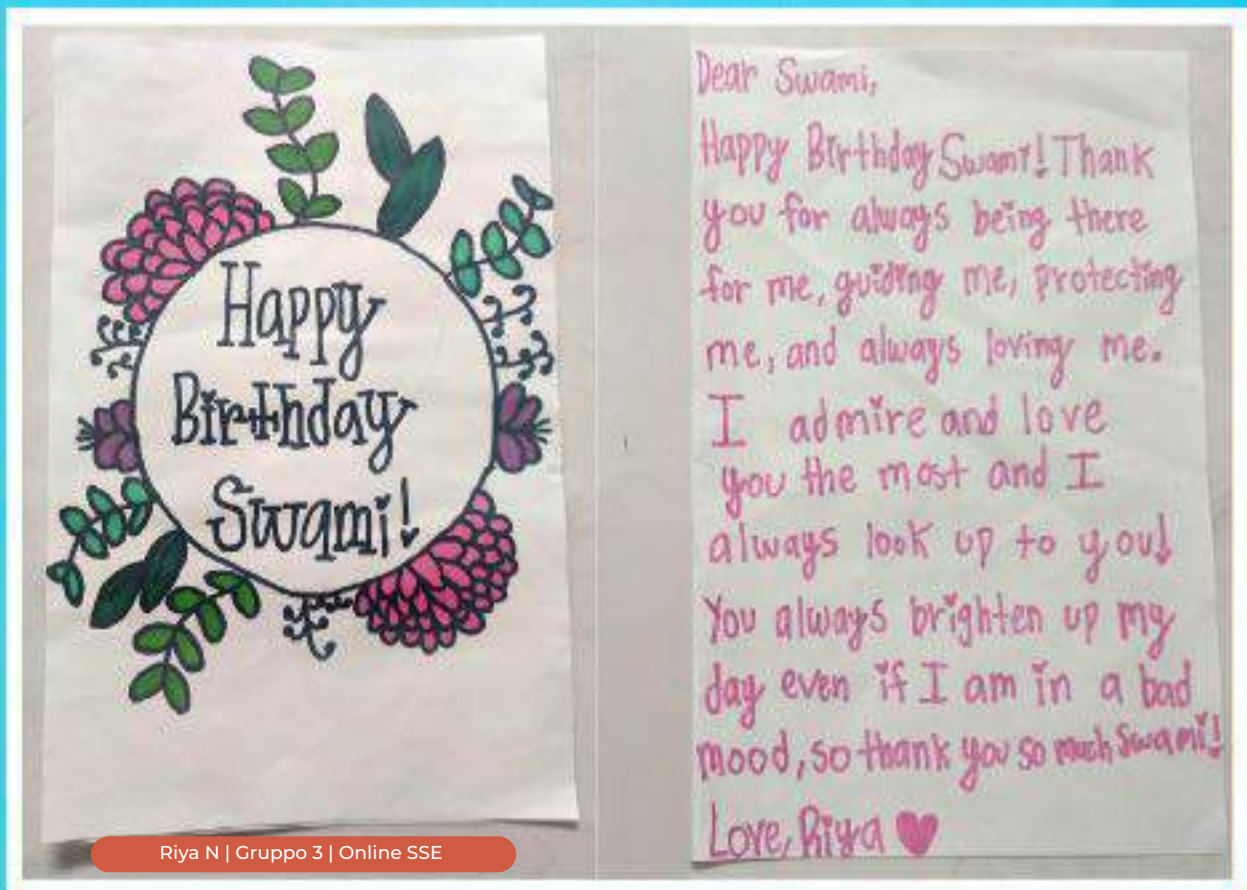


Sofia B | Gruppo 1 | Italia

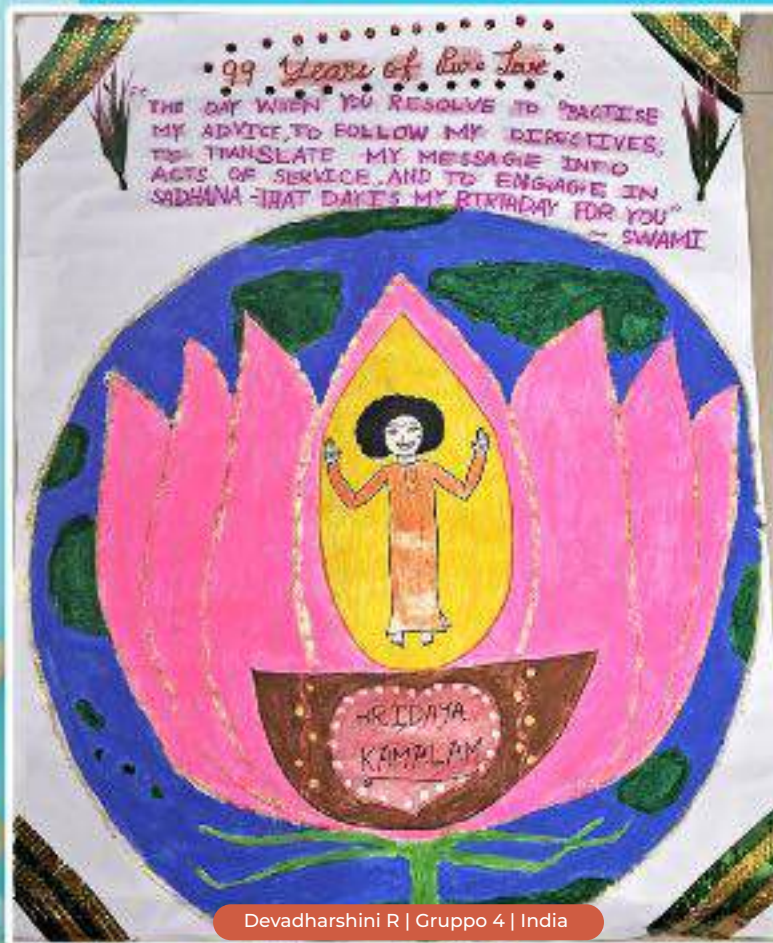


Nivi A | Gruppo 1 | Online SSE





Riya N | Gruppo 3 | Online SSE



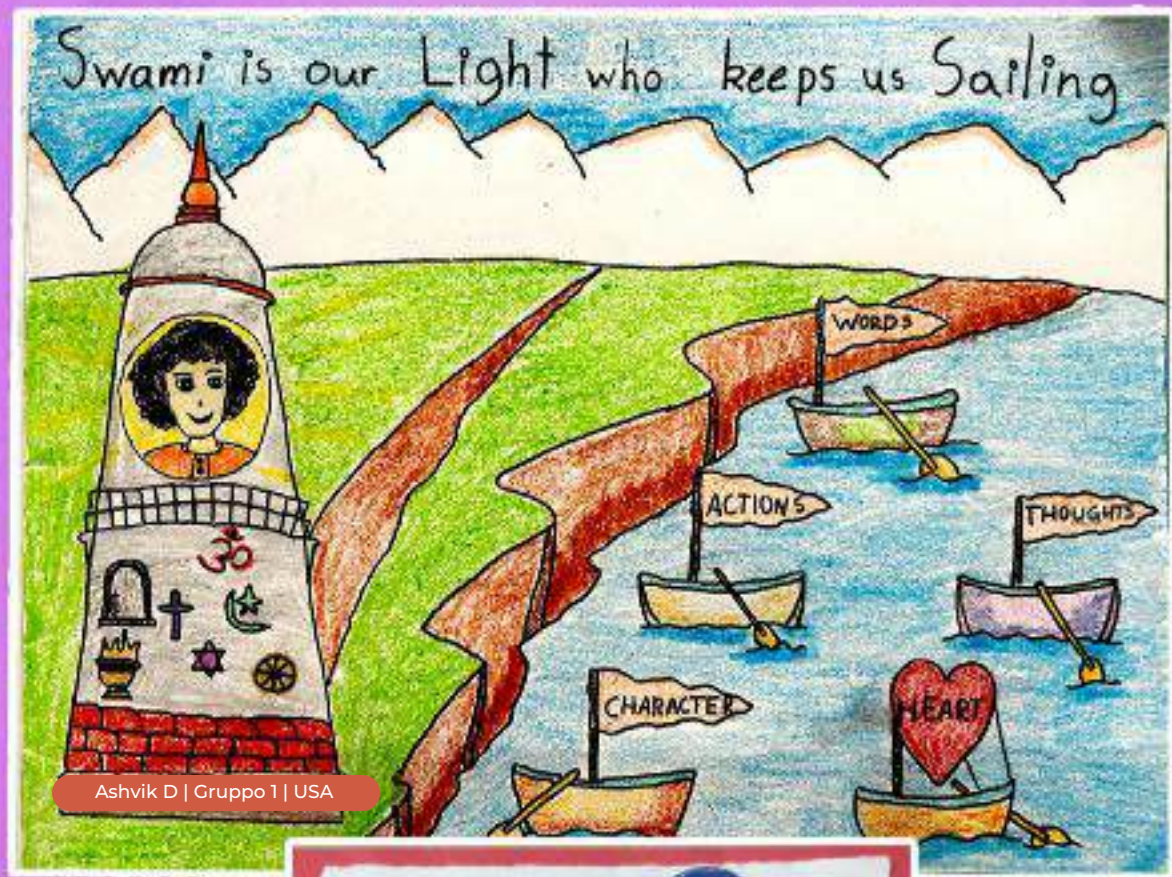
Devadharshini R | Gruppo 4 | India



Fanomezantsoa J | Group 2 | Madagascar



Makisha K | Gruppo 2 | Svizzera



Ashvik D | Gruppo 1 | USA



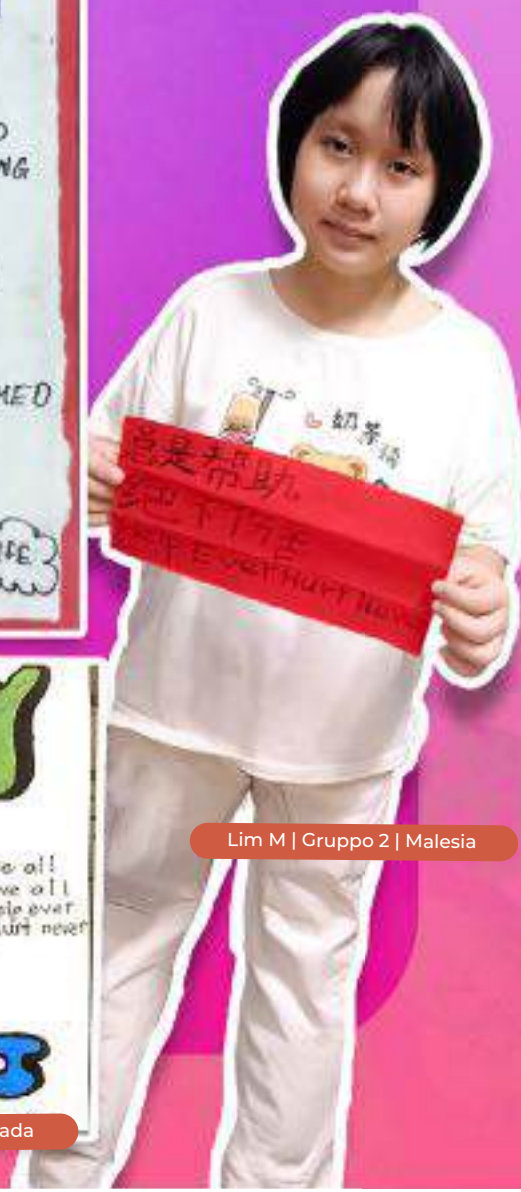
Tilen S | Gruppo 1 | Slovenia



Rishita V | Gruppo 2 | India



Mayur V | Gruppo 3 | Canada



Lim M | Gruppo 2 | Malaysia

HAPPY BIRTHDAY SWAMI!



Smaran T | SSE 4 | Online SSE

Saicom Swami, I would love to thank you for teaching me and guiding me throughout my whole life. Thank you for introducing me to SSE, where I learn different teachings every week. You have done so much for me and I wish you a happy birthday!



"Don't give up!
Your miracle is
on it's way."

- Sai Baba

Aanya V | Gruppo 2 | Zimbabwe

Happy Birthday
Come just one step forward,
I shall take a hundred
towards you. Shed one tear,
I shall wipe a hundred from
your eyes.
- Sai Baba

TRUTH

LOVE

PEACE



Ariana B | Gruppo 2 | Panama

Dearest Baba,
Om Sai Ram!

Happy 99th Birthday, Baba! All over the world, people have put in a lot of time and effort to celebrate Your birthday.

However, on Your birthday, I have one wish for You, Baba. Can You please help my uncle to talk, Baba? He cannot talk, Baba. I want him to join us in bhajans, satsangs and seva. Please give him a chance to take part in all the celebrations, and tell the world about You — our dear

Satya Sai Baba.

Please fulfil my wish, Baba.

Thank you, Baba.

With Love,



Ishaan V | Gruppo 1 | Singapore

Happy birthday
Dear Sathya sai baba

Do Little and
God you will Give
Infinite



Lisha R | Gruppo 1 | Botswana

Prossimi Eventi Online della SSSIO

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

Data dell'Evento	Giorno(i)	Festività/Evento
9-10 novembre 2024	Sabato-Domenica	Akhanda Bhajan Mondiale
23 novembre 2024	Sabato	99° Genetliaco di Sri Sathya Sai Baba
14-15 dicembre 2024	Sabato-Domenica	Akhanda Gayatri
25 dicembre 2024	Mercoledì	Natale
29 dicembre 2025	Mercoledì	Nuovo Anno Cinese



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



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.**



Facebook



Instagram



WhatsApp



X (Twitter)



YouTube



Spotify



Telegram



Threads



Google Books



Email



Eternal Companion email list



- 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 [🔗](#)



L'*Akhanda Bhajan* (il canto devozionale ininterrotto di ventiquattro ore da parte dei devoti Sai in tutto il mondo) non è fatto per il bene di un singolo individuo, di una nazione o di una comunità, ma per il benessere dell'umanità nel suo complesso. I *bhajan* cantati permeano l'etere sotto forma di onde sonore e riempiono tutta l'atmosfera. In questo modo l'intero ambiente viene purificato. Respirando in questa atmosfera, il nostro cuore si purifica. Recitare il nome del Signore è un processo di dare e ricevere. Cantare il nome del Signore dovrebbe diventare un esercizio di condivisione reciproca della gioia e della sacralità. Bisogna ricordare che i suoni che produciamo si riverberano nell'atmosfera. Rimangono permanentemente nell'etere come onde e sopravvivono all'individuo che li emette.

Sri Sathya Sai Baba
8 novembre 1986



sathyasai.org

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

