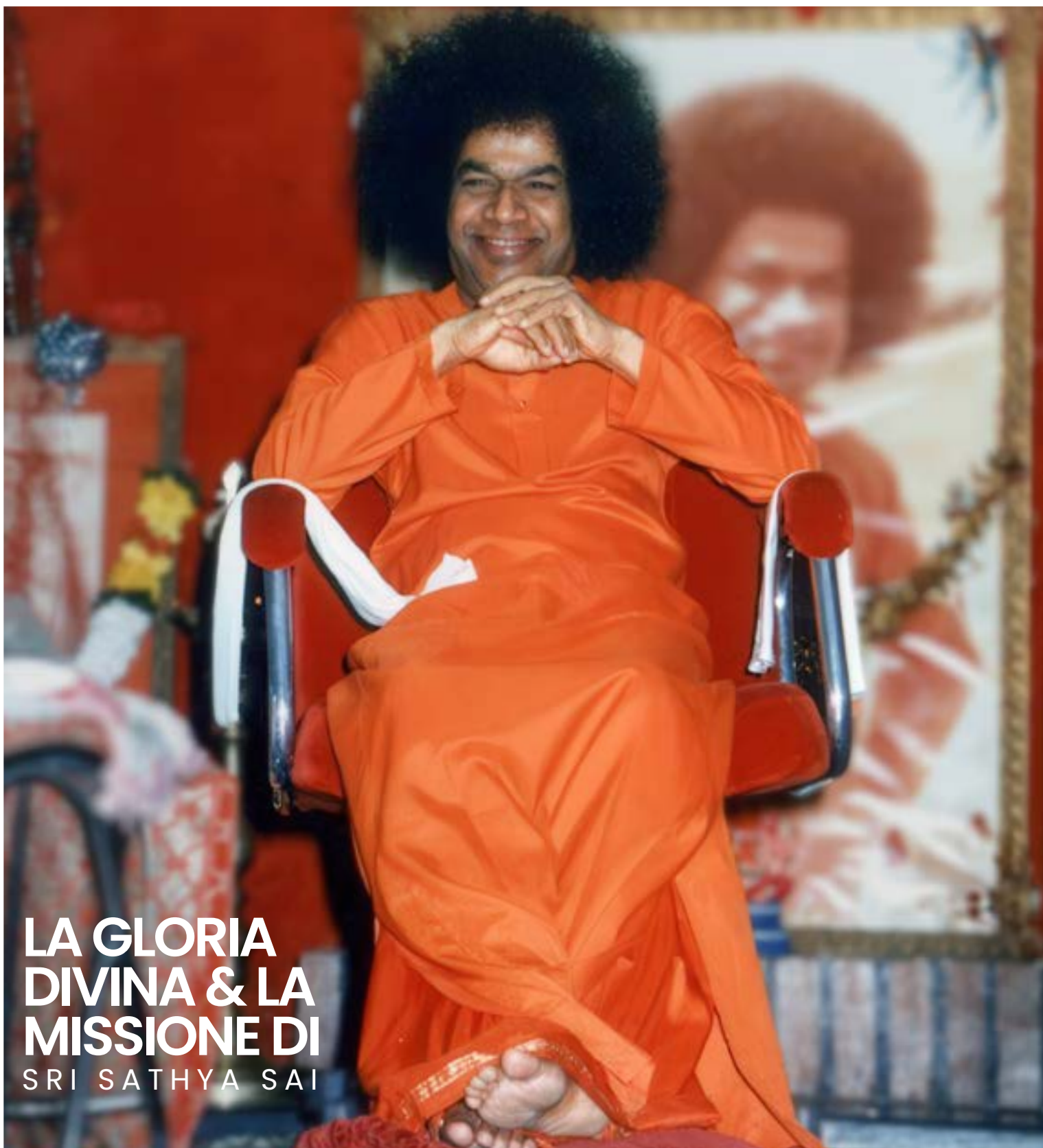


SATHYA SAI
L'ETERNO
COMPAGNO



VOLUME 5, 7ª EDIZIONE
LUGLIO 2026



LA GLORIA
DIVINA & LA
MISSIONE DI
SRI SATHYA SAI



Il miglior maestro è il proprio cuore. Il tempo è il miglior precettore e ispiratore; il mondo è il miglior testo sacro; Dio è il miglior amico dell'uomo. Quindi, non c'è bisogno di vagare alla ricerca di un guru (guida spirituale). Imparate le lezioni da ogni essere vivente, da tutto ciò che trovate intorno a voi. Imparate la fedeltà e la gratitudine dal cane, la pazienza e la forza d'animo dall'asino, la perseveranza dal ragno, la lungimiranza dalla formica e la monogamia dal gufo. Non è possibile considerare la creazione e il creatore, la Natura e Dio, come diversi o separati. Possiamo dire che le onde sono separate dal mare? Sono del mare, con il mare e vengono dal mare. Anche l'uomo è di Dio, con Dio e proviene da Dio.

Sri Sathya Sai Baba
17 luglio 1981



DEDICATO CON AMORE E GRATITUDINE A
BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA





Volume 5 • 7^a Edizione • Luglio 2026

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

Copyright © 2025 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

Bhrigu Valli: Il Viaggio Verso la Realizzazione del Brahman
Parte 2 di 2

12 Discorso Divino

Cibo Satvico e Satsang Aiuteranno il Controllo della Mente,
Dasara 1976

18 Esperienze dei Devoti

Una Vita Lunga, Benedetta, Felice e Divina
di Walter e Christiane Ketterer

26 Servizio Umanitario

Amore in Azione - Ecuador, Spagna, Sudafrica e USA
Un Punto al Momento Giusto Ispira a Farne altri Nove

33 La Gloria di Swami Supera Tutti i Confini

Il Suo Amore Si Espande - Nuovi Centri Sri Sathya Sai nel Mondo

40 La Grandezza di Essere Donna

Non Preoccuparti! Io ti Condurrò alla Liberazione - Patricia Wing

48 Giovani Adulti Ideali Sai

Chiamata Internazionale 2026 degli YA
Pulire il Sentiero, USA
Il Loto in Acque Torbide
La Sadhana è Semplice - Sadhana Ravichandran

54 Educazione Sathya Sai

Con i contributi di Hamithraa, Isurya, Jhanani, Riya, Riyan, e Vaneesa

58 Eventi e 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](#)

BHRIGU VALLI

IL VIAGGIO ALLA REALIZZAZIONE DEL BRAHMAN

Parte 2 di 2

Il *Bhrigu Valli* descrive uno dei viaggi spirituali più pratici ed esperienziali delle *Upanishad*. Guidato dal saggio Varuna, suo figlio Bhrigu, che era anche suo discepolo, intraprende un intenso *tapas* e realizza progressivamente il *Brahman* attraverso le fasi di *annam* (cibo), *prana* (forza vitale), *manas* (mente), *vijnana* (saggezza) e, infine, *ananda* (beatitudine). Attraverso questo viaggio interiore, l'*Upanishad* dimostra come il ricercatore si muova dal grossolano al sottile, transcendendo strato dopo strato dell'identificazione, fin quando non gli viene rivelata la verità del *Brahman* come beatitudine infinita. Tuttavia, tale realizzazione non si conclude con l'astrazione o il ritiro dalla vita. Avendo raggiunto la verità suprema, l'*Upanishad* ritorna al mondo – al cibo, al servizio, alla compassione e al rispetto per tutta l'esistenza – dimostrando che la vera realizzazione spirituale santifica la vita anziché rifiutarla. È questa profonda conclusione del *Bhrigu Valli* che ora continuiamo a esplorare.

Approfondimenti dall'Indagine

Questo processo di indagine, che conduce alla realizzazione e all'illuminazione, insegna importanti e preziose lezioni. Insegna che la verità parziale non è falsa, ma incompleta. Il cibo è *Brahman* nel senso che Esso si manifesta come cibo. Il *Prana* è *Brahman* nel senso che la forza vitale è una Sua espressione. La mente e l'intelletto sono anch'essi manifestazioni del *Brahman*. **Tuttavia, nessuna di queste espressioni limitate può descriverLo pienamente.**

Il cammino spirituale insegna anche che non bisogna accontentarsi di una realizzazione incompleta. Bhrigu non si è aggrappato alla sua prima esperienza. Ha continuato ad andare avanti. Ecco perché la *Katha Upanishad* dice: "Alzati! Svegliati! Non fermarti finché non avrai raggiunto la meta." Anche noi dovremmo continuare finché non raggiungiamo la meta, e non fermarci con una realizzazione parziale.

Il sincero ricercatore rappresentato da Bhrigu non si ferma finché non raggiunge

l'obiettivo finale. Anche il *guru*, rappresentato da Varuna, fornisce guida e indicazioni, ma non si limita a dispensare la conoscenza. Fa sì che lo studente scopra la verità da solo, perché la verità si trova attraverso un viaggio progressivo, interiore che va dal grossolano al sottile, dall'esterno all'interno, dall'oggetto al soggetto, dall'esperienza a chi la sperimenta e, infine, persino oltre chi la sperimenta nella pura Realtà.

Dopo aver sperimentato i cinque stadi della realizzazione, si comprende infine che il *Brahman* è al di là di tutti questi, perché è al di là della comprensione della mente e oltre la descrizione a parole.

Annam Brahmopasana Inno al Cibo

Dopo aver raggiunto la vetta conducendo il ricercatore alla più alta realizzazione, il *Bhrigu Valli* compie qualcosa di notevole. Poi, con amore e riverenza, discende di nuovo al cibo. L'*Upanishad* prorompe in inni di rispetto per il cibo in diversi versi. La vita spirituale non rifiuta il mondo: lo santifica.

Il *Bhrigu Valli* prescrive tre propositi in relazione al cibo:

1. *Annam Na Nindyaat*
Non criticare né mancare di rispetto al cibo.
2. *Annam Na Parichaksita*
Non rifiutare né scartare il cibo.
3. *Annam Bahu Kurvita*
Produrre cibo in abbondanza.

Approfondendo questo concetto nell'*Upanishad Vahini*, Swami afferma: "Il cibo (*anna*) non deve essere disprezzato; questo dovrebbe essere il proposito del saggio. I soffi vitali (*prana*) sono tutti cibo. Il corpo fisico è il dono del cibo e i soffi vitali hanno il corpo come veicolo. Pertanto, il cibo non dovrebbe essere disprezzato. Questa dovrebbe essere la decisione." Aggiunge inoltre: "Il cibo è il Guru, poiché



conduce alla conoscenza del Brahman.

Pertanto, non dovrebbe essere trattato con mancanza di rispetto. Da parte dell'aspirante, questo deve essere osservato come un proposito."

Il cibo è uno degli elementi più vitali, poiché sostiene il corpo, che è il tempio di Dio. Il corpo è uno strumento per realizzare Dio. Pertanto, è necessario nutrire il corpo, e questo può essere fatto solo attraverso il cibo. Così, praticando i propositi alimentari descritti nel *Bhrigu Valli*, si può entrare in contatto col *Brahman*.

Il Saggio Uddalaka e Shvetaketu

Un episodio molto interessante della *Chandogya Upanishad* mette in luce l'importanza del cibo attraverso un famoso dialogo tra il saggio Uddalaka Aruni e suo figlio, Shvetaketu. Il saggio Uddalaka spiega che il cibo non è semplicemente un mezzo fisico per sostenere il corpo: è profondamente connesso alla vita, alla

mente e alla comprensione spirituale.

Egli insegna che, quando il cibo viene consumato, la parte grossolana diventa scarto, la parte sottile diventa carne e la parte più sottile diviene mente. L'*Upanishad* presenta esplicitamente questa idea.

Per dimostrare questa verità nella pratica, il saggio Uddalaka chiese a Shvetaketu di digiunare per quindici giorni, bevendo solo acqua. Dopo il digiuno, Shvetaketu si rese conto di non riuscire a ricordare o recitare correttamente i *Veda* che aveva studiato. Quando riprese a mangiare, la sua memoria e la sua comprensione tornarono. **Attraverso questo esperimento, il maestro dimostrò che il cibo nutre non solo il corpo, ma sostiene anche la memoria, il pensiero e l'intelligenza.** Pertanto, il cibo è sacro ed essenziale per la vita spirituale.

Il Servizio all'Uomo è Servizio a Dio

La comprensione di questa Verità si manifesta come rispetto, generosità e servizio. **Se tutti gli esseri derivano dal Brahman, vivono nel Brahman e ritornano al Brahman, allora nutrire gli altri diventa adorazione, l'ospitalità diviene spiritualità e il servizio Vedanta in azione.** Ecco perché gli insegnamenti di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba sono particolarmente pertinenti, soprattutto la Sua attenzione al servizio disinteressato come amore in azione.

Swami insegna che "Servire l'uomo è servire Dio" è la verità suprema. Se lo stesso *Brahman* dimora in tutti, allora nutrire gli affamati, prendersi cura dei malati, educare i bambini e confortare chi soffre non sono solo doveri sociali, ma la più alta forma di adorazione.

L'Importanza del Cibo

Il cibo è una parte vitale della vita, soprattutto per i ricercatori spirituali. **Swami parla spesso di cibo, della sua qualità, della quantità e di come dovrebbe essere ottenuto e consumato.** Bisogna mangiare cibo satvico, solo nella quantità necessaria a saziare la fame. Il cibo dovrebbe essere ottenuto con mezzi dharmici (retti), senza sfruttare nessuno. Infine, idealmente, il cibo dovrebbe essere consumato in compagnia

di persone sane. A volte non abbiamo il controllo su questi fattori. Pertanto, prima di mangiare, si dovrebbe recitare la preghiera del cibo per allontanare gli elementi negativi. Nello *Shraddha Traya Vibhaga Yoga*, al capitolo 17 della *Bhagavad Gita*, il Signore Krishna parla anche dei tipi di cibo che mangiamo. Negli Shloka 8, 9 e 10, Egli spiega rispettivamente i cibi sattvici, rajasici e tamasici.

*Ayuh sattva balarogya sukha
priti vivardhanah
Rasyah snigdha sthira hridya
aaharah sattvika priyah*

I buoni e i puri (satvici) preferiscono cibi che promuovono la longevità e accrescono virtù, forza, salute, felicità e soddisfazione. Tali cibi sono succosi, saporiti, nutrienti e naturalmente gustosi.

*Katvamla lavanaatyushna teekshana
ruksha vidaahinah
Aahara raajasasyeshta dukha
shokaamaya pradaah*

Il cibo troppo amaro, troppo acido, salato, molto piccante, pungente, secco e pieno di peperoncino è caro a chi è passionale (rajasico). Tale cibo produce dolore, afflizione e malattia.

*Yatayaamam gatarasam puti
paryushitam cha yat
Uchchhishtam api chaamedhyam
bhojanam taamasa priyam*

Il cibo stantio, maleodorante, inquinato, non appena cucinato e impuro è caro agli ignoranti (tamasici).

Poiché l'essenza del cibo diventa la mente, responsabile tanto della schiavitù quanto della liberazione, si dovrebbe prestare particolare attenzione al cibo che si mangia.

Swami dice anche che il cibo non è solo ciò che consumiamo attraverso la bocca, ma anche gli stimoli ricevuti attraverso gli occhi e le orecchie. Bisogna vedere il bene, sentire il bene e utilizzare tutti gli organi di senso solo per scopi buoni e divini.

Il *Vedanta* viene spesso frainteso come negazione del mondo, ma il *Bhrigu Valli* insegna l'opposto. **Vedere Brahman**

Se lo stesso Brahman dimora in tutti, allora nutrire gli affamati, prendersi cura dei malati, educare i bambini e confortare chi è in difficoltà non sono solo doveri sociali: sono la forma più elevata di adorazione.



ovunque favorisce la compassione e il rispetto per la vita in modo naturale. Bhagavan Sri Sathya Sai Baba sottolinea ripetutamente questo ideale esortando: **“Ama Tutti, Servi Tutti. Aiuta Sempre, non Fare Mai del Male.”** La vera realizzazione si esprime come amore universale.

In sintesi, il *Bhrigu Valli* afferma che il ricercatore non è separato dal *Brahman* e che **la beatitudine ricercata è l'essenza stessa del proprio Sé. Questa comprensione è liberazione.**

Sadachara Pradarshanam **Vivere la Realizzazione**

Il *Bhrigu Valli* si conclude non con una metafisica astratta, ma con un codice di retta condotta per l'anima realizzata: *sadachara pradarshanam*, l'esempio di una vita retta. L'*Upanishad* insegna: **“Na Kanchana Vasatau Pratyachakshita”** (Non respingere nessuno che venga a cercare rifugio), sottolineando che bisogna sempre servire gli altri, perché chi ha raggiunto la realizzazione vede il *Brahman* in ogni cosa.

Baba afferma che l'essenza di tutte le Scritture risiede nei cinque Valori Umani fondamentali: Verità (*Sathya*), Retta Condotta (*Dharma*), Pace (*Shanti*), Amore (*Prema*) e Non Violenza (*Ahimsa*). La pratica di questi valori è essenziale non solo per chi ricerca la spiritualità, ma per tutti gli esseri. Il fondamento dei cinque Valori

Umani è l'Amore. Al fine di realizzare Dio, Swami ci esorta a iniziare la giornata con amore, a riempirla d'amore, a trascorrerla con amore e a concluderla con amore. Baba dice che il modo migliore per amare Dio è amare tutti e servire tutti. La Sua Vita è il Suo Messaggio, e il Suo Messaggio è Amore. Egli ha incarnato l'Amore e il Servizio fornendo servizi umanitari a milioni di persone, donando cibo agli affamati e ai poveri, fornendo acqua potabile agli assetati e offrendo istruzione e assistenza sanitaria a chi ne aveva bisogno. Ispirati dal Suo esempio, milioni di devoti in tutto il mondo sono impegnati nel servizio disinteressato.

Brahmananda Anubhava **Il Canto della Liberazione**

Nei versi finali, la persona che sperimenta *Brahmananda Anubhava* (l'esperienza della suprema beatitudine) esegue beatamente il canto della liberazione. Il saggio liberato è descritto come: **“Sa Yaschaayam Purushe Yascha Savaditye Sa Ekah.”** (Colui che è qui di persona e Colui che risiede nel Sole sono la stessa cosa.) Ciò significa che il Sé individuale e il Sé universale sono una cosa sola.

Questa è la comprensione del *Mahavakya* (grande aforisma) **“Tat Tvam Asi”** (Tu sei Quello), che viene ripetuto nove volte nella *Chandogya Upanishad*. Questo aforisma trova eco nella grande dichiarazione di



Non sprecate nemmeno una sola briciola. Quando sprechiamo cibo, offendiamo la madre divina che ce lo dona.

Swami: *“Io sono Dio: anche tu sei Dio. Ma, mentre lo ne sono consapevole, tu ancora non lo sei. Questa è l'unica differenza.”*

L'*Upanishad* si conclude con il grido spontaneo: “Haa Vuu, Haa Vuu, Haa Vuu!” – un canto spontaneo di gioia sfrenata, al di là delle parole, che esprime la beatitudine traboccante del veggente illuminato. Le parole si dissolvono in un canto. Con estasi, l'anima realizzata canta: *“Aham Annam! Aham Annam! Aham Annam! Aham Annado! Aham Annado! Aham Annado!”* “Io sono cibo! Io sono cibo! Io sono cibo! Io sono il consumatore del cibo! Io sono il consumatore del cibo! Io sono il consumatore del cibo!”

Perché tornare al cibo dopo aver raggiunto l'apice della beatitudine? Perché la vera realizzazione non rifiuta il grossolano: lo eleva, lo santifica e lo divinizza. **Avendo visto il *Brahman* come *ananda*, il saggio ora vede che lo stesso *Brahman* è anche il cibo nel piatto, la mano che serve e la bocca che mangia.** La triplice ripetizione simboleggia la gioia incrollabile di questa realizzazione. Il soggetto, l'oggetto e colui che sperimenta l'azione sono tutti uno!

Swami, che ha personalmente nutrito migliaia di persone e avviato vasti programmi di distribuzione gratuita di cibo

nei villaggi, incarna questo insegnamento. Egli dice che il cibo è Dio e, quindi, non dovremmo sprecare nemmeno una singola briciola. Quando sprechiamo il cibo, offendiamo la madre divina che lo fornisce. Allo stesso modo, nutrire gli affamati è la più alta forma di adorazione.

Nella nostra epoca di spreco e insicurezza alimentare questo insegnamento è straordinariamente pratico. Ecco perché l'*Upanishad* afferma: “Produci cibo in abbondanza.” Questo assioma non è solo un comando spirituale, ma anche essenziale per la sopravvivenza della civiltà.

Riassunto e Conclusione

Il *Bhrigu Valli* offre una mappa completa della *sadhana*. Inizia con il rispetto per il *guru*. Bhrigu, sincero ricercatore spirituale, si avvicina al maestro Varuna con umiltà, apertura e ricettività.

Egli possiede le credenziali appropriate per essere un discepolo degno, come descritto nei *Brahma Sutra* nel *Sadhana Chatushtaya*. Possiede *viveka* (discriminazione fondamentale), *vairagya* (distacco verso l'irreale e il temporaneo), *shat-sampatti* (le sei nobili virtù) e infine *mumukshutva* (intenso desiderio di realizzare l'obiettivo ultimo).

Allora il discepolo sincero si avvicina al *guru*, rappresentato da Varuna, che non è solo suo padre, ma anche il suo maestro. Varuna è paziente e fiducioso che il discepolo, se praticherà intensamente e sinceramente, raggiungerà la meta.

Il maestro dà una semplice definizione del *Brahman*: "Ciò da cui tutti gli esseri sorgono, per mezzo del quale vivono e in cui ritornano." Questo fornisce le basi affinché il discepolo possa contemplare il *Brahman*. Poi spiega il metodo per raggiungere quello stadio, ovvero *tapas*. Nella prima parte di questo editoriale abbiamo già descritto in dettaglio che cos'è *tapas*: un'intensa pratica spirituale che ci conduce attraverso i vari stadi della realizzazione, culminando in *Ananda*, la Beatitudine.

Attraverso tutti questi stadi, il ricercatore scopre che *Brahman* non è lontano.

***Brahman* è presente come cibo, vita, mente, intelligenza e beatitudine. Eppure, è al di là di tutto questo: è tutto questo e al di là di tutto.**

Pertanto, questo percorso non rifiuta il mondo; lo eleva e lo divinizza. Non nega il corpo, ma santifica la mente. Non la glorifica; la purifica e la trascende. Insiste nel proseguire il cammino fin quando non si comprende che ogni cosa è *Brahman* – *Sarvam Khalvidam Brahma*.

Perciò, il *Bhrigu Valli* funge da sacra Scrittura e guida spirituale per la realizzazione del Sé. Ci dice che cos'è il *Brahman*, come indagare sul *Brahman*, come vivere nel *Brahman* e come trasformare ogni atto, quale mangiare, respirare, pensare, conoscere e servire, in un percorso per raggiungere Dio.

Jai Sai Ram.



CIBO SATVICO E SATSANG AIUTERANNO A CONTROLLARE LA MENTE

*Le termiti iniziano a poco a poco,
e presto divoreranno l'intero tronco.*

*All'inizio, le qualità negative
sembrano insignificanti.*

*Presto, distruggeranno anche una persona di grande
statura.*

*Persino uno yogi che non riesce a frenare
l'attaccamento è destinato a cadere.*

***Il vero yoga si raggiunge solo da coloro
che rinunciano ai piaceri mondani.***

(Poesi Telugu)

Incarnazioni del Sacro *Atma*! Per il progresso dell'uomo, una mente forte e la purezza di pensiero sono entrambe essenziali. La forza mentale è il fondamento dell'ascesa o della caduta di una persona. L'uomo ha due stati mentali, basati sulla sua percezione in un dato momento. Uno è *hitha* (benefico) e l'altro *ahitha* (non benefico). La ragione di ciò è che la mente può far apparire qualcosa di negativo in un dato momento, mentre in un altro momento ciò appariva positivo. Il fiume scorre tra le colline, si tuffa nella valle, acquista slancio a causa dei dislivelli del terreno e poi scorre veloce, cambiando corso di tanto in tanto, man mano che altri ruscelli, rivoli e affluenti si uniscono a

esso. Allo stesso modo, il fiume della vita scorre veloce e turbolento a causa degli alti e bassi della vita e delle relazioni che l'uomo instaura con gli altri.

Nessuno può sfuggire a questa corrente impetuosa e agli alti e bassi del fiume della vita. Sia all'inizio della vita, nella mezza età o nella vecchiaia, tutti li sperimentano a un certo punto. È molto importante che l'uomo comprenda questa verità. **Chi ha compreso questa verità non ha motivo di farsi prendere dal panico o dalla paura. Solo coloro che non hanno compreso questo fenomeno naturale saranno tormentati dal dolore, dal panico e dalla paura. Pertanto, è necessario comprendere questa verità fin dall'inizio.**

Se una persona ascolta il consiglio dell'intelletto,
sarà felice e realizzerà lo scopo per cui è venuta al
mondo. La sua vita sarà santificata.

Importanza della Concentrazione e dell'Unidirezionalità

L'uomo è spinto da diversi desideri che sorgono costantemente dall'interno e anche dall'esterno e che, alla fine, nella mente diventano decisioni (*sankalpa*). Tuttavia, la mente non può contenere tutti questi *sankalpa* contemporaneamente. Pertanto, i *sankalpa* che sono importanti e benefici per il proprio progresso spirituale devono essere mantenuti, mentre gli altri devono essere rifiutati dopo un'adeguata riflessione. Solo allora si può raggiungere la pace interiore.

Questo processo di fissare costantemente la mente su un obiettivo importante è chiamato *avadhana* (concentrazione). Di fatto, l'obiettivo della mente è la concentrazione. Il processo di eliminazione dei *sankalpa* indesiderabili e di conservazione nella mente solo di quelli desiderabili è anche chiamato unidirezionalità della mente (*chittaikagrata*). Quando la concentrazione viene messa in pratica, si chiama *abhiruchi* o profondo interesse. Sia il profondo interesse sia la concentrazione sono interconnessi e inseparabili. Senza l'unidirezionalità della mente e la focalizzazione, non si può raggiungere nemmeno il più piccolo obiettivo. È essenziale per l'uomo realizzare l'"Io", la sua vera natura, attraverso la piena consapevolezza.

Le attività della mente sono molto strane. I *sankalpa* della mente si diffondono ovunque e avvolgono il mondo intero. **Anche se l'uomo muore, i suoi *sankalpa* non muoiono.** Il profondo significato di questa affermazione può essere compreso con l'aiuto dell'esempio di Ahalya. Sebbene Ahalya fosse stata trasformata in pietra a causa della maledizione del marito, Maharishi Gautam, il suo *sankalpa* di incrollabile fede e devozione al Signore non



subì alcun cambiamento. Per questo, quando il Signore Rama passò per il suo *ashram* (eremo) e il Suo piede toccò quella pietra, ella tornò alla sua forma originale, quella di donna, Ahalya.

La Mente Dovrebbe Sempre Seguire l'Intelletto.

Incarnazioni del Divino *Atma*! Non dovremmo desiderare una nuova nascita o un cambiamento nella nostra forma fisica. Questo non è auspicabile. Al contrario, è di fondamentale importanza pregare per un cambiamento nel nostro comportamento, coltivare desideri sacri e condurre una vita di contemplazione sui pensieri divini.

L'essere umano è davvero un meccanismo e un'organizzazione meravigliosi. Ognuno in questa organizzazione, che sia il capo o un semplice lavoratore, deve svolgere bene i propri compiti. Ogni dipendente in una gerarchia organizzativa deve seguire la catena di comando formale e svolgere correttamente i propri compiti. Allo stesso modo, il corpo funziona magnificamente eseguendo e obbedendo agli ordini provenienti dalla catena di comando.

In questa organizzazione ci sono quattro importanti lavoratori: il corpo, i sensi, la mente e l'intelletto. **Il capo di questa organizzazione è l'Atma. Poiché l'intelletto (*buddhi*) è vicino all'Atma, esercita un grande potere.** Ecco perché la mente dovrebbe seguire i comandi dell'intelletto. A loro volta, i sensi dovrebbero seguire i comandi della mente e il corpo i comandi dei sensi. Questo è l'ordine corretto.

Un altro esempio: l'auriga è il capo del carro. Tuttavia, la gente pensa solitamente che i cavalli siano la componente più importante del carro. Questa è un'idea sbagliata. Qualunque sia la natura dei cavalli, se l'auriga è esperto, guidare il carro diventa facile. Il corpo umano può essere paragonato al carro, i sensi ai cavalli, la mente alle briglie e l'intelletto all'auriga. **In questa analogia, l'auriga, chiamato intelletto, sta aggiogando i cavalli, ovvero**

i sensi, al carro chiamato corpo e lo guida con attenzione, tenendo le briglie della mente. Questo è il metodo corretto. Al contrario, se si affida il comando del carro alla mente, si andrà incontro a conseguenze disastrose.

Siate Felici Ascoltando l'Intelletto

In questo contesto, si può citare un piccolo esempio. Ci siamo riuniti qui già alle 16. Il Discorso di Swami potrebbe concludersi tra mezz'ora. Tra coloro che sono seduti qui, qualcuno potrebbe pensare: "Oddio! Sono già le 19. Devo andare in mensa per la cena." Così, la mente prende una decisione (*sankalpa*). Se quel qualcuno segue la decisione della mente, perderà l'opportunità di ascoltare il meraviglioso Discorso di Swami. Che peccato! Nel frattempo, l'intelletto (*buddhi*) interviene e lo rimprovera: "Oh! Uomo stolto! Sei arrivato fin qui da una distanza di quattrocento miglia e sei seduto qui da oltre quattro ore. Hai sopportato tanta fatica. Non puoi sederti per un'altra mezz'ora e ascoltare pazientemente il prezioso Discorso di Swami? Che grande gioia proverai ascoltando le Sue dolcissime parole! Non dare ascolto alla mente sciocca. Siediti!" **Se una persona ascolta il consiglio dell'intelletto, sarà felice e realizzerà lo scopo per cui è venuta. La sua vita sarà santificata.** Tuttavia, se ignora il consiglio dell'intelletto, dimenticherà la sua vera natura e lo scopo della sua visita e mancherà il suo obiettivo nella vita.

L'intelletto impartisce numerose istruzioni anche nelle piccole cose. Ma la mente si rifiuta di seguirle. Non essendo guidata dall'intelletto, i *sankalpa* che sorgono nella mente non saranno chiari, portando a distorsioni e inquietudine. In tali situazioni, la mente dimenticherà persino il sentiero della devozione. Se i *sankalpa* si rivelano fruttuosi, la mente diventerà obbediente. Altrimenti, non esiterà a ribellarsi. Non solo seguirà la propria strada, ma inciterà anche i sensi alla ribellione. Così la mente percorre il sentiero dell'anarchia.



Lascia che l'*Intelletto* Guidi la *Mente*.

Il corpo umano può essere paragonato al carro, i sensi ai cavalli, la mente alle briglie e l'intelletto all'auriga.

La Mente è la Chiave per la Liberazione.

La pratica spirituale (*sadhana*) è uno sforzo per guidare una mente vacillante nella giusta direzione. Dobbiamo essere molto attenti nell'addestrare la mente sul sentiero spirituale. Supponiamo di gettare un sassolino in uno stagno. Anche se il sassolino è piccolo, il suo impatto creerà delle increspature sulla superficie che si propagheranno su tutto lo stagno. Allo stesso modo, nel lago della nostra mente, indipendentemente da quanto piccola sia la pietra del *sankalpa* che viene gettata, essa crea delle increspature che si propagheranno a tutto l'essere. Se nel lago della nostra mente gettiamo la pietra di *sankalpa* negativi, svilupperemo pensieri negativi, diremo parole negative, vedremo cose negative, ascolteremo parole negative e andremo in posti negativi. Tale *sankalpa* permeerà tutto l'essere e ci spingerà a commettere azioni negative. **Al contrario, se nel lago della nostra mente gettiamo la pietra del *sankalpa* positivo, essa incoraggerà tutti i nostri sensi a compiere azioni positive.**

La vita dell'uomo è guidata dalle onde nell'oceano della sua mente. A causa delle

onde, la sua mente perderà la sua stabilità. Dimenticherà la sua stessa natura umana e addirittura contaminerà la sua innata divinità. Ecco perché si dice: "La mente sola è la causa della schiavitù o della liberazione" (*Mana eva manushyanam karanam bandha mokshayoh*). Negli ultimi sette giorni ci siamo sforzati di comprendere la natura della mente e i suoi misteri. Questo è, di fatto, nostro dovere primario. **Una volta svelato il mistero della mente, questo sarà *moksha* (liberazione).**

Che Cos'è il Cibo Satvico?

Sorge quindi la domanda su quale sia la base della mente. Innanzitutto, consideriamo il cibo che mangiamo. Come è il cibo, così sono i pensieri. Come sono i pensieri, così è la mente. Pertanto, prima di tutto, dobbiamo fornire al nostro corpo cibo satvico (puro, naturale). Satvico non significa semplicemente mangiare alimenti come frutta, latte e yogurt. In realtà, il corpo umano assume 'cibo' attraverso tutti e cinque i sensi. Ma generalmente si pensa di assumere cibo solo attraverso un senso: la lingua. Questo è un errore. **Gli occhi, le orecchie, il naso, la lingua e la pelle sono i cinque sensi**

attraverso i quali nutriamo il corpo. Pertanto, tutto il cibo che assumiamo attraverso questi cinque sensi deve essere satvico.

Ciò significa che gli occhi devono avere una visione sacra e divina. Le orecchie devono ascoltare parole sacre. Il naso deve percepire fragranze divine. La pelle dovrebbe sperimentare il tocco divino. Quindi, tutti e cinque i sensi devono essere purificati consumando cibo satvico. È solo per sottolineare ripetutamente questo punto che vi esorto ad astenervi dal commettere i *panchadosha* (i cinque mali). Questi cinque mali sono *drishti dosha* (vedere cose cattive), *sravana dosha* (sentire cose cattive), *vak dosha* (dire cose cattive), *kriya dosha* (compiere azioni cattive) e *mano dosha* (nutrire pensieri cattivi). **Se riuscite a stare lontani da questi cinque mali, diventerete veramente Dio.**

A volte, potremmo dover ascoltare cose spiacevoli e indesiderabili. Poiché non ci piacciono queste conversazioni, è meglio allontanarsi da quel luogo piuttosto che sedersi e ascoltare discorsi sgradevoli. Sfortunatamente, non ci sforziamo di farlo. Invece, continuiamo a ripensare a quelle parole e cerchiamo persino di crederci, seppur contro voglia. Dopo un po' di tempo, sviluppiamo una sorta di simpatia per queste cose spiacevoli e indesiderabili. Questa è la natura umana. Non solo, ma siamo persino disposti a condividerle con gli altri. Questo è il motivo per cui la mente umana si sta inquinando. In realtà, non dovremmo prestare ascolto alle maldicenze. Ma, invece di tenercene alla larga, partecipiamo alla loro diffusione. Perché dovremmo indulgere in tali attività peccaminose? **Prestare ascolto alle maldicenze è di per sé un grave errore. Diffonderle è un altro errore. Così facendo, commettiamo due errori e ci esponiamo a grandi peccati.**

Il Satsang Aiuta a Coltivare una Mente Pura

La facoltà della mente agisce come un maestro dell'illusione. Tuttavia, è possibile



rimuovere le impurità da una tale mente ingannevole e indirizzarla verso il sentiero divino tramite la grazia di Dio. Se coltiviamo una mente malvagia, i pensieri malvagi nella nostra mente si diffonderanno alle persone intorno a noi, influenzando non solo noi stessi, ma anche gli altri. Al contrario, se sviluppiamo una mente pura con pensieri sacri, possiamo condividerli anche con gli altri. Ad esempio, se tengo in mano una rosa bella e profumata, la sua fragranza si diffonderà non solo in tutto il Mio corpo, ma anche verso chi Mi sta intorno. Per contro, un oggetto con un cattivo odore lo diffonderà e influenzerà chiunque si trovi nelle vicinanze.

Pertanto, una mente malvagia non solo tormenta se stessa, ma si propone anche di tormentare coloro che le sono vicini. Quindi, non dovremmo coltivare una mente malvagia. **Esistono certi metodi con cui la mente può essere addestrata a coltivare pensieri puri e sacri. Il Satsang (la compagnia dei buoni e dei pii) è uno di questi metodi che aiuterà notevolmente la mente a percorrere il sentiero divino.** Tuttavia, solo quando ci sforziamo di comprendere il funzionamento della

mente nel suo complesso saremo in grado di comprenderne la vera natura.

Non è possibile determinare la vera natura della mente identificandone una piccola parte. Prendiamo, ad esempio, questa rosa. Solo quando la sua forma ci viene rivelata nella sua interezza possiamo identificarla come una rosa. Allo stesso modo, quando ci sforziamo di comprendere appieno il funzionamento della mente, saremo in grado di coglierne la vera natura. Una volta compreso questo, non ci sarà più spazio per la paura e l'illusione.

In realtà, la mente è illusoria. Non ha una forma fissa. Vi ho detto molte volte che la mente è come l'obiettivo di una macchina fotografica. Quando l'obiettivo è rivolto verso le persone sedute da questo lato del palco e si preme il pulsante di scatto, la macchina fotografica fa loro una fotografia. Se è rivolto dall'altro lato e si preme il pulsante di scatto, la macchina fotografa le persone sedute da quel lato. È come l'aria, che non ha una forma specifica. Quando l'aria viene pompata in un pallone da calcio, ne assume la forma. Al contrario, se l'aria viene immessa in un palloncino, assumerà la forma di un palloncino. In realtà, l'aria non ha la forma né di un pallone da calcio né di un palloncino. A seconda dell'oggetto che riempie, assume quella forma. **In sintesi, la mente assume una forma particolare in base alle proprie intenzioni o ai propri pensieri.**

La Purezza della Mente è Molto Importante

Incarnazione del Divino *Atma*! Prima di tutto, dobbiamo impegnarci a fondo per assicurarci che i nostri *sankalpa* siano sacri, puri, e utili agli altri. Dobbiamo fare uno sforzo consapevole per raggiungere questo scopo. Inoltre, è anche essenziale che ci nutriamo di cibo satvico. Invece di dedicarci ad attività indesiderabili, dobbiamo impegnarci in attività utili agli

altri e partecipare al servizio sociale. È risaputo che le persone praticano esercizi fisici e ginnastica per mantenere il corpo in forma e forte. **Così come l'esercizio fisico e la ginnastica sono necessari per il benessere del corpo, i sentimenti satvici, il *satsang* (buona compagnia), le buone azioni e le attività di servizio sono necessari per regolare la mente. Contribuiscono tutti al nutrimento e al benessere della mente.**

Bisogna riconoscere che il cibo satvico e il *satsang* sono essenziali per controllare la mente. I pensieri positivi sono fondamentali per controllare la mente. È inoltre necessario comprendere la verità secondo cui alti e bassi, prima o poi, sono inevitabili nella vita e quindi bisogna sviluppare *samachitta* (equanimità) in ogni momento. Solo allora si può sperimentare la beatitudine. **Si possono studiare i *Veda*, le *Shashtra* (Scritture), gli *Ithihasa* (poemi epici) e i *Purana* (saggi mitologici); si può avere il *darshan* di anziani e anime nobili; si possono leggere molti testi spirituali; si possono intraprendere innumerevoli *sadhana* (pratiche spirituali), ma, se non si raggiunge *chitta shuddhi* (la purezza mentale) e *satsankalpa* (buoni pensieri o propositi), non si può ottenere *jnana* (illuminazione).**

Si può essere in grado di memorizzare e recitare i Veda e le scienze vediche ausiliarie.

Si può essere in grado di recitare belle poesie e prose.

Se una persona non ha purezza di mente e di cuore, si rovinerà da sola.

Che cos'altro posso rivelare oltre a questo?

(Poesia telugu)

Sri Sathya Sai Baba
Dasara 1976



Esperienze dei
Devoti

Una Vita Lunga, Benedetta, Felice e Divina

**TRE DECENNI
CON SWAMI**

Quando ci chiedono che cosa significhi Swami per noi, sono sufficienti solo le parole più semplici.

Christiane - Per me, Swami è la mia nuova vita, un nuovo scopo e un nuovo inizio. Questo è ciò che Egli rappresenta per me.

Walter - E per me, Egli è, semplicemente, Dio. Dopo più di 30 anni di cammino verso i Suoi piedi di loto, andando a Puttaparthi ogni anno dai primi anni '90, non posso che giungere ad altra conclusione.

Siamo grati oltre ogni dire per l'opportunità di conoscerLo, e ancora più grati di poterLo amare e adorare. E soprattutto grati di averLo potuto servire. **Una volta, Bhagavan disse ai Suoi discepoli che la più grande benedizione nella vita è servirLo. Questo è ciò che, da oltre trent'anni, facciamo insieme.**

Ma non è iniziato con gioia. È iniziato con un matrimonio in crisi.

“RestituisciMi l’anello.”

Egli prese l’anello in mano (io ero seduto a circa un metro di distanza), chiuse le dita, le riaprì e, dove prima c’era il ritratto, brillava un diamante.

Come Arrivammo a Swami

Christiane - Sono cresciuta in Germania come cattolica, figlia del sacrestano, immersa nei ritmi della fede fin dall’infanzia. Quando sposai Walter, un protestante, la Chiesa cattolica di allora mi esclude dai sacramenti che avevano plasmato la mia vita. Il dolore fu acuto; la mia fede vacillò e per molti anni semplicemente scomparve. Tornò lentamente, attraverso i nostri figli, quando fecero la Prima Comunione. Anche Walter ritrovò la sua strada in quegli anni e la nostra famiglia tornò alla fede.

Poi, dopo 20 anni di matrimonio, il nostro matrimonio iniziò a incrinarsi. Pregai di avere una guida. Provai l’astrologia, una terapia e qualsiasi cosa potesse aiutarci ad andare avanti. Alla fine, dissi a Walter: “Posso continuare solo se andiamo assieme in terapia.”

Nell’ottobre del 1991, quella decisione ci portò da una coppia di terapeuti. Sulla loro parete era appesa una piccola fotografia di un uomo indiano con una veste arancione. Non l’avevamo mai visto prima. Ci raccontavano storie su di Lui che per me erano arabo, e non riuscivo proprio a seguirle, ma ci misero in mano due libri. Walter ricevette “Il Mio Baba ed Io” di John Hislop. Io ricevetti il libro di Phyllis Krystal intitolato “L’Ultima Esperienza”, e ci invitarono a unirci al loro gruppo per il viaggio annuale a Puttaparthi. Walter si entusiasma subito. Io mi chiedevo che cosa avremmo mai potuto fare in India, visto che non parlavamo nemmeno le lingue del posto, ma ci andai.

Nel gennaio del 1992, tre mesi dopo aver visto per la prima volta la Sua immagine,

ci trovammo al cospetto di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba.

La Prima Udienza

Quel primo viaggio sembrò quasi una vacanza. Swami era andato a Bombay (l’odierna Mumbai) per otto giorni, e avevamo avuto il tempo di esplorare la zona. Al Suo ritorno, ricevemmo il *darshan* (la sacra visione del Divino) e poi tornammo a casa in aereo. Per noi, Egli era ancora uno sconosciuto.

Al secondo viaggio, un anno dopo, trovammo il coraggio di chiederGli un’udienza.

Walter - Swami, con quella Sua dolce insistenza, chiese: “Che cosa vuoi? Dissi che volevo un colloquio. Mi fece ripetere la frase ad alta voce, anche se ero timido. Poi disse: “Vai.” Dopo un anno di attesa, eravamo nella stanza dei colloqui. Eravamo in otto: la coppia di terapeuti, una coppia di anziani indiani, una giovane donna indiana con il suo bambino e noi due. Swami materializzò un anello per l’anziano signore, con incastonato il Suo ritratto. “Ti piace l’anello?” - chiese Swami. L’uomo rispose di sì, ma Swami non era convinto. “RestituisciMi l’anello,” Prese l’anello in mano (io ero seduto a circa un metro di distanza), chiuse le dita, le riaprì e, dove prima c’era il ritratto, brillava un diamante! La mente si svuota quando si vede una cosa del genere. Il cervello si spegne; gli occhi semplicemente guardano. Il bambino della giovane madre iniziò a lamentarsi. “*Stai calma*”, le disse Swami. “*Non ti succederà niente.*” Con un piccolo gesto della Sua mano, fece apparire un pezzo di *misri* (zucchero cristallizzato), che Egli mise nella bocca del bambino. Il



Walter suona la tromba la Vigilia di Natale del 2006 a Prashanti Nilayam

piccolo si calmò all'istante. Ma ciò che seguì fu, per me, il momento più prezioso. Quando il colloquio terminò, Swami si fermò davanti a me e fece il solito gesto di benedizione con la mano: un gesto che non ho mai dimenticato e che custodirò per sempre.

“Avrai una vita lunga, benedetta, felice e divina”, disse.

Eravamo ancora giovani. Conoscevamo Swami da soli due anni. Annotai le Sue parole, ma non capivo ancora che cosa mi avesse donato.

L'avrei capito solo 15 anni dopo!

Un Secondo Cuore

Walter - Natale 2006. Ero seduto nel coro di Natale con la tromba alle labbra e suonai *Amazing Grace* davanti a Swami nel Sai Kulwant Hall. Ne esiste persino un video. Ero in estasi.

Tre mesi dopo, nel marzo del 2007, ebbi un attacco di cuore. Dovetti sottopormi d'urgenza a un intervento chirurgico a cuore aperto. Mentre venivo portato in sala operatoria, l'anestesista e un'infermiera mi prepararono in una piccola anticamera. C'era un telefono a muro. **Sdraiato sulla barella, recitai silenziosamente il Gayatri Mantra per tre volte. Poi pregai: “Swami,**

ti prego, guida tutte le mani che ora mi toccheranno.”

Quando la preghiera terminò, il telefono squillò.

L'infermiera lanciò un'occhiata alla sua collega. “Chi chiama adesso?” chiese e prese il telefono. Non c'era nessuno in linea. Lo riattaccò, perplessa. Capii subito. “Grazie, Swami”, dissi a me stesso. “Hai chiamato!” Poi l'anestesia mi fece perdere i sensi. Furono eseguiti con successo cinque bypass coronarici.

Sono passati quasi 20 anni. A volte chiamo gli anni successivi all'intervento una seconda vita, e il cuore che batte nel mio petto un secondo cuore. Solo dopo l'intervento chirurgico compresi che cosa disse Swami in quella prima udienza di tanto tempo fa: “Una vita lunga, benedetta, felice e divina.” Aveva detto la verità prima ancora che sapessi che cosa chiedere.

Immersi nella Beatitudine

Christiane - Anno dopo anno, tornavamo. Sembrava che si fosse sparsa la voce che ogni volta che Walter chiedeva un colloquio a Swami, Egli rispondeva “Sì”, e ben presto i devoti iniziarono a chiedere di unirsi al nostro gruppo. A un certo punto, eravamo

45 persone. Ogni anno indossavamo sciarpe uguali per essere facilmente riconoscibili tra la folla.

Un anno, quando Walter contò i presenti, sbagliò. Disse "44". Swami, sorridendo, lo corresse: "No! 45." Fummo mandati via.

Il giorno dopo, il nostro gruppo si riunì di nuovo, tutti e 45 presenti, e ci fu permesso di andare in veranda ad aspettare l'udienza. Mentre attendevamo, arrivò una signora tedesca con una sciarpa diversa che insistette dicendo di avere ricevuto in sogno la rivelazione che avrebbe potuto unirsi a noi. Un volontario anziano cercò di mandarla via, ma lei non volle andarsene. L'atmosfera si fece tesa. Arrivò Swami; persino Lui la affrontò. Eppure, ella non se ne andò. Infine, Swami dichiarò che tutte le donne avrebbero dovuto tornare in fila per il *darshan*. Solo gli uomini sarebbero stati ammessi al colloquio.

In quei giorni parlavo pochissimo inglese. L'intero scambio (la donna, la discussione, la dichiarazione di Swami) mi investì senza influenzarmi. Stava accadendo qualcos'altro dentro di me.

Provai una tale gioia, una tale *ananda* (beatitudine) da parte di Swami che ne fui completamente assorbita. Non mi accorsi nemmeno che ci stavano chiedendo di andarcene. Mechthild, che era nel nostro gruppo, mi prese la mano e mi condusse via. Solo allora mi accorsi che tremava. Ci sedemmo da parte mentre gli uomini entravano, e io ero ancora in quello stato meraviglioso di energia. Onestamente, non sarebbe potuta andare meglio per me, anche se mi avessero permesso di entrare nella stanza dei colloqui.

Solo col passare degli anni ho compreso la grazia che ho ricevuto quel giorno. Non ero stata ammessa nella sala dei colloqui; ero semplicemente seduta in veranda, ma Egli mi aveva avvolta di beatitudine.

***"La Prossima Volta,
Vieni con Tua Moglie"***

Walter - Un anno o due dopo, ebbi un

altro colloquio. Christiane, preoccupata per problemi di circolazione sanguigna, era rimasta in fila per il *darshan*. Nel gruppo, c'erano quattro uomini. Alla fine del nostro colloquio, Swami fece uscire gli altri dalla stanza interna e, per qualche istante, mi lasciò solo con Lui.

Immaginate. Dio e io. Il piccolo Walter e Dio nella stessa stanza. Swami mi prese la mano, la accarezzò dolcemente e disse: "*La prossima volta, vieni con tua moglie.*"

Il significato letterale era chiaro. Il significato più profondo arrivò solo dopo. "*Vieni con tua moglie*" significava: mostrale più affetto, passa più tempo con lei e fai più attività con lei. Questo era lo stile di Swami. Raramente dava istruzioni in modo esplicito; usava immagini, allusioni e gesti. Le istruzioni si sarebbero rivelate dentro di te nel corso di mesi o anni e, quando ciò accadeva, sapevi che era stato Lui fin dall'inizio. In un altro colloquio, aveva parlato due volte del posto vuoto di Christiane: "*È una brava donna. È una brava donna.*"

Dall'Assistenza ai Malati Terminali al Servizio Carcerario

Christiane - Quando ci avvicinammo a Swami, all'inizio degli anni '90, ci chiedemmo quale *seva* (servizio disinteressato) avremmo potuto offrire nel Suo nome. Decidemmo di dedicarci all'assistenza ai malati terminali. Provammo a iniziare per tre volte, ma per tre volte la strada era bloccata. Eravamo confusi. Poi, al Centro Sai di Monaco, la situazione divenne chiara da un'altra prospettiva: avremmo dovuto prestare servizio in prigione.

Ci unimmo a un gruppo affiliato a un'associazione cattolica per il benessere degli uomini, un piccolo gruppo di volontari laici che assistevano i detenuti maschi presso il penitenziario di Stadelheim a Monaco. **Walter portò una lettera d'intenti a Brindavan e la depose ai piedi di Swami, che la accettò.** Da quel giorno in poi, sentimmo la Sua benedizione per l'opera. La sentimmo dentro di noi, e ovunque le cose iniziarono a fluire.



Una volta, Bhagavan
disse ai Suoi discepoli
che la più grande
benedizione nella
vita è servirLo.

Sono passati ormai più di 30 anni. Siamo gli unici volontari rimasti del gruppo originale; altri si sono succeduti nel corso degli anni. Il reparto in cui lavoriamo è il più difficile del carcere: un reparto per reati sessuali, dove gli uomini sono tenuti separati dagli altri detenuti per la loro stessa sicurezza. Il lavoro è pesante: gli uomini sono spesso a pezzi, e per questo avremmo voluto smettere di prestare servizio, ma non l'abbiamo fatto.

All'interno del carcere non parliamo mai di Swami. Non ci è permesso fare proselitismo, e non vogliamo farlo. Cerchiamo semplicemente di essere noi stessi. Gli uomini in qualche modo percepiscono che apparteniamo a quel luogo. Swami opera attraverso di noi, attraverso il nostro stesso essere.

Da Saul a Paolo

Una volta, lavorare con un uomo particolarmente difficile ci spinse al limite. Scrivemmo di lui in una lettera a Swami, chiedendoGli di occuparsi di quest'uomo perché noi non ci riuscivamo. Walter consegnò la lettera a Swami durante il *darshan*. Quando tornammo nel reparto qualche visita dopo, l'uomo ci chiese quasi timidamente: "Potrei avere uno dei libri di Baba?"

Restammo esterrefatti. Non gli avevamo mai parlato di Baba. Ci spiegò che nella sala comune del reparto c'era un televisore e che aveva visto un documentario sui *guru*

e gli *Avatar* indiani. Swami era apparso nel documentario. "Devo saperne di più", disse.

Chiedemmo un permesso speciale alla direzione del carcere e gli portammo una copia di *"Il Mio Baba ed io"* di John Hislop, lo stesso libro che per primo ci aveva aperto le porte. Lo lesse. Lentamente, l'uomo si trasformò completamente: da Saul a Paolo, come dice la Bibbia.

Alla fine, fu scarcerato. Continuammo ad accompagnarlo fuori, proprio come avevamo fatto dentro il carcere. Si sposò e, durante la cerimonia nuziale, Christiane fu testimone. Ancora oggi, sua moglie ci chiama. Da detenuto difficile, si trasformò in un caro amico.

Una Lezione Restituita

Christiane - Per alcuni anni ho tenuto un corso di cucina vegetariana all'interno del reparto. Insistevonel mioessere vegetariana. "Se volete una cotoletta", dicevo loro, "potete friggerla da soli; non è qualcosa che dovete imparare da me." Essi si erano immaginati di volere della carne, ma invece finirono per amare le pizze vegetariane e i piatti di lenticchie. Una volta Bhagavan disse ai Suoi studenti che la più grande benedizione nella vita è mangiare carne. Quasi sempre qualcuno arrivava imbronciato. "Tagliate prima le carote", dicevo, e quando il pasto era in tavola, la nuvola si diradava. Spesso si trattava di uomini i cui matrimoni erano finiti mentre erano in prigione, le

cui famiglie li avevano abbandonati e che portavano dentro un dolore più grande di quanto potessero esprimere a parole.

Uno di loro, un giovane che una volta avevo considerato in privato un po' senza speranza (avevo pensato: "Un ragazzo così trascurato, non capisce niente"), fu rilasciato e scomparve dalla nostra vita.

Cinque anni dopo, poco prima di Natale, squillò il telefono. Era lui.

"Non posso dimenticarvi tutti", disse.

Gli chiesi che cosa, al momento, stesse facendo. Rispose che faceva volontariato. Perché? Perché, disse, **"una volta, durante la lezione di cucina, ci hai detto che bisogna fare qualcosa di buono per essere contenti"**.

Non ricordavo nemmeno di averlo detto, ma lui si era portato dentro quella frase per cinque anni.

Quel momento mi ha cambiato. Ho imparato a prestare attenzione a ogni pensiero, a ogni parola. Non si sa mai quale diventerà il seme della grazia di qualcuno.

Anche quando pensi che una persona non stia ascoltando, anche quando pensi che non capisca, la grazia può comunque arrivare. Ora offro a ogni detenuto difficile il beneficio di credere in lui; credo che il Divino in lui sia reale, anche quando non riesco a vederlo. Gli uomini percepiscono la differenza. Percepiscono ogni pensiero. Negli ultimi 30 anni, non ho provato paura in quel reparto.

Walter - Una volta, quando espressi preoccupazione per il fatto che Christiane era sola con degli uomini in cucina, il portavoce scelto dai detenuti si alzò in piedi e disse. "Walter, se anche un solo capello di Christiane verrà torto, quel detenuto non uscirà vivo da quel reparto."

Ella è sempre stata trattata, per usare le sue stesse parole, in modo divino.

Il Mea Culpa di Uwe

Il primo uomo affidato alle nostre cure si chiamava Uwe. Aveva trascorso gran parte della sua vita in prigione. Prima nell'ex



Gli autori assieme ad altri volontari del servizio della SSSIO alla tomba di Uwe.

Germania dell'Est, dove si era rifiutato di sottomettersi al regime, e poi nella Germania Ovest per altri motivi. Era stato incarcerato per 10 anni quando l'ufficiale addetto alla libertà vigilata ci chiese di prenderlo in carico.

Uwe fu rilasciato. Veniva spesso a trovarci, sentendosi solo. Lo accompagnavamo agli eventi familiari e alla casa di riposo dove viveva la madre di Christiane. Mentre lei spingeva la sedia a rotelle della madre lungo il corridoio, Uwe spingeva la sedia a rotelle di un altro residente accanto a lei. Stava assaporando la libertà e il piacere di essere d'aiuto, e per un certo periodo, fu sereno.

Poi ricadde. Incontrò una donna, e i vecchi schemi riemersero. Fu rimandato nel carcere di lungo termine di Straubing, a ore di distanza da noi. Non potevamo andarlo a trovare molto spesso. Ci implorava di scrivergli, e noi gli scrivevamo.

Fu durante questa seconda prigionia che accadde qualcosa di più profondo. Alla fine, dopo un periodo di libertà vigilata in un altro carcere federale e il successivo trasferimento in una casa di accoglienza, arrivò il giorno in cui Uwe scrisse una lettera che aspettavamo da anni. Chiedeva scusa alle vittime. Si scusava per quello che ci aveva fatto passare. Si scusava per la sua ricaduta. "Che sciocco sono stato a non capirlo", furono le sue esatte parole.

Leggendo quelle parole, ci venne in mente un verso di *Amazing Grace*. Era l'inno che Walter aveva suonato con la sua tromba quel Natale prima dell'infarto:

"Ero cieco, ma ora ci vedo."

Pochi mesi dopo, fu rilasciato, e speravamo che fosse l'ultima volta. Ci chiamava ogni domenica. Andava a trovare gli amici, riprendeva i controlli medici: un uomo da poco libero e in grado di vivere di nuovo.

Poi, una domenica, non chiamò, e nemmeno la domenica successiva. Telefonammo alla casa d'accoglienza. "Abbiamo ricevuto un messaggio stamattina", disse l'uomo dall'altra parte del telefono, "Uwe è morto in ospedale."

Egli non aveva con sé il telefono e non poteva contattarci. **Tuttavia, prima di morire aveva scritto: "Mi dispiace", un vero mea culpa. Per noi, quello era il fulcro della sua vita. Morire avendo visto, avendo compreso: questo era lo scopo che Swami aveva stabilito per lui.**

Grazie a Lui, Tutto Questo è stato Possibile

Senza Swami, niente di tutto ciò sarebbe accaduto. Il nostro matrimonio non sarebbe durato. Non avrei ricevuto una seconda vita con il mio secondo cuore. Non avremmo mai provato la beatitudine sulla veranda. Non avremmo potuto servire per 30 anni all'interno del carcere e assistere alla trasformazione di così tante persone difficili e problematiche. Non avremmo imparato come una singola frase pronunciata durante un corso di cucina potesse trasformare un ragazzo che la portava nel cuore da cinque anni, e non avremmo visto le ultime scuse di Uwe a Dio.

Ogni giorno, mentre recitiamo i *Veda* e offriamo le nostre preghiere, l'ultima frase è sempre la stessa:

"Grazie, Swami, per averci fatto conoscere Te e per averci protetto."

Walter e Christiane Ketterer

GERMANIA



I coniugi Ketterer vivono in Germania. Sono devoti di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba dai primi anni '90. Si sono recati svariate volte a Prashanti Nilayam e hanno ricevuto benedizioni da Bhagavan. Nel 2006, Walter si è anche esibito nel Coro di Natale alla presenza divina. Seguendo gli insegnamenti di Swami, si dedicano a progetti di servizio alla comunità nella SSSIO della Germania. Professionalmente, Walter si è formato come operaio metallurgico e ha lavorato come rilegatore di libri prima di andare in pensione nel 2010.



AMORE IN AZIONE



ECUADOR

100 Kit Alimentari e magliette per il 100° Compleanno

In onore del centenario della nascita di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, otto membri del Centro Sai di Loja, assieme a quattro volontari della Clinica di Dialisi Renale di Loja, hanno portato i Suoi insegnamenti nelle strade del quartiere di San Pedro. Il 5 aprile 2026, ai meno abbienti della città, nota come la Capitale della Musica e della Cultura dell'Ecuador, sono state distribuite assieme a 100 kit alimentari 100 magliette bianche con i mes-



saggi senza tempo di Swami, 'Ama Tutti, Servi Tutti' e 'Aiuta Sempre, Non Fare Mai del Male'.



USA

Quando Dio Fornisce Cibo Fresco

Nel settembre del 2025, il Centro Sri Sathya Sai di Jersey City ha avviato una distribuzione settimanale di prodotti freschi presso la Biblioteca Pubblica North Bergen in collaborazione con l'Alleanza per il Cibo e l'Equità Sanitaria. Il progetto è stato originariamente ideato dalla signora Sai Lakshmi Rao, Direttrice della Biblioteca Pubblica North Bergen e membro del locale Centro Sai. Ella voleva offrire pacchi di cibo ai primi 100 partecipanti alla fiera della salute della SSSIO per commemorare il centenario della nascita di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. L'idea era rimasta in sospeso fino a soli due giorni prima della fiera, quando l'Alleanza ha contattato la biblioteca senza preavviso, chiedendo loro di allestire uno stand di prodotti freschi. Da allora, verdure fresche di fattoria provenienti da aziende agricole locali del New Jersey vengono distribuite ogni giovedì,



un giorno scelto dalla fondatrice dell'Alleanza, dottoressa Leeja Carter, senza conoscerne il significato per i devoti di Sai. Quando le è stato chiesto come faccia a fornire tali doni in abbondanza, settimana dopo settimana, la risposta della dottoressa dice tutto: "Dio provvede." **Due o tre volontari Sai continuano a supportare ogni evento, organizzando le consegne a domicilio per coloro che non possono partecipare e donando i prodotti in eccedenza a un rifugio locale per senzatetto.**



SPAGNA

Sai Seva a "Mi Casa" di Madrid

Il 18 aprile, per commemorare l'*Aradhana Mahotsavam* 2026, nove membri del Centro Sri Sathya Sai di Madrid si sono recati alla casa di riposo 'Mi Casa', gestita dalle Piccole Sorelle dei Poveri, per trascorrere del tempo prezioso con i suoi vulnerabili residenti. **I volontari hanno riempito la casa di musica e gioia, eseguendo un mix di canti popolari e spirituali, molti dei quali sono stati riconosciuti con gioia dai residenti, che li hanno anche cantati.** La visita ha incluso anche calorose conversazioni personali e la donazione di un elettrocardiografo e di generi alimentari



di prima necessità. La giornata si è conclusa al Centro Sai, dove i membri hanno riflettuto sull'esperienza e hanno esaminato le modalità per intensificare il loro servizio in futuro.



SUDAFRICA

Progetto Madre e Figlio

Il 9 maggio 2026, il neonato Centro Sai di Gledhow ha portato nella locale comunità rurale, sulla Costa Settentrionale del KwaZulu-Natal, il Progetto Madre e Figlio, offrendo i propri servizi a 40 madri e 39 bambini grazie all'aiuto e al supporto di 40 dediti volontari. Il programma ha integrato igiene, nutrizione e benessere mentale attraverso una ricca varietà di attività. L'Istituto Africano di Educazione Sathya Sai (AISSE) ha condotto un coinvolgente laboratorio per genitori, utilizzando canti, movimento e narrazione di storie. I bambini hanno sperimentato la pittura su tela e il decoupage per sviluppare fiducia in se stessi ed espressione emotiva, e il Team Go Green ha piantato alberi di mango, limone e spekboom. Ogni bambino ha adottato e dato un nome con un valore umano a un albero. Sono stati distribuiti kit per l'igiene e materiale di cancelleria, e la giornata si è conclusa con un pasto per tutti caldo e nutriente.



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>

AMORE IN **AZIONE**

UN PUNTO AL MOMENTO GIUSTO ISPIRA A FARNE ALTRI NOVE



**Da un
Piccolo
Pensiero
a Infinite
Possibilità**

Mentre il mondo si preparava alle celebrazioni per il 100° Compleanno di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, i membri del Centro Sri Sathya Sai di Nashville, Tennessee, USA, hanno lavorato a maglia e consegnato 50 berretti per neonati all'Ospedale Generale di Nashville a Meharry, a sostegno delle famiglie a basso reddito. Ognuno di questi piccoli berretti portava con sé calore, dignità e amore intessuti in ogni punto.

Guardando quei berrettini, era difficile credere a quanta strada fosse stata fatta. Solo due anni prima, in occasione del 98° Compleanno di Swami nel 2023, l'iniziativa era nata da una semplice idea



personale: *i vecchi tessuti potevano diventare un'opportunità di seva? Sostenibilità e servizio potevano andare di pari passo?*

Quel singolo pensiero ha portato al lancio di un progetto di riciclo dei tessuti presso il Centro Sai, **dove i membri si sono riuniti per creare 225 borse di tela per un rifugio locale per donne, utilizzando vecchi scialli indiani e sari riciclati.** Quella che sembrava una piccola iniziativa ambientale si è presto trasformata in qualcosa di molto più profondo: un'offerta d'amore ispirata dagli insegnamenti di Swami sul servizio disinteressato e sul *"Tetto ai Desideri"*.

Il Movimento Prende Impulso

Questo impegno è continuato nel 2024 durante lo *Sri Sathya Sai Aradhana Mahotsavam*. Il progetto ha costantemente guadagnato slancio a mano a mano che i devoti scoprivano la gioia non solo nei prodotti finali, ma anche nello spirito di lavorare insieme. I tavoli da pranzo si sono trasformati in postazioni di cucito. I *sari*, un tempo riposti negli armadi, hanno trovato nuova vita nelle mani dei volontari. Le conversazioni scorrevano, le risate riempivano le case e il seva (servizio disinteressato) cuciva silenziosamente insieme i cuori.

Nel frattempo, in parallelo, ha cominciato a svilupparsi un'altra splendida iniziativa.

I membri del Centro Sai di Nashville, compresi i bambini, hanno imparato a lavorare a maglia e, per l'organizzazione *Spazio per Crescere*, hanno creato 99 berretti per neonati. **Quello che era iniziato come un corso locale si è rapidamente esteso oltre il Cen-**



tro stesso. Le sessioni “impara a lavorare a maglia” si sono diffuse a 20 in tutta la Regione 4 della SSSIO-USA (USA Mediocentrale) e oltre. Durante il seminario della Regione 4, uomini e donne hanno imparato con entusiasmo a lavorare a maglia berrettini per neonati che sono stati successivamente consegnati a un ospedale locale di St. Louis, Missouri.

La Sinergia del Seva

Il *seva* è cresciuto organicamente da un impegno individuale a un'iniziativa del Centro, fino a diventare un movimento regionale! E da qualche parte, in mezzo a queste esperienze, si è silenziosamente rivelata una profonda verità spirituale attraverso una semplice equazione matematica che Swami cita in un Discorso Divino:

$$(a+b)^2=a^2+b^2+2ab$$

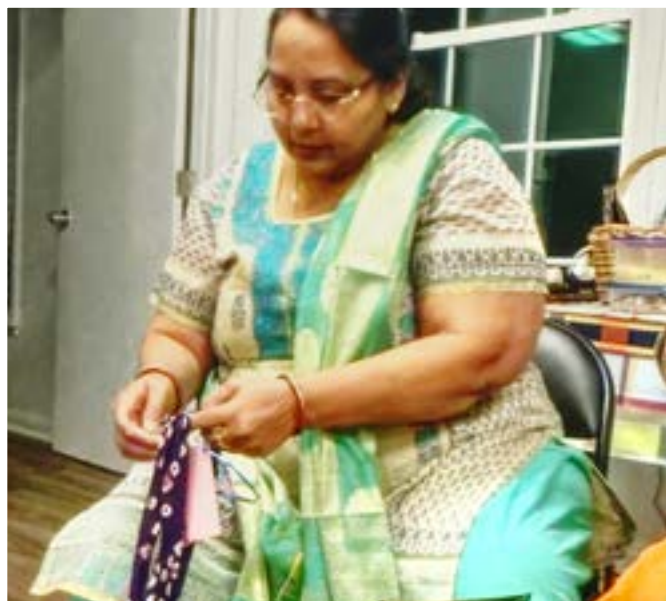
Singolarmente, a^2 e b^2 rappresentano sforzi separati, ma, nascosto all'interno dell'equazione, c'è il misterioso $2ab$: il valore aggiuntivo risultante dall'unione delle due forze. Quel $2ab$ invisibile diventa visibile attraverso il *seva*.

Una persona donava un *sari*, un'altra cuciva una borsa, un bambino lavorava a maglia un berretto e qualcun altro coordinava le consegne. **Ma, quando tutti questi sforzi venivano combinati con unità e amore, emergeva qualcosa di straordinario, di gran lunga superiore alla somma dei singoli contributi. Attraverso questa iniziativa, i devoti hanno avuto la prova diretta della matematica di cui Swami parla.**

Poi è arrivata un'altra importante pietra miliare.

Il Seva Continua a Crescere

Nel 2025, alla Conferenza Nazionale Sathya Sai della SSSIO-USA a Dallas, in Texas è stata presentata l'iniziativa delle borse di tela riciclate. Le borse di tela realizzate con *sari* riciclati sono state distribuite ai presenti e l'idea è stata accolta con entusiasmo dai partecipanti provenienti da tutto il Paese. Molti hanno portato l'idea nei propri Centri come un servizio significativo in linea con il messaggio di Swami sulla sostenibilità e sul “Tetto ai Desideri”.





Poco dopo, sono cominciati ad arrivare *sari* donati da St. Louis, Austin, Houston e altre città.

Questa è la natura del servizio ispirato dall'amore. Una singola candela può accenderne mille altre senza perdere la sua fiamma. **Un sincero atto di servizio ne innesca un altro. Un volontario ispirato ne motiva molti altri. Ciò che è iniziato con poche borse riciclate a Nashville si stava diffondendo nei Centri Sai di tutta la nazione.**

Utilizzando i *sari* donati, sono state create e distribuite a giovani madri 101 borse per pannolini attraverso l'organizzazione 'Spazio per Crescere', che supporta i genitori per un periodo di tre anni o più fornendo assistenza genitoriale e articoli essenziali per neonati. Anche il tessuto avanzato ha trovato un utilizzo. Con scarti riciclati sono

state realizzate piccole borse tradizionali con coulisse, chiamate *potli*, e i fondi raccolti hanno sostenuto l'istruzione di ragazze svantaggiate in India attraverso l'iniziativa 'Educazione per Tutti'.

Quando il Seva Diventa Emancipazione

Il progetto ha continuato a evolvere non solo in termini di portata, ma anche di creatività.

Nel settembre del 2025, l'attenzione si è spostata sull'obiettivo di dare potere alle madri vulnerabili per generare un reddito sostenibile. L'innovazione ha superato la sfida della distanza geografica, grazie a tre sessioni Zoom tenute per le madri dell'Università Clarksdale Baby nel Mississippi, durante le quali è stato insegnato loro a lavorare all'uncinetto berrettini per neonati. La gioia sui volti delle madri nel vedere le loro creazioni finite è stata indimenticabile. Molte hanno espresso entusiasmo all'idea di continuare il lavoro e, in seguito, di vendere i berretti come fonte di reddito.

Un'altra iniziativa è seguita a breve: i piani per fornire cinque macchine per cucire a un rifugio per donne a Clarksdale, Mississippi, in modo che le donne potessero imparare a cucire borse con materiali riciclati e guadagnarsi da vivere grazie alle proprie capacità e creatività.



Quello che è iniziato come un progetto di riciclo è ora diventato uno strumento di emancipazione! Ciò che è cominciato con la cucitura di borse si è trasformato, per molti, in un arazzo di fiducia, dignità e speranza.

Potenziale di Crescita Infinita

Come hanno riflettuto i devoti durante le celebrazioni del 100° Compleanno di Swami, il logo ufficiale del centenario della SS-SIO aveva un profondo significato simbolico: il profilo di Swami che precede il simbolo dell'infinito.

Sembrava davvero appropriato perché, una volta che Swami entra in un'iniziativa, le possibilità diventano infinite. Una piccola idea si trasforma in un movimento. Pochi volontari diventano un'intera regione. Un'iniziativa regionale viene adottata in una conferenza nazionale. Vecchi *sari* diventano opportunità di dignità e di emancipazio-

ne. Le sessioni di lavoro a maglia diventano fonti di reddito per madri in difficoltà. Il servizio ispira ulteriore servizio in modi che nessuno può prevedere.

Questi progetti non riguardano solo il riciclo di tessuti o la lavorazione a maglia di berretti. Incarnano abilità, innovazione, determinazione, disciplina e, soprattutto, un servizio gioioso radicato nell'amore. Il riconoscimento non è mai l'obiettivo, ma la trasformazione.

E con ogni punto, ogni berretto, ogni borsa e ogni cuore ispirato, Swami continua a ricordarci che, quando amore e unità si uniscono, Egli aggiunge sempre il bonus "2ab": la grazia invisibile che trasforma i piccoli sforzi in infinite possibilità.

Geetha Bhatt
USA 



La signora Geetha Bhatt è nata e cresciuta in India, nei dintorni di Bangalore e Brindavan. È entrata a far parte della comunità di Sai nel 1995 ed è una devota di Swami da oltre 30 anni. È coinvolta in molti progetti di servizio della SSSIO, come il riciclo di vecchi tessuti e la lavorazione a maglia di berrettini per neonati. La signora Bhatt è ingegnere informatico di professione e si è trasferita dalla California a Nashville con suo marito circa cinque anni fa.

La Grandezza di Swami Supera Tutti i Confini

IL SUO AMORE SI ESPANDE

Con sincera gratitudine a Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, siamo lieti di condividere le significative e stimolanti storie di come l'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai (SSSIO) continui a condividere la Sua grandezza ed espandere il Suo amore in molti Paesi.

MESSICO

Crescita Costante

In Messico, si registrano segnali incoraggianti di una crescita costante nella missione divina. Pur essendo in fase di ripresa dagli impatti della pandemia e dalle circostanze in continua evoluzione, c'è stato uno sforzo ponderato e strutturato per incrementare e rafforzare le attività dei Centri Sai.

Un approccio particolarmente degno di nota è stata l'introduzione di pratici lavori di gruppo su temi spirituali, che offrono ai partecipanti **un'esperienza diretta di meditazione, circoli di studio e servizio**. Attraverso queste iniziative esperienziali, i sinceri ricercatori vengono gradualmente guidati nella formazione di Centri Sai attivi all'interno della struttura della SSSIO.

Grazie a questi sforzi costanti, sono stati istituiti diversi nuovi Centri e molti Centri preesistenti hanno ripreso le attività con rinnovato vigore e dedizione.

Guardando al futuro, si registra un forte impulso, con altri 28 Centri che dovrebbero iniziare a operare a breve. Per garantire che i gruppi emergenti ricevano guida e



Zihuatanejo, Messico



Mazunte, Messico

Messico

Nuovi Centri Sathya Sai

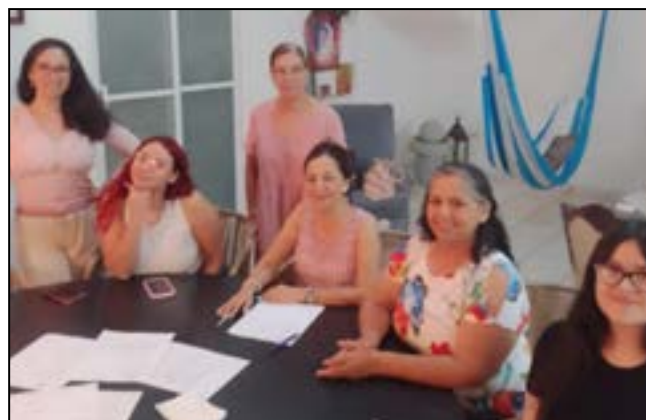


1. **Capo San Lucas (Bassa California)**
2. **Ciudad Valles (San Luis Potosi)**
3. **Cuernavaca (Morelos)**
4. **Giardini di Santa Monica (Città del Messico)**
5. **Laghi di Moreno (Jalisco)**
6. **Mazunte (Oaxaca)**
7. **Pachuca (Hidalgo)**
8. **Polanco, Guadalajara (Jalisco)**
9. **Poza Rica (Veracruz)**
10. **Presidentes (Città del Messico)**
11. **Tlalpan (Città del Messico)**
12. **Zihuatanejo (Guerrero)**

incoraggiamento, è stata istituita un'iniziativa dedicata a supporto della creazione di nuovi Centri.

Questa esperienza ha inoltre fornito preziosi spunti di riflessione su come gestire i Centri Sai. **L'accento è stato posto sull'approfondimento della comprensione degli insegnamenti di Swami, sul progresso nella pratica spirituale e sulla garanzia che i Centri rimangano spazi accoglienti e inclusivi per tutti. Si è riaffermata l'importanza dell'unità, della condotta esemplare e della chiarezza di intenti.**

Sono emersi tre pilastri fondamentali, essenziali per una crescita duratura: Integrazione, Consolidamento e Crescita. L'Integrazione si concentra sul riunire i devoti in unità e pratica condivisa. Il Consolidamento assicura che i Centri siano saldamente radicati nella devozione, nel servizio e nell'educazione. La Cresci-



Cabo San Lucas, Messico



Cuernavaca, Messico



Australia

Nuovi Centri Sathya Sai

1. Nordovest di Sydney
2. Sudest di Melbourne

ta, poi, si svolge in modo naturale, supportato da iniziative di impegno sociale come workshop, programmi pubblici e coinvolgimento della comunità.

AUSTRALIA

Rinnovata Energia e Leadership Giovanile

In Australia (Zona 3 della SSSIO), si è registrato un notevole aumento di entusiasmo e partecipazione. Per grazia di Swami, nuovi gruppi di leadership si sono assunti la responsabilità con grande energia e dedizione, supportati da un crescente coinvolgimento dei Giovani Adulti. Particolarmente incoraggiante e stimolante è **la creazione di due nuovi Centri Sri Sathya Sai, uno a Melbourne e un altro a Sydney**, pienamente operativi con il supporto di altri Centri e della leadership nazionale. Sono inoltre in corso i preparativi per la creazione di un nuovo Centro nella Gold Coast a sostegno della crescita delle attività Sai nella regione.

Le iniziative educative e di servizio nella Zona 3 continuano a prosperare. Tutte e tre le scuole Sai della zona operano efficacemente sotto una gestione dedicata, e il Centro specialistico Sathya Sai nelle Figi ha avviato le sue attività con il supporto di professionisti medici provenienti da tutta l'Australia e la Nuova Zelanda.



Northwest Sydney, Australia



Southeast Melbourne, Australia



Susafrica

Nuovi Centri Sathya Sai

1. Amanzimtoti
2. Gledhow
3. Glenhill

I progetti per una struttura di cure palliative dimostrano ulteriormente l'impegno a fornire un servizio compassionevole e basato su valori etici.

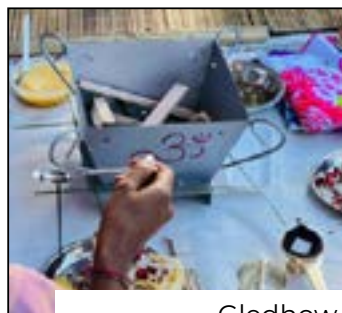
SUDAFRICA

Espansione Attraverso il Servizio e l'Impatto Comunitario

Allo stesso modo, in Sudafrica (Zona 9 della SSSIO), lo spirito di espansione e servizio rimane forte e fonte di ispirazione. I programmi educativi stanno assistendo a un attivo coinvolgimento di studenti, insegnanti e comunità locali, con un impatto visibilmente positivo sul territorio. Un nuovo Comitato per l'Istruzione della Zona 9, composto da membri provenienti da diverse Zone della SSSIO, sta ulteriormente rafforzando questo impegno.

In Sudafrica, l'apertura di tre nuovi Centri Sathya Sai rappresenta un traguardo significativo.

Questi Centri si ergono come vivaci luoghi di devozione e servizio, e come fari che riflettono la dedizione dei devoti locali e il crescente interesse per il movimento Sai. Sono in corso i preparativi per un'ulteriore espansione del numero di Centri nella regione.



Gledhow, Sudafrica



Amanzimtoti, Sudafrica



Nepal

Nuovi Centri Sathya Sai

1. Bhaktapur
2. Chisapanitol
3. Dhanwantari Hadigau
4. Duipiple Lamjung
5. High Vision
6. Kalikasthan, Kathmandu
7. Swayambhu

NEPAL

Una Silenziosa Rinascita Radicata nella Convinzione

Il Nepal (Zona 4 della SSSIO), una terra da tempo benedetta da una vibrante presenza di Sai, è stato luogo di decenni di attività spirituali e di dedito servizio, ispirati dal messaggio universale di Bhagavan *Ama Tutti, Servi Tutti*. Nel corso degli anni, i devoti Sai in Nepal si sono impegnati attivamente in un ampio spettro di iniziative che vanno dagli incontri devozionali e dall'educazione ai valori umani a un servizio umanitario di grande impatto.

Nei momenti di grande bisogno, questo spirito di servizio disinteressato ha brillato in modo particolarmente intenso. **La risposta al devastante terremoto del 2015 testimonia questo impegno, quando la SSSIO ha intrapreso sforzi di soccorso e riabilitazione su larga scala con compassione ed efficienza.** Allo stesso modo i servizi umanitari, come i progetti per l'acqua potabile, hanno continuato a beneficiare le comunità in tutto il Paese, incarnando l'insegnamento di Swami secondo cui le mani che servono sono più sante delle labbra che pregano.



Kalikasthan, Nepal



Bhaktapur, Nepal

Negli ultimi anni, un periodo di transizione ha presentato alcune sfide, poiché, in Nepal, i devoti si sono trovati distanti dalla struttura della SSSIO a causa di sviluppi al di fuori del loro controllo. Tuttavia, guidati da una profonda convinzione interiore e da un'intima connessione con Bhagavan, è emersa una rinnovata consapevolezza per perseguire la missione divina con la SSSIO.

In Nepal, diversi Centri Sai hanno consapevolmente riaffermato il loro allineamento con la SSSIO, l'Organizzazione amorevolmente fondata e guidata da Bhagavan in persona. Questo ritorno silenzioso ma potente non è stato caratterizzato da reazioni, ma da riflessione, comprensione e incrollabile devozione.

Siamo felici di dare il benvenuto a sette nuovi Centri Sai, che ora sono integrati nella SSSIO.

Questo sforzo e questa dedizione collettivi rappresentano un traguardo significativo e incoraggiante, generante immensa forza e impegno, e che riflette un entusiasmo e una partecipazione senza limiti. **Ogni Centro è un faro di dedizione, impegnato a promuovere la crescita spirituale, l'unità e il servizio in linea con gli insegnamenti di Swami.** In Nepal, questo



Chisapanitol, Nepal





Dhanwantari Hadigau, Nepal

slancio non è uno sviluppo isolato, ma parte di un più ampio modello mondiale di silenzioso rafforzamento ed espansione della missione divina della SSSIO.

La Missione Divina Continua a Espandersi

Attraverso queste diverse aree geografiche, è chiaramente visibile un filo conduttore: una silenziosa ma forte riaffermazione della missione di Bhagavan e dei valori che Egli ha insegnato con tanta compassione. Sia attraverso la riemersione dei Centri, la formazione di nuovi o il rafforzamento di iniziative di servizio, la SSSIO continua a crescere come espressione vivente dei Suoi insegnamenti.

Questi sviluppi rivestono un significato speciale: riflettono non solo un ritorno, ma un rinnovamento. È un consapevole rinnovato impegno verso gli ideali di unità, purezza e servizio disinteressato. Ci ricordano che, sebbene le circostanze possano cambia-



re, la chiamata fondamentale alla Verità e all'Amore è senza tempo e universale.

Mentre questi Centri si uniscono alla famiglia universale Sai della SSSIO, li celebriamo e li accogliamo con gratitudine e ottimismo. Attendiamo con entusiasmo una crescita continua, un'intensa collaborazione e servizi in continua espansione, ispirati dalla grazia sconfinata di Swami.



Non Preoccuparti! *Io ti porterò alla Liberazione*

Nel 1978, durante il mio primo soggiorno da Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, ci trovavamo a Puttaparthi dopo un appagante Corso Estivo a Brindavan, Bangalore (ora conosciuta come Bengaluru), su "Cultura e Spiritualità Indiane". Swami ci chiamò per un colloquio a Puttaparthi. Parlò con la mia cara amica, Lila Youngs, chiedendole, con il Suo modo gentile, ma penetrante, se si alzasse presto per meditare.

"No, Swami", rispose ella onestamente. "È troppo presto per me."

"Sei venuta per i bhajan del mattino?" – Egli chiese.

"No, Swami."

"Sei venuta per il nagarsankirtan?"

Di nuovo, rispose: "No, Swami. Non riesco a camminare con tutta quella gente."

Swami fece una pausa. Poi, con un sorriso compassionevole che sembrava abbracciare ogni debolezza umana, pronunciò parole che non mi hanno mai abbandonato: *"Non ti preoccupare. Io ti condurrò alla liberazione."*

Quelle parole mi lasciarono senza parole.

**“Noi sbagliamo, cadiamo, dubitiamo, lottiamo.
Eppure, l'Avatar cammina al nostro fianco
in tutto questo, guidandoci silenziosamente
verso il nostro destino più elevato.”_**

Nel corso degli anni, ho capito che quelle parole non erano destinate solo a Lila. Erano destinate a tutti noi ricercatori, che inciampiamo e lottiamo lungo il cammino spirituale. **Quando ripenso agli eventi della mia vita, vedo chiaramente come Swami mi abbia guidato, corretto, protetto e attirato lentamente verso quel destino finale molto prima che conoscessi il Suo nome.**

Il Vecchio sulla Spiaggia

Sono nata e cresciuta a Key West, in Florida, negli Stati Uniti, un'isola che per un bambino sembrava un paradiso. La mia infanzia è stata piena di fiori tropicali, alberi da frutto e un oceano blu infinito. Le orchidee sembravano crescere ovunque e l'aria stessa era vibrante di bellezza.

Eppure, nonostante quell'ambiente idilliaco, devo ammettere di essere stata una bambina birichina. Ero audace e avventurosa. Se qualcuno mi sfidava a fare qualcosa di rischioso, di solito io accettavo la sfida senza esitazione. Mi piaceva esplorare da sola e mettere alla prova il mio coraggio in modi che probabilmente preoccupavano gli adulti intorno a me.

Ma, assieme a questo spirito avventuroso, c'era qualcos'altro nella mia vita fin dall'inizio: un amore naturale per Dio. **Da che ho memoria, parlavo con Dio nel mio cuore.**

Non l'ho imparato da nessuno; era

semplicemente qualcosa che sentivo di dover fare. I miei nonni hanno rafforzato questa inclinazione. Mio nonno era un pastore metodista e mia nonna una delle anime più gentili che io abbia mai conosciuto. Quando andavo a trovarli durante l'estate, mi raccontava storie della Bibbia e cantava bellissimi inni. Grazie a loro, ho sviluppato un profondo amore per Gesù e la Bibbia, che da ragazzina leggevo spesso.

Un giorno, quando avevo circa 10 anni, decisi di andare da sola in bicicletta fino alla spiaggia. A quei tempi, Key West era un posto tranquillo e mia madre non era eccessivamente preoccupata per simili avventure. Pedalai fino alla riva, appoggiai la bicicletta sulla sabbia e notai che non c'era nessuno in giro.

Quel giorno l'acqua era cristallina. Si poteva vedere il fondale a grande distanza: conchiglie sparse sulla sabbia e pesciolini che sfrecciavano tra le correnti. Era irresistibile. Entrai in acqua e iniziai a nuotare.

Mi ero allontanata parecchio dalla riva quando, improvvisamente, vidi qualcosa che galleggiava verso di me. Era una caravella portoghese, una creatura marina che assomiglia a una medusa, ma è molto più pericolosa. I suoi tentacoli possono estendersi per quindici metri o addirittura trenta, e la sua puntura può essere estremamente dolorosa.

Mi girai e iniziai a nuotare verso riva. Ma



I Beati Devoti dei Primi Anni

prima che potessi scappare, sentii qualcosa avvolgermi. Immediatamente, il mio corpo fu invaso dal dolore. Mi sembrava che centinaia di vespe mi stessero pungendo contemporaneamente: intorno al collo, alla vita, alle braccia.

In preda al terrore, gridai: “Dio, salvami! Dio, salvami! Dio, salvami!”

Quando alzai lo sguardo, vidi un uomo in piedi sulla riva. Era anziano, con la pelle scura, e mi parlò in una lingua che non riconobbi. A Key West, molte persone parlavano spagnolo o dialetti cubani; quindi, supposi che fosse uno di quelli.

Mi fece cenno con urgenza di raggiungerlo. In qualche modo, riuscii ad arrivare a riva. Quando mi alzai, il mio corpo era coperto di ponfi blu e sottili linee dove i tentacoli mi avevano toccato. L'anziano mi disse di sdraiarmi sulla sabbia. Poi mi aiutò a coprimi il corpo con sabbia fredda, pesante e bagnata, sulle zone punte.

“Rimani qui per dieci minuti”, disse. “Quando ti sentirai meglio, sciacqua-

ti e torna a casa.” Poi, semplicemente, se ne andò. Seguii le sue istruzioni alla lettera. Dieci minuti dopo, mi sciacquai nell'acqua e tornai a casa in bicicletta.

Quando mia madre mi vide, mi portò subito dal medico. Egli mi visitò e disse qualcosa di straordinario: “Quel trattamento era assolutamente corretto. Chiunque le abbia detto di farlo sapeva esattamente che cosa fare.”

Rimasero solo lievi segni rossi. **Ma ciò che mi rimase impresso fu il misterioso vecchio che era apparso proprio quando avevo bisogno di aiuto.**

Sentire il Nome ‘Sai’

Crescendo, la mia vita seguì un percorso tipico. Lasciai Key West per studiare infermieristica in Virginia, ed è lì che ho incontrato l'uomo che sarebbe diventato mio marito. Dopo il matrimonio, ci trasferimmo a San Diego e fummo benedetti con due figli meravigliosi, Eric ed Elizabeth. Amavo la vita e mi godevo molti piaceri quotidiani: ballare, partecipare a feste e ridere con gli amici. Eppure, in sottofondo, continuava silenziosamente la mia ricerca spirituale.

“...per me, quell'incidente è stato indimenticabile. Fu la prima volta che avevo consapevolmente invocato l'aiuto di Swami. Da quel momento, ogni volta che mi trovavo in difficoltà, ripeteva semplicemente il Suo nome. E l'aiuto arrivava.”

Leggevo libri su numerose tradizioni e maestri spirituali, alla ricerca di qualcuno che potesse rispondere alle domande più profonde della vita.

Poi, nel 1970, accadde qualcosa che cambiò tutto. A quel tempo, lavoravo come infermiera nel reparto di emodialisi dell'University Hospital di San Diego. L'emodialisi è un lavoro serio; i pazienti che curavamo spesso lottavano per la vita. Nel nostro reparto c'era uno psichiatra che incontrava regolarmente il personale infermieristico. Si chiamava dottor Samuel Sandweiss.

Un giorno ci riunì e ci parlò di un maestro spirituale in India di nome Sathya Sai Baba. Spiegò di essere stato recentemente in Messico per visitare il ranch di Indra Devi, dove aveva sentito parlare per la prima volta di questa figura straordinaria. Il dottor Sandweiss ammise apertamente di essere andato in India principalmente per indagare sulle spettacolari affermazioni. In realtà, si aspettava di smentirle. Ma al suo ritorno dall'India era completamente cambiato. Ci parlò di aver assistito a materializzazioni, di aver provato un amore travolgente e di aver avuto conversazioni con Sai Baba che lo avevano trasformato all'istante.

Alcune infermiere erano scettiche, altre pensavano che avesse perso la testa. Ma qualcosa nelle sue parole risuonò profondamente dentro di me. Quella fu la prima volta che sentii il nome Sathya Sai Baba.

Quella notte, mentre ero a letto, continuava a ripetersi nella mente il nome: “Sathya Sai Baba. Sathya Sai Baba.” Continuò per tutta la notte, come se qualcuno dentro di me mi stesse chiamando dolcemente.

La Mia Vita Crolla

Poco dopo, la mia vita sembrò avere un crollo totale. Mia figlia Elizabeth aveva solo quattro mesi quando mi fu diagnosticato il cancro. La diagnosi fu uno shock che sconvolse il mio mondo. Come se non bastasse, il mio matrimonio finì. Mio marito se ne andò e rimasi sola con due bambini piccoli. Persi la casa e lottai con la mia salute. Il senso di stabilità che un tempo aveva definito la mia vita svanì.

Eppure, stranamente, questo periodo doloroso approfondì anche il mio percorso spirituale.

Nel 1973, cominciai a frequentare gli incontri del Centro Sai e a conoscere persone che si erano effettivamente recate in India per vedere Swami. Divoravo libri su di Lui e ascoltavo con entusiasmo ogni storia ed esperienza che fosse mai stata condivisa. In quel periodo, mi trasferii in una piccola baita in montagna, dove vivevo con i miei figli, le capre e le galline. Era una vita semplice e tranquilla.

Una sera, accadde qualcosa di terrificante. Improvvisamente, nella nostra baita iniziò a svilupparsi un incendio lungo il tubo della stufa. Le fiamme si innalzavano verso il tetto e sapevo che,

se esso avesse preso fuoco, l'intera casa sarebbe potuta bruciare in pochi minuti. La caserma dei pompieri più vicina era lontana e la casa era circondata da querce. **Disperata, guardai le fiamme e dissi ad alta voce: "Sathya Sai Baba, spegni quel fuoco." Immediatamente, le fiamme si placarono e si ritirarono lungo il tubo!** Chiamai comunque i vigili del fuoco, che risolsero il problema.

Per me, tuttavia, quell'incidente è stato indimenticabile. Fu la prima volta che avevo consapevolmente invocato Swami per chiedere aiuto. **Da quel momento, ogni volta che mi trovavo in difficoltà, ripetevo semplicemente il Suo nome. E l'aiuto arrivava.**

Incontro con l'Avatar dell'Era

Nel 1978, ebbi l'opportunità di recarmi in India per il Corso Estivo di Swami all'*ashram* di Brindavan. La mia amica Lila Youngs stava organizzando un viaggio di gruppo e, nonostante le mie responsabilità a casa, sentii un irresistibile desiderio di andare.

Quando, il giorno dopo il nostro arrivo Swami uscì per il *darshan*, dentro di me accadde qualcosa di straordinario. Nel momento in cui lo vidi, capii: non c'era alcun dubbio, nessuna domanda. Egli era il Divino.

Nel giro di pochi giorni, il nostro gruppo fu chiamato per un colloquio. Era un edificio bellissimo, con ampie verande e stanze spaziose. Ricordo che ero seduta in fondo, sul pavimento, mentre Swami parlava. Lila era seduta vicino ai Suoi piedi. A un certo punto, Swami notò che molti di noi erano seduti sul pavimento e disse scherzando: "Sono molto povero. Non ho abbastanza mobili", il che fece ridere tutti.

Ma, mentre Egli parlava di Dio che è ovunque, accadde qualcosa di straordinario: sembrò ringiovanire davanti ai

miei occhi. Sebbene all'epoca avesse circa 50 anni, il Suo viso appariva radioso e giovane, quasi come quello di un ragazzo di 25 anni. Mi sentii sopraffatta dall'emozione e le lacrime mi rigarono il viso.

Più tardi, durante l'udienza, Swami lasciò brevemente la stanza. Mentre si allontanava, la Sua veste Gli copriva i piedi. Improvvisamente mi ricordai di aver sentito dire che i piedi di Swami erano molto belli. Un pensiero mi attraversò la mente: quando tornerà, voglio vedere i Suoi piedi. Allorché Swami tornò, si diresse dritto verso di me, si sedette e sollevò delicatamente la veste. I Suoi piedi erano davvero bellissimi: piccoli, dalla forma perfetta e radiosi. Sentii che aveva risposto alla mia silenziosa preghiera.

I Piedi del Vecchio Uomo

Ma, in seguito, accadde qualcosa di ancor più misterioso. Durante un altro colloquio, chiesi a Swami se potessi fare il *padanamaskar* (l'inchino riverente ai piedi divini). Non l'avevo mai fatto prima e non sapevo bene come si facesse. Swami sorrise e scostò la veste. Quando mi chinai per toccarli i piedi, rimasi sorpresa. I piedi che toccai non erano i piedi delicati e belli che avevo visto prima: erano più grandi, più ruvidi e più vecchi, come i piedi di un uomo anziano. Per un attimo rimasi confusa, ma li baciai con riverenza e feci un passo indietro.

Non appena mi sedetti di nuovo, la mia mente tornò immediatamente al misterioso vecchio sulla spiaggia che mi aveva salvata quando avevo 10 anni. Di chi erano i piedi che avevo appena toccato? Erano forse i piedi di Shirdi Sai Baba, l'incarnazione precedente di Swami? O erano forse i piedi di quello stesso vecchio che era apparso dal



“Quando rifletto sulla mia vita... vedo un unico filo conduttore che attraversa ogni cosa. Il Divino è infinitamente paziente.”

L'autrice nell'Ashram nel 1978

nulla sulla riva dell'oceano quando ero stata punta dalla caravella portoghese? Swami non lo spiegò mai, e io non Glielo chiesi mai. Con Lui, le spiegazioni sono raramente necessarie. A volte, rivela quel tanto che basta per farti capire che gli eventi della tua vita non sono affatto casuali. Questo episodio mi sembrò un altro dolce suggerimento da parte di Swami, a dimostrazione che mi aveva guidato molto prima che Lo conoscessi.

Un Maestro Che Sa Tutto

Intorno al 1980, due anni dopo quel primo viaggio, sentii il forte desiderio di tornare in India. Un caro amico, Lance Nelson, decise di viaggiare con il nostro gruppo. Lance era uno studioso di sanscrito che stava lavorando alla sua tesi di dottorato. Aveva portato con sé, in un piccolo zaino, la tesi non ancora finita. Voleva che Swami gli dicesse se completarla o meno.

In aereo, mi avvertì di fare attenzione al cibo in India. “Devi stare attenta a quello che mangi”, disse. “A volte il *ghee* (burro chiarificato) che usano per cucinare può essere rancido.”

Arrivati a Puttaparthi, fummo subito chiamati per un colloquio, durante il quale due ragazzi vennero iniziati con la cerimonia del filo sacro. I loro genito-

ri avevano portato dei vassoi con banane e altra frutta, e due fili cerimoniali. Swami disse: “*Perché avete portato i fili? Tutto è nelle mani di Sai.*” Fece un gesto con la mano, tirò fuori i fili sacri e ne mise uno a ciascun ragazzo. Poi, per santificare la cerimonia, recitò tre volte il *Gayatri Mantra* con voce molto dolce e suadente. Pensavo che il canto dei *Veda* di solito suonasse aspro, ma la voce di Swami era davvero dolce e celestiale. Sentivamo tutti di essere iniziati, assieme a loro, al *Gayatri Mantra*.

Disse ai ragazzi che potevano recitare la *Gayatri* ovunque: prima dei pasti, sotto la doccia, e fece persino finta di lavarsi mentre lo diceva.

Durante quel colloquio, Swami chiese a un'anziana signora di nome Althea (madre di Faith Penn e suocera di Charles Penn, entrambi famosi devoti di Baba) di unire i palmi delle mani come una ciotola. Poi strofinò delicatamente il pollice e il medio sulle Sue mani e, mentre lo faceva, in esse iniziò a formarsi un caldo *halva*: un dolce budino di semola con uvetta e mandorle. Cominciò poi a distribuirne porzioni a tutti i presenti nella stanza, ma la quantità non sembrava mai diminuire. “*Mangiate*”, disse dolcemente. “Questo è cibo di Dio.”

Poi mi guardò direttamente con un lucichio malizioso negli occhi e disse: *“E il ghee è buono.”* In quel momento, mi resi conto che Swami aveva sentito la conversazione che io e Lance avevamo avuto sull'aereo, a migliaia di chilometri di distanza. **La Sua conoscenza non era limitata dalla distanza, dal tempo o dalla presenza fisica.**

Dopodiché, andammo nella stanza adiacente. Althea disse a Swami che aveva problemi di udito e gli chiese se fosse *karma* o vecchiaia. Swami rispose: *“Vecchiaia!”* Mentre stavamo uscendo, Lance e Swami erano in piedi sulla soglia. Lance non era sicuro se entrare per primo. Swami indicò il suo zaino – quello con la sua tesi – e disse: *“Completala tu.”* Questo fu tutto ciò di cui Lance aveva bisogno. Terminò la tesi e in seguito divenne professore di studi religiosi all'Università di San Diego.

Ancora una volta, Swami dimostrò la Sua onniscienza, onnipresenza e onnipotenza.

Swami Dissipa l'Oscurità

Durante un'altra udienza, Swami parlò con me in privato della mia vita. A quel tempo, provavo una profonda vergogna per il mio divorzio. Mi pesava molto sul cuore e, quando se ne presentò l'occasione, Glielo confessai in silenzio. *“Sono divorziata, Swami”,* dissi. Egli mi guardò con fermezza e rispose: *“Non preoccuparti. È finita. Fai sadhana, sadhana, sadhana.”*

In quel preciso istante, dentro di me accadde qualcosa di straordinario. Improvvisamente, sentii una potente ondata di ira crescere dentro di me, una rabbia che non mi ero nemmeno resa conto di aver covato per anni. Sembrò scagliarsi contro Swami come una forza oscura. Per un breve istante, Egli si ritrasse fisicamente, come se la stes-

se ricevendo. **Poi, il Suo volto cambiò completamente e i Suoi occhi si riempirono di una beatitudine indescrivibile. L'intera esperienza durò solo pochi secondi, ma, quando finì, mi sentii come se qualcosa di pesante mi fosse stato tolto di dosso.** Quel giorno, quando uscii dalla stanza dei colloqui, la vergogna, l'amarezza e il dolore che mi perseguitavano dal mio divorzio erano semplicemente spariti. Swami li aveva portati via.

Da quel momento, feci una promessa silenziosa a me stessa: avrei cercato di seguire al meglio qualsiasi cosa Swami mi avesse insegnato.

Il Colpo in Testa

Anni dopo, durante un altro colloquio, accadde qualcosa che all'inizio sembrava quasi divertente, ma il cui significato più profondo fu poi rivelato. Mentre il colloquio stava per finire e stavamo uscendo dalla stanza, Swami mi colpì improvvisamente in testa con le nocche. Non fu doloroso, ma fu del tutto inaspettato. Ricordo di aver pensato, sorpresa: Swami mi ha appena colpito in testa!

Quella notte, feci un sogno vivido. Due esseri radiosi, simili ad angeli, mi stavano dietro. Uno di loro mi infilò una mano nella nuca e iniziò a tirare fuori qualcosa. Lentamente, estrasse quello che sembrava un lungo verme scuro. Quando finalmente uscì, uno di loro disse: *“Ora se ne è liberata”,* e lo portarono via. Quando mi svegliai, il sogno rimase cristallino nella mia mente. Capii subito che qualcosa dentro di me era stato rimosso. **Ripensandoci, credo che il colpo improvviso di Swami alla testa sia stato come un “intervento chirurgico spirituale”, un modo per rimuovere una profonda impurità annidata nella mia mente.**

Esperienze come questa mi hanno insegnato che il Signore fa molto di più che semplicemente insegnarci: Egli opera direttamente sulla natura interiore del devoto.

La Dolce Promessa

Nel corso degli anni, ho avuto molti altri incontri con Swami: alcuni gioiosi, altri correttivi, ma tutti significativi. Tuttavia, le parole che disse a Lila quel giorno rimangono la lezione più potente di tutte.

“Non preoccuparti. Io ti condurrò alla liberazione.”

Quando rifletto sulla mia vita – il salvataggio sulla spiaggia durante l’infanzia, il fuoco nella baita di montagna, i mi-

steriosi piedi durante il *padanamaskar* e i tanti piccoli modi in cui mi ha corretto e guidato – vedo un unico filo conduttore che attraversa ogni cosa. Il Divino è infinitamente paziente.

Commettiamo errori, cadiamo, dubitiamo, lottiamo. Eppure, l’Avatar cammina al nostro fianco in tutto questo, guidandoci silenziosamente verso il nostro destino più elevato. **Tutto ciò che ci chiede è che Lo ricordiamo con amore. Se lo facciamo, il resto è nelle Sue mani.** E un giorno, quando si aprirà l’ultima porta, Egli ci guiderà attraverso di essa.

Patricia Wing

USA



La signora Patricia “Pat” Wing, una devota cristiana ed ex insegnante di scuola domenicale, incontrò per la prima volta Bhagavan Sri Sathya Sai Baba nel 1970 mentre lavorava come infermiera a San Diego, California, USA. Nel 1978, ebbe il suo primo darshan di Baba, un’esperienza che rafforzò la sua fede e segnò l’inizio della sua devozione a Swami, durata tutta la vita.

Nel 1980, avviò un programma di Educazione Spirituale Sai (SSE) a San Diego. Pat fu anche Coordinatrice SSE per la Regione 8 della SSSIO-USA dal 2000 al 2005 e completò il Corso di Diploma in Educazione Sathya Sai ai Valori Umani. Pat ha completato la Guida di Studio Educare di Sathya Sai, un libro ampiamente apprezzato sui cinque Valori Umani. Grazie a diversi incontri personali con Swami negli anni '70 e '80, si è dedicata con profondo impegno a vivere e condividere gli insegnamenti di Swami.

Pat Wing è stata una madre amorevole di due figli e un’orgogliosa nonna di cinque nipoti.

dai Giovani Adulti Sai Internazionali



INCONTRO INTERNAZIONALE 2026 DEGLI YA

Il 9 maggio 2026, i Giovani Adulti Sai, provenienti da 10 Zone della SSSIO, si sono riuniti per l'Incontro Internazionale dei Giovani Adulti, un *satsang* per riunirli da ogni angolo del mondo, allo scopo di trarre ispirazione e rafforzare i loro legami d'amore e fratellanza. La signora Vahinie Pillay, Coordinatrice Internazionale dei Giovani Adulti, ha aperto l'incontro dando il benvenuto a tutti. Successivamente, i Coordinatori dei Giovani Adulti di Zona hanno presentato aggiornamenti sulle attività e sugli eventi in programma nelle rispettive regioni, **offrendo agli YA un'anteprima di nuove iniziative che potrebbero essere adattate e sviluppate in tutte le Zone. I responsabili del gruppo per il progetto di iniziative per Giovani Adulti come Empowering Leaders, Veda, Creative Media e Serve Sai hanno anche presentato l'opportunità per gli YA di tutto il mondo di partecipare a distanza.**

Poiché l'incontro si è tenuto subito dopo la Giornata di Ishvaramma, il signor Satyajit Salian ha anche riflettuto sulla vita di Madre Ishvaramma. Ha parlato del percorso della madre prescelta, dall'umile educazione in un villaggio fino ad assistere allo straordinario dispiegarsi della missione divina di suo figlio, dal bambino che portava i più poveri alla sua porta al giovane Swami che, con amore ma fermezza, ha superato i legami familiari. Ha discusso di come Swami abbia gradualmente ampliato la sua coscienza, dal semplice, innocente e protettivo amore materno a una visione così vasta da chiedere tre doni: un ospedale, una scuola e acqua per gli abitanti di Puttaparthi, doni che sono diventati i semi stessi delle opere umanitarie di Swami in tutto il mondo. L'intero intervento può essere visualizzato in questo [link](#).

L'incontro si è concluso con un estratto del Discorso Divino di Swami tenuto alla seconda Conferenza Mondiale dei Giovani nel novembre del 1999, in cui li esortava a proteggere la loro energia fisica, psicologica e spirituale. Swami ha ricordato ai Giovani Adulti che, una volta raggiunto questo obiettivo, si diventa divini. Condurre una vita santa è tutto ciò che serve, perché la grazia e l'aiuto di Dio ci accompagneranno in ogni modo, poiché questo è il Suo compito.

PULIRE IL SENTIERO

Il 28 febbraio 2026, i Giovani Adulti (YA) del Centro Sri Sathya Sai di Fairfax, Virginia, USA, hanno trascorso una giornata significativa esprimendo la loro gratitudine a Madre Natura attraverso il servizio. Sotto il caldo sole, un gruppo di sei persone ha ripulito il Wilcoxon Trail, un popolare sentiero per escursionisti e ciclisti nel Wilcoxon Park.

Con l'attrezzatura fornita dal Dipartimento dei Lavori Pubblici della città di Fairfax, tra cui giubbotti di sicurezza, guanti, pinze per raccogliere i rifiuti e sacchi per l'immondizia, il gruppo ha lavorato dalle 14 alle 16, togliendo i rifiuti lungo il sentiero. Andando oltre il servizio previsto, sono stati anche disotterrati e rimossi rifiuti nascosti più in profondità nel bosco e il gruppo si è pure immerso in un ruscello vicino. È stata una giornata caratterizzata da unità, duro lavoro e un profondo senso di connessione con l'ambiente. È stato persino ideato uno slogan stimolante e giocoso: *"Raccogliere i rifiuti vale la pena!"*

Per un partecipante, uno degli aspetti più stimolanti di questo progetto è stato il genuino ed entusiastico supporto del Dipartimento dei Lavori Pubblici della città di Fairfax, come dimostrato dalla loro dichiarazione:

"Non si sono limitati a fornirci indicazioni su dove i nostri sforzi fossero più necessari; ci hanno fornito tutto l'occorrente. Questa collaborazione rende incredibilmente facile per qualsiasi gruppo di volontari organizzare la pulizia, perché la città fornisce i materiali necessari e i gruppi possono programmare le attività di servizio a loro piacimento. Speriamo che questo modello ispiri altri gruppi all'interno del nostro Centro a prendere l'iniziativa e a dare il proprio contributo

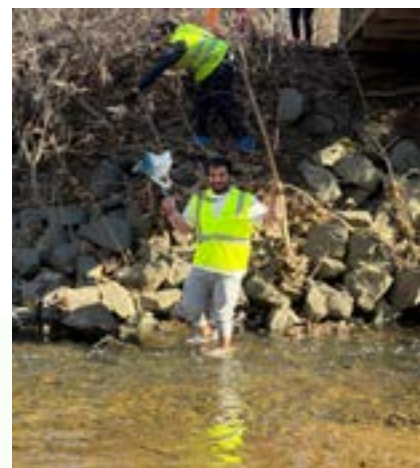
ai nostri spazi verdi locali."

Per un altro membro, le loro azioni hanno incarnato il messaggio di Sri Sathya Sai: *"Le mani che servono sono più sante delle labbra che pregano"* e *"La pulizia è vicina alla santità"*, entrambi perfettamente in linea con questa attività di servizio.

Durante il servizio, sono stati raccolti più di quattro sacchi di rifiuti, per un peso di circa cinque chili.

Il signor Manoj Gootam, rappresentante dei Giovani Adulti del Centro Sai di Fairfax e responsabile del progetto, ha condiviso:

"La fase di preparazione era interamente incentrata sulla logistica. Ma quando abbiamo iniziato davvero, qualcosa è cambiato. Mentre ci spargevamo lungo il sentiero, ho smesso di vederlo come un 'progetto', ed è diventato una conversazione con Madre Natura. Per me, ogni rifiuto che raccoglievo era come se stessi eliminando un po' di rumore dalla mia mente. Guidare questo sforzo è stato un potente promemoria del fatto che il nostro percorso spirituale, proprio come un sentiero fisico, richiede una cura costante. Mentre rimuovevamo i detriti, mi sono reso conto di quanto facilmente il 'sentiero' possa essere nascosto se non siamo attenti e costanti nei nostri sforzi spirituali. Alla fine della giornata, mi sono ritrovato con un profondo senso di pace e un rinnovato impegno a mantenere il mio percorso interiore pulito quanto il sentiero che ci siamo lasciati alle spalle."



Il Loto nelle Acque Fangose



"Il loto, nato nel fango e nella melma, emerge dall'acqua e solleva la testa al di sopra delle acque; si rifiuta di bagnarsi, sebbene l'acqua sia l'elemento che gli dà vita! Siate come il loto."

-Sri Sathya Sai Baba

1° gennaio 1964

SWAMI È SEMPRE STATO PARTE DELLA MIA VITA IN MODO MOLTO CONCRETO.

Come genitore di bambini piccoli, sempre in movimento, il mio rapporto con Lui ha attraversato diverse fasi. **Spesso mi ritrovo a chiedermi: come posso sperimentare Swami durante la giornata? Come posso servire la nostra comunità? Come posso aiutare i nostri figli a trovare il loro rapporto con Lui?**

La vita è frenetica, tra la gestione di immobili, la supervisione di progetti, l'accompagnamento dei figli a scuola e tutto il meraviglioso caos della vita familiare. Nel mezzo di tutto questo, durante la giornata cerco di parlare con Swami. Cerco opportunità per servire, crescere e, a volte, per essere sorpreso dalle persone che mi circondano. Una di queste opportunità si è presentata in un modo inaspettato.

L'immobile che gestisco si è liberato, quindi ho pubblicato un annuncio e ho iniziato a esaminare le candidature. Ne sono arrivate diverse e, come parte del processo, ho contattato il precedente proprietario di casa di un candidato per una verifica delle referenze. Il proprietario era pieno di elogi e parlava molto bene di me. Durante quella conversazione, il precedente proprietario si era detto soddisfatto del mio lavoro e si era offerto di affidarmi un piccolo portafoglio di sue proprietà da gestire. Mi è sembrata un'opportunità positiva, una porta che si apriva, e ho accettato!

Ma poi la porta ha rivelato che cosa c'e-

ra davvero dietro. Il giorno dopo, quando l'ho incontrato di persona, ha ammesso la verità. Aveva dato una referenza entusiastica perché quell'uomo era uno spacciatore di droga e un membro di una gang, ed egli aveva disperatamente bisogno di allontanarlo dalla sua proprietà. In quel momento, mi sono chiesto perché Swami mi avesse messo in una situazione che iniziava con la disonestà. Ma a quel punto, era troppo tardi per tirarsi indietro dal contratto di locazione, che era già stato firmato.

Ho chiesto a Swami di prendermi per mano e guidarmi in questa situazione. Ho fatto ciò che dovevo fare, ma dentro di me Gli chiedo di creare un'opportunità per trasferire la gestione di quei beni al proprietario, perché non volevo continuare una relazione basata sulla disonestà. E con la Sua dolcezza, Swami ha fatto sì che quella porta si chiudesse. Quelle proprietà sono tornate al loro proprietario.

Nel frattempo, il mio percorso con il nuovo inquilino era appena iniziato. All'inizio ero molto cauto. Il precedente proprietario mi aveva avvertito che sarebbero venute delle persone a chiedere soldi, che svolgevano attività criminali e che la casa avrebbe puzzato di droga. Perciò, per i nostri primi incontri, ho scelto luoghi pubblici e neutrali. **Ogni volta, recito silenziosamente una preghiera, invito Swami a unirsi a noi e consapevolmente mando amore a quest'uomo.**

Lo tenevo d'occhio e, durante le ispe-

zioni, a volte notavo i segni del mondo in cui viveva: simboli di gang, visitatori sconosciuti che se ne andavano via non appena vedevano la mia auto e l'odore di deodorante per ambienti usato per mascherare altri odori. Ogni volta, mi ricordavo di recitare una preghiera e di mandargli amore.

Lentamente, qualcosa è iniziato a cambiare. Col tempo, il mio rapporto con lui è diventato più positivo. Un giorno ho conosciuto i suoi due figli. C'era qualcosa di così genuino e innocente in loro! E, osservando quest'uomo con i suoi figli, ho capito che stava cercando di cambiare. In silenzio e con costanza, si stava impegnando per loro per diventare una persona diversa. Ho visto una persona che si prendeva cura dei suoi figli e che stava cercando, a modo suo, di cambiare. Ho notato che la proprietà era curata. Il suo atteggiamento si era addolcito e ho potuto percepire che si stava impegnando sinceramente.

Un giorno, durante una conversazione, mi ha accennato il tipo di lavoro che faceva e mi ha chiesto se conoscessi qualcuno che potesse assumerlo come appaltatore. Ho deciso di rischiare e l'ho ingaggiato come appaltatore per uno dei miei progetti. Inizialmente ero cauto, lo controllavo ogni giorno e lo tenevo d'occhio. Ma gradualmente, a mano a mano che acquisivo fiducia, mi sono sentito più tranquillo. Quella che ho trovato non era la persona di cui mi avevano parlato: era una persona che lavorava sodo, si presentava puntualmente e faceva un buon lavoro.

Alla fine del progetto, mi ha anche detto che avrebbe lasciato la proprietà. Stava tornando nella sua città natale per essere più vicino alla sua famiglia e trascor-

rere più tempo con i suoi figli. Abbiamo avuto una lunga conversazione. Si è aperto sulla difficile vita che aveva vissuto, sul coraggio che gli era servito per uscire e cercare di cambiare, e sulla sua determinazione a lasciarsi alle spalle la vita di strada e prendersi cura della sua famiglia. Anche lui era sincero riguardo alle sue paure, preoccupato che l'ambiente della sua città natale potesse farlo ricadere nelle vecchie abitudini.

Mi ha detto qualcosa che mi ha colpito profondamente. Era grato per l'opportunità e il sostegno che aveva ricevuto, che gli avevano dato la possibilità di cambiare in meglio e di credere in se stesso. Ho consigliato la sua attività ad altri, e gli ho detto di contattarmi ogni volta che avesse bisogno di supporto. Era in lacrime e abbiamo concluso la conversazione con un abbraccio.

Mentre mi allontanavo, in quel momento ho sentito la presenza di Swami. La capacità di intravedere Dio in ognuno e il coraggio di essere il loto nelle acque fangose. Non c'era nessun piano, nessuna intenzione di fare la differenza. Stavo solo cercando di affrontare una situazione difficile nel miglior modo possibile. Ma, ripensandoci, è spesso proprio in quei momenti che riesco a vedere la mano di Swami all'opera.

Questo è ciò che cerco di trasmettere anche ai miei figli. Il nostro legame con Swami non si limita all'altare. Swami vive nei nostri cuori e nel modo in cui trattiamo le persone che ci circondano, spesso quelle che ci mettono più alla prova.

Grazie, carissimo Swami, per questo meraviglioso viaggio.

Un Giovane Adulto





Sadhana Ravichandran

NUOVA ZELANDA



La Sadhana è Semplice

In occasione del 100° Compleanno di Swami, i Giovani Adulti Internazionali Sai hanno lanciato l'iniziativa collettiva di *sadhana* 'Elevati con Sai', composta da 20 diverse opzioni di *sadhana*. I Giovani Adulti sono stati invitati a sceglierne una che risuonasse con loro e a praticarla con costanza ogni giorno, fino al raggiungimento di questo sacro traguardo.

Il 12 luglio 1995, durante il Discorso sul *Guru Purnima*, Swami disse:

"Guru Purnima è un'occasione per purificare la mente e renderla assolutamente pura. Non basta lodare Dio. Dovete amarLo. Dovete diventare l'amore stesso, in modo da poter amare l'intero universo. Mi rivolgo a tutti voi chiamandovi 'Incarnazioni dell'Amore'. Quando diventerete incarnazioni dell'amore, potrete amare tutti."

Ispirata dalle divine parole di Swami, una delle partecipanti, la signora Sadhana Ravichandran dalla Nuova Zelanda, ha intrapreso la *sadhana* di praticare quotidianamente affermazioni positive. Ricordandosi ogni giorno "Io sono amore", condivide la sua riflessione:

"Per me, il percorso di *sadhana* relativo alla pratica delle affermazioni è stato davvero trasformativo. Ci sono stati giorni in cui mi sono trovata ad affrontare situazioni in cui non avevo altra scelta che aggrapparmi saldamente a quelle affermazioni. Così facendo, esse sono diventate tutte le risposte di cui avevo bisogno. A volte mi sono ritrovata a preoccuparmi per cose che non potevo controllare. Tuttavia, attraverso questo processo, ho sviluppato una più profonda consapevolezza di me stessa e il ricordo che Swami è sempre con me ed è il controllore di tutte le cose. Quindi, perché preoccuparsi? Ogni giorno mi sembrava profondamente appagante, perché mi assicuravo di ripetere le mie affermazioni almeno due volte: Sono forte. Sono coraggiosa. Sono amore. Più ripeteva le affermazioni, più le incarnavo. Questo mi ha anche fatto sentire più vicina a Swami. Tale pratica mi ha guidata attraverso alcuni dei momenti più difficili della mia vita e continuerò a incarnare Swami attraverso questa *sadhana* per il resto della mia vita."

Seguite i Giovani Adulti sui Social Media



Facebook



Instagram



Threads



X (Twitter)



Spotify



WhatsApp



Bluesky



TikTok



Telegram



Email



GCalendar

yacordinator@sathyasai.org | <https://sathyasai.org/ya>

Il Mio Baba, Il Mio Canto

Il mio cuore batte con un solo nome,
Sai Baba, sempre lo stesso.
Nella gioia, nel dolore, nella notte
più buia, Tu sei la mia verità, la mia luce
guida.
Ad ogni passo che faccio, Ti sento vicino,
la Tua voce nel silenzio, dolce e chiara.
Quando inciampo, quando cado,
sei Tu che mi sollevi sempre.
I Tuoi bhajan si levano come la preghiera
del mattino,
un vento sacro che riempie l'aria.
A ogni nota, la mia anima prende il volo,
avvolta nel Tuo amore, immersa nella Tua
luce.

Non cerco ricchezze, né fama
terrena: solo cantare per sempre nel Tuo
nome.
Con battiti di mani e canti, Ti invoco,
o Baba; resta sempre con me.
Tu sei il mio cammino, la mia verità, il
mio fuoco.
Solo il Tuo amore è ciò che desidero.
E, mentre percorro il lungo cammino di
questa vita,
guidami sempre, Sai, mano nella mano.

Hamithraa A | Gruppo 3 | Malesia

GURU

PURNIMA



Riya N | Gruppo 3 | SSE Online

Sai è nel mio nome, e Sai è nel mio cuore,
un amore che mi riempie profondamente, che mi
rende completa.

Quando canto i Tuoi bhajan, Baba,
sento la Tua grazia, un calore che mi avvolge, un
sorriso sul Tuo volto.

Ogni nota che canto, ogni parola che pronuncio,
è una preghiera dal mio cuore, così umile, così
mite.

Sai, Tu sei la luce nella mia notte più buia,
che mi guida dolcemente con la Tua luce infinita.

In ogni respiro, Tu sei lì con me,

una presenza costante, pura e libera.

A ogni passo, Tu guidi il mio cammino,
trasformando ogni momento in una preghiera,
quotidiana.

Sai, nel mio nome,
Tu vivi e prosperi.
Nel Tuo amore,
sono veramente viva.
Attraverso ogni tempesta,
attraverso la gioia e il
dolore,
io rimango nella Tua
grazia.

Quindi, non canto per
il mondo, ma solo per Te,
perché Tu sei il mio
compagno,
la vera casa del mio
cuore.

Sai nel mio nome,
e Sai nel mio cuore.
Dal Tuo amore, Baba,
non mi allontanerò mai.

Jhanani A | Gruppo 4 | Malesia



Riyan | Gruppo 1 | SSE Online

Aum Sri Sai Ram

I miei umili omaggi ai piedi di loto del mio amato Swami.

Sono Isurya, una studentessa del Gruppo 3 dell'SSE proveniente dallo Sri Lanka. Vorrei condividere la mia esperienza di avvicinamento a Swami. Beh, non sono nato in una famiglia di devoti Sai. Quindi, come ho conosciuto Swami? Mia madre meditava, e un giorno, mentre lo faceva, ebbe una visione di Swami, che la guidava ad andare al Mandir.

Dopo questa esperienza, incuriosita, scoprii che c'era un Mandir di Sai a Colombo, e così ci andammo (il 6 marzo 2023). Era la prima volta che mi recavo al Mandir di Barnes Place. Mia madre capì subito di avere una connessione con Swami e, da quel momento, ogni giovedì partecipavamo ai bhajan.

La cosa divertente è che, all'inizio, non mi piaceva il fatto che mia madre pregasse Swami. Non che non mi piacesse Swami, ma era perché dovevo stare seduta in un posto per un'ora durante i bhajan. Da bambina ero iperattiva e stare ferma in un posto era una vera tortura. Dopo qualche settimana, finalmente mi ambientai.

Dopo alcuni mesi di partecipazione ai bhajan, mia madre venne a conoscenza dell'SSE e così iscrisse me e la mia sorellina. Dato che mi trovavo bene con Swami, accettai di andare all'SSE. Da allora, iniziai a sentirmi a casa e parte di Swami. Ora sono inseparabile da Swami, al punto che vorrei che l'SSE fosse una vera e propria scuola, dove potremmo andare tutti i giorni feriali, mentre la scuola tradizionale si frequenterebbe solo il fine settimana.

In quest'ultimo anno trascorso con Swami, sono cambiata molto. I miei problemi di ira si sono ridotti e riesco a prendermi del tempo per pensare prima di reagire e a calmarmi. A volte, quando i miei genitori non mi capiscono, parlo con Swami ed Egli mi aiuta a calmarmi e a liberarmi di tutto lo stress. Mi ha aiutata moltissimo. La cosa principale che so è che Swami è lì con me, so che è dentro di me e mi guida durante tutta la giornata, che sia a scuola, con gli amici o ovunque mi trovi e in qualsiasi cosa io faccia. So che questo legame che ho con Swami è indissolubile.

È facile conoscere Swami, ma non è facile avere fede in Lui. Swami mi ha donato molte esperienze belle e molte esperienze difficili. Sì, a nche e sperienze n on proprio felici. Ma è per la mia crescita. Credo che tutto ciò che Swami fa sia per il mio bene. Io sono solo uno strumento nelle Sue mani, da usare quando necessario. Tutto ciò che Gli chiedo è di avere piena devozione e fede in Lui, sempre e per sempre, e di fare della mia vita il Suo messaggio.

Isurya G | Gruppo 3 | Sri Lanka

*'So-Hum' significa Io sono Dio.
Dio mi ha guidata dalla menzogna alla verità.
Una buona lingua è la migliore amica di ogni uomo.
Dio è ovunque e in ognuno.
Namasmaraṇa significa dire
Om Sai Ram in ogni momento.*

*Verità, retta condotta, pace, amore, non violenza.
Concentrati sul tuo obiettivo quando fai qualcosa.
Concentrati sempre. Prontezza di spirito, concentrazione. Non essere cattivo;
sii buono. Aiuta le persone quando sono ferite o quando hanno un osso rotto.
Il Big Bang che ha creato il mondo era Dio e il suono del Big Bang era Om. Om è il
nome di Dio.*

*Ascolta i tuoi genitori e tutte le persone buone che conosci. Controlla la tua mente
concentrandoti sul respiro. Sii calma e poi concentrati sul respiro. Ogni ora fai una
pausa di un minuto, siediti in silenzio e respira profondamente. Inspira ed espira
finché non riesci a concentrarti. Quando sei ansiosa, concentrati sul tuo respiro
in silenzio.*

*Non sei mai sola perché Baba è ovunque e in ognuno. Diventa un maestro del
respiro. Jyoti significa luce. Sii grato ogni volta che qualcuno ti fa del bene, poi
saluta quella persona e ringraziala gentilmente. La meditazione ti calma.*

*Sii gentile con tutti. Aiuta a pulire la casa e riordina
sempre le tue cose. Sii gentile, premurosa ed educata. Prega Dio ogni sera.
Vivi una vita felice.
Dio, guidami dalle tenebre alla luce. Che tutti gli universi siano felici.
Non perdere il coraggio.*

Vaneesa S | Gruppo 2 | Tailandia



Prossimi

Eventi Online della SSSIO

Per maggiori dettagli, sugli eventi programmati, le date e la tempistica, siete invitati a visitare sathyasai.org/events.

Data dell'Evento	Giorno(i)	Festività/Evento
29 luglio 2026	Mercoledì	Guru Purnima
15-16 agosto 2026	Sabato-Domenica	Akhanda Gayatri Mondiale



Visibile su 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



Substack



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



Solo il giorno in cui la mente si libera dalle tenebre dell'ignoranza e raggiunge l'illuminazione è, per l'uomo, il vero giorno del Guru Purnima. Guardare semplicemente la luna piena nel cielo e chiamarla Guru Purnima significa adorare solo l'esteriore, mentre interiormente c'è un vuoto (shunya). Solo quando avrai purificato il tuo cuore liberandoti dall'ignoranza, dal dolore, dalla preoccupazione, dall'avidità e dall'invidia, potrai celebrare il Guru Purnima e realizzare la pienezza della tua Realtà.

Sri Sathya Sai Baba
24 luglio 1983



sathyasai.org

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

