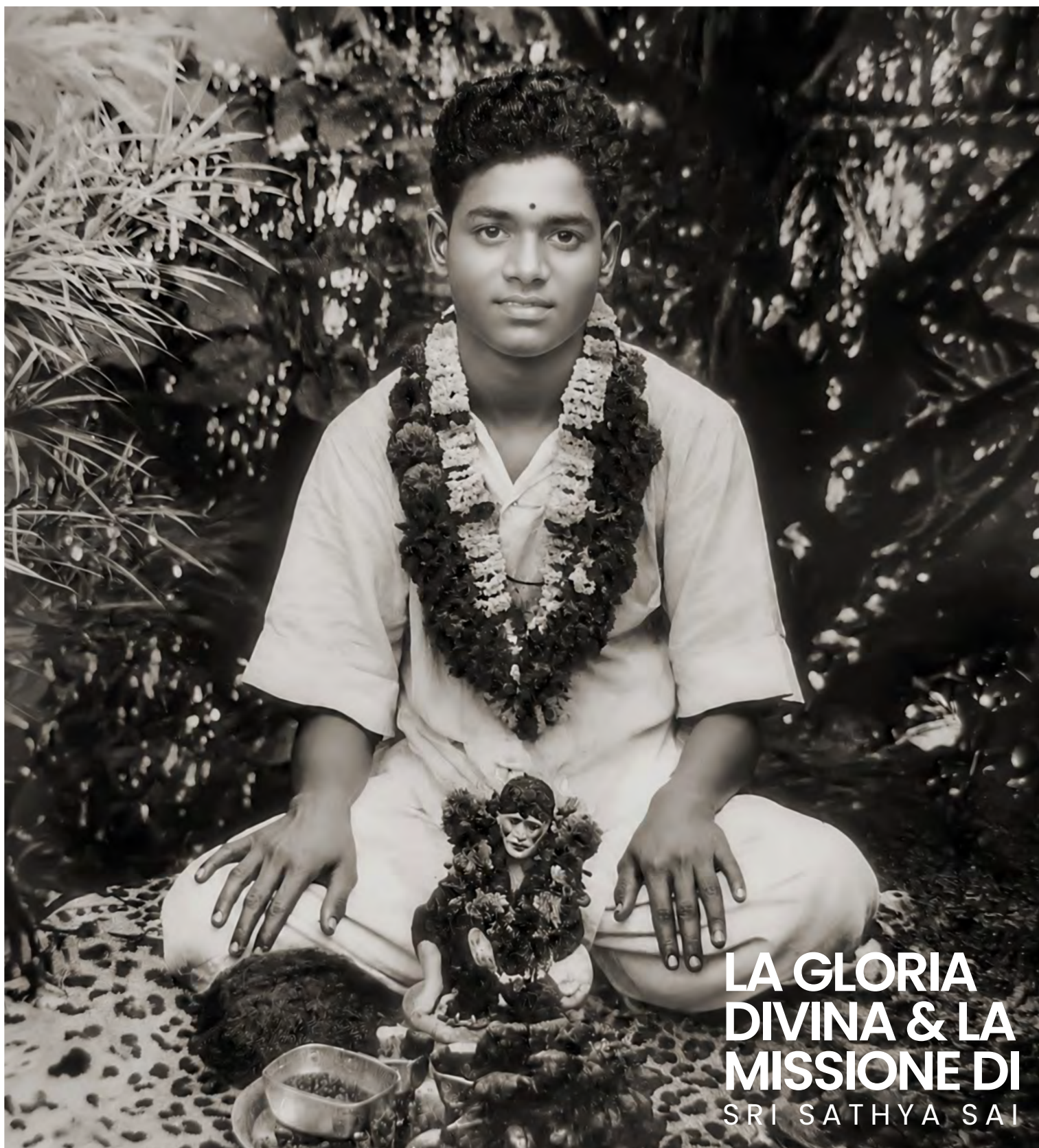


SATHYA SAI
L'ETERNO
COMPAGNO



VOLUME 5, 8ª EDIZIONE
AGOSTO 2026

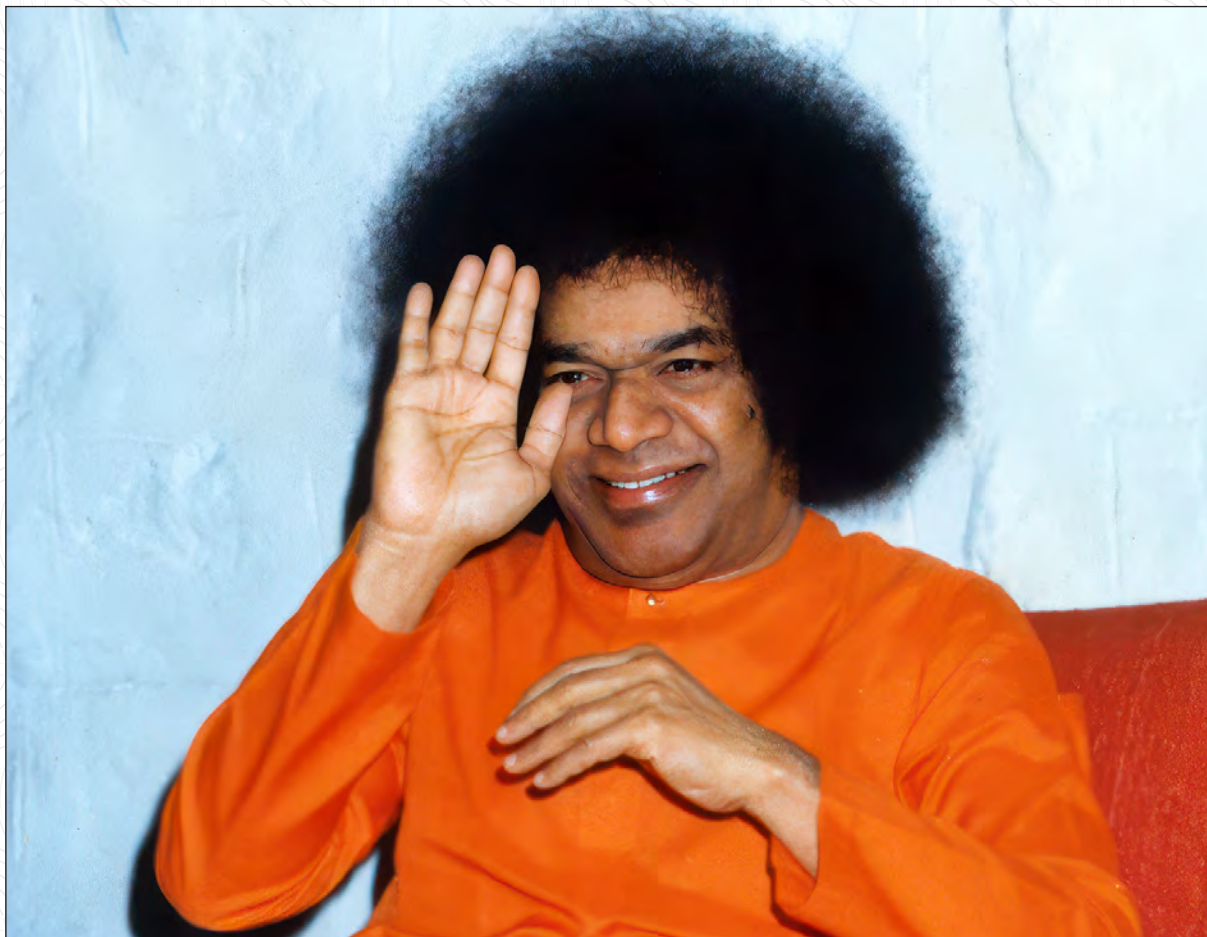


LA GLORIA
DIVINA & LA
MISSIONE DI
SRI SATHYA SAI



Fare buone azioni significa fare servizio disinteressato agli altri. Bisogna evitare le cattive compagnie e cercare l'amicizia dei buoni, che possono purificarci e guarirci. L'uomo è consumato dal tempo; Dio è il padrone del tempo. Quindi, rifugiatevi in Dio. Lasciate che Dio sia il vostro Guru, la vostra via, il vostro Signore. Adorate Dio, obbedite ai Suoi comandamenti, offriteGli il vostro grato omaggio e teneteLo saldo nella vostra memoria. Questo è il modo più semplice per realizzare il Divino come vostra realtà. Questo è il solo, unico modo.

Sri Sathya Sai Baba
2 luglio 1985



DEDICATO CON AMORE E GRATITUDINE A
BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA





Volume 5 • 8^a Edizione • Agosto 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

Il Vero Guru, Parte 1

14 Discorso Divino

Il Solo Guru è il Sé Interiore -7 luglio 1990, Parte 1

22 Esperienze dei Devoti

Come il Maestro Divino Ha Nutrito il Mio Vero Sè - William Jackson Sai, il Vero Trasformatore - Swarnim Narayan

34 Servizio Umanitario

Amore in Azione – Colombia, Madagascar, Nigeria e Ucraina

36 La Grandezza di Essere Donna

Prasanthi Nilayam è nel Vostro Cuore
- María de Lourdes Martínez Rodarte

42 Giovani Adulti Sai Ideali

“Chi Sono Io?” Workshop, Brasile
Percorrere la Sua Eredità, Messico
Nessun Bambino Dorme sul Pavimento - USA
Il Seva Diventa Sewa, Germania

48 Educazione Sathya Sai

Con il contributo di Deetya, Deepika, Dheepica, Eva, Gambar T, Gambar W, Getha, Hoojeayaan, Jenarthan, Kirti, Lakshmi P, Lakshmi, Livithraahi, Naveen, Ramani, Samhita, Sanjuktha, Shaast, Stivano, Sudhakar e Vidita

52 Eventi & Siti Web della SSSIO

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

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

IL VERO GURU

Parte 1 di 2



Guru Purnima è un'occasione di buon auspicio celebrata nel mese di *Ashadha*, nel sacro giorno della Luna Piena, per esprimere la nostra gratitudine, rispetto e amore per il *Guru*, che ci mostra il *guri* – la meta della vita.

Il *Guru* è colui che rivela il fine supremo e lo scopo ultimo dell'esistenza umana. Come le Scritture dichiarano, e come ci ricorda spesso Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, **lo scopo dell'esistenza umana è realizzare la nostra vera natura – ovvero che siamo le incarnazioni dell'amore divino, dell'Atma divino e della beatitudine divina.**

Il Profondo Significato del Guru Purnima

Questa sacra festa viene celebrata ogni anno in tutto il mondo dai ricercatori spiri-

tuali. Tuttavia, Baba ha spesso sottolineato che le festività non dovrebbero mai essere osservate semplicemente come rituali. Dobbiamo comprendere e vivere il loro profondo significato spirituale.

Guru Purnima onora una delle verità più profonde della vita spirituale: vale a dire che Dio, per Sua infinita compassione e amore, assume il ruolo del *Guru* per guidare l'umanità dalle tenebre alla luce, dall'ignoranza alla saggezza e dall'effimero all'eterno.

Ogni autentica tradizione spirituale riconosce che il viaggio dal finito all'Infinito richiede una guida, e che il *Guru* è la luce guida. Questa giornata è celebrata anche come *Vyasa Purnima*, in onore del Saggio Veda Vyasa, che ha codificato i *Veda*, ci ha dato il Quinto *Veda*, il *Mahabharata*, e composto i

18 *Maha Purana* (sacre leggende religiose). Pertanto, in suo onore, questo giorno è anche chiamato *Vyasa Purnima*.

Il titolo di questa rivista, *Sathya Sai – L'Eterno Compagno*, rispecchia magnificamente questa verità senza tempo. Sathya Sai non è solo una figura storica ricordata solo in occasioni speciali: è il vero *Guru*.

Il Guru è l'Eterno Compagno, che guida, sostiene e rimane con noi attraverso ogni gioia e dolore, ogni successo e battuta d'arresto, ogni nascita e morte, finché non raggiungiamo la realizzazione ultima della nostra vera natura.

I Genitori: I Nostri Primi Insegnanti

Il *Guru* appare in molte forme durante la vita di un cercatore spirituale, dall'inizio del viaggio fino alla realizzazione della verità ultima. Il primo *Guru* è la madre, che è la prima insegnante del bambino. Non solo insegna al bambino come mangiare, camminare e parlare, ma può anche essere la prima guida che indica Dio al bambino.

Successivamente, ella mostra il piccolo al padre, che diventa anch'egli una guida nel cammino spirituale del bambino. Essere benedetti con genitori che hanno un autentico interesse spirituale e vivono una vita centrata su Dio è veramente una testimonianza della grazia divina.

A questo proposito, io sono stato molto fortunato. Mia madre era una devota del Signore Rama e, fin dall'infanzia, insegnava a me e a mio fratello come adorare il Signore con regolarità, puntualità e devozione. Ogni mattina e sera, eseguivamo pratiche devozionali, offrivamo il *prasadam*, cantavamo canti devozionali e praticavamo la scrittura del sacro nome di Dio (*likhita japam*). Nel 1995, quando mi capitò di essere con Bhagavan a Kodaikanal, Egli riconobbe questo aspetto della mia vita e disse al pubblico: "Ha ottenuto questa devozione per Dio da sua madre."

Mio padre era ben edotto nelle Scritture come le *Upanishad* e la *Bhagavad Gita*, quindi, fin dalla prima infanzia, sono stato anche messo a conoscenza del *Vedanta*. Così, anch'egli ci ha aiutato a comprendere

i concetti spirituali e il significato profondo dei testi scritturali, rafforzando il fondamento nel cammino verso Dio. A causa del suo grande interesse spirituale e devozione, ci ha anche portato a contatto con molti grandi santi e saggi. Fin dalla prima infanzia, abbiamo visitato l'*Ashram* di Bhagavan Ramana Maharishi, incontrato monaci dell'Ordine Sri Ramakrishna e avuto il privilegio di incontrare molti grandi santi viventi.

Nella *Bhagavad Gita*, il Signore Krishna dichiara che coloro che hanno accumulato elevati meriti nelle nascite precedenti nascono in famiglie di saggi o persone spiritualmente evolute, o almeno in famiglie che possiedono profondi valori spirituali (BG: 6.41-42). Inizia così il cammino del ricercatore in un ambiente favorevole allo sviluppo spirituale.

Poi, per grazia di Dio, una persona entra in contatto con persone sante, santi e saggi le cui vite esemplari illuminano il cammino spirituale. Grazie all'associazione con i santi, si avanza costantemente nel cammino spirituale.

Compagnia Santa e i Santi

Adi Shankaracharya, un santo e convinto sostenitore della filosofia del non dualismo (*Advaita Vedanta*), esalta magnificamente il potere trasformativo della compagnia santa (*satsang*):

*Satsangatve nissangatvam,
Nissangatve nirmohatvam,
Nirmohatve nischalatattvam,
Nischalatattve jivanmuktih*
(Bhaja Govindam, verso 9)

(La compagnia dei buoni e delle persone pie porta al distacco. Il distacco rimuove l'illusione. La libertà dall'illusione instilla stabilità mentale. La stabilità mentale culmina in *jivanmukti* (liberazione in vita).)

Così, il *satsang* stesso diventa un *Guru*, guidando delicatamente il ricercatore verso la realizzazione del Sé. **Una delle migliori illustrazioni del potere trasformante della compagnia dei santi si trova nel *Ramayana*, nella vita di Sabari.**

LE TRE *Benedizioni*

- **Nascita Umana**
(*Manushyatvam*)
- **Un intenso desiderio per Dio
o di liberazione**
(*Mumukshutvam*)
- **La compagnia di una grande anima realizzata**
(*Mahapurusha Samshrayah*)



Sabari, una santa donna, non possedeva alcuna borsa di studio. Eppure, attraverso la sua associazione con grandi saggi e *rishi*, assorbì silenziosamente la saggezza spirituale semplicemente ascoltandoli con profonda devozione. Ancora più importante, sviluppò un intenso desiderio di Dio. Infine, quando vide la bella forma dell'*Avatar* di quell'era, il Signore Rama, bastò un solo *darshan* per far sì che si fondesse con Lui e raggiungesse Dio.

Questo è il potere trasformativo del *Sat-sang*.

Le Scritture come Insegnanti

Le Scritture sono le nostre guide e cartelli segnaletici nel viaggio verso l'obiettivo finale. Sono rivelazioni divine – i *Veda*, le *Upanishad*, i *Purana*, l'*Itihasa*, la *Torah*, la *Dhammapada*, la *Bibbia*, il *Corano* e altri testi sacri – in cui le verità eterne sono state rivelate attraverso una profondissima ricerca e realizzazione spirituale.

Quando studiamo queste Scritture con sincerità, approfondiamo i loro insegnamenti e li pratichiamo, si dissipa l'oscurità della nostra ignoranza, e siamo guidati verso la luce della verità.

Le Tre Benedizioni

Poi, per grazia di Dio e attraverso l'influenza della compagnia dei santi e delle Scritture, si entra in contatto con un *Mahapurusha* – una grande anima realizzata.

Adi Shankaracharya spiega magnificamente che ci sono tre benedizioni raggiungibili solo attraverso la grazia divina. Nella Scrittura *Vivekachudamani* (il gran gioiello della discriminazione), dice che queste benedizioni sono:

- La nascita umana (*Manushyatvam*)
- Un intenso desiderio di Dio o di liberazione (*Mumukshutvam*)
- La compagnia di una grande anima realizzata – un *Mahapurusha* (*Mahapurusha Samshrayah*)

Tra gli 8,4 milioni di specie di esseri viventi, sia le Scritture sia Swami hanno dichiarato che la nascita umana è l'apice della creazione, perché solo un essere umano può consapevolmente lottare per la realizzazione del Sé. Su questo pianeta, ci sono più di 8 miliardi di persone; eppure, solo una manciata possiede il sincero e serio desiderio di conoscere la verità e realizzare il Sé. Anche per coloro che hanno un tale desiderio, si

richiede tuttavia la guida di un Maestro realizzato.

È possibile entrare in contatto con un'anima così grande come Bhagavan Ramana Maharishi, Samarth Ramdas, Swami Vivekananda o un altro Maestro illuminato, solo attraverso la grazia divina.

L'Universo: Una Grande Università

Lo *Srimad Bhagavatam* ci insegna che l'intero universo può servire come nostro maestro. **L'universo, infatti, è la più grande università della vita. Viviamo tutti in questa università, imparando le sue lezioni, fin quando alla fine ci laureiamo con il grado di realizzazione di Dio, comprendendo la nostra vera identità come figli dell'immortalità.**

Swami spiega magnificamente ed eloquentemente questa esperienza come un'evoluzione. In primo luogo, Egli dice: "*La natura è un dono di Dio.*" Poi afferma: "*La natura è la manifestazione di Dio.*" Infine, Egli dichiara: "*La natura è Dio.*" Pertanto, dobbiamo considerare l'intera Natura come il nostro *Guru*. La natura ci presenta molti *guru*.

Molti Insegnanti del Signore Dattatreya

Il Signore Dattatreya è l'incarnazione della Trinità: Brahma, Vishnu e Maheshvara.

Il nostro Swami, così come Shirdi Sai Baba, è stato dichiarato *Datta Avatar*. In un'occasione, quando qualcuno ha chiesto a Swami chi fosse veramente, Egli ha detto loro di scattargli una fotografia. Ecco, quando la fotografia Polaroid è stata sviluppata, ha rivelato la forma gloriosa del Signore Dattatreya, invece della forma fisica di Swami, affermando così la Sua identità come Signore Dattatreya.

Uno degli esempi più stimolanti di apprendimento dalla Natura si trova nella vita del Signore Dattatreya, che è considerato l'incarnazione del Principio del *Guru* e ciò è documentato nella *Srimad Bhagavatam*, Canto 11, Cap. 7, v. 33-35. La Sua vita ci insegna che l'intero universo diventa un *Guru* quando coltiviamo l'umiltà, la consapevo-

lezza e la discriminazione.

La leggenda narra che un tempo il re Yadu incontrò Dattatreya, che vagava liberamente in perfetta pace e felicità. Colpito dalla sua straordinaria serenità, libertà e beatitudine, il re chiese il segreto della sua pace interiore e gli domandò: "*Chi è il tuo Guru?*"

Dattatreya rispose che aveva imparato da **ventiquattro Guru**. Sorprendentemente, questi *Guru* non erano limitati soltanto a esseri umani. Includevano elementi della Natura: uccelli, animali, insetti e persino avvenimenti della vita quotidiana.

La **Terra** insegna pazienza, tolleranza, perdono e servizio disinteressato. Sebbene sia costantemente calpestata e sfruttata, continua a nutrire tutti gli esseri senza lamentarsi.

L'**Acqua** simboleggia la purezza, l'umiltà, l'adattabilità e la capacità di rinfrescare e sostenere la vita ovunque fluisca.

Il **Fuoco** incarna la purezza. Tutto ciò che viene offerto in esso si trasforma. Allo stesso modo, l'aspirante spirituale dovrebbe bruciare le impurità e irradiare luce e calore al mondo.

L'**Aria** scorre liberamente ovunque senza attaccamento. Ci ricorda di vivere nel mondo rimanendo interiormente distaccati.

Lo **Spazio** accoglie tutto senza essere influenzato da nulla. Allo stesso modo, l'*Atma*



La Costante contemplazione del guru ci rende come il guru.



rimane incontaminato dalle attività del corpo e della mente.

Il **Sole** compie instancabilmente il suo sacro dovere, dando luce e vita a tutti senza aspettarsi nulla in cambio. Appare riflesso anche in innumerevoli specchi d'acqua, ricordandoci che l'unica coscienza divina si riflette in ogni cuore.

La **Luna** sembra diventare crescente e calante, ma non cambia mai. Allo stesso modo, la nascita, la crescita, la vecchiaia e la morte appartengono solo al corpo, mai all'*Atma* eterno.

L'**Oceano** rimane identico nonostante abbia ricevuto innumerevoli fiumi. Non trabocca per l'aumento d'acqua né diminuisce attraverso la perdita. Simboleggia l'equanimità tra le esperienze che cambiano la vita.

Il **Pitone** accetta tutto ciò che viene senza ansia o angustiato sforzo, insegnando il sapersi accontentare e la completa resa alla divina provvidenza.

L'**Ape** raccoglie il nettare da molti fiori senza danneggiarli. Allo stesso modo, il ricercatore dovrebbe raccogliere saggezza da molte fonti nobili, prendendo solo ciò che è essenziale.

Dattatreya imparò anche un'altra lezione dal **Raccoglitore di Miele**, che porta accuratamente via ciò che è stato raccolto dalle

api. L'accumulo eccessivo, alla fine, provoca ansia e perdita. Pertanto, dovremmo evitare l'avidità e i beni inutili.

La **Falena**, attratta dalla fiamma, distrugge se stessa. Ci mette in guardia dal diventare schiavi del fascino dei piaceri sensoriali.

Il **Pesce** diventa una vittima, incapace di resistere all'esca, insegnando così l'importanza della padronanza sulla lingua e il controllo del gusto.

Il **Cervo**, incantato dalla musica dolce, ci ricorda di non essere troppo affascinati dai suoni piacevoli e dalle distrazioni sensoriali.

L'**Elefante**, intrappolato dal suo attaccamento, dimostra come i desideri incontrollati leghino l'individuo.

Il **Piccione**, sovrastato dall'eccessivo attaccamento alla sua famiglia, insegna che l'amore non dovrebbe mai degenerare e trasformarsi in possessività.

Il **Falco**, molestato mentre porta un pezzo di carne, trova pace solo dopo averlo lasciato andare, insegnando che la rinuncia porta libertà dall'ansia e dal confronto.

Il **Serpente**, che non ha casa permanente e vive senza beni inutili, insegna il distacco, la semplicità e il valore della vita senza coinvolgimenti terreni.

Il **Ragno** fa uscire la sua ragnatela da dentro di sé e infine si ritira in essa. Allo stes-

so modo, l'intero universo emerge da Dio, esiste dentro di Lui e, alla fine, si dissolve di nuovo in Lui.

La **Vespa** insegna il potere trasformativo della contemplazione costante. Dattatreya osservò che si diventa gradualmente ciò su cui la mente si sofferma continuamente. Bhagavan Sri Sathya Sai Baba ha spesso illustrato questa Verità attraverso il noto *Bhramara-Kita-Nyaya*.

Secondo questa illustrazione vedantica, il verme, tenuto prigioniero dalla vespa, la contempla così intensamente e costantemente che, alla fine, si trasforma rassomigliandole. Allo stesso modo, **Bhagavan ci insegna che il devoto che contempla amorvolmente e incessantemente Dio si trasforma gradualmente nella Divinità stessa. La costante contemplazione del Guru ci rende come il Guru.** Secondo l'illustrazione tradizionale, l'insetto che si sofferma costantemente sulla vespa alla fine si trasforma. Allo stesso modo, con il continuo ricordo di Dio, diventiamo gradualmente un tutt'uno con il Divino.

Il **Cortigiano** insegna che la vera pace viene solo quando si rinuncia alle aspettative del mondo e si pone la speranza interamente in Dio.

Il **Bambino** insegna spontaneità, innocenza, libertà dall'ego e la capacità di rimanere gioiosi senza ansia o preoccupazione per il passato o il futuro.

La **Fanciulla**, rimuovendo i suoi braccialetti per impedire il loro rumore prima di servire gli ospiti, insegna che la solitudine e il silenzio sono favorevoli alla vita spirituale, mentre la compagnia non necessaria porta alla distrazione.

Il **Produttore di frecce** è così completamente assorbito nel plasmare una freccia che non nota nemmeno la processione del re che passa, dimostra il potere della concentrazione unidirezionale.

Così, per Dattatreya, ogni esperienza diventò una lezione, ogni incontro un'opportunità di crescita, ogni circostanza un *Guru*.

Molti Insegnanti, Secondo Swami

Nei Suoi Discorsi, Swami dice spesso che possiamo imparare la tolleranza dalla Terra. L'acqua scorre sempre verso il basso; non scorre mai verso l'alto. Così, l'acqua ci insegna l'umiltà. Purifica anche tutto ciò che tocca. Il fuoco brucia tutte le impurità, mentre l'aria, che è onnipervadente, non discrimina. L'aria serve a tutti allo stesso modo, che uno sia ricco o povero, santo o peccatore, dotto o ignorante. L'aria rappresenta la forza vitale che dimora in ogni essere. Poi, *Akasa* (spazio) ci insegna l'espansione, l'inclusività e il non attaccamento. Mentre le nuvole possono andare e venire, lo spazio stesso rimane completamente inalterato.

Allo stesso modo, Swami ci dice che impariamo la fedeltà, la gratitudine e la lealtà dal **cane**. Una volta che mostri gentilezza a un cane, questi rimane fedele al suo padrone con una lealtà incrollabile. Dall'**asino**, impariamo pazienza e tolleranza. Porta pesanti carichi senza lamentarsi. Dalla **formica**, impariamo la lungimiranza. Esse raccolgono i cereali e li conservano per il futuro, insegnandoci la lungimiranza e la preparazione. Dal **ragno** impariamo la perseveranza. Anche se la sua rete viene ripetutamente distrutta, esso la ricostruisce pazientemente con continuità senza arrendersi.

Swami dice che anche gli esseri umani possono essere i nostri insegnanti. Una volta, Egli scherzosamente – ma molto sinceramente – osservò che impariamo da alcune persone che cosa fare, perché conducono vite nobili e incarnano la virtù. Da altri, impariamo che cosa non fare, perché i loro errori servono come preziose lezioni di che cosa evitare o respingere.

Swami afferma anche che dovremmo imparare molte lezioni dalla Natura. Gli alberi danno frutta e ombra per il bene altrui. I fiumi scorrono a beneficio degli altri. Le mucche producono latte per l'altrui nutrimento. Allo stesso modo, dovremmo ricordare che il corpo umano è stato dato per servire gli altri, per il loro benessere, attraverso il servizio disinteressato.



IMPARARE DALLA NATURA



TERRA - PAZIENZA



ACQUA - UMILTÀ & PUREZZA



FUOCO - BRUCIA OGNI IMPURITÀ



ARIA - SERVE TUTTI CON EQUANIMITÀ



SPAZIO - ESPANZIONE &
NON ATTACAMENTO

Anche altri insegnanti hanno visto la Natura come insegnante. Un bellissimo esempio è Bhagavan Ramana Maharishi, che considerava suo *Guru* la collina sacra di Arunachala stessa, vedendola come la manifestazione del Signore Shiva. Incoraggiò anche i devoti a eseguire *giripradakshina* (circumambulazione della sacra collina di Arunachala).

Entrare in Contatto con Un Realizzato

Swami ci ha avvertito che molti cosiddetti *guru*, che Egli chiama “*badha guru*” (insegnanti che causano dolore), vivono nell'oscurità e conducono gli altri nelle tenebre. Sono come “ciechi che guidano altri ciechi”.

Ma entrare in contatto con una persona veramente santa e un maestro santo (*bodha guru*) – uno che ha realizzato la Verità – è veramente per grazia di Dio. Oggi, la parola *Guru* è spesso usata liberamente, come se significasse semplicemente ‘insegnante’. Tuttavia, c'è una profonda differenza tra un insegnante e un *Guru*.

L'insegnante impartisce conoscenza in un campo particolare. Si potrebbe essere insegnanti di fisica, biochimica, musica, letteratura, arti o scienze. Tali insegnanti sono indispensabili per la vita terrena e meritano il nostro rispetto e la nostra gratitudine. Tuttavia, la conoscenza che impartiscono,

nonostante sia preziosa, non può da sola condurci al fine supremo della realizzazione del Sé.

Ecco perché il Signore Krishna dichiara nella *Bhagavad Gita*: “Tra tutte le forme di conoscenza, lo sono la conoscenza dell'Atma.” (BG 10.32)

Solo la saggezza spirituale può rimuovere in modo permanente l'ignoranza. Quella suprema saggezza è impartita dal *Sadguru*, dal vero *Guru* e dal *Guru* divino. Quindi, alla fine, solo la grazia di Dio può condurre il sincero ricercatore al vero *Guru* in forma umana.

La Testimonianza dei Grandi Maestri

Nella tradizione indù, il *Guru* primordiale è il Signore Dakshinamurti, un'altra manifestazione del Signore Shiva. È raffigurato come un giovane maestro seduto sotto il sacro albero *banyan*, circondato da discepoli anziani e saggi i cui dubbi sono dissipati, non attraverso lunghi discorsi, ma attraverso il potere del silenzio.

Un famoso verso dichiara:

“Sotto l'albero di banyan siede il giovane Guru, circondato da discepoli anziani. Il Guru insegna attraverso il silenzio, e i dubbi dei discepoli sono distrutti.”

Nel *Dakshinamurti Stotram*, Adi Shankaracharya trasmette magnificamente che la più alta verità, il Supremo *Parabrahman*, viene in definitiva comunicata di cuore in cuore attraverso il silenzio.

Swami ha una bella immagine del Signore Dakshinamurti installata di fronte alla Sua Scuola Secondaria Superiore, che sottolinea il fatto che la saggezza più profonda trascende le parole.

Sri Ramakrishna Paramahansa ha espresso la stessa verità molto semplicemente: *“Sat-Chit-Ananda da solo è il Guru”*. Quando il *Guru* umano risveglia la saggezza spirituale all’interno del discepolo, è Dio stesso che opera attraverso quella forma umana come vero *Guru*.

Guru Nanak, fondatore del Sikhismo, ha proclamato che il *Guru* eterno è lo *Shabad* – la Parola Divina che echeggia nel cuore.

Ha anche lodato la Natura come la casa di Dio, dichiarando:

Pavan Guru, Pani Pita, Mata Dharat Mahat.
(*“L’aria è il Guru, l’acqua il Padre e la Grande Terra la Madre.”*)

Anche il Signore Gesù indirizzò i Suoi discepoli verso la Natura come una scrittura aperta che rivela l’amore divino, e disse:

“Considerate i gigli del campo, come crescono; non lavorano e non filano.”

(Matteo 6:28)

Attraverso gli uccelli dell’aria e i fiori del campo, Egli insegnò la completa fiducia nella provvidenza divina. Secoli dopo, **san Francesco d’Assisi lodò Dio attraverso Fratello Sole, Sorella Luna, Fratello Vento e Sorella Acqua, salutando l’intera creazione come un’unica famiglia divina.**

Così, ogni maestro, ogni scrittura, ogni santo, ogni esperienza e ogni aspetto della Natura servono come trampolino di lancio nel pellegrinaggio del ricercatore verso Dio. Preparano la mente, purificano il cuore e risvegliano l’anelito per la più alta Verità. Tuttavia, il loro scopo si compie alla fine quando ci conducono al *Guru* Supremo – l’*Avatar*, che non solo illumina il cammino, ma ci risveglia anche alla dimora del *Guru* Eterno all’interno, come nostro *Sat-Chit-Ananda*. È questa bella progressione – dalle molte manifestazioni esterne del *Guru* alla realizzazione del *Guru* Interiore – a costituire il culmine del Principio del *Guru*.

Nel numero di settembre 2026 del ‘Sathya Sai – L’Eterno Compagno’, esploreremo l’*Avatar* come *Guru* Supremo, la Sua speciale missione di dissipare l’ignoranza, le Sue profonde intuizioni sulle Scritture e la Sua costante guida che porta ogni sincero ricercatore a scoprire il *Guru* Interiore – la propria vera Natura Divina.

Jai Sai Ram.

Da concludere nella Parte 2 della pubblicazione di settembre 2026.



IL SOLO GURU È IL SÉ INTERIORE

Parte 1 di 2



*Samsara svapna-tulyo hi
raga-dveshadi sankulah
sambhavam satyavad bhati
prabodhe satya-sattvatah*

(Versi sanscriti)

*L'esistenza terrena è in verità come un sogno,
piena di attaccamento e avversione.*

*Prima dell'alba della saggezza, appare reale;
al risveglio, solo la Verità si rivela reale.*

Incarnazioni dell'Amore! Finché si sogna, tutto ciò che si vede, si sente e si percepisce nel sogno sembra reale. Allo stesso modo, la vita terrena, piena di attaccamento e avversione, appare reale finché non sorge la saggezza. **Ma, nel momento in cui si raggiunge lo stato superiore, paramartha (realtà suprema), il mondo intero non è altro che un sogno.**

*Panchendriya maha-bhuta
sambhavam karma-sanchitam
shariram sukha-duhkhanam
bhogayatanam uchyate*

(Versi sanscriti)

*Il corpo, nato dai cinque elementi
e dai cinque sensi
e formato dal karma accumulato,
si dice sia la dimora
dell'esperienza del piacere e del dolore
.Earth, water, fire, air, and ether: the combi*

Dobbiamo credere fermamente nella verità ultima secondo cui il Divino che risiede in ognuno è uno e il medesimo.

Terra, acqua, fuoco, aria ed etere: la combinazione di questi cinque grandi elementi, nelle loro giuste proporzioni, forma questo corpo. Esso è chiamato corpo fisico o materiale (*sthula sharira*) e ci connette al mondo intero; può anche essere chiamato *panchikarana* (il quintuplice strumento). In esso dimora l'*Atma* (il Sé) nello stato di veglia e tutti i sensi funzionano pienamente. Questo corpo è la sede del piacere e del dolore.

Il corpo è diviso in tre aspetti: il corpo materiale, il corpo sottile e il corpo causale. Il corpo materiale è semplicemente *annamaya*, l'involucro del cibo. È completamente inerte e serve solo come strumento. Ciò che vediamo è solo questo corpo materiale e, credendo che solo esso sia reale ed eterno, l'uomo dimentica il principio atmico, che è proprio il suo tutto.

Il Corpo Sottile e lo Stato di Sogno

*Panchaprana manobuddhi
dashendriya samanvitam
apanchikrita bhutottham
bhogayatanam uchyate*

(Versi sanscriti)

*Si dice che questo corpo sottile
composto dai cinque soffi vitali,
dalla mente, dall'intelletto, dai dieci
sensi, e derivante dagli elementi
non quintuplicati, sia il
veicolo dell'esperienza.*

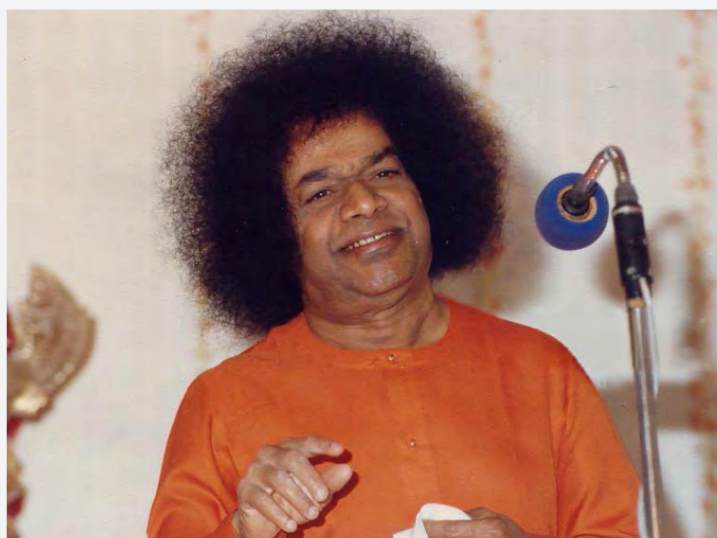
La combinazione dei cinque soffi vitali (*panchaprana*), della mente, dell'intelletto e dei dieci sensi costituisce il corpo sottile (*sukshma sharira*). Può anche essere

chiamata lo stato di sogno. Qui, l'individuo si rivolge verso l'interno. **In questo corpo sottile, una persona crea un mondo completamente nuovo per sé; esso si erge come un'entità a sé stante, completa in se stessa, non connessa a nessun altro.** Nello stato di sogno, la persona crea ogni cosa da sé: una forma che non è forma, un suono che non è suono, un sapore che non è sapore; eppure tutta questa creazione è confinata solo a essa. Anche se dieci persone possono dormire in una sola stanza, il sogno di ognuna è suo; l'esperienza di ognuna è sua; il *karma* di ognuna è suo. Il sogno non ha alcun legame con lo stato di veglia.

Un uomo sogna che il suo amico lo ha tormentato in molti modi. Quando si sveglia al mattino, va dal suo amico e chiede: "O amico, perché mi hai disturbato così tanto ieri notte?" E l'amico risponde: "Sciocco! Non ti ho nemmeno visto ieri notte." È stato l'uomo stesso a creare l'amico nel suo sogno, a creare la crudeltà dell'amico, e a creare tutte quelle esperienze. Quindi, ogni esperienza durante lo stato di sogno è circoscritta a se stessi e non si estende a nessun altro. È in questo stato che si sperimentano piacere e dolore. **È in questo stato di sogno che il corpo sottile rinasce secondo il proprio karma.** E in esso, la mente è suprema.

La Mente e lo Strumento Interiore

È questa mente che crea ogni cosa. *Mano mulam idam jagat*: il mondo intero ha la mente come radice. Sebbene la mente sia una, acquisisce molti nomi



I nomi e le
forme possono
apparire diversi,
ma la base di tutti
è l'*Atma*.

in base alle diverse funzioni che svolge. Poiché si impegna in *sankalpa* e *vikalpa* (decisione e dubbio), è chiamata *manas* (mente). Poiché discrimina tra l'eterno e il transitorio, lo stesso strumento è chiamato *buddhi* (intelletto). Poiché ricorda incessantemente, è chiamata *chitta* (memoria). E, quando si identifica con il corpo, è chiamata *ahamkara* (ego). ***Manas, buddhi, chitta e ahamkara sono solo nomi diversi per la mente; la forma combinata di questi quattro è l'antah karana* (strumento interiore).**

Quindi, lo stato di veglia e lo stato di sogno sono simili; entrambi non sono altro che creazioni della mente. Il terzo stato è *sushupti* (sonno profondo). *Su* significa buono e *shupti* sonno, a indicare un profondo stato di sonno ristoratore. Tuttavia, in questo stato non c'è mente. Poiché non c'è mente, non c'è mondo. Poiché non c'è mondo, non c'è né piacere né dolore. Il mondo esiste solo finché esiste la mente; piacere e dolore ci restano attaccati solo finché il mondo è attaccato a noi. **Pertanto, il mondo è la causa principale del piacere e del dolore, e la mente è la causa del mondo. Ecco perché si dice: *mana eva manushyanam karanam bandha-mokshayoh* (solo la mente è la causa sia della schiavitù sia della liberazione dell'uomo.)**

Ma lo stato più elevato, al di là di tutto questo, è lo stato dell'*Atma*. È solo identificandosi con i tre corpi dello stato di veglia, di sogno e di sonno profondo che l'uomo dimentica l'*Atma*. Eppure, l'*Atma* è la base stessa di ogni esperienza.

Un Solo Atma, Molte Forme

*Mrit-pindam ekam
bahu-bhanda-rupam
suvarnam ekam
bahu-bhushanani
go-kshiram ekam
bahu-dhenu-jatam
ekam param brahma
bahu-deha-varti*

(Versi sanscriti)

*Un solo blocco di argilla assume
la forma di molti vasi.
Un solo oro diventa molti ornamenti.
Il latte è uno, anche se proviene
da molte mucche.
L'unico Sé Supremo dimora in molti
corpi.*

L'argilla è una, eppure le forme dei vasi sono molteplici. Gli ornamenti sono molti, eppure l'oro in essi contenuto è uno. Allo stessomodo, sebbene le forme differiscano, il principio atmico è uno. Dimenticando questo sottostante principio atmico fondamentale e seguendo invece il corpo, i

sensi, la mente e l'intelletto, l'uomo cade nell'ignoranza.

Innumerevoli onde si formano sul mare. Un'onda non è mai esattamente uguale a un'altra; le onde ci appaiono separate, e così dimentichiamo la verità secondo cui l'acqua in ogni onda è la stessa. **Le forme degli esseri umani appaiono come innumerevoli forme separate, ma non sono altro che onde che si alzano sull'oceano di Satchidananda (Essenza-Coscienza-Beatitudine). I nomi e le forme possono apparire diversi, ma la base di tutto è l'Atma.**

Nella vita umana, questo *Atma* è avvolto da cinque involucri: *annamaya* (cibo), *pranamaya* (soffio vitale), *manomaya* (mente), *vijnanamaya* (intelletto) e *anandamaya* (beatitudine). Avvolto da questi cinque involucri (*pancha kosha*), il Principio Atmico non è facilmente percepibile. Il corpo è l'involucro *annamaya*. Gli involucri *pranamaya*, *manomaya* e *vijnanamaya* insieme formano il corpo sottile. L'involucro *anandamaya* è il corpo causale. Viene chiamato "beatitudine", ma non è la vera beatitudine; **è solo un riflesso della beatitudine atmica, sperimentata nel corpo causale con il nome di *anandamaya*.**

La Luna non si illumina da sola; brilla solo quando la luce del Sole la colpisce. Lo stesso è dichiarato nel verso: "*chandrama manaso jatah, chakshoh suryo ajayata*" (la Luna nasce dalla mente del Supremo Essere Cosmico, e il Sole dagli occhi). La mente è come la Luna, che non ha luce propria. Solo l'*Atma* risplende da Sé e la Sua luce, cadendo sull'intelletto, sulla mente e sui sensi, li fa apparire tutti pervasi di consapevolezza. In realtà, è la Coscienza Atmica che muove questo mondo.

Questa Coscienza è il fondamento stesso dell'intero universo, sia in movimento sia immobile. Dimenticando questo principio fondamentale, l'uomo cade preda di ogni sorta di problemi, dolori e preoccupazioni. **I piaceri e i dolori che sorgono attraverso il corpo, i sensi, la mente e l'intelletto non hanno alcuna connessione con l'Atma.**

Affidandosi alla luce del Sole, gli esseri umani compiono molte azioni. Alcuni agiscono bene, altri male; alcuni compiono opere meritorie, altri peccaminose. Taluni possono aiutare, altri arrecare danno. Ma i frutti di queste azioni non appartengono minimamente all'*Atma*. Il Sole non è assolutamente influenzato dai risultati di alcuna azione compiute alla sua luce. Il Sole è semplicemente un testimone.

Allo stesso modo, le conseguenze delle azioni del corpo, dei sensi, della mente e dell'intelletto non toccano minimamente l'*Atma*. L'*Atma* è il testimone. **Tuttavia, poiché l'uomo è in contatto con il corpo, i sensi, la mente e l'intelletto e si identifica con essi, immagina che tutte le azioni siano compiute dall'Atma.** La mente è la causa principale di tutto. È la mente la responsabile di tutte queste azioni e, quando essa viene dimenticata, tutto ciò che rimane è il puro Sé.

Muri e Illusioni

Supponiamo di costruire una casa. All'interno, destiniamo una stanza a camera da letto, una a cucina, una a sala da pranzo e una a bagno. Ma perché esistono queste divisioni? È solo perché, per nostra comodità, innalziamo muri come confini che diventano stanze separate. Se abbattiamo i muri divisorii, tutto diventa un unico spazio aperto. Allo stesso modo, c'è un solo Principio Atmico che esiste ovunque. Costruendo muri intorno al corpo, ai sensi, alla mente e all'intelletto, noi nascondiamo il Principio Atmico e pensiamo che le stanze siano separate. Questo è il risultato di sentimenti ristretti e della mancanza di una visione ampia e divina. **Questi attaccamenti sono la causa principale di tutta l'inquietudine dell'umanità.**

Proprio come il riso viene battuto per separare il chicco dalla pula, allo stesso modo, attraverso *shravana*, *manana* e *nididhyasana* (ascolto, riflessione e profonda contemplazione), viene rimossa la pula dei cinque involucri (*panchakosha*, ovvero i cinque involucri di cibo, soffio vitale, mente, intelletto e

beatitudine) e viene rivelato il vero "Io", il Principio Atmico. Questi involucri sono solo la pula che ricopre il corpo, i sensi, la mente e l'intelletto. Rimuovete la pula e ciò che rimane è il riso. Finché la pula rimane sul riso, il ciclo di nascita e morte si ripete (*punarapi jananam, punarapi maranam*). Ma una volta rimossa la pula, per quel riso non c'è rigerminazione, ovvero nessuna rinascita (*punarjanma na vidyate*). La causa principale di ogni schiavitù, quindi, è il corpo, i sensi, la mente e l'intelletto, mentre il Principio Atmico rimane ugualmente presente in tutti.

Facciamo un altro esempio. Quando tocchiamo una palla di ferro posta nel fuoco, al contatto ci bruciamo le mani. Diciamo che la palla di ferro ci ha bruciato, ma questa non è la risposta corretta. Non è stata la palla di ferro a bruciarci; è stato il fuoco contenuto nella palla di ferro. Il fuoco è dentro o fuori dalla palla? Il fuoco è sia dentro sia fuori. Allo stesso modo, **Narayana dimora ovunque, pervadendo ogni cosa, dentro e fuori (*Antarbahishchata sarvam vyapya narayanah sthitah*)**. Sebbene fosse il fuoco (all'interno della palla) a bruciarci, abbiamo dato la colpa alla palla. Questo mondo intero è come un'unica gigantesca palla di ferro. Al suo interno, piacere e dolore, profitto e perdita, difficoltà, colpa e rimprovero ci affliggono. Ma che cos'è che è afflitto? Diciamo che è il corpo, i sensi, la mente e l'intelletto. No. Esiste una sola Coscienza Atmica, all'esterno. **Solo coloro che non riescono a riconoscere la verità secondo cui l'Atma è l'unica realtà dietro ogni cosa attribuiscono la colpa ad altro. La causa principale di ogni cosa è soltanto l'Atma.**

Indagine sul Sé: "Chi Sono Io?"

Per realizzare ciò, qual è il cammino? Non abbiamo bisogno di cercare alcun percorso. È lo stato luminoso del Sé. Non è qualcosa da acquisire al momento; è presente in ogni attimo e in ogni condizione. Perché cercare ciò che c'è già? Che follia usare un'altra lampada

per cercarne una già luminosa! **La luce dell'Atma risplende per sempre. Non c'è bisogno di cercarla attraverso un'altra disciplina spirituale.** È solo perché l'uomo non riesce a riconoscere il proprio Sé che lo immagina lontano. **Come il fuoco nascosto sotto la cenere, l'illusione del corpo cela questa conoscenza dell'Atma.** Tutto ciò scompare solo quando si riconosce il vero e beatifico 'Io'. Solo dopo la nascita della parola 'Io' è avvenuta l'intera creazione.

Se non ci fosse l' 'Io', non ci sarebbe la creazione. Quindi, che cos'è questo 'Io'? Chi è? È l'Esistenza stessa. Poiché l'Esistenza risplende in ognuno, è anche chiamata *Atma* e anche *Brahman* e *Cuore*. È anche chiamata *Aham* (l' 'Io'). **'Io', Brahman, Esistenza, Cuore, Aham sono tutti nomi diversi per l'Atma.** Oggi, con 'Cuore', erroneamente intendiamo solo il cuore fisico nel corpo. Quello non è il Cuore. Il Cuore non ha limiti. Ciò che è presente ovunque, quello è il vero Cuore. Dimenticando questo, consideriamo il cuore fisico, ristretto e limitato, come il Cuore.

Noi trascorriamo tutta la vita usando l' 'Io' come base di tutto ciò che diciamo. Quello è *Aham*, e quell'*Aham* è *Brahman*. Voi dite: "Io sono un capofamiglia", ma, prima della parola 'capofamiglia', deve venire la parola 'Io'. Si dice: "Io sono un *sannyasi* (rinunciante)", ma prima di '*sannyasi*' deve venire l' 'io'. Si dice: "Io sono un uomo", e prima di questa parola 'uomo' deve venire 'io'. Quindi, quando i soggetti nelle frasi "Io sono un capofamiglia", "Io sono un rinunciante", "Io sono un uomo", "Io sono una donna", vengono rimossi, l' 'io' rimane come l'unica eterna costante. **Questo 'Io' è il fondamento di tutto, ed è l'Atma.**

L'uomo è preda di molta sofferenza, molti dolori e molti dubbi perché dimentica questo Principio Atmico, che è onnipresente e onnisciente. **Ciò che dovremmo amare non è il corpo, ma l'Atma. Dimenticando l'Atma che merita il nostro amore, amiamo invece il corpo,**



La luce
dell'*Atma*
risplende per
sempre. Non
c'è bisogno
di cercarla
attraverso
un'altra
disciplina
spirituale.

che non lo merita. Ecco perché non abbiamo fede nell'*Atma*.

Voi avete una madre, un padre e dei figli. Li amate, qualunque siano le circostanze. Per quanta sofferenza o dolore vi causino, voi li amate! Se arriva a loro qualche dolore, voi soffrite molto, perché? Soffrite solo perché avete la ferma convinzione "questo è mio padre, questa è mia madre, questo è mio figlio", e per l'amore che provate per loro. Queste relazioni sono come nuvole passeggere. **Dentro di voi sorgono molti dubbi, perché non avete piena fede nell'eterno *Atma*, in Dio e nella Divinità.** Quando sentirete "Egli è veramente mio padre", avrete un amore stabile per Lui! Voi avete un amore così grande per un corpo che non è altro che una bolla d'aria nell'acqua, mentre la vostra fede nell'*Atma* vacilla! Questo perché credete che la verità sia falsità e la falsità sia verità.

Solo l'*Atma* è vero ed eterno. L'uomo, che dovrebbe detenere una salda fede

nell'*Atma*, sviluppa invece attaccamento alle relazioni corporee. Ecco perché la fede non è mai salda e stabile. Per sviluppare una salda fede, dovrete avere la convinzione: "Questo è il mio stato." **Solo allora diventerete *sthitaprajna* (stabili nella saggezza), troverete la vera beatitudine e raggiungerai l'eterna e vera dimora.**

Tutto ciò non è altro che la natura dell'illusione. Finché rimaniamo sotto l'illusione (*bhrama*), la Verità ultima (*Brahman*) rimane lontana da noi. Pertanto, è solo quando ci liberiamo di questa illusione che realizziamo il Divino (*Brahman*). **Dobbiamo credere fermamente nella verità ultima secondo cui il Divino che risiede in ognuno è uno e il medesimo.** Solo allora non ci sarà spazio in questo mondo per sentimenti di divisione, discordia, turbamento, attaccamento e avversione. L'umanità è in costante declino perché nutriamo



pensieri divisivi, coltiviamo attaccamento e avversione e perdiamo di vista la nostra intrinseca divinità.

Quando parliamo, usiamo frequentemente la parola 'io', 'io', 'io'. Dobbiamo riconoscere che cos'è questo 'io' e la sua vera natura. Questo 'io' è la consapevolezza dell'*Atma* (Sé). Il vero scopo è rimanere saldi in tale consapevolezza. Il Sé è la base fondamentale per risolvere tutti i problemi. Oggi il mondo è pieno di problemi. La causa principale di questi problemi è l'attaccamento (*raga*) e l'avversione (*dvesha*). La causa primaria dell'attaccamento e dell'avversione è l'egoismo, e la ricerca dell'interesse personale è la causa principale dell'egoismo. Questo interesse personale deriva dall'illusione di identificarsi con il corpo (*deha bhranti*). La causa principale dell'illusione corporea è la mente. Arrendere la mente al Divino è il *mantra* che svela il profondo mistero di tutto. **Pertanto, il *mantra* primordiale è semplicemente "Io, Io" (*Aham, Aham*). È il *mantra* fondamentale. È l'essenza**

dell'aforisma *Aham Brahmasmi* (Io sono Brahman, Io sono il Divino). Dobbiamo dare significato alla nostra vita attraverso questa realizzazione.

Qualunque cosa vediamo, mangiamo, diciamo o facciamo, dobbiamo dedicarla interamente al Sé (*Atma*). Qui ci sono due tipi di 'io': l'io associato alla mente e l'io associato al Sé. **In sostanza, il sentimento atmico è il vero "Io". Tuttavia, quando è associato alla mente, si trasforma in ego (*Ahamkara*). Quando l'io radicato nell'*Atma* si unisce alla beatitudine, rivela che ogni cosa è una.** La verità è una, sebbene i saggi la descrivano in vari modi (*ekam sat viprah bahuda vadanti*). Anche se esiste una sola realtà, le persone la percepiscono in molti modi diversi. Riconoscere questa unità nella diversità è l'essenza del Principio Atmico (*Atma Tatva*).

***Sadhana* e Padronanza della Mente**

Incarnazioni dell'Amore! Tutto è soggetto a cambiamenti, subendo in ogni istante molte trasformazioni. La mente è la causa principale di questi cambiamenti. In effetti, in questo mondo, l'influenza dei pensieri e delle intenzioni fluttuanti della mente è la causa fondamentale delle esperienze. **La mente è intrinsecamente sempre irrequieta e mai stabile; questa è la sua stessa natura. Quando uniamo una mente simile alla Divinità, la mente stessa cessa di esistere come entità separata.** Ecco perché le persone si dedicano a varie pratiche spirituali, ma tutte queste sono semplicemente il risultato dell'illusione (*bhranti*). Voi intraprendete varie pratiche spirituali (*sadhana*) semplicemente per soddisfare la mente. Tutte le pratiche spirituali eseguite oggi sono guidate dalla mente e, pertanto, sono solo impermanenti. Non esistono due percorsi separati: uno di pratica spirituale e l'altro dell'obiettivo da raggiungere. Né esistono tre entità distinte: il Conoscitore, la conoscenza e l'obiettivo.

Esiste una sola realtà. Quando il sentimento del 'non Sé' (*anatma bhava*) viene messo da parte, rimane solo la consapevolezza

del Sé (*Atma bhava*). Pertanto, quando desiderate intraprendere una pratica spirituale, stabilire saldamente la consapevolezza del Sé nel vostro cuore è la vera pratica spirituale. Senza tale convinzione, non importa quanti esercizi spirituali si pratichino, questi rimangono semplicemente il prodotto dell'immaginazione mentale. **Così come le nuvole formate dal calore del Sole finiscono per oscurare il Sole stesso, le nuvole della mente, che hanno origine dal Sé, velano il Sé stesso. Pertanto, è la mente che ostacola la nostra visione del Sé.** Solo quando la mente viene annientata, il Sé risplende nella sua purezza.

Che cos'è, dunque, la mente? Non è altro che la forma delle nostre illusioni. Dobbiamo sforzarci di sottomettere gradualmente queste illusioni. Ma gli aspiranti spirituali (*sadhaka*) di oggi, che si considerano devoti e ricercatori spirituali, moltiplicano i loro desideri e le loro decisioni terrene giorno dopo giorno. Come potranno raggiungere la realizzazione del Sé?

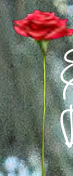
Questo è semplicemente impossibile. Gradualmente, dobbiamo reprimere il nostro egoismo e i nostri interessi egocentrici. Pertanto, è proprio questo egoismo che, negli esseri umani, causa molte distorsioni e tendenze negative. Dovremmo impegnarci al massimo per sviluppare una visione del mondo ampia e divina.

Oggi si stanno compiendo molti sforzi per apportare cambiamenti nel mondo. Se gli individui non cambiano, come può cambiare il mondo? Il mondo non è altro che un insieme di individui. Perciò, se vogliamo cambiare il mondo, il cambiamento deve iniziare dall'individuo. Dobbiamo eliminare le cattive qualità e coltivare dentro di noi sentimenti puri e sacri. Solo quando l'individuo diventa buono, la società diventa buona. Solo quando la società è buona possiamo costruire una nazione buona.

Sri Sathya Sai Baba
7 luglio 1990

La seconda parte del Discorso verrà pubblicata nel numero di settembre 2026.



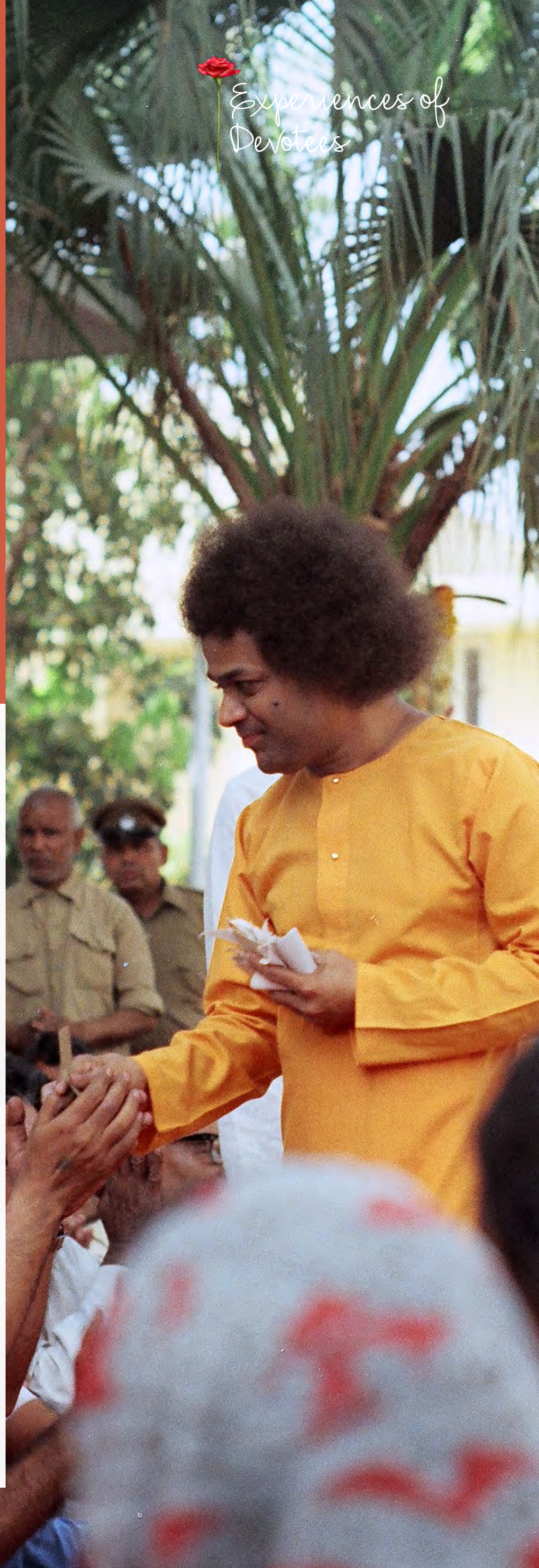


Come il Maestro Divino Ha Nutrito il Mio Vero Io

Vidi Bhagavan Sri Sathya Sai Baba per la prima volta a Brindavan verso la fine del 1970. Da giovane americano alla ricerca di qualcosa che non riuscivo a definire, avevo percorso una lunga strada, via terra dall'Europa, attraverso la Turchia e l'Iran, e poi verso sud attraverso l'India. Il mio primo fugace incontro con Lui fu breve: una figura vestita d'arancione che usciva da una porta vicino al vialetto e si dirigeva verso la Sua auto. Stava partendo per Goa. Era come vedere un attore apparire al sipario prima che lo spettacolo inizi. La prima impressione fu quella di una persona vivace, misteriosa e intrigante e, mentre l'auto passava, Egli sorrise e salutò con la mano, e tutti gli occhi erano puntati su di Lui.

Il Primo Darshan

Fu dopo il Suo ritorno che ebbi il mio primo vero *darshan*. Mentre Baba si muoveva tra la gente, percepii che era diverso da chiunque avessi mai visto prima. **Il Suo incedere era aggraziato e senza fretta, sgorgava da una profondità sconosciuta, e i Suoi occhi sembravano contenere un altro livello di coscienza. Quando il sacro è presente, lo si percepisce immediatamente.**



**La grazia di Dio è come le onde radio:
si trasmettono sempre nell'aria. Se non accendete
il ricevitore, non riceverete le
notizie, ma le onde sono sempre presenti.**

Mentre mi si avvicinava, piansi. Un turbine di emozioni profonde continuò a salire: paura, stupore, incredulità, speranza e una misteriosa liberazione in singhiozzi beati. Mi ero sentito scacciato dalla religione della mia infanzia, senza un posto preciso per la mia anima, ed ero giunto in India con il cuore spalancato, sperando in un nuovo inizio. In quel momento cruciale, Baba si avvicinò a me. Mosse la mano destra in piccoli cerchi, creò della cenere sacra e me la versò in mano, dicendomi di mangiarla, come se fosse un rimedio per il mio pianto. Per me, fu un segno che, contro ogni previsione, la mia vita poteva ancora rivelarsi positiva. “Ti vedrò”, disse, e proseguì. “Significa che ti parlerà”, spiegarono i devoti seduti intorno a me.

Dopo qualche altro *darshan*, in un pomeriggio di gennaio del 1971, Baba si fermò davanti a me e disse: “Ci vediamo domani.” Ero emozionato per la mia fortuna. Baba si sarebbe preso del tempo per me, un nessuno. Quando mi chiamò, andai ad aspettare vicino alla stanza dei colloqui della Sua residenza di Brindavan, con un’immagine antica nella mente, tratta da una poesia di resa al *guru* di un mistico bengalese: ‘*Sia fatta la Tua volontà*’. Quando Baba arrivò, chiese: “Dov’è tua moglie?” Non ci eravamo resi conto che, quando un marito viene chiamato per un colloquio, anche la moglie può partecipare. Corsi a cercare mia moglie, Marcia, e insieme tornammo di corsa, ed Egli era lì in piedi, sulla porta aperta, sorridente e benevolo.

Un Colloquio (interview) e uno Sguardo Interiore (inner view)

Dentro, si sedette sulla Sua sedia e noi ci sedemmo vicino a Lui sul pavimento. Le sue prime parole di insegnamento per me fu-

rono l’antica verità della *Katha Upanishad*: “Beatitudine e felicità sono diverse. La felicità è del mondo e va e viene; la beatitudine è eterna.” Continuò: “Tu hai due sé, uno come ti vedi tu e uno come ti vedono gli altri. Poi c’è un terzo: quello che sei veramente.” Mi chiese l’età. “Ventisette”, risposi. “Un buon numero”, disse, “perché forma il numero nove. Nove è il numero divino. La somma di tutti i suoi multipli è nove, proprio come Dio è sempre lo stesso,”

Mi porse un fazzoletto e disse: “Questo non è stoffa, Sono fili. Non sono fili, è cotone. La mente è fatta di desideri.” Poi, chiese: “Che cosa significa yoga?” “Unione”, azzardai. Lanciò un’occhiata a un signore indiano nella stanza e, come se gli leggesse nel pensiero, disse: “Non quel tipo di unione.” “Unione con Dio”, dissi io. “Yoga significa controllo dei sensi. Autocontrollo”, rispose Baba. **“Autocontrollo, fiducia in se stessi, sacrificio di sé e soddisfazione di sé portano alla realizzazione del Sé.”** Poi mi guardò con benevolenza: “Non sgranare il *japa-mala* o fare la meditazione per ostentazione. La meditazione è per l’anima (il Sé), non per ostentazione. Agisci bene.”

Egli conosceva i nostri cuori senza che Glielo dicessimo. “Ogni settimana sei caldo”, mi disse. “Non preoccuparti; ti aiuto io.” A Marcia, che desiderava ardentemente un figlio, disse: “Ogni mese, una delusione: lo so. Non preoccuparti. Io te lo darò.” Le fece un sottile anello d’oro con incastonata una pietra di luna e la prese in giro porgendomelo perché glielo mettessi al dito. “Quando meditate, che la mente sia fresca e pura come il chiaro di luna”, disse. Abbiamo sempre considerato quel momento come una sorta di matrimonio, un rinnovo delle nostre promesse di vita insieme.

“Per ogni passo che fate verso Dio”, ci incoraggiò, “Egli ne fa dieci verso di voi. La grazia di Dio è come le onde radio: si trasmette sempre nell’aria. Se non accendete il ricevitore, non riceverete le notizie, ma le onde sono sempre presenti.” Quando gli chiesi dove dovessimo andare dopo, Egli sorrise. “Oh no, non dico mai a nessuno che cosa fare. Non seguite i leader, seguite il vostro cuore. Iniziate la giornata con amore, riempitela d’amore, concludetela con amore. Questa è la via che porta a Dio.”

Verso la fine, mi diede una pacca affettuosa sulla spalla e mi disse che ero *“un brav’uomo”*. Questo mi fece venire voglia di esserlo, di essere all’altezza della Sua visione di me. Poi mi diede un piccolo pugno amichevole nello stomaco, con la delicatezza di un compagno di squadra e, mentre uscivo dalla porta, disse: *“Pratica la tua sadhana.”* Il giorno dopo, percorsi la strada e iniziai a fare volontariato alla Divine Light School per Ciechi e, per i mesi successivi, ci andai ogni volta che avevo del tempo libero.

La fortuna di avere un insegnante che riconosce e coltiva il tuo Sé migliore è qualcosa che ho compreso meglio solo nel corso degli anni. Quando partimmo per tornare a casa dopo quei primi stimolanti mesi del 1970, Egli ci disse: *“Pensate a questa come alla casa di vostra madre.”*

Dieci anni dopo, quella casa ci richiamò. E accadde attraverso un sogno.

I Sogni di Sai Baba sono Significativi

Io e Marcia vivevamo a Madras (Chennai) dall'autunno del 1980, mentre io continuavo a lavorare alla ricerca per la mia tesi di dottorato. Di tanto in tanto, viaggiavamo per vedere il nostro amato Swami e, in città, eravamo membri abituali del *Sundaram*, la sala *bhajan* di Swami, appena costruita a Raja Annamalai Puram.

Pochi giorni prima del 26 marzo 1981, feci un sogno che non riuscivo a togliermi dalla testa. In esso, io e Marcia eravamo in una piccola cappella con altre persone, quando

Baba si avvicinò a me e disse: *“Ti vedrò alle sei.”* Tutto qui. Mi svegliai, continuando a ripensare a quelle parole.

Più tardi, quel giorno, raccontai a Marcia del mio sogno. I suoi occhi si spalancarono. “La mia amica Shanta mi ha detto oggi che un autobus pieno di devoti di Chennai è in partenza per Puttaparthi: Proviamo a prendere i biglietti. Questo deve avere qualcosa a che fare con il tuo sogno.” Così prenotammo assieme ad altri 38 membri dei *Sai Samithi* (Centri) di Madras e trascorremmo il 26 marzo viaggiando attraverso gli Stati del Tamil Nadu, del Karnataka e dell’Andhra Pradesh, arrivando a Prashanti Nilayam verso le otto e mezza di sera. Ci venne assegnata una stanza nell’edificio rotondo e, dopo una notte di riposo, la mattina andammo al *darshan*, che si svolse presto a causa del caldo torrido del mezzogiorno estivo.

Baba uscì e salutò calorosamente il gruppo di Chennai. Ci sedemmo assieme in file ordinate vicino al tempio e i nostri dirigenti Lo implorarono di visitare la loro città per il Capodanno Tamil. Baba spiegò gentilmente che i Suoi impegni nelle settimane successive rendevano il viaggio impossibile. Poi rivolse la Sua attenzione a me. Mi chiese se appartenessi al gruppo di Chennai e gli altri risposero “sì”. Ero membro del Centro *Sundaram*. Mi chiese il nome.

Quella domanda mi confuse, perché Baba era stato la mia ragion d’essere per dieci anni, la mia ispirazione e il mio stesso respiro, e avevo sempre sentito che mi conosceva fin dal primo momento in cui ci eravamo incontrati nel 1970. Gli chiesi se Gli piacesse il *Sai Krishna Lila*, un libro che avevo scritto basandomi sulla Sua narrazione delle storie di Krishna bambino. *“Chi ce l’ha?”* chiese. “Kasturi”, risposi. Baba sorrise. *“Kasturi è a Bangalore.”* Mi stava prendendo in giro, e lo sapevamo entrambi. Poi fece un gesto circolare con la mano e mi benedisse dandomi della *vibhuti*, dicendomi di mangiarla. Mi chiese di nuovo il nome e, mentre lo dicevo, sorrise e affermò: *“Lo so.” “La madre, per far*

sorridere il bambino, prima lo solletica”, disse quel giorno. Stava facendo i Suoi *lila*, tenendomi dolcemente in bilico.

Durante il *darshan* pomeridiano, il gruppo *Sundaram* si sedette di nuovo assieme e Baba mi si avvicinò subito, sorridendo amorevolmente. “Come stai, signore? Entri, lo ti parlerò.” Andai in veranda ad aspettare, e venne anche Marcia. Poco dopo, fummo chiamati nella sala dei colloqui con un piccolo gruppo: Al Drucker, due donne americane, due studenti universitari e i due responsabili del gruppo *Sundaram*, venuti a chiedere consiglio e a porre diverse domande su progetti in preparazione. Baba creò della *vibhuti* e la distribuì a tutti noi. Poi si sedette e parlò per un’ora intera, travolgendomi con la beatifica benedizione del Suo amore. Per prima cosa parlò del vero Sé, che esiste ovunque: non il corpo, la mente o l’ego, ma lo spirito che pervade ogni cosa. Prese l’anello d’argento che aveva fatto una volta ad Al Drucker, lo tenne in alto perché tutti lo vedessimo, ci soffiò sopra e ci mostrò che si era trasformato in oro. “Tutto è nelle Mie mani”, disse. “Non come un mago che dice: ‘Vedete, non c’è niente nelle mie mani’.” Poi creò un medaglione per una delle ragazze americane.

E, mentre lo faceva, nella sala adiacente iniziarono i *bhajan*, come sempre, perché erano le 18. **Ricordai il mio sogno. Baba aveva detto: “Ti vedrò alle diciotto”, ed eccoci qui, alla Sua presenza, a quell’ora precisa.**

Il sogno si era avverato alla lettera!

Guida Divina per la Mia Tesi di Dottorato

Durante un colloquio a Prashanti Nilayam nel 1981, Baba mi stava domandando del mio lavoro e poi, improvvisamente, mi chiese di cantare una canzone di Tyagaraja. Il mio cuore sprofondò. Avevo studiato i testi



come parte dei miei studi di dottorato, ma non le melodie. Non avevo una voce allenata e nessuna sicurezza nel cantare, ma Baba mi guardò semplicemente e aspettò, con un’espressione che sembrava dire: “Dai, mostrami che sai cantare almeno un pezzetto di una canzone di Tyagaraja.” Sapevo che non potevo sprecare l’attimo: dovevo fare un salto.

Mi venne in mente una canzone: un semplice e orecchiabile brano da festività, uno dei *kirtana utsava sampradaya* di Tyagaraja, che invitava tutti a celebrare il matrimonio di Rama e Sita. L’avevo sentita e canticchiata così tante volte che una bozza approssimativa della melodia mi era rimasta impressa nella memoria. La musica dell’India meridionale è una disciplina impegnativa e mi sentivo tutt’altro che pronto, ma feci il grande passo e sperai per il meglio. Chiedendo mentalmente a Baba di aiutarmi, mi arresi e offrii la mia voce non allenata: “*Sita kalyanam vaibhog ame, Rama kalyanam vaibhogame...*” – solo le prime righe, ma offerte con tutto il cuore.

Poi mi venne un’idea e dissi: “Baba, ho letto che eri solito cantare canzoni di Tyagaraja. Potresti cantarne una per noi?” E Baba intonò il ritornello di una canzone di Tyaga-

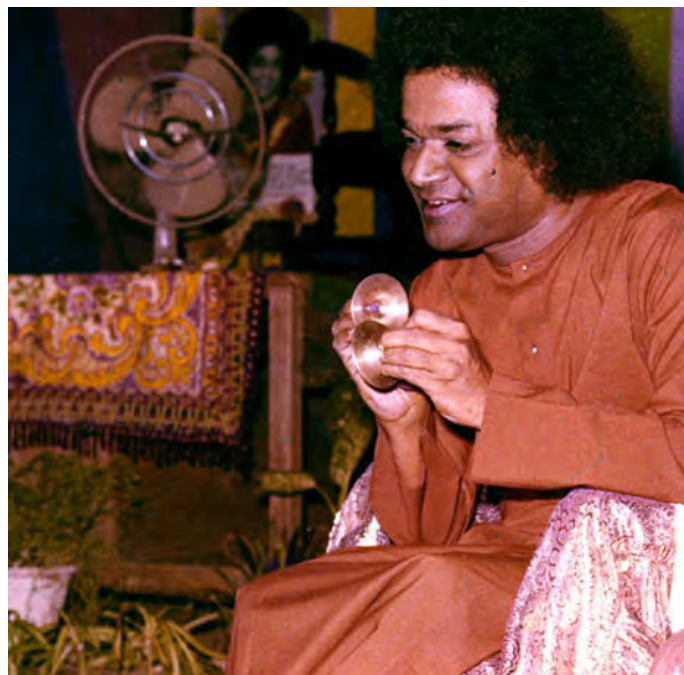
garaja in raga *Dhanyasi*, “*Sri Rama dasa dasoham*”, che significa “Io sono il servo del Signore.” Con poche dolci parole, aveva spostato l'attenzione da Se Stesso e l'aveva riportata su di noi, i Suoi devoti, in quella piccola e accogliente stanza.

“*Le canzoni di Tyagaraja sono pura devozione*”, disse Baba. “*Canzoni perfette. E ne ha scritte così tante!*” Ricordavo di aver sentito alcuni dei Suoi primi devoti dire che quando Baba cantava una composizione di Tyagaraja, si meravigliavano del fatto che conoscesse ogni testo e ogni melodia. In sostanza, diceva loro: “***Chi pensate che abbia ispirato Tyagaraja a eseguire quelle canzoni? Certo che lo le so.***”

Natale con Swami

Nel dicembre del 1981, il direttore e il comitato del Programma Natalizio degli Occidentali mi chiesero di fare da tramite tra gli organizzatori e l'amministrazione dell'*Ashram*. Vivevo in India da oltre un anno, studiando e imparando il Telugu mentre conducevo ricerche; quindi, avrei posto le nostre richieste agli amministratori e riportato le loro risposte. Pregavamo per la benedizione della presenza di Baba al programma. Desideravamo ardentemente che Egli fosse presente alla processione a lume di candela, con i rappresentanti di molte nazioni che cantavano canti natalizi nelle loro lingue.

Innanzitutto, il comitato inviò una nota scritta di benvenuto, chiedendo umilmente la Sua presenza. Poi mi fu suggerito di posizionarmi in un punto specifico della fila per il *darshan* con un giovane ragazzo del programma, che teneva in mano un invito scritto. Mentre Baba andava dalla parte degli uomini a quella delle donne, passava spesso vicino a noi. Quando si avvicinava, Gli parlavo a bassa voce in Telugu, chiedendo Gli se volesse dare un'occhiata al nostro invito. Sentendo quelle parole in Telugu da un occidentale, un flusso di compassione



L'Unità Conduce alla Divinità

Ero perplesso e quasi in preda al panico. Andai a bussare alle porte del professor Kasturi, del dottor Gokak e di altri vicini a Baba, ma era la parte più calda della giornata e gli anziani riposavano dietro porte sprangate. Quando finalmente raggiunsi il dottor Gokak, egli mi aiutò gentilmente a capire il problema. Invece di inviare inviti sparsi e frammentari da diverse persone, suggerì di offrire un unico invito come gruppo unito.

Così, i devoti più anziani presenti, Hislop dall'America, Murphet dall'Australia, Craxi dall'Italia, assieme al direttore dei musicisti che eseguivano in coro “Hallelujah” dal ‘Messia’ di Händel, e i rappresentanti di varie nazioni, formarono un unico gruppo di benvenuto. Essi portarono fiori, porsero un invito formale e intonarono un coro di suppliche. Noi ci affrettammo a lavarci e a indossare abiti puliti. Richard del Maestro, un musicista stimato tra noi, realizzò un invito grande e bellissimo, ornato con motivi floreali. Raccogliemmo delle ghirlande e salimmo assieme in veranda, mentre la fila per il *darshan* si allungava.

Finalmente, la pesante porta intagliata si aprì e Baba si presentò davanti a noi. Cercammo di essere appropriati e formali,

come cortigiani davanti a un re, ma la rigidità presto si sciolse. "Swami, per favore, vieni al Programma di Natale stasera!" - implorò Hislop, inginocchiandosi con le mani giunte. Baba recitò la Sua parte alla perfezione, fingendo con fare civettuolo di farsi desiderare. Alzò le mani con innocenza e con gli occhi spalancati, e chiese: "*Che cosa posso fare? Non Mi avete invitato come si deve.*" E, mentre quelle parole ci toccavano il cuore, diede a Hislop un colpetto sulla guancia. Egli era compiaciuto della piccola recita, che risvegliava il desiderio nel cuore di tutti. Murphet e gli altri iniziarono a implorarLo come bambini: "Per favore, Swami, per favore." E come un bimbo sorridente, Baba giocò con gli uomini adulti che erano tra noi, senza dare alcun segno se sarebbe venuto o meno. Era il Suo *lila*: ci teneva incantati e ci faceva fare congetture.

Invitare Swami nei Nostri Cuori

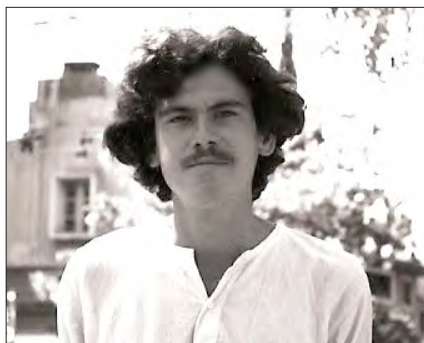
Bene, come dice il *bhajan*, "*Durlabha Rama, jaya jaya sulabha Rama*" - Rama è difficile da ottenere, e Rama è facile da ottenere. Alla fine, quella sera Baba arrivò. Collocammo la Sua sedia nel cortile dell'Edificio Rotondo e disponemmo dei fiori lungo il sentiero. Nella fresca penombra, i cantanti uscirono in processione al lume di candela e si posizionarono su tutti i livelli delle ve-

rande che si affacciano sul cortile centrale. Eseguiammo canti tradizionali natalizi provenienti da Italia, Messico, Scandinavia, Australia, America, Canada e molti altri Paesi, una piccola rappresentazione teatrale con bambini che interpretavano Maria e Giuseppe, i pastori e i Re Magi e una recitazione in Telugu di Maria St. John. Alla fine, Richard del Maestro agitò la lampada dell'*Arati* davanti a Swami. Tutto andò splendidamente. Fu davvero una santa serata di festa con il Signore.

Da allora mi è rimasta impressa l'importanza di invitare Swami nel modo giusto: avvicinarsi a Lui innanzitutto con gratitudine per le benedizioni che ha elargito; avvicinarsi a Lui con la dovuta riverenza e non avanzare pretese; fare uno sforzo congiunto e in armonia con gli altri piuttosto che individualmente. Non dobbiamo cercare di entrare nel cuore di Dio con una grande manifestazione di pianto: una preghiera semplice e sincera è sufficiente per scioglierLo.

In ogni caso, dobbiamo imparare a invitare Swami nel modo giusto nei nostri programmi e, cosa più importante, nei nostri cuori per sempre!

dottor William Jackson
USA



Il dottor William Jackson è un devoto di lunga data di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba; lo è da oltre 55 anni. Ha conseguito il Dottorato di Ricerca (PhD) in Studi Comparati delle Religioni presso l'Università di Harvard, USA. Il dottor Jackson ha pubblicato tre libri sulle biografie e le traduzioni di cantori-santi dell'India meridionale e delle loro canzoni. È anche autore di un libro sulle immagini di geometria frattale nelle culture di tutto il mondo e di un'antologia sul dare e il volontariato. Egli e sua moglie Marcia vivono nella campagna del Massachusetts, USA.



Esperienze dei
Devoti

Sai

IL VERO TRASFORMATORE

La mia venerata bisnonna materna era una donna pia, umile e semplice che viveva in una delle antiche e sacre città del pianeta: Benares o Kashi o Varanasi. Si dice che Benares abbia un effetto spirituale sulle persone. Probabilmente è così, perché negli anni '60 la mia bisnonna non sapeva che, molto presto, il suo destino sarebbe stato plasmato direttamente dal creatore di Benares in persona!

Il Cancro Sparito

A suo marito (cioè il mio bisnonno) era stato diagnosticato un cancro. Naturalmente c'era disperazione in casa. I suoi figli scoprirono che nel sud dell'India viveva una persona di grande potenza spirituale chiamata 'Bhagavan Sri Sathya Sai Baba'. La Sua dimora era nel villaggio di Puttaparthi. Mia nonna intraprese il viaggio, con i bambini. Durante il *darshan*, il Signore si

**La nonna entrava in trance mentre cantava
i *bhajan* di Vitthala. Diceva: “*Dekho Sai aaye
hain*” (“Oh, guarda! Sai è arrivato!”). Sul pavimento
apparivano le impronte di *Vibhuti* e l’aria
si riempiva del profumo di gelsomino.**

avvicinò a lei, la prese per un braccio e disse, in hindi, “*Chalo Amma*” (“Vieni, madre”). Le prese la mano e la condusse nella stanza dei colloqui. Mentre il Signore sedeva sulla Sua sedia, noi, come lettori, prevediamo tutti che cosa sarebbe successo dopo, non è vero? Il Signore “aveva chiesto” in hindi: “*Cancer kahan gaya?*” (“Dove è andato il cancro?”)

Ah! Sì, Lo abbiamo sentito dire “*Cancro Cancellato*”. Ma la Sua grazia, il Suo potere, la Sua maestà, non li aveva nemmeno nominati. Aveva semplicemente “chiesto”. I saggi dicono: “La Parola del Signore è Sufficiente.” Ma io, umilmente, non sono d’accordo. Swami non aveva nemmeno bisogno di dirlo! “Una domanda del Signore è sufficiente”, è più vera. Inutile dire che, al loro ritorno, il cancro del mio bisnonno era sparito!

L’Onnipresenza di Sai

A quel tempo, mia madre aveva sette anni. Racconta di come la nonna entrasse in trance mentre cantava i *bhajan* di Vitthala che aveva imparato durante il suo soggiorno a Puttaparthi. Diceva: “*Dekho Sai aaye hain*” (“Oh, guarda! Sai è arrivato!”). Sul pavimento apparivano le impronte di *Vibhuti* e l’aria si riempiva del profumo di gelsomino.

È così che Egli toccò il cuore di mia madre. I membri della mia famiglia dimenticarono tutti gli altri Dei e *Avatar*. I loro corpi, i loro cuori e le loro anime erano riservati solo all’Unico: Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, Colui che aveva donato loro tanta gioia!

Tuttavia, quando si tratta della mia fede in Sai, mi rendo conto che non si è basata unicamente sulla fede familiare. Pur avendo sentito parlare di Lui fin da piccolo, il mio incontro con Lui è avvenuto in modo diretto.

La Fotografia Che Mi Vide

All’inizio degli anni ‘90, ci trovavamo a Ranchi. Avevo tre anni. Ero un bambino birichino e quel giorno stavo facendo un gran baccano. Ero solo e stavo rigirando le lenzuola e il materasso.

Improvvisamente, girai il materasso e lì c’era una fotografia. La vidi, ma la cosa meravigliosa è che anche la fotografia vide me. In quella foto, i Suoi capelli ricci, il Suo viso radioso e i Suoi bellissimi occhi mi incantarono.

I nostri sguardi si incrociarono e in un lampo di consapevolezza, senza un attimo di dubbio, il pensiero mi sorse e si impresso in me senza sforzo per tutta la vita: “Questo è Dio.”

Ripensandoci, mi rendo conto di quanto fossi fortunato. Si è presentato direttamente a me: non attraverso mia madre, non attraverso mio padre, non attraverso nessun altro essere umano, ma direttamente attraverso Se Stesso. Quella foto parlò al bambino. Quello sguardo mi ha cambiato la vita. Il giorno dopo, quando mia madre mi colse in flagrante mentre combinavo qualche marachella, mi ritrovai a dire: “Mamma, ti assicuro che non l’ho



fatto. Lo giuro nel nome di quel Dio la cui foto è sotto il materasso.” Mia madre rimase inizialmente un po’ perplessa, ma i puntini si unirono presto ed ella disse: “Oh, quello è il nostro Sai Baba.”

Così conobbi il Suo Nome tramite mia madre. Il nome del Signore è molto potente, e perciò è prescritto il *Namasmarana*. Tuttavia per me, prima è venuta la forma, poi il nome. Quindi, sono sempre stato attratto maggiormente dalla Sua *Rupasmarana*.

Lo Sguardo Che Tornò

Dopo di ciò, la vita è andata avanti. Sono cresciuto, ho studiato, lavorato, viaggiato e vissuto una vita normale. Swami era fisicamente presente nel mondo durante gran parte della mia infanzia e giovinezza; eppure non ho mai avuto l'opportunità di vederLo di persona prima del 2011.

Stranamente, non me ne pento, perché è venuto a casa mia a trovarmi! È successo nell'agosto del 2018, a Bengaluru.

Ero tornato a casa da un pranzo in famiglia in un ristorante vicino. Avevo messo il materasso per terra perché il mio letto era occupato da un ospite. Stanco ed esausto, mi ero addormentato. Passarono circa 20

minuti e i miei occhi si aprirono: ero sveglio. Sulla mia porta, c'era il Signore!

Due passi avanti, poi uno a sinistra e quindi si diresse verso di me. No, non aveva camminato davvero: era stato più uno scivolare. In hindi, tra me e me pensai: “*Kya Khubsurat Chaal Hai*” (“Che andatura meravigliosa”).

Aveva un'espressione divinamente maestosa sul volto. Scivolò dolcemente verso di me. Ero sbalordito e senza parole. In quel momento provai ciò che il grande Maestro dello Shivaismo del Kashmir, Abhinavgupta, chiama “*Adbhut*” (nessuna parola inglese si avvicina alla traduzione. La più appropriata sarebbe “Divinamente Meraviglioso” o “Divinamente Incantevole”).

Normalmente, un evento del genere mi avrebbe spaventato: per esempio, se avessi visto la mia nonna defunta da tempo; ma questa volta era diverso: ero sbalordito.

Lo vidi scivolare con grazia fino al bordo del mio materasso. Si avvicinò a me e io tenni il viso rivolto verso l'alto, fissando il Suo dolce volto materno. Poi si chinò, come per farmi guardare più da vicino e sorrise.

Ah! Quel sorriso! Che cosa dovrei dire? Era materno ma divino, semplice ma profondo, così dolce eppure estremamente profondo.

I nostri sguardi si incrociarono. È inutile cercare di descrivere il mio stato mentale. Mi sentivo al sicuro, protetto, pacifico e gioioso. Questo era il mio stato.

Egli mi guardò, io guardai Lui. In hindi diciamo: *"Aankhon Aankhon mein baatein ho gayi."* ("Molto è stato detto nello sguardo").

Lo sguardo ha cambiato la mia vita. Non L'ho mai 'visto' quando era 'chiaramente visibile' prima del 2011, ma il mio più grande vanto nella vita sarà sempre:

"Non sono andato io a vedere Dio. È venuto Lui a casa mia a vedere me."

È stato un colpo di fortuna!?

Sai nei Miei Sogni

Non mi sono mai pentito di non aver visto Swami prima che lasciasse il corpo nel 2011. Egli mi dà il *darshan* nei sogni. Ecco un sogno vivido che vorrei condividere.

Ho visto una banchina ferroviaria rosa. Il mio treno si era appena fermato. Sono sceso. Il sole splende. Sono solo. Colline verdi e lussureggianti. Io lo chiamo 'verde pazzesco', un verde come nessun altro. Indescrivibile. C'è un lago proprio davanti a una delle colline. Potevo vedere chiaramente il bellissimo riflesso della collina ricoperta di alberi sul lago sereno. È la Svizzera all'ennesima potenza! È indescrivibile.

(Nota a margine: la mia voglia di viaggiare si è placata dopo aver fatto quel sogno. Come posso trovare un posto simile sulla Terra?)

Poi, nella scena successiva del sogno, mi trovo in un piccolo hotel. Una signora si avvicina ed esclama: "Baba sta arrivando per il Darshan. Sbrigati, sbrigati!". Che emozione! E poi, Lo vedo. Così divino. Così bello!

Questo sogno era più che reale. Quell'ec-citazione, quell'emozione, quell'attesa, quell'amore.

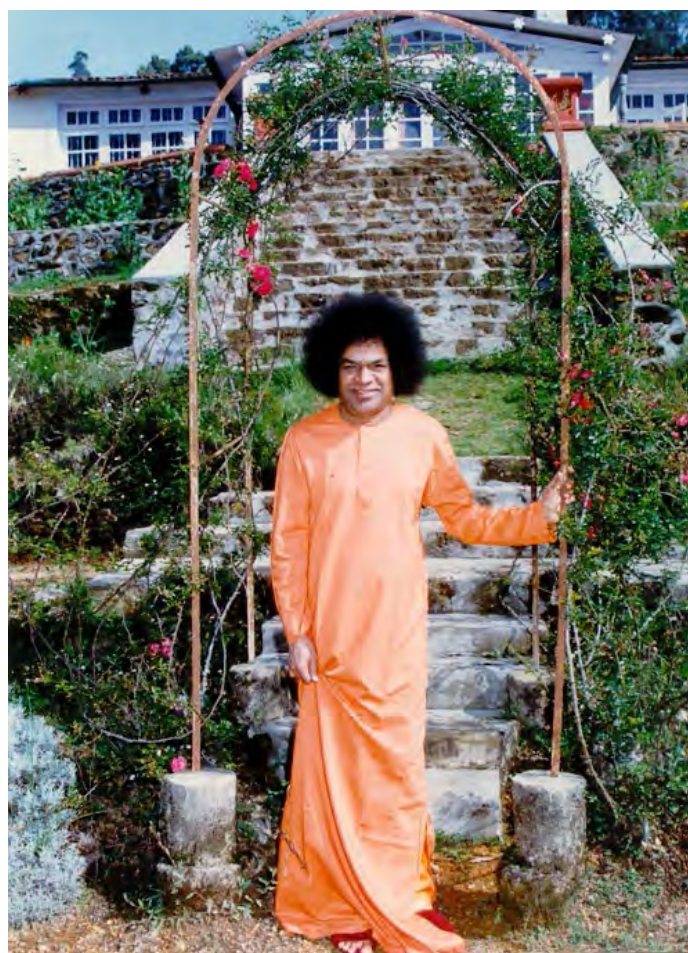
E più tardi, quando andai a Puttaparthi, vidi che ha davvero una stazione ferroviaria rosa. Le stesse lussureggianti colline verdi e un grande lago di fronte alle colline! Come direbbe un devoto nei suoi discorsi: *"Svapn Darshan Sathya Darshan"* (la visione di Sai nei sogni è davvero la Verità). Anche Swami ha detto la stessa cosa nei Suoi Discorsi.

Egli ci guida nei nostri sogni. Ecco perché, quando mi manca, Lo prendo in giro: "Baba, non sei apparso nei miei sogni per molto tempo." Egli accondiscende presto.

I Modi Sottili in Cui Egli Rivela la Sua Presenza

Un giorno, nel 2022, andai a Brindavan, l'*ashram* di Swami a Whitefield. Ero seduto nella Sala 'Sai Ramesh'. Improvvisamente, i pensieri della mia bisnonna mi inondarono la mente. L'ho ringraziata per averci fatto conoscere il Signore.

Uscendo dall'*ashram*, vidi il nome della mia bisnonna, "Triveni", scritto ovunque, su diversi cartelloni pubblicitari, proprio fuori dell'*ashram*.



Coincidenza? Forse. Ma per me, fu un riconoscimento da parte Sua. Egli vede tutto, sa tutto e risponde. come nessun altro. Nessun altro significa nessun altro, né Rama, né Krishna: solo il Mio Signore, Baba.

Angeli alla Sua Corte

Nello stesso anno, il 2022, andai a Puttaparthi e mi diressi verso il Sai Kulwant Hall per i *bhajan* mattutini. Qualcosa iniziò a cambiare in me. Mi emozionai. Ora, questo accade quasi ogni volta che mi reco a Prashanti Nilayam; quindi non ho pensato che fosse qualcosa di anomalo.

Ma quando iniziarono i *bhajan*, potei percepire la presenza degli angeli. Ne percepii diversi. Anzi, due di loro fluttuavano nell'aria. Sembravano fatti di fuoco radioso. Cantavano assieme al gruppo dei *bhajan*. Curiosamente, cantavano anche un'altra canzone. Una canzone che riuscivo a 'sentire'. La sentivo molto debolmente, ma, comunque, la sentivo.

Mi pervase l'euforia e divenni estremamente felice. Stavo ascoltando la loro musica, ma non riuscivo a cogliere completamente la melodia. Più tardi, il testo mi divenne molto chiaro:

"Baba tera lakh lakh shukar hai tera."
("Baba, Ti ringrazio un milione di volte con tutto il mio cuore.")

Gli angeli stavano cantando un *qawwali*. Ora, io non sono affatto un esperto di musica. Per tutti gli anni del college, avevo ascoltato solo heavy metal. Non avevo mai sentito parlare di un *qawwali*.

Ma ecco, la melodia scese gradualmente su di me, assieme all'intero testo. Conteneva

delle bellissime parole arabe. A volte la canticchio tra me e me come una preghiera.

Col senno di poi, ho capito che ero stato molto scientificamente curioso di sapere come i compositori "ricevano un *bhajan*" da Baba. Ora lo sapevo! Il Signore, solo per soddisfare la mia curiosità, mi aveva concesso un'esperienza diretta.

Il Trasformatore

Il più grande miracolo di Swami che sperimento quotidianamente è la trasformazione che Egli opera in me e la devozione che ispira nel mio cuore. Mi dona forza. Equilibra la mia personalità.

Se tendo al confronto, Egli mi calma. Se evito il confronto, mi insegna a combattere. Mi ha insegnato che dobbiamo allenare la nostra mente ad avere fede in Lui. Trasforma la mia paura in devozione, stupore e amore.

Prima del 2018 ero un alcolista materialista e mangiatore di carne, ma la compassione e la pazienza del Signore mi ha trasformato. Egli è veramente *"Patita Pavan"* (Redentore di chi ha smarrito la via della virtù).

È il Signore di Lazzaro, venuto a sollevarci dalla profonda e oscura valle fino al regno della bellezza. Non ho sensi di colpa per il mio passato, perché Egli ha preso su di Sé le nostre tenebre e mi ha benedetto con la Sua luce. Guardando indietro, questo è forse il modo più semplice in cui posso descriverLo.

Egli è il Trasformatore.

Swarnim Narayan

INDIA



Swarnim Narayan proviene dall'India ed è un devoto di lunga data di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. È nato in una famiglia Sai ed è un volontario della SSSIO. È laureato in Ingegneria Informatica e Fisica, specializzato in Ingegneria del Software e Scienza dei Dati. Ha avviato una piccola azienda di Intelligenza Artificiale (IA) a Bengaluru, India.





COLOMBIA

Servire gli Anziani

Tra gennaio e marzo 2026, il Centro Sai di Santa Helena, in Colombia, ha organizzato una serie di attività di servizio per sostenere anziani vulnerabili con aiuti materiali, assistenza sanitaria e compagnia. Tra Apulo, Funza, Soacha e Bogotá, i volontari hanno assistito 68 anziani recandosi in case di riposo e comunità. Presso una residenza per anziani nel quartiere Los Cerezos di Bogotá, un progetto di miglioramento delle infrastrutture ha creato un ambiente di vita più sicuro e adeguato. I volontari hanno



anche distribuito cestie alimentari e nutrienti snack, offerto consulenze di medicina ayurvedica, terapie complementari, servizi di parrucchiere e programmi ricreativi per sostenere il benessere fisico, emotivo e spirituale dei beneficiari.



MADAGASCAR

Celebrazione della giornata della Madre

Il 7 giugno 2026, il Centro Sathya Sai di Antananarivo, in Madagascar, ha celebrato la Giornata della Madre con un programma che ha incluso *bhajan*, *kirtan*, canti e doni offerti dagli alunni della scuola ai loro insegnanti. Il Centro ha anche offerto un pranzo e distribuito a bambini, insegnanti e anziani della comunità locale regali, yogurt e biscotti al cioccolato. La signora Monique, un'insegnante del posto, ha tenuto una presentazione speciale ai bambini su come vivere una vita più sana, rispettosa e responsabile attraverso la pratica dei Valori



Umani. In totale, 153 membri dello staff e anziani, 28 volontari della SSSIO e 260 bambini della comunità scolastica hanno partecipato all'evento, durante il quale tutti hanno ricevuto un pranzo e dei regali.

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>



NIGERIA

Portare Gioia ai Bambini

Il 30 maggio 2026, quattro volontari della SS-SIO della Nigeria hanno visitato "The Heartbeat of God", orfanotrofio per bambini, a Port Harcourt, nello Stato di Rivers. Hanno consegnato cibo, articoli per l'igiene, materiale di cancelleria e vestiti. **Le donazioni includevano un sacco da 50 kg di riso, 50 kg di fagioli, oltre sessanta dozzine di quaderni, scatole di penne, matite e gomme, 10 litri di olio di arachidi, un recipiente di garri (un alimento base dell'Africa occidentale a base di manioca), detersivi, saponi, disinfettante liquido e altri beni di prima necessità per la casa.** Il team ha assistito



14 bambini dell'orfanotrofio, portando loro speranza, positività e gioia. I bambini e la coordinatrice della casa famiglia, la signora Tina, hanno accolto calorosamente i volontari, e i bambini hanno cantato, pregato ed espresso gratitudine per la visita



UCRAINA

Calore e Luce Invernali

Mentre il conflitto in Ucraina continua, prosegue anche il servizio compassionevole offerto dai membri della SSSIO di Germania, Austria, Paesi Bassi e Stati Uniti. Tra settembre e novembre 2025, sono state amorevolmente inviate in Ucraina 300 scatole di vestiti e coperte. Grazie alla collaborazione con Südheide, "Associazione delle Donne Rurali", sono state inviate altre 305 scatole di coperte e biancheria da letto, consegnate a destinatari a Kiev, Kharkiv, Kherson, Poltava e Taranivka.

Quando a novembre il collasso della rete elettrica ha lasciato le famiglie con sole 2-4 ore al giorno di corrente, a temperature fino a -30°C, sono stati forniti generatori, stufe a legna, fornelli a gas, sacchi a pelo, accumulatori di energia, stufe e lampade a LED alimentate tramite USB a **circa 75 bambini**. La luce e il calore hanno permesso loro di studiare e di affrontare emotivamente i blackout.

Ogni settimana, il Centro Sai di Kiev offre anche caffè, cioccolata calda, coperte e vitamine a 100-120 anziani. La gratitudine dei beneficiari è sincera. Una madre scrive: "Ora



noi e i nostri figli abbiamo un po' di luce... Che Dio vi protegga." Un altro residente di Poltava ha definito le coperte "una benedizione", mentre un residente di Taranivka ha affermato che il sostegno continuo dà loro "coraggio e speranza".



Prasanthi Nilayam è nel Vostro Cuore

FU NEL 1997, IN MESSICO, CHE, PER LA PRIMA VOLTA, VENNI A CONOSCEZA DELL'ORGANIZZAZIONE INTERNAZIONALE SRI SATHYA SAI (SSSIO). Era un periodo difficile della mia vita e la scoperta di questa Organizzazione arrivò al momento giusto, aiutando me e la mia famiglia. Lentamente, ma inesorabilmente, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba divenne parte integrante della mia vita quotidiana, completamente trasformata dai Suoi insegnamenti.

Due anni dopo, nel 1999, partecipai a un lavoro di gruppo intitolato "Viaggio in India". Lo scopo era fornire una guida pratica per facilitare un pellegrinaggio all'Ashram di Swami di Prashanti Nilayam, a Puttaparthi, nell'Andhra Pradesh, in India. Mentre mi preparavo per il viaggio per incontrare Swami, ciò divenne molto più di un semplice assetto logistico. Risvegliò in me un profondo desiderio di conoscere **personalmente l'Essere Supremo che, attraverso i Suoi insegnamenti, aveva illuminato un periodo difficile della mia vita e che stava trasformando me e i miei figli attraverso l'amore e la speranza.**

Una Delusione con un Insegnamento Nascosto
Finalmente misi piede sul suolo sacro dell'India ed ebbi



Ovunque il cuore fiorisca
d'amore per Swami, lì Egli
risiede, e dove Egli risiede è
davvero Prashanti Nilayam, la
dimora della Pace Suprema!

il mio primo *darshan* di Swami. Ma non sentii l'amore traboccante che avevo avvertito la prima volta che avevo sentito parlare di Lui, né l'immensa pace che avevo provato al Centro Sathya Sai a Città del Messico. Questo mi sconcertò profondamente. Com'era possibile che, standoGli davanti, il mio cuore rimanesse in silenzio? Mi impegnai a fondo per trovare una risposta a questa domanda. Con il passare dei giorni a Prashanti Nilayam, compresi che Swami stava iniziando in me un processo di purificazione interiore, preparandomi a una comprensione più profonda.

A Prashanti Nilayam incontrai devoti provenienti da tutto il mondo, giovani e anziani, che avevano lasciato le loro case per rimanere vicini all'*Avatar* fino alla fine dei loro giorni. Ammirai profondamente la loro dedizione. Tuttavia, dentro di me sorse un desiderio diverso: tornare nel mio Paese d'origine per servire.

Mi resi conto allora che l'amore di Swami si manifestava in me più intensamente a casa, nella mia città e attraverso il mio servizio quotidiano. Egli, per me, aveva un piano diverso. Come Swami Stesso afferma nel Discorso del 28 marzo 1975:

“Non è necessario viaggiare per il mondo alla ricerca del potere spirituale, spendendo ingenti somme di denaro. Restate nelle vostre case e sviluppatelo dentro di voi. Questo potere spirituale è dentro di voi! Non c'è bisogno di correre qua e là. Dio non è all'esterno; Dio non è fuori di voi; Dio è dentro di voi.”

Queste parole risuonavano profondamente nel mio cuore.

La Chiamata Interiore

Swami ci ha preparati nel corso di molte vite a diventare strumenti del Suo amore. Sentii questa chiamata per la prima volta all'età di 19 anni, quando scelsi di studiare psicologia. Quando mi

rivolsi al consulente per l'orientamento professionale, risposi semplicemente e con convinzione: "Voglio studiare psicologia, perché desidero aiutare il mio Paese."

Anni dopo, mi resi conto che quella risposta non proveniva solo da me, ma era la manifestazione della Sua guida interiore. Questa convinzione si rafforzò ulteriormente quando, durante un viaggio in Messico, il dottor Narendra-nath Reddy, Presidente della SSSIO, disse nel suo discorso: **"Noi siamo stati chiamati e benedetti tra milioni di esseri umani. Non è un caso; è dovuto al merito accumulato in molte vite."** Questo coincide con l'espressione biblica: "Molti sono i chiamati, ma pochi sono gli eletti."

Principi per Servire la Nazione

Swami ci esorta a seguire alcuni principi nel servire fedelmente la nostra Nazione:

- Amate e servite il vostro Paese rispettando gli altri.
- Rispettate tutte le religioni.
- Riconoscete la fratellanza dell'umanità.
- Praticate la pulizia, l'onestà e la rettitudine.
- Siate cittadini esemplari.
- Amate Dio e rifiutate il peccato.

La SSSIO è una piattaforma ideale per la crescita spirituale e la trasformazione sia della famiglia sia della comunità. La società cambia solo quando prima ci si trasforma. Attraverso i servizi di distribuzione di alimenti, l'insegnamento dei Valori Umani e la conduzione di lavori di gruppo spirituali nelle comunità vulnerabili, Swami mi ha permesso di dare un piccolo contributo al miglioramento del mio Paese. **Questo**

conferma che Egli ci ha preparati, nel corso di molte vite, a servire nella Sua Missione.

L'11ª Conferenza Mondiale della SSSIO: Una Chiamata Inaspettata

Dal 20 al 22 novembre 2025, l'11ª Conferenza Mondiale della SSSIO si è tenuta presso il Sai Prema Nilayam a Riverside, California, USA. Io partecipai con il sincero desiderio di ricevere una guida da Swami riguardo al futuro dell'Organizzazione Sathya Sai in Messico e al mio ruolo al suo interno, dopo le celebrazioni del Centenario della nascita di Sathya Sai Baba.

Durante l'incontro con i dirigenti della SSSIO, provenienti da molti Paesi, l'importanza dei Centri Sathya Sai venne sottolineata dal signor Oscar Morado, Presidente della Zona 2A. Era stato invitato a parlare dell'apertura di nuovi Centri Sathya Sai in Messico. Durante il suo intervento, egli mi guardò e lo sentii chiaramente chiedermi: "40 nuovi Centri Sathya Sai, giusto?" Si riferiva al numero di nuovi Centri Sathya Sai che si prevedeva di aprire in Messico. Sorpresa, annuii, sebbene il numero previsto fosse 30, ma interiormente chiesi al mio Swami: "40 Centri Sathya Sai, Swami?"

Più tardi, quando parlai con Oscar, egli mi assicurò di aver detto solo 30. Perché avevo sentito 40? Si trattava di un semplice malinteso o di una rivelazione? La risposta arrivò il giorno dopo, quando aprii un file PowerPoint sul mio computer per rivedere l'elenco proposto dei nuovi Centri Sathya Sai da aprire. Mentre li contavo di nuovo attentamente, il numero apparve con assoluta chiarezza: erano esattamente 40!

Ero sopraffatta. Poi capii chi aveva piantato quel numero nella mia mente al Sai Prema Nilayam. Umilmente, pensai: "Sia fatta la Tua volontà, Signo-

“...quando l’amore e i valori umani vengono condivisi con semplicità e rispetto, Bhagavan trova il modo di toccare e trasformare silenziosamente i cuori.”



re. Io sono solo il Tuo strumento, come il flauto di Krishna; Tu sei il musicista di vino che suona la melodia.”

“L’Espansione è la Mia Vita”
– Un Nuovo Centro Sathya Sai

L’esperienza e il successivo impegno verso Swami al Sai Prema Nilayam alla fine del 2025, mi hanno motivato a impegnarmi più attivamente nella condivisione dell’amore e della missione di Swami in Messico. Sono stata invitata da un devoto a visitare la sua città natale a Zihuatanejo, Guerrero, in Messico. Erano previsti due eventi il 16 e il 17 maggio 2026, per condividere l’amore di Bhagavan e gli insegnamenti sui Valori Umani e per parlare dell’apertura di un nuovo Centro Sathya Sai.

Sono stata accolta calorosamente da questo devoto. Ho osservato la diversità di credenze spirituali presenti nella sua famiglia, che era stata invitata a partecipare agli eventi. Alcuni partecipanti hanno espresso sinceramente la loro profonda devozione alle proprie tradizioni religiose, mentre altri hanno affermato che i loro impegni o punti di vista personali li tenevano lontani dall’Organizzazione. Tra i commenti condivisi durante l’incontro, una preoccupazione comune era che, impegnarsi in un’attività legata a Sai Baba, potesse implica-

re un cambio di religione o l’abbandono delle proprie convinzioni personali.

Ma Bhagavan non ha mai chiesto alle persone di cambiare religione. Al contrario, insegna a ciascuno ad approfondire la propria fede attraverso la pratica dei Valori Umani: Amore, Verità, Pace, Rettitudine e Non violenza. Quindi mi sono chiesta: “Quale messaggio stiamo trasmettendo come devoti? Stiamo forse avvicinando le persone a un’esperienza più profonda di amore, pace e conoscenza di sé? O forse, senza rendercene conto, stiamo creando confusione sull’essenza universale dei Suoi insegnamenti?”

Quel pensiero ha plasmato tutto ciò che ho detto quel giorno, e la mia esperienza con la famiglia ospitante si è rivelata profondamente commovente. Nonostante le differenze di pensiero o di credo, si era instaurato un legame profondo. Abbiamo condiviso conversazioni sincere, storie di vita e momenti di amorevole intimità. Alcuni membri hanno accettato con gratitudine i libri su Sai Baba che avevo portato in dono e ascoltato con attenzione le mie esperienze personali legate ai Suoi insegnamenti. Mentre ci salutavamo, ci siamo abbracciati calorosamente, come se ci conoscessimo da sempre, e mi hanno

chiamata “sorella” in modo naturale e aperto.

Tornavo da quegli incontri con un profondo sentimento di gratitudine e amore nel cuore, con la sensazione che Bhagavan avesse lavorato silenziosamente, ammorbidendo i cuori e costruendo ponti d'amore e comprensione.

Discorso Pubblico e una Profonda Esperienza

Domenica 17 maggio 2026, si è tenuto un convegno intitolato *“Vita e Opera di Sri Sathya Sai Baba e la Mia Personale Esperienza”* in un luogo incantevole con vista sull'oceano. Nell'incontro è stato riconosciuto lo spirito di solidarietà a Zihuatanejo e si è riflettuto sull'importanza di prepararci ad affrontare le difficoltà della vita, non solo fisicamente, ma anche emotivamente, mentalmente e spiritualmente. Questa focalizzazione ha permesso di presentare gli insegnamenti di Swami in modo semplice, riconoscendo la natura divina degli esseri umani e praticando i cinque Valori Umani universali.

È stato inoltre condotto un breve esercizio di introspezione e meditazione, dopo il quale **ho condiviso esperienze del mio percorso spirituale: momenti di crisi, ricerca interiore e il profondo impatto trasformativo degli insegnamenti di Sai.** Infine, è stato illustrato il lavoro della SSSIO in Messico, incentrato sullo sviluppo della comunità, sul servizio disinteressato e sulla pratica dei Valori Umani. La presentazione era prevista per 40 minuti, ma è finita dopo quasi due ore. Le persone non volevano andarsene. Si fermavano, facendo domande, interessate ad approfondire.

Durante una sessione di meditazione, è successo qualcosa che mi ha profondamente commossa. Il suono delle onde

dell'oceano, una dopo l'altra, si sentiva chiaramente, fungendo da sottofondo naturale. Ma, quando ho invitato i partecipanti a osservare il loro corpo, le loro sensazioni e i loro pensieri, il mare è sembrato ammutolirsi per qualche istante mentre dicevo: “Se dico ‘il mio corpo’ e ‘la mia mente’... chi è quell'‘lo’ che dice il mio corpo... la mia mente? Quell'‘lo’ è il testimone... la coscienza... il Sé.” Poco dopo, le onde hanno ricominciato a farsi sentire.

Alla fine, mentre il gruppo si disperdeva, l'ultimo partecipante mi si è avvicinato, profondamente commosso. Con le lacrime agli occhi e con difficoltà a parlare, mi ha detto che durante la meditazione aveva avuto una profonda esperienza interiore legata a Sai Baba. **Era difficile esprimerla a parole, e tutto ciò che egli è riuscito a dire è stato: “L'ho visto... ho visto Sai Baba.”** Curiosamente, sembra che, quando le onde dell'oceano si sono calmate, quell'uomo abbia visto il nostro caro Swami!

Non è stata un'esperienza isolata: ogni presente sembrava avere la sua storia di grazia divina! Mentre celebravamo questa benedizione, un partecipante che aveva viaggiato da Acapulco (un viaggio in autobus di cinque ore) per partecipare al convegno di Zihuatanejo ha espresso interesse nel valutare la possibilità di formare un gruppo in quella città. Diversi partecipanti hanno manifestato con entusiasmo il desiderio di unirsi alla pratica nazionale di meditazione online alle 6 del mattino e di continuare a partecipare ai futuri convegni e incontri su Zoom.

Un Nuovo Inizio

Così è iniziata l'integrazione del nuovo Centro Sathya Sai di Zihuatanejo. Siate certi che ognuno dei 40 nuovi Centri Sai ha storie simili della grazia di Sai: per

ognuno di loro c'è la propria Prashanti Nilayam. Ovunque il cuore fiorisca d'amore per Swami, lì Egli risiede, e dove Egli risiede è davvero Prashanti Nilayam, la **dimora della Pace Suprema!**

Tutta questa esperienza a Zihuatanejo mi ha convinto che quando l'amore e i valori umani vengono condivisi con semplicità e rispetto, Bhagavan trova il modo di toccare e trasformare silenziosamente i cuori. Come Egli afferma durante il Discorso Divino tenuto il 14 febbraio 2009:

*"Non c'è nulla di impossibile in questo mondo per una persona che ha fiducia in se stessa e coraggio. Una persona del genere può ottenere qualsiasi cosa. Pertanto, è necessario rafforzare questa fiducia in se stessi. Non preoccupatevi di ciò che gli altri potrebbero dire. Non temete anche se vi deridono. **Perché dovreste temere quando Dio è con voi? Egli è il residente del vostro cuore. Egli non è altro che il vostro Atma.** ChiamateLo Dio, chiamateLo Atma, chiamateLo coscienza: sono tutti nomi diversi per la stessa realtà.*

Se portate dell'oro da un orafo e gli chiedete di fare un anello, egli farà un anello. Lo stesso oro può essere fuso e trasformato in un braccialetto o in una catena. L'anello, il braccialetto e la catena sono tutti fatti dello stesso oro. Allo stesso modo, lo stesso Atma è presente in ognuno, anche se può assumere molte forme. Non è possibile dividere l'Atma. 'Un solo Atma dimora in tutti gli esseri' (ekatma sarvabhutantaratma). "La Verità è Una, ma i saggi si riferiscono a Essa con vari nomi" (ekam sat viprah bahuda vadanti). Nessuno può attribuire alcuna differenza al Principio dell'Atma. Se svolgiamo il nostro compito con questa fiducia in noi stessi, possiamo realizzare qualsiasi cosa. Allora saremo vittoriosi in tutte le nostre imprese."

Possano questi 40 nuovi Centri diventare la vera Prashanti Nilayam in Messico, dimore di Pace Suprema per tutti coloro che vi si recano.

**María de Lourdes
Martínez Rodarte**
MESSICO.



La signora María de Lourdes Martínez Rodarte ha una laurea in Psicologia. È membro dell'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai da 29 anni. All'interno dell'Organizzazione, ha ricoperto diversi ruoli di servizio, tra cui, per otto anni Presidente del Consiglio Nazionale dell'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai in Messico, nonché Vicepresidente della Regione 21 per l'America Centrale. Ha inoltre ricoperto il ruolo di Vicepresidente Nazionale e Coordinatrice Nazionale per la Devozione e il Servizio.



dai Giovani Adulti Sai Internazionali



CHI SONO IO?

Il 23 maggio 2026, presso il Centro Sai di Vila Isabel, a Rio de Janeiro, in Brasile, si è tenuto un Workshop per Giovani Adulti dedicato a Sai Baba, che ha riunito 13 Giovani Adulti presenti di persona e 2 partecipanti online tramite una diretta streaming, e tre visitatori.

Il lavoro di gruppo, intitolato **“Risvegliare la Coscienza - Chi Sono Io?”**, è stato organizzato e condotto dagli stessi Giovani Adulti, affrontando argomenti rilevanti per la loro vita quotidiana e il loro sviluppo personale.



Attraverso circoli di discussione e attività interattive, i partecipanti hanno trattato temi come l'appartenenza, la consapevolezza di sé, l'equilibrio emotivo, la libertà, il Sé superiore e la ricerca di una vita fondata su valori, moralità e buon carattere, in accordo con gli insegnamenti di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. **Il workshop ha offerto un ambiente accogliente per la riflessione, la condivisione di esperienze e la crescita spirituale, incoraggiando i partecipanti a sviluppare una comprensione più profonda di se stessi e del proprio scopo nella vita.**

L'attività è stata sostenuta dalla Regione Sudest II della SSSIO del Brasile e dalla Fondazione Sai del Brasile, a sottolineare il loro impegno per lo sviluppo olistico dei Giovani Adulti attraverso i valori umani e la spiritualità.

Percorrere la Sua Eredità

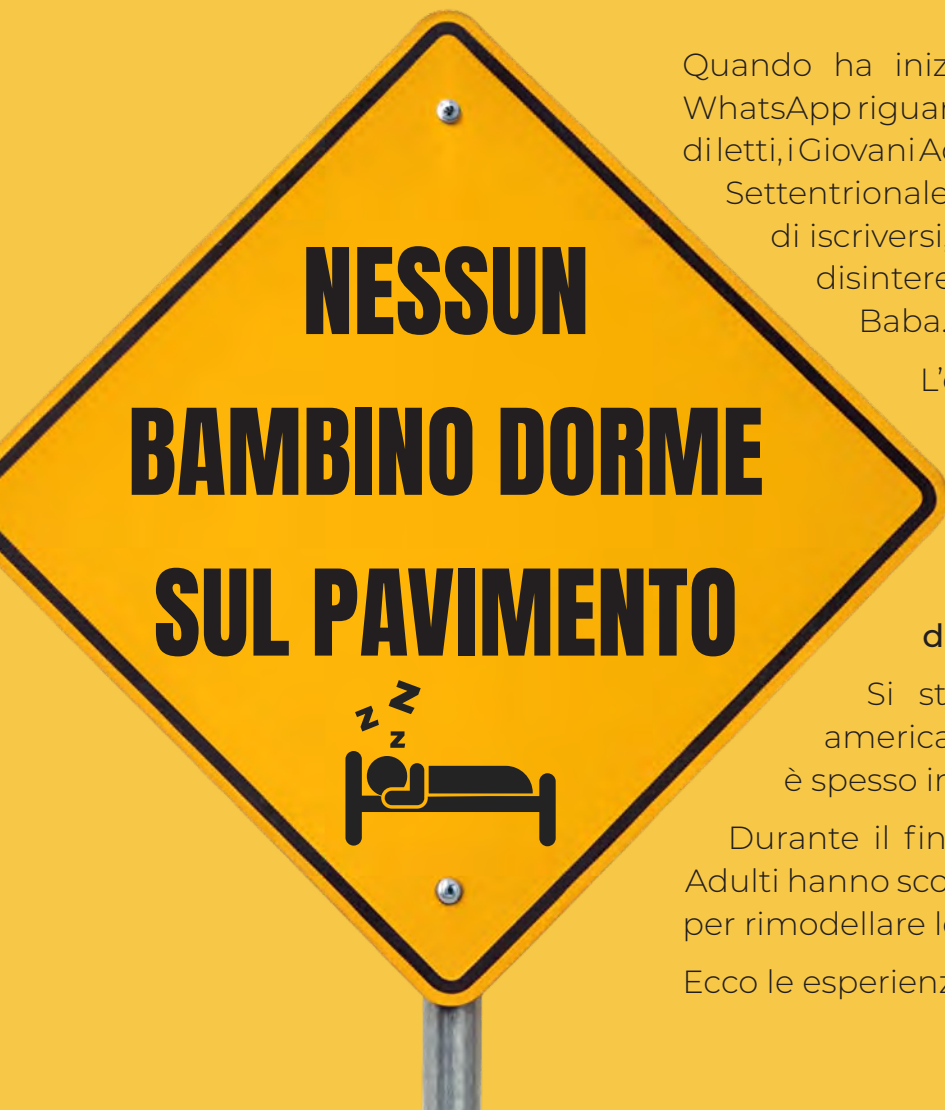


Il 19 aprile 2026, i membri della comunità di Città del Messico si sono riuniti per partecipare alla “Marcia dei Valori Umani” per commemorare l’*Aradhana Mahotsavam* del nostro amato Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, in concomitanza con la Giornata Mondiale dei Valori Umani. L’evento è stato organizzato per onorare la Sua eredità e condividere il Suo messaggio sui Valori Umani con la comunità locale.

La marcia si è svolta al Parco Arboledas di Città del Messico e ha visto la partecipazione di 25 volontari, tra cui 9 Giovani Adulti, assieme a membri dei Centri Sai di Del Valle, Escandón e Presidentes, e rappresentanti del Centro Comunitario Sai di Iztapalapa. **L’attività è iniziata presso il Centro Sai di Del Valle, dove i partecipanti si sono riuniti con entusiasmo e devozione. Portando striscioni colorati che illustravano i Valori Umani, il gruppo, guidato dai Giovani Adulti, si è diretto verso il parco.** Lungo il percorso, un bambino ha distribuito con gioia alle persone presenti nel parco lecca-lecca con messaggi sui Valori Umani.

La processione ha subito attirato l’attenzione. Alcune persone sorridevano e salutavano; altre si fermavano per scattare fotografie, e persino una partita di basket nelle vicinanze si è interrotta momentaneamente, mentre giocatori e spettatori osservavano la processione con curiosità e interesse. L’evento è stato vissuto in uno spirito di gioia, unità e amore. I partecipanti hanno riflettuto su come semplici gesti compiuti con autentico amore possano avere un impatto significativo sugli altri. Allo stesso tempo, i membri del pubblico hanno accolto positivamente il messaggio, contribuendo a promuovere un’atmosfera di connessione, armonia e benevolenza.

Attraverso questa attività semplice, ma sentita, i devoti e i Giovani Adulti hanno avuto l’opportunità di mettere in pratica gli insegnamenti di Bhagavan, condividendo il Suo messaggio d’amore e i Valori Umani con la comunità in generale e mantenendo viva la Sua eredità attraverso azioni altruistiche.



Quando ha iniziato a circolare un messaggio WhatsApp riguardante un progetto di costruzione di letti, i Giovani Adulti della Regione della California Settentrionale della SSSIO-USA hanno deciso di iscriversi, guidati dal principio del servizio disinteressato insegnato da Sri Sathya Sai Baba.

L'evento è stato organizzato da "Sleep in Heavenly Peace" (SHP) (Dormi in Divina Pace), un'organizzazione no-profit la cui missione è semplice, ma profonda: **nessun bambino dorme sul pavimento**.

Si stima che il 2-3% dei bambini americani non abbia un letto, e il bisogno è spesso invisibile, ma reale.

Durante il fine settimana, circa 15-20 Giovani Adulti hanno scoperto che servire gli altri ha finito per rimodellare le loro prospettive.

Ecco le esperienze di due dei volontari.

Il primo volontario ha trascorso un mese a costruire da zero un tempio domestico e, usare le sue competenze per costruire letti per bambini, gli è sembrato un passo successivo naturale.

Quando, il 7 marzo 2026, è arrivato alla sede dell'SHP, ha trovato un'organizzazione impeccabile, che funzionava come una catena di montaggio professionale. I volontari sceglievano le loro postazioni ed egli ha iniziato al tavolo di marcatura, prima di passare alle operazioni di foratura e levigatura. La precisione dei modelli e il costante lavoro di squadra hanno creato un forte sentimento di scopo condiviso. Con il passare della giornata, il suo lavoro accurato ha attirato l'attenzione del gruppo di controllo qualità, che gli ha chiesto di concentrarsi sui dettagli finali.

A mezzogiorno, 120 volontari avevano costruito circa 55 letti. Mentre le persone

iniziavano a tornare a casa, egli è rimasto per aiutare il gruppo principale a smontare le tende, scollegare le centrali elettriche e portare via pesanti cassonetti di scarti di legno. Il lavoro era fisicamente impegnativo, ma lo sforzo condiviso ha fatto passare il tempo velocemente.

In seguito, Scott, uno dei responsabili del gruppo principale, lo ha avvicinato per ringraziarlo. Colpito dalla dedizione dei volontari Sai, Scott ha condiviso la missione della sua chiesa e il lavoro della sezione SHP di San José. In cambio, il giovane volontario ha condiviso i valori fondamentali insegnati dal nostro Swami. Sebbene le loro organizzazioni avessero origini diverse, si sono subito resi conto di condividere lo stesso impegno nell'aiutare le persone. Alla fine, Scott è tornato a casa stanco, ma grato per l'opportunità di trasformare il suo amore per la costruzione in qualco-



sa di concreto, tangibile per i bambini del posto.

Un altro volontario ha partecipato sia alla giornata di costruzione sia alle consegne del mattino seguente. Durante il lavoro di gruppo, ha trascorso la mattinata a segnare il legname assieme a un membro di un locale gruppo parrocchiale. Mentre lavoravano, hanno parlato del loro obiettivo comune di insegnare i valori dell'amore e del servizio alla prossima generazione. Quando ha menzionato che l'insegnamento di Cristo che lo aveva colpito di più era trattare gli altri come si vorrebbe essere trattati, è rimasto colpito da come diverse fedi e tradizioni spirituali conducano alla stessa meta.

La Regola d'Oro:

"Fate agli altri ciò che vorreste fosse fatto a voi."

– Gesù Cristo, Sermone della Montagna (Matteo 7:12)

Il giorno seguente, la squadra di consegna si è separata per visitare la prima casa. La responsabile dell'SHP ha chiesto di essere lei la prima a entrare in contatto con la famiglia. Ha spiegato che per molte di queste famiglie, spesso guidate da madri single, o che attraversano momenti difficili, vedere per prime una volontaria donna infonde un senso di sicurezza e conforto. Era un promemoria del fatto che il servizio non consiste solo nel trasportare mobili, ma nel rispettare la dignità delle persone.

e la gioia

Quel giorno sono state visitate tre case. In ognuna, l'entusiasmo dei bambini erano palpabili. Saltavano sui loro nuovi materassi, orgogliosi delle loro nuove lenzuola di Spiderman o Barbie. In una casa, una madre, prima di entrare, ha fatto chiudere gli occhi al figlio; la sorpresa ha commosso tutti i presenti.

In quel momento, **il confine tra la persona che offriva aiuto (chi serviva) e la persona che lo riceveva (chi veniva servito) è sembrato svanire.** Era chiaro che ognuno, indipendentemente dalla propria situazione attuale, aveva qualcosa da offrire. Tornando a casa in macchina, la responsabile dell'SHP ha provato un profondo senso di gratitudine verso il nostro carissimo Swami per l'opportunità di assistere a quel tipo di gioia silenziosa e di ampliare la sua consapevolezza.

Sebbene i loro compiti durante il fine settimana fossero stati diversi, **entrambi i volontari sono giunti alla stessa conclusione: il servizio è un linguaggio universale che trascende le differenze di cultura, religione o provenienza.** Presentandosi a queste famiglie, hanno ricordato la verità secondo cui la vera preghiera si esprime attraverso l'azione e la vera unità si trova nel prendersi cura gli uni degli altri e nel vedere Dio in tutti.

Seva Diventa Sewa 世話

Per me, scrivere questo articolo è difficile, perché mi ricorda un periodo in cui ho ricevuto un'incredibile gentilezza e un sostegno disinteressato da persone che a malapena mi conoscevano. Ripensandoci, a volte mi pento di non essere stato in grado, in quei momenti, di apprezzare appieno la loro generosità. Solo più tardi ho capito quanto profondamente le loro azioni abbiano cambiato la mia vita.

Diversi anni fa, ho lasciato la Germania con il cuore inquieto, alla ricerca di pace, di uno scopo e di un senso di appartenenza. Ho viaggiato attraverso lo Sri Lanka, l'India, il Nepal e infine il Giappone. Durante questo viaggio, ho sperimentato molti atti di gentilezza, ma il *seva*, o 世話 *sewa* in giapponese, che ho ricevuto in Giappone è diventato una delle esperienze più significative della mia vita.

La storia è iniziata in Nepal, dove ho incontrato una signora giapponese sulla sessantina. Durante il viaggio, ci siamo legati profondamente e, prima che partissi per il Giappone, mi ha detto che se lì avessi mai avuto bisogno d'aiuto, avrei dovuto contattare la sua famiglia. All'epoca, apprezzai la sua offerta, ma non avrei mai immaginato quanto sarebbe diventata importante. Poco prima di lasciare il Nepal, mentre giocavo a calcio con i bambini in un villaggio, mi sono infortunato gravemente al piede destro. Quando sono arrivato in Giappone, riuscivo a malapena a camminare e avevo bi-

sogno delle stampelle. In quel Paese, tutto mi sembrava opprimente: la lingua, la cultura e soprattutto l'alto costo della vita. A causa dell'infortunio, trovare lavoro era quasi impossibile e, lentamente, mi sono reso conto che non sarei riuscito a sopravvivere da solo.

È stato allora che la sua famiglia è venuta in mio soccorso.

La madre di famiglia, che chiamavo *Okaasan* (madre), mi ha dimostrato un'incredibile gentilezza fin dall'inizio. Mi ha comperato da mangiare quando non avevo quasi più soldi e in seguito ha convinto la sua famiglia a farmi restare con loro nel piccolo appartamento finché il mio piede non fosse guarito. **Quello che inizialmente doveva essere un breve soggiorno si è trasformato in nove mesi di convivenza con la famiglia. Nonostante lo spazio fosse limitato e i soldi scarseggiassero, mi hanno offerto cibo, un riparo e sostegno emotivo senza mai aspettarsi nulla in cambio.**

Mentre vivevo con loro, è sorto un altro problema di salute. Uno dei miei denti posteriori si era guastato, causando una grave infezione che mi provocava un dolore costante. Non potevo permettermi le cure, ma *Okaasan* mi ha aiutato a registrarmi all'assicurazione sanitaria giapponese e ha utilizzato persino parte della sua piccola pensione per aiutarmi a coprire le spese mediche.



Ciò che mi ha colpito maggiormente non è stato solo il loro sostegno finanziario, ma anche la loro pazienza, la loro compassione e la loro accettazione. Ho faticato emotivamente a ricevere tanta gentilezza perché sentivo di non essere in grado di ricambiarla. Spesso mi chiedevo perché facessero così tanto per qualcuno che conoscevano a malapena, ma il loro aiuto non era mai legato al denaro o all'aspettativa di qualcosa in cambio.

La famiglia era devota seguace di Sri Sathya Sai Baba e, attraverso di loro, ho iniziato a comprendere il vero significato di *seva*: servizio disinteressato con amore e umiltà. **Non solo si sono presi cura di me, ma mi hanno anche mostrato i diversi modi di praticare il *seva* – aiutando gli altri, con la preghiera, la pazienza e semplici gesti quotidiani di gentilezza.** Mi hanno fatto avvicinare alla cultura giapponese, agli incontri spirituali e alle cerimonie di preghiera, che hanno influenzato profondamente la mia comprensione della vita.

Pur avendo pochi soldi, mi hanno persino permesso di viaggiare in alcuni dei luoghi più belli del Giappone. Insieme abbiamo visitato templi, montagne, oceani e la tranquilla campagna che non avrei mai potuto vivere da solo. Attraverso questi viaggi, mi hanno mostrato la bellezza del Giappone, ma, cosa ancora più importante, la bellezza della compassione e del legame umano.

Questa esperienza mi ha cambiato profondamente. Avevo lasciato la Germania alla ricerca della pace da qualche parte nel mondo, ma alla fine l'ho trovata grazie all'amore disinteressato e al *seva* (servizio disinteressato) di persone che mi hanno trattato come uno di loro. La loro gentilezza ha plasmato la mia comprensione dell'umanità e della spiritualità e, per questo, sarò loro grato per il resto della mia vita.

Daniel Müller
GERMANIA



Seguite i Giovani Adulti sui Social Media



Facebook



Instagram



Threads



X (Twitter)



Spotify



WhatsApp



Bluesky



TikTok



Telegram



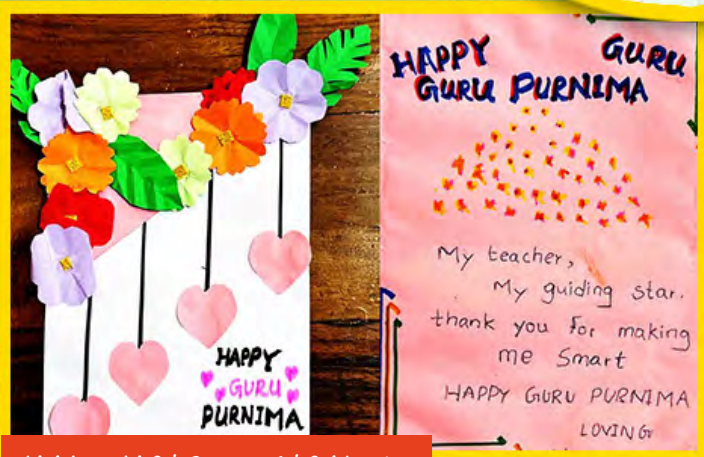
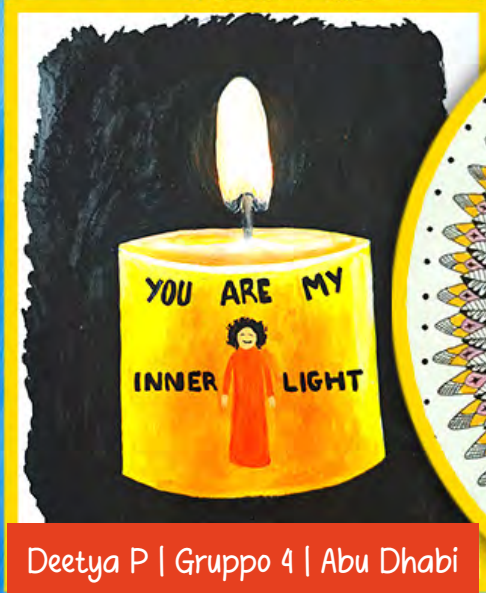
Email



Calendar

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

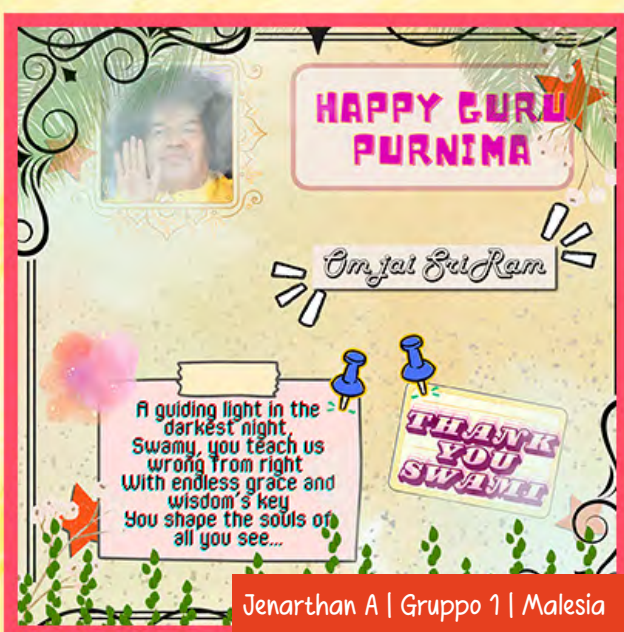
Felice Guru Purnima



LA MIA VOCE INTERIORE

La mia coscienza è la voce dentro la mia mente. Mi aiuta a distinguere il bene dal male. Ogni volta che devo prendere una decisione, cerco sempre di ascoltare la mia voce interiore. Mi dice di dire la verità, di essere onesto e di aiutare gli altri. La coscienza mi ricorda di essere gentile con la famiglia e gli amici. Mi insegna a rispettare tutti. Se commetto un errore, mi dice di chiedere scusa e di correggerlo. Quando seguo la coscienza, mi sento sereno e sicuro di me. Essa guida il mio carattere nei pensieri, nelle parole e nelle azioni. Una buona coscienza ci aiuta a diventare brave persone e a scegliere la strada giusta.

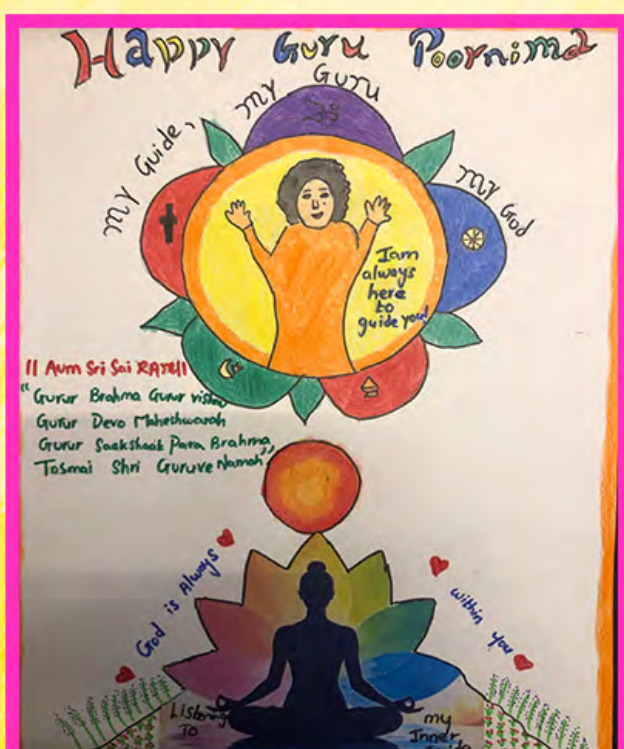
Sudhakar E | Gruppo 2 | India



Jenarthan A | Gruppo 1 | Malesia



Gambar T | Gruppo 1 | Indonesia



Shaast D | Gruppo 1 | Mauritius



Ramani S | Gruppo 1 | Nepal



Eva M | Gruppo 2 | Indonesia



Gittha | Gruppo 1 | Indonesia



Lakshmi | Gruppo 2 | Malesia

IL MIO CUORE PARLA

Quando il mondo si illumina,
 il mio cuore continua a
 sussurrare nella notte.
 Racconta di sogni che non oso
 esprimere, eppure porta speranza di
 giorno in giorno.

Canta d'amore, perduto e ritrovato,
 di lacrime silenziose con dolori al
 cuore, con sofferenza,
 eppure fiorisce di gioia, di un suono,
 ma trova la forza di risorgere.

Il mio cuore non parla solo a parole,
 ma in ogni seme che ho seminato.
 Sa che ogni cicatrice che porto
 mi ha insegnato ad amare e a
 prendermi cura.

Quindi ascolterò, calma e profonda,
 le promesse che il mio cuore manterrà.
 Perché, quando la mia anima si sarà
 smarrita, il mio cuore illuminerà
 sempre il giorno.



Stivano | Scuola Sathya Sai del Madagascar

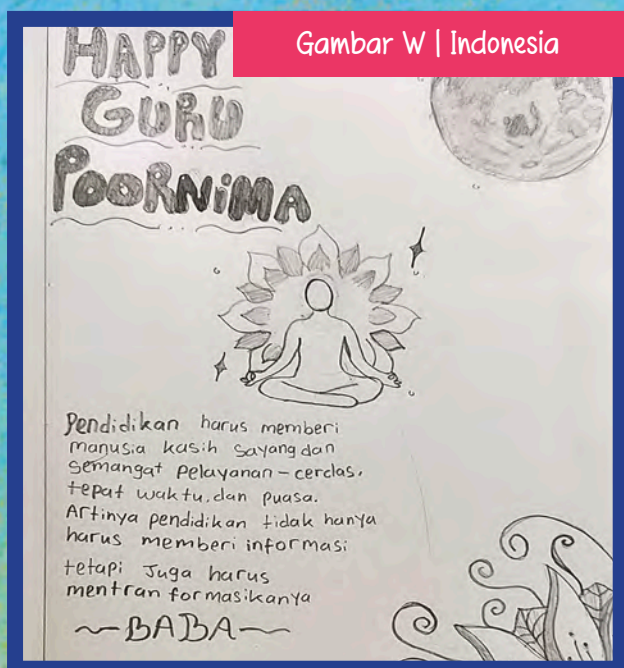
Deepika E | Gruppo 2 | India

QUANDO NON SEI SICURO, COME DECIDI CHE COSA È GIUSTO?

Quando sono confuso su qualcosa, cerco di rimanere in silenzio per qualche istante per pensare. Credo che la soluzione migliore porterà pace e gentilezza nella situazione, e penso ai valori che Swami insegna e a come possono essere messi in pratica. Cerco di trovare una soluzione che mostri considerazione per tutti i soggetti coinvolti. Il mio Guru Interiore mi invia una sensazione che mi fa capire se ho preso la decisione giusta; una sensazione come un peso che si solleva se si è presa una buona decisione o un senso di inquietudine se si è presa una decisione avventata.

Sanjuktha R | Gruppo 4 | USA

Gambar W | Indonesia



LA VOCE DI BABA

A volte sento che qualcuno mi sta aiutando e so che quella voce interiore è la voce di Baba. So che posso sempre chiedere tutto a Baba e che la Sua risposta sarà la risposta giusta e migliore. Se non so che cosa fare, ascolto il mio cuore. Cerco sempre di essere gentile e disponibile con gli altri. Se aiuto qualcuno, divento molto felice e ho questa sensazione nel cuore di aver fatto qualcosa di buono.

Vidita R | Gruppo 2 | Olanda

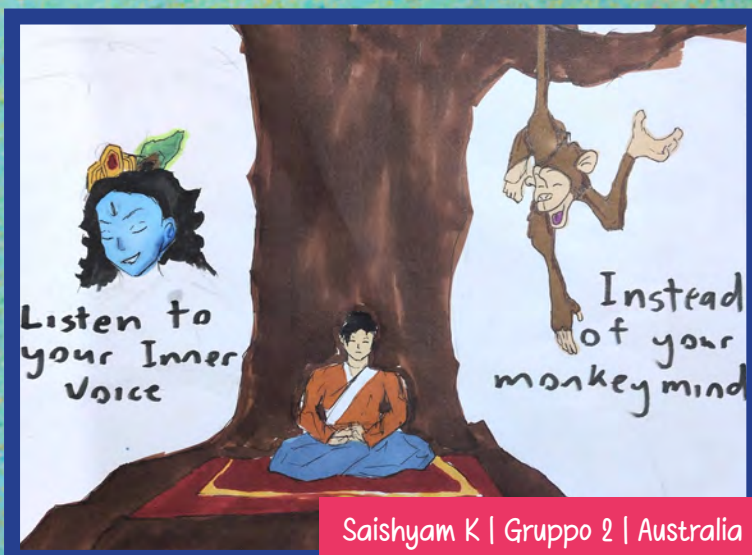
AL MIO MIGLIORE AMICO

Caro Baba, mio carissimo amico,
Tu sei con me dall'inizio alla fine.
Quando mi sento perso o pieno di dubbi,
Tu mi aiuti a ritrovare la strada.

Mi insegni l'amore, ad aiutare e a prendermi cura,
a scegliere sempre ciò che è buono e giusto.
Anche quando mi sento solo,
con Te so di non esserlo.

Potrei non vederTi tutti i giorni,
ma nel mio cuore, Tu rimani sempre
la mia guida, il mio migliore amico,
Grazie.

Samhita R | Gruppo 3 | SSE Online



Saishyam K | Gruppo 2 | Australia

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
15-16 agosto 2026	Sabato-Domenica	Akhanda Gayatri Mondiale
17-18 ottobre 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, **clickare 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 [🔗](#)



Ciò che serve oggi per salvarsi dall'ansia e dalla paura è la dedizione e il direzionare la mente verso Dio. Se ciò viene fatto, i dolori del corpo fisico e le fitte dei sensi non influenzeranno la mente. *Dhyana* (meditazione) è quel viaggio interiore, lontano dal mondo oggettivo e dai sensi che lo inseguono. Le *Upanishad* dichiarano che l'*Atma* non può essere raggiunto da un debole (*nayam Atma balahinena labhyah*). *Bala* (forza) significa forza fisica, vitale, morale, intellettuale e spirituale. Tutte queste sono essenziali per stabilire il dominio sui sensi.

Sri Sathya Sai Baba

31 agosto 1972



sathyasai.org

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

