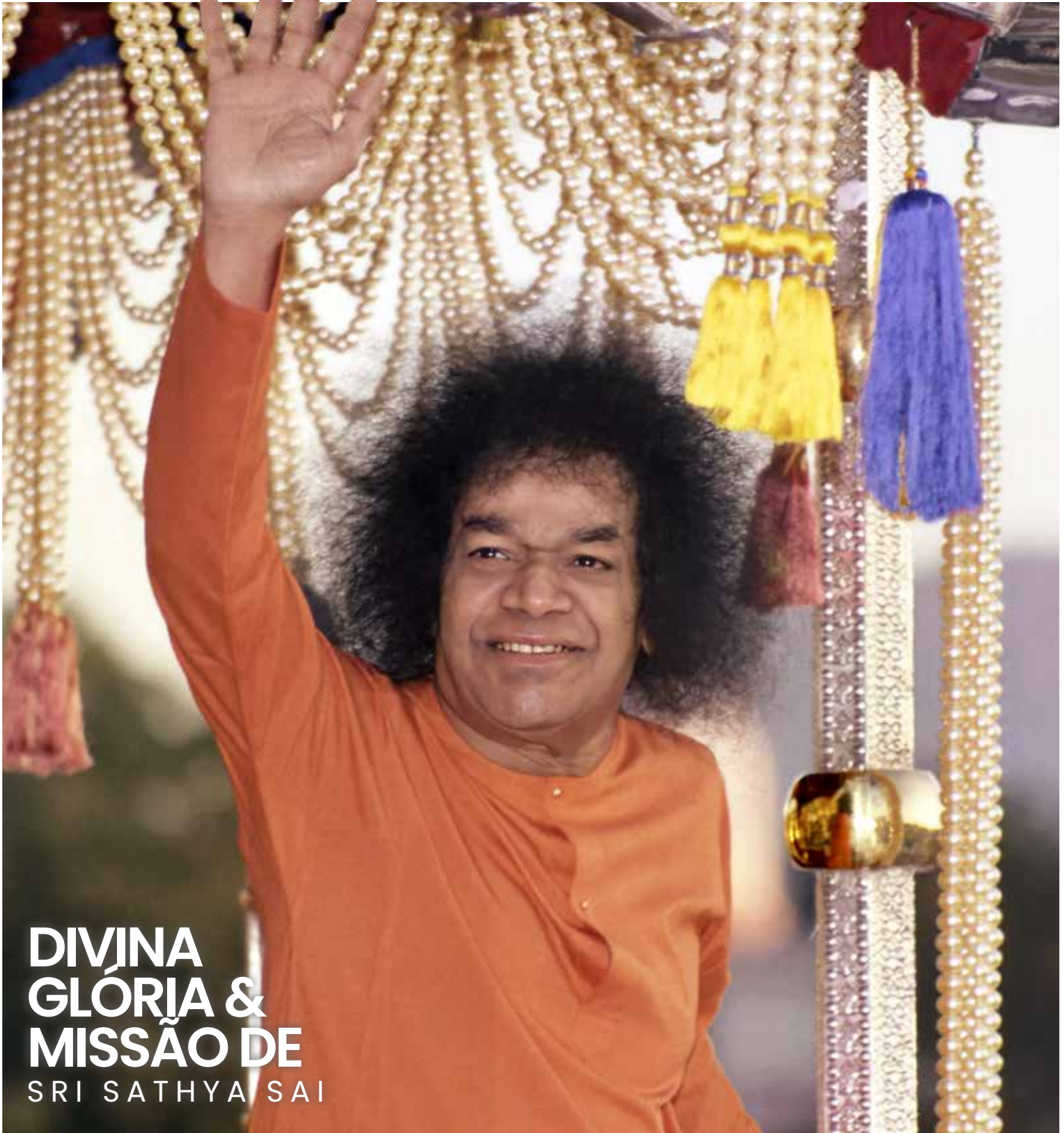


SATHYA SAI

# ETTERNO

COMPANHEIRO

VOLUME 2, NÚMERO 1  
JANEIRO DE 2023



**DIVINA  
GLÓRIA &  
MISSÃO DE  
SRI SATHYA SAI**



Tudo é Amor. Portanto, devemos experimentar este princípio de Amor e iniciar o ano novo com Amor:

*Comece o dia com Amor*

*Preencha o dia com Amor*

*Passe o dia com Amor*

*Termine o dia com Amor*

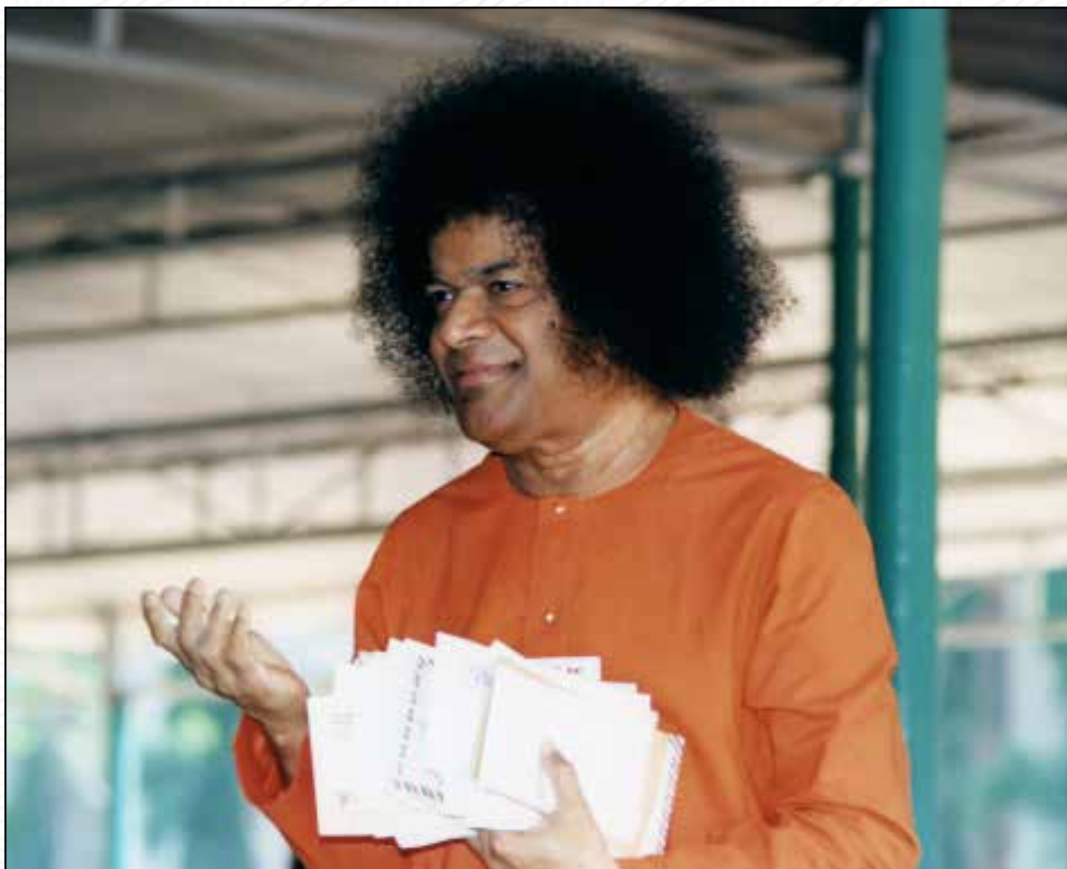
*Este é o caminho para Deus.*

Neste dia, devemos começar com amor em todos os aspectos. O país vai prosperar com este amor. Não deve haver nenhuma distinção baseada em nacionalidade, casta, credo e religião. “Que todos os mundos sejam felizes”. Quando todos estiverem vivendo felizes, nós ficaremos felizes.

**Sri Sathya Sai Baba**

1º de janeiro de 1994

---



OFERECIDO COM AMOR E GRATIDÃO A

**BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA**





Volume 2 • Número 1 • Janeiro de 2023

ISSN 2833-3462 (Online)  
ISSN 2833-3454 (Impresso)

Copyright © 2023 Sri Sathya Sai World Foundation  
Arcadia, California, USA

As visões e opiniões expressas nos artigos desta publicação são exclusivamente dos autores e não refletem ou implicam de qualquer forma expressa, interpretada ou de outra forma qualquer as opiniões do editor.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida ou usada de qualquer maneira sem a permissão prévia por escrito do proprietário dos direitos autorais.

Para solicitar permissões, por favor contate  
o editor em [t info@sathyasai.org](mailto:info@sathyasai.org)

Editor: Dr. Narendranath Reddy  
Publicado por: Sri Sathya Sai International Organization

- 2 Editorial**  
Caminho para a Libertação
- 8 Divino Discurso**  
Cultivem o Perdão e o Amor, 1º de janeiro de 1994
- 16 Experiências de Devotos**  
Jornada para a Autorrealização, por Jonathan Roof, Parte 3
- 20 Da Pena Divina – Carta de Swami**  
Seja Sempre Feliz, Não Importa o que Aconteça
- 24 Serviço Humanitário**  
Amor em Ação – Argentina, Austrália, Quênia e Paraguai
- 26 Organização Internacional Sri Sathya Sai**  
História da OISSS-Israel
- 28 Glória de Ser Mulher**  
Um Dia Abençoado & Memorável, pela Srta. Inés Redini Latrónico
- 32 Jovens Adultos Sai Ideais**  
O Presente do Amor  
Desafio: Seis Passos Espirituais  
Dicas de Bem-estar  
Os Adiamentos de Deus não são Negações Suas, pela Srta. Sumiththa Puvaneswaran
- 36 Educação Sathya Sai**  
Contribuições de Divya, Karthika, Sai Hridayaviharine, Saisri e Samriddhi
- 38 Eventos e Sites da OISSS**

A assinatura da revista **“Sathya Sai – O Eterno Companheiro”** é gratuita.

[Clique aqui para assinar](#)

# CAMINHO PARA A LIBERAÇÃO

Nós desejamos a todos um feliz e santo Ano Novo repleto de amor, paz e bem-aventurança. Marcar a transição para um novo ano é uma tradição, mas Swami nos lembra de que cada momento é novo e cada segundo é novo. Já que o Dia de Ano Novo é uma ocasião para celebrar e cantar Suas glórias, pensar sobre Ele a todo instante é o melhor modo de dar boas-vindas ao Ano Novo. **Swami diz que o dia em que passamos cantando Suas glórias, recordando-nos Dele e contando Suas histórias é o 'dia real'**, um dia bem aproveitado; todos os outros dias foram desperdiçados.

Somos os mais abençoados e afortunados na história da humanidade, porque desfrutamos e continuamos a desfrutar do maravilhoso *darshan* de Deus. Nas *Yugas* anteriores, as pessoas precisavam praticar grandes austeridades por longos anos para ter um vislumbre momentâneo de Deus. *Dhruva* praticou penitência por muitos anos para ter um vislumbre de Vishnu. *Shabari* esperou décadas por uma visão de Sri Rama. Mas nós desfrutamos de inúmeros *darshans* de Swami e continuamos a receber Suas bênçãos através de muitas fotos e vídeos com os quais Ele nos presenteou; algo que nenhum outro *Avatar* deixou como legado.

Basta contemplar uma foto Sua para ter Seu *darshan*. Nós somos realmente abençoados por haver escutado Seu nome e tê-Lo visto. Acima de tudo, somos afortunados por ter ouvido sua mensagem eterna e universal, porque **cada palavra de Swami é a essência das sagradas escrituras**. Ele é a fonte de todo conhecimento. Ele é tudo. Nós somos meras marionetes cumprindo nossos papéis de acordo com as cordas que Ele puxa.

Ele nos garantiu: “Eu residirei em seu lar, acompanharei vocês e serei os seus olhos para guiá-los” (*Mee intane ventane jantane kantane untanu*). Além disso, Ele prometeu: “Eu estou aí com você, dentro de você, do seu lado, acima e abaixo de você”. Ele é onipresente. Mais e mais pessoas em todo o mundo estão experimentando Sua glória e amor de diversas maneiras, desde que Ele deixou Seu corpo.

Para experimentá-Lo e expressar nossa gratidão, nós deveríamos praticar Seus ensinamentos. Swami implora: **“Se você realmente Me ama, pratique Meus ensinamentos”**.

Mergulhemos fundo em uma canção que Swami em Pessoa escreveu: ***Sathya dharmamu shanthi premalatho, nee nithya jeevana yatra saginchu*** (Continue com sua peregrinação diária pela vida, seguindo os princípios da verdade, ação correta, paz e amor). Swami não somente compôs, mas também cantou a canção que consiste em **nove estrofes**. Esta é uma canção muito apropriada para começar o Ano Novo porque ela descreve como nós deveríamos viver nossas vidas baseadas em valores humanos. **Nesta bela canção, Swami nos dá a quintessência de Vedanta e como alcançar a meta da vida, a própria liberação**. Todos assumem resoluções no Dia de Ano Novo. Vamos fazer as nossas, com base nos princípios fundamentais expostos nesta canção.

[!\[\]\(e1d6102fe77919492c04879c8450f1f5\_img.jpg\) Clique aqui para ouvir a música](#)

## Estrofe 1

*Sathya Dharmamu Shanthi Premalatho  
Nee Nithya Jeevana Yatra Saginchu  
(Jeeva...)*

O Jeeva (Alma Encarnada)!

Continue sua peregrinação pela vida  
diária com Verdade (*satya*), Ação Correta  
(*dharma*), Paz (*śānti*) e Amor (*prema*)  
como seus companheiros e guias.

*Yathna Prayatnamul Maanava  
Dharmamu*

*Jayapajayamulu Daivaadheenamu  
(Sathya Dharmamu...)*

O dever do homem é esforçar-se sem  
parar. Sucesso ou fracasso dependem  
da vontade de Deus

Esta estrofe resume a essência da  
canção. Swami diz que nossa vida é uma  
peregrinação, que deveríamos completar  
pela prática dos valores de *satya*, *dharma*,  
*śānti* e *prema*. Ele diz com muita beleza:  
*Yathna Prayathnamul Maanava  
Dharmamu – nosso único dever é fazer o  
esforço, o esforço sincero.*

Em Seus textos escritos no Prema Vahini,  
Swami observa que há três tipos de pessoas  
que podem ser reconhecidas em meio  
àqueles que buscam praticar boas ações e  
trilham o caminho da autorrealização.

1. Aqueles que estão muito amedrontados  
pelos problemas, perdas e dificuldades  
para começar a empreitada. Eles são os  
mais inferiores.
2. Aqueles que, depois de haver iniciado  
a jornada e caminhado certa distância,  
encontram-se deprimidos e derrotados  
por obstáculos e desapontamentos, e  
desistem no meio. Eles são os de tipo  
mediano.
3. Aqueles que aderem com firmeza ao  
caminho, com calma e coragem, qualquer  
que seja a natureza do trabalho, por mais  
difícil que seja o caminho; esses são, é  
claro, do tipo mais elevado. Esta firmeza,  
essa constância e fé são características do  
devoto (*bhakta*).

Por isso Swami diz que “esforço, esforço  
sincero é o nosso dever”. Porém,  
devemos recordar: *Jayapajayamulu  
Daivaadheenamu* – sucesso e fracasso estão  
nas mãos Dele. Algumas pessoas pensam  
erroneamente que entrega significa que  
Swami cuidará do esforço também. Swami  
não disse que deveríamos abandonar nosso  
esforço. Ele apenas disse para entregarmos  
os resultados do nosso esforço. **Nós  
precisamos fazer um esforço sincero e  
entregar os resultados a Ele.**

É por isso que Jesus também disse: “Pedi  
e obtereis”. Vamos continuar a pedir. “Bata  
e a porta será aberta”. Devemos continuar  
batendo até que Ele abra. Ele é muito gentil.  
Mas precisamos ter intensa fé. Ele quer ver  
quão sinceros nós somos e quão honestas  
são as nossas preces. **Esta é a razão pela qual  
deveríamos prosseguir em nossos esforços  
com determinação.**

## Estrofe 2

*Bhakthithoda Bhagavanthuni  
Dalachuchu*

*Nithya Dharmamulu Nirvarthinchina  
Atti Janakunaku Rajayogamuna*

*Andaraani Mokshambu Andene (Sathya  
Dharmamu...)*

O rei Janaka alcançou a inatingível Mokṣa  
(libertação) ao cumprir seus deveres  
reais, contemplando devidamente a  
Deus com devoção

Nesta estrofe, Ele dá o exemplo do Rei  
Janaka, o pai da Mãe Sita. Janaka também  
é chamado de *Videha*, aquele que não  
tem consciência do corpo. Swami diz que  
ele alcançou a meta mais elevada – *mokṣa*,  
liberação, cumprindo com seus deveres  
corriqueiros ao mesmo tempo em que  
sempre se lembrava de Deus com devoção.

Este é o caminho mais simples para a nossa  
liberação. Bhagavan Baba diz que a mente  
deveria estar saturada de pensamentos  
sobre Deus, enquanto as mãos deveriam  
fazer o trabalho de Deus – **cabeça na floresta,  
mãos na sociedade**. Se fizermos assim, diz  
Ele, os resultados serão garantidos.

Todo trabalho deve ser feito com perfeição.  
Swami não disse para darmos nosso  
melhor apenas nas grandes coisas. Mesmo  
um pequeno ato deve ser praticado com



“*Karunakai kaachi pondandee*” — “Eu jamais o abandonarei mas você precisará esperar pacientemente pela Minha Graça”. Ele realizará a tarefa no tempo que achar apropriado.

o melhor de nossa capacidade. Swami Vivekananda diz que um sapateiro que faz o melhor par de sapatos é maior do que o rei que governa o reino. Em qualquer trabalho que fizermos Swami espera que façamos o nosso melhor.

**Swami nos assegura: “Lembrando-se constantemente de Deus, faça seu trabalho dando o melhor de si e você alcançará mokṣa (Libertação)”.**

### Estrofes 3-4

*Hridaya Bhoomulu Saagu-cheyandi  
Mee Manasu Madakaga Gunamule  
Yeddu  
Vivekamanu Chalakolanu Theesi  
Vishaalamagu Mee Hrudayamu  
Dunnudu (Sathya Dharmamu...)*

Cultive o terreno de seu coração. Com sua mente como arado, boas qualidades como os bois, discernimento como chicote, are a extensão de terra de seu coração..

*Manava dhairyame Manchi Yeruvuga  
Premadharale Panta-vittuluga Bhakthe  
Varshamu Bhaavame Kalupulu  
Brahmaanandame Pandedi Panta  
(Sathya Dharmamu...)*

A coragem do ser humano é o bom adubo. Os fluxos de amor são as sementes a ser plantadas; devoção é a chuva. Remova as ervas daninhas das ideias e emoções

indesejáveis e colha a rica colheita de *Brahmānanda* (divina bem-aventurança).

Na estrofe anterior, Swami descreve como podemos alcançar *mokṣa*. Nas estrofes 3 e 4, Ele discute *Brahmānanda*, a Suprema Felicidade. Todos nós queremos pequenos prazeres (*viṣayānanda*). Porém, *Brahmananda* é o mais alto deleite. **De acordo com a Taittiriya Upaniṣad, *Brahmānanda* é um quintilhão de vezes (1018) maior do que a felicidade (*ānanda*) ordinária**, denominada *manuṣyānanda*, que é a felicidade experimentada por uma pessoa jovem, fisicamente forte, bela, intelectual, erudita, muito rica, extremamente poderosa, famosa e dotada de nobreza de caráter. Como podemos obter *Brahmānanda*? Swami nos dá uma bela metáfora. O coração é como um campo. O arado é a nossa mente. As boas virtudes que desenvolvemos são os bois. O chicote que controla os bois é o discernimento. Swami quer que nós tenhamos discernimento fundamental. O que quer que façamos, devemos nos questionar: “Isto é bom; é pelo bem maior da sociedade e de todos?” Isto é discernimento fundamental. **Precisamos seguir discernimento fundamental para o nosso bem maior e para o bem de todos.**

O que é o adubo? É a coragem. Às vezes, nos sentimos desencorajados por obstáculos e problemas. Deveríamos ter a coragem para alcançar nossa meta com a graça divina. E



quais são as sementes? Swami diz que o amor é a semente. Devoção é a chuva. Se quisermos uma boa colheita, precisamos ter todos esses ingredientes. **A colheita inteira é *Brahmānanda*. Se quisermos *Brahmānanda*, precisaremos cultivar nosso coração com a ajuda da mente e das boas virtudes, usando o chicote do discernimento fundamental, o adubo da coragem e as sementes do amor.** A chuva da devoção fará com que as sementes brotem e produzam a colheita de *Brahmānanda* (Felicidade Eterna).

### Estrofe 5

*Prakṛti Dharmamu Pattu Vidakandi  
Karma-yogame Janma Dharmambu  
Smarane Maanava Janma-rahasyamu  
Saadhane Bhakthula Saara-  
lakshanamu (Sathya Dharmamu...)*

Não abandone o dever natural (*Prakṛti Dharma*). **Karma Yoga** santifica sua vida. O segredo do nascimento humano é a lembrança constante de Deus (*smaraṇa*). Prática espiritual (*sādhana*) é o distintivo dos devotos.

Nesta estrofe, Swami reitera que nós deveríamos cumprir com nosso *prakṛti dharma*, o nosso dharma natural. Todos nós temos deveres como chefe de família, marido, esposa, etc.; no trabalho, como chefe ou subordinado; na Organização, como dirigente ou devoto. Qualquer que seja nosso *dharma*, este deve ser cumprido com absoluta sinceridade.

Swami diz: *Karmayogame janma dharmambu*, isto é, devemos realizar nosso karma ou ações como uma obrigação. Desde o instante em que nascemos até o nosso último suspiro, precisamos continuar a cumprir nossos deveres. É por isso que mesmo Bhagavan Krishna disse na Bhagavad Gita (3:22): “Na me partha asthi karthavyam trishu lokeshu kinchana; Na anavaaptam avaaptavyam vartha eva cha karmaani.” **“Nesses três mundos, Eu não tenho nenhuma tarefa a cumprir, mas, para dar o exemplo, Eu trabalho”.** Swami foi o melhor exemplo deste conselho. Ele usou cada minuto de Seu tempo para o bem-estar da humanidade; servindo, guiando e protegendo a todos. Eu me lembro da época em que Ele fraturou o quadril e estávamos

lá com Swami. Ele tinha um maço de cartas consigo e, apesar das dores de Sua condição, ainda assim Ele as leu, respondeu e derramou Suas bênçãos nessas respostas. **Ele deixou um exemplo para nós, demonstrando como fazer nosso trabalho como serviço desinteressado (*niṣkāma karma*).**

Swami diz *Smarane Manava Janma rahasyamu*— a lembrança de Deus é o segredo da vida. Como Prahlada, nós também deveríamos nos lembrar constantemente de Deus. Outro grande exemplo é Hanuman, que exemplificou o aspecto devocional de servir ao Senhor Rama. Embora ele estivesse sempre fazendo o trabalho do Senhor, cada fio de cabelo de seu corpo repetia constantemente Rama, Rama, Rama. Esta é a verdadeira prática espiritual (*sādhana*). **Lembrar-se sempre Dele e fazer o Seu trabalho é o *sādhana* real.**

### Estrofe 6

*Kashta-sukhamulu Karmalanakandi  
Mana Ishta-lopame Kashtamaunandi  
Pattavidaka Aa Paadamu Kolichina  
Gattu-jerchuta Tana Paniyenu  
(Sathya Dharmamu...)*

Não diga que dificuldades e prazeres são o seu karma (destino). Quando nossos desejos não são satisfeitos, chamamos isto de sofrimento. Se você adorar Seus pés de lótus com dedicação e determinação, será o dever Dele conduzi-lo para a outra margem do rio da vida mundana (*samsāra*).

Todos nós passamos por *kashtalu* e *sukhamulu* — dificuldades e prazeres na vida. Swami diz que não devemos culpar o *karma* por isto. **Nossos gostos e aversões são responsáveis por nossas dores ou prazeres.** Os objetos por si só não são bons nem ruins. É a nossa atitude em relação a eles que faz a diferença. O que é bom em uma época pode não ser bom em outra. É por isso que Baba diz que não devemos culpar o *karma*.

Portanto, precisamos ir além dos gostos e aversões. O melhor modo de se elevar acima disto é “*Pattu-vidaka aa padamu kolichina Gattu-cherrchuta Tana Paniyenu* — firmemente, segurar-se em Seus pés e adorá-Lo; então Ele o levará através do oceano de *samsāra*”. A primeira mensagem

de Swami foi o *bhajan* “*Manasa Bhajare*”, “**Adore os Pés do Guru em seu coração e Ele o levará através do oceano de *samsāra*.**” Então, nós jamais deveríamos abandonar Seus pés.

### Estrofe 7

*Yedanu Vidadu Yedabaayaledu  
Mimmeluchundu Ye Velanu Sai  
Karunaye Athadu Athade Karunani  
Karunakai Kaachi Pondandee  
(Sathya Dharmamu...)*

Sai nunca deixará o seu coração. Ele jamais o abandonará. Ele cuidará de você o tempo todo. Sai é Compaixão. A própria compaixão é Sai. Busque e espere por Sua compaixão

**Se nos lembrarmos desta estrofe, nós jamais estaremos infelizes, desanimados ou deprimidos.** Swami diz que uma vez que sejamos Dele, mesmo que queiramos nos afastar, Ele não nos deixará ir. Ele também está reforçando Sua promessa para nós: Sai os protegerá em todas as ocasiões, estejam no céu ou na terra, numa floresta, cidade ou vilarejo. **Vamos nos lembrar sempre desta garantia de Swami.**

Ele declarou que Sai é compaixão e que a própria compaixão é Sai. Mas há uma condição “*Karunakai kaachi pondandee*”— “Eu jamais o abandonarei mas você precisará esperar pacientemente pela Minha Graça”. Ele realizará a tarefa no tempo que achar apropriado. **Suas demoras não são negações**, embora fiquemos impacientes com Ele. Como exemplo, em junho, Swami disse aos pais de uma menina que ela iria se casar em dezembro. A família, amigos e outros se prepararam para dezembro. Estavam com tudo pronto para o evento, com joias e outros preparativos. Mas dezembro veio e se foi. Não houve casamento. O próximo dezembro veio e se foi e, de novo, nada de casamento. Obviamente, todos estavam desapontados, inclusive a moça. Então ela viajou para a América e, após uma longa espera de 18 anos, ela de fato, casou-se em dezembro. Swami manteve Sua palavra, mas ela precisou esperar 18 anos. Muitas pessoas não têm paciência e não querem esperar. **O grande mantra de Swami, frequentemente ouvido durante o *darshan*, era “Wait. Wait.**

**Wait.” (“Espere. Espere. Espere”).** Precisamos esperar pacientemente para receber Sua graça e bênçãos.

### Estrofe 8

*Ashtasiddula Saadhanendulaku  
Adi Vatti Brahmaltho Kattiveyunuga  
Dattamaina Ee Jeevitaatavilo  
Vatti Naamame Pattapagalau  
(Sathya Dharmamu...)*

Por que você anseia por ashta siddhis (o poder dos milagres óctuplos)? Isto apenas o prende com ambições ilusórias. Na densa selva desta vida, o nome de Deus é a única luz do dia.

Nesta estrofe, Swami está descrevendo a melhor e mais simples prática espiritual (*sādhana*). As pessoas recorrem a *Hatha yoga*, *Kriya yoga* e outras práticas para obter *siddhis* (poderes especiais). Swami diz que esses poderes as prenderão na ilusão. **Basta recordar Seu nome e repetir “Sai, Sai” para sermos levados até a meta.** Se implorarmos por Ele com sinceridade, Se pedirmos por Ele com honestidade, Ele virá. Swami diz: “*Votti naamame.*” A simples repetição do Seu nome nos levará a atravessar o oceano da vida. *Na densa selva desta vida, o nome de Deus é a única luz do dia.* Em uma de Suas cartas a estudantes e professores, Swami escreveu que **aqueles que têm o nome de Sai constantemente nos lábios se tornarão “*jivanmuktas*” (liberados ainda em vida).**

### Estrofe 9

*Modati Pattunu Vidavabokandi  
Aadipattulone Bhakthi Pattandi  
Yenni Bhadhala Pondina Bhagavat  
Chintana Maatramu Vidakandi  
(Sathya Dharmamu...)*

Não desista do seu primeiro porto seguro. Agarre-se à sua atitude inicial de devoção. Não desista de pensar em Deus, mesmo que você seja afligido por muitas dificuldades ou sofrimentos. Esta última estrofe é muito importante. Baba nos aconselha a ser firmes na devoção desde o princípio e não abandonar nossa segurança.

A vida não é fácil, **mas os trabalhos, sofrimentos e testes são temporários e têm como propósito o nosso progresso espiritual.**

Swami aplica os testes, mas Ele também cuida de nós. Deveríamos nos lembrar Dele sempre e orar a Ele com fervor. Ele escuta cada prece, mas responde no momento correto. **Nas palavras de Shirdi Sai Baba, precisamos ter fé e paciência (*shraddha e saburi*).**

Precisamos colocar Deus em primeiro lugar. **'SAI'**: Swami primeiro; todos os demais (**All**) em seguida; eu (**I**) no fim. **'SAI'** transmite esta importante mensagem. Nós deveríamos sempre dar a máxima importância a Swami e ao Seu nome, Sua glória e Sua mensagem.

Quando invocamos Seu nome, "Sai Baba", devemos recordar que Swami é nossa mãe e pai. Para alcançar **SAI** precisamos fazer três coisas: **"S"** de serviço, **"A"** de adoração, **"I"** de iluminação. Esses três caminhos também representam *karma*, *bhakti* e *jñāna*. Nós deveríamos executar serviço altruísta e cantar Sua glória, lembrando Seus maravilhosos *lilas* (jogos divinos). Também deveríamos realizar auto investigação. **Então realizaremos SAI - perceberemos que Sai e Eu somos Um.**

Oremos a Swami para nos abençoar a fim de recebermos bem o Ano Novo com dedicação e determinação em recordá-Lo e fazer Seu trabalho.

*Jai Sai Ram.*



[!\[\]\(cbe2492b119e39e02a1dab2af4a4b296\_img.jpg\) Clique aqui para ouvir a música](#)



# Cultivem o Perdão e o Amor

*Encarnações do amor! Não há melhor ornamento para as mãos que a caridade, o adorno para a língua é a Verdade, e os ornamentos para os ouvidos são as Escrituras Sagradas. Não existem adornos melhores que esses.*

*Prema rupambu brahmambu premamayamu  
Prema premato sandhimpa neemamagunu  
Kaana premanu gattigaa kaligiyunna  
Adviteeyamu pondanga arhudagunu*

(poema em télugo)

O Amor é a forma de Brahman (o Absoluto). Brahman é permeado pelo AMOR.

Só o Amor pode igualar o Amor.

Portanto, quando alguém está firmemente estabelecido no Amor,

Torna-se elegível para atingir o estado não dual.

“*Para alcançar a unidade, devemos cultivar e aprimorar a nossa condição humana, declarando: “Eu não sou um animal nem um demônio; eu sou um ser humano”.*

**A meta essencial do amor é o sacrifício. Em nenhuma circunstância o amor dá lugar ao ódio. O amor aproxima até mesmo pessoas distantes e as torna mais íntimas.**

O Amor (*prema*) é a Força Vital (*prana*) do ser humano, e a própria Força Vital é o Amor. Viver sem amor é como ser um cadáver. Apenas aos vivos se mostra o amor. O amor e a vida estão, portanto, interrelacionados e intimamente conectados. É o amor que afasta o sentimento de separação e promove o sentimento de Unicidade.

### **O Amor Divino Não Tem Motivos Egoístas Nem Interesse Próprio**

Nesta vida mundana, o amor se manifesta de várias formas, tais como o amor entre mãe e filho, entre marido e mulher e entre parentes. Esse amor, baseado em relacionamentos físicos, surge de motivos egoístas e de interesse próprio. O amor pelo Divino, porém, é desprovido de qualquer traço de interesse próprio. É amor apenas pelo amor. Os antigos o chamavam de devoção (*bhakti*). **Esse amor tem três aspectos sob a forma de um triângulo:**

- O primeiro aspecto ou característica desse amor é dar e não receber.
- O segundo é que o amor não conhece o medo.
- E o terceiro é que o amor puro é amor somente pelo amor, sem motivos egoístas.

Juntos, esses três ângulos do amor indicam rendição (*prapatti*). Quando alguém se deleita nessa atitude de rendição, experimenta a Bem-Aventura Divina e o Princípio do Ser Interno (*Atma*). O requisito principal para isso é a paciência (*kshama*).

### **A Paciência Aumenta em Tempos de Dificuldades**

Só se pode considerar dotado de amor sagrado alguém que tenha essa atitude de paciência. É algo que não se pode aprender em livros didáticos nem de preceptores ou de qualquer outra pessoa. **É algo que se deve cultivar sozinho em tempos de dificuldades, provações e tribulações. Somente quando se enfrentam problemas e dificuldades que causam pesar e sofrimento é que essa qualidade da paciência e do perdão tem a oportunidade de criar raízes e crescer.** Quando vocês se defrontarem com problemas e adversidades, não devem ficar aborrecidos e se tornar vítimas de depressão, o que é um sinal de fraqueza. Em tal situação, têm que lançar mão da paciência e do perdão em vez de ficar agitados, dando origem à raiva, ao ódio e ao desejo de vingança. Vocês são personificações de força e não de fraqueza; por isso, em tempos de desespero, devem estar cheios de paciência e prontos a perdoar e esquecer. Essa qualidade é o maior poder de um ser humano. **Não há maior poder no mundo que a paciência.**

*A paciência (kshama) é Verdade (satyam),*

*A paciência é Retidão (dharma),*

*A paciência é Não Violência (ahimsa),*

*A paciência é sacrifício (yajña),*

*A paciência é felicidade (santosha),*

*A paciência é compaixão (daya).*

*A paciência é tudo em todos os mundos.*

### **Os Seres Humanos Devem Brilhar com a Qualidade da Paciência**

No momento em que o indivíduo abandona essa grande qualidade que é a paciência, as más qualidades como a raiva, o ódio e o ciúme se insinuam, fazendo-o perder a sua própria natureza humana e levando-o a se entregar a atos perversos de natureza

demoníaca e até mesmo a descer à natureza animal. Os seres humanos devem brilhar com as qualidades humanas. Hoje encontramos o ciúme e o ódio dançando como demônios no mundo inteiro. Quem sente ciúme e ódio segue o caminho do mal e arruína a si mesmo. O melhor exemplo disso são os Kauravas no épico Mahabharata. Os irmãos Duryodhana e Dusshasana eram personificações dos males gêmeos do ódio e do ciúme. Krishna disse a Dharmaraja, o mais velho dos irmãos Pandavas, que os Kauravas estavam repletos dessas más qualidades, e que por isso jamais poderiam se tornar melhores e assimilar as qualidades humanas. Karna, que era uma personificação do ego, uniu-se a eles, juntamente com Shakuni – o conselheiro do mal –, colocando lenha na fogueira. Embora tenham nascido em uma notável família real, Duryodhana e Dusshasana, movidos pelo ciúme e pelo ódio, abandonaram as qualidades humanas e trouxeram desgraça para a família e morte para o clã. **Krishna acrescentou que o ciúme é um tumor perigoso que corrói as raízes da árvore da vida, e que o ódio é a praga que ataca o seu tronco.** E assim a árvore da vida é completamente destruída. Os Kauravas foram vítimas dessas pragas gêmeas e cavaram a própria ruína.

### **A Mente É a Causa da Tristeza e da Alegria**

Pode-se indagar como eliminar essas pragas perigosas que são o ciúme e o ódio. Isso é possível quando se faz com que todos os órgãos dos sentidos ajam em sincronia. Quando isso ocorre, a paciência aumenta e a pessoa consegue vencer o ciúme e o ódio. Quando existe paciência, todos os órgãos se coordenam harmoniosamente e trabalham em sincronia.

Em uma peça de Shakespeare, um dos personagens, o rei Ricardo, está sempre com ciúmes dos outros, o que o levou à ruína e, finalmente, à morte. O notório demônio Bhasmasura, após praticar muitas austeridades, conquistou a graça do Senhor Shiva e Lhe pediu, como dádiva, o poder de reduzir a cinzas todo aquele sobre cuja cabeça ele pusesse a mão. E o que Lhe aconteceu? Em um drama encenado pelo

Divino, o demônio foi levado a tocar a própria cabeça e queimou a si próprio até virar cinzas.

Raiva gera raiva; ciúme gera ciúme. Não há saída para isso. **O remédio certo é a unidade. Para alcançá-la, deve-se cultivar e aprimorar a própria condição humana, declarando: “Eu não sou um animal nem um demônio; eu sou um ser humano”.** Quando se medita sobre esse aspecto do ser humano e sobre a sua divindade, é possível afastar as qualidades demoníacas. Mas, para isso, será necessário envidar esforços durante algum tempo.

Certa vez, quando o Senhor Buda estava viajando, uma demônia brandiu uma espada contra ele e o ameaçou: “Ó Buda, em um instante acabarei com a sua vida e o devorarei”. Afirmou ainda: “Estou com ciúmes da sua grandeza e da sua crescente popularidade”. O Buda sorriu e respondeu: “Ó demônia ciumenta, eu também te amo”. Ao ouvir isso, ela teve vergonha e se perguntou: “O Buda também me ama?” A demônia sentiu a generosidade dele. Envergonhada, transformou-se em uma pomba e passou a transmitir a mensagem de paz do Buda. Tal é o poder da paciência. **Devemos perdoar aqueles que nos odeiam e também aqueles que nos magoam. Essa qualidade que é a paciência se torna uma armadura para nós.**

Neste mundo, o tempo não é a causa do que é bom nem do que é ruim. O Ano Novo não trará conforto nem felicidade. O ciclo do pôr e do nascer do sol resulta nos dias, que se transformam em meses, e estes em anos. É essa a ordem que eles seguem. Portanto, o tempo não é causa de prazer nem de tristeza. Vocês estão se perguntando que experiências agradáveis o Ano Novo trará. Esse tipo de pensamento é um sinal de fraqueza. **A causa de todas as dificuldades e experiências agradáveis, tristezas e experiências felizes é a mente. Não é o tempo o responsável. Se a mente de vocês for boa, tudo de bom ocorrerá.**

### **Entreguem-se Apenas a Deus**

O tempo é apenas uma testemunha. O tempo está na forma de Deus. Deus é a forma da Consciência Integrada Constante (*chit*). Não é tolice alguém experimentar tristeza por meio desse Princípio Divino? Deus é como um espelho no qual vocês veem o reflexo das suas próprias ações, não de Deus. Os devotos

“...Se vocês se sentarem perto de Deus, o que acontecerá? As suas más qualidades e maus pensamentos se afastarão e vocês adquirirão as boas qualidades e pensamentos sagrados de Deus.

oram a Deus por meio das chamadas “nove formas de devoção”: ouvir as glórias do Senhor (*sravanam*), cantar as glórias do Senhor (*kirtanam*), recordar o Nome do Senhor (*Vishnusmaranam*), adorar os Pés de Lótus do Senhor (*padasevanam*), saudação (*vandanam*), adoração (*archanam*), serviço obediente (*dasyam*), amizade (*sneham*) e autoentrega (*Atmanivedanam*). **Deus aceita as orações e serviços prestados por meio dessas nove formas e concede, em troca, os frutos sagrados dessas orações e serviços.** As pessoas se lembram do que ofereceram a Deus, porém não se lembram do que receberam de Deus. Se Ele não der, não haverá vida. Tudo é dom de Deus. O Senhor falou:

*Sarva Dharmaan Parithyajya,  
Mam Ekam Sharanam Vraja*

“Renunciando a todos os outros deveres e crenças (*dharmas*), entregue-se somente a Mim.”

Como disse um estudante, cada um desses *dharmas* (que neste caso significam deveres e crenças) é como uma moeda indiana chamada *paisa*, que vale um centavo de rupia. Há cem *paise* (pl. de *paisa*) em uma rupia; logo, em cem rupias há 10.000 *paise*. Se essas 10.000 moedas fossem reunidas e amarradas em uma trouxa, seriam um fardo muito pesado de se carregar e, além disso, seria difícil resguardá-las. Então Deus diz: “Ó louco! Por que está carregando essa trouxa de dinheiro tão pesada, preocupado em protegê-la?” E acrescenta: “Dê-me essas 10.000 *paise* e Eu lhe darei uma nota de cem rupias”. Não sabendo a equivalência de valor entre as 10.000 moedas e a nota de cem rupias, o tolo pensa: “Deus pega 10.000 *paise* e dá uma única notinha de cem rupias?” e se pergunta: “Isso é tudo o que Deus nos dá?” Ele, porém, não percebe que

as 10.000 moedas e a nota de cem rupias têm o mesmo valor. Não há diferença. **Deus proporciona segurança aos devotos que têm uma atitude de entrega.**

### Considerem Igualmente o Prazer e a Dor

Então, aconteça o que acontecer, considerem-no como a graça de Deus. Sem dificuldades não há prazer. Deve-se considerar tanto o prazer quanto a dor com equanimidade. Algumas pessoas pensam: “Deus nos concede prazer por algum tempo e dor por algum tempo. Por que deve haver essa mudança?” Ora, se desfrutássemos de prazer durante as 24 horas do dia, não saberíamos o seu valor. Se tivéssemos nos alimentado às dez horas da manhã, comeríamos novamente às 11 horas ou ao meio-dia? Não; esperaríamos até as quatro da tarde para fazer outra refeição. Mas por que demoraríamos tanto tempo para isso? É porque tudo o que se come precisa ser digerido. Somente depois que se digere o alimento é que se pode comer novamente. Então, para que se faça essa digestão, são necessários alguns intervalos entre as refeições.

Seja qual for a forma de adoração que vocês Lhe oferecem, Deus responde do mesmo modo. O ser humano, muito convenientemente, esquece o que recebe. Sem a Graça de Deus, a própria vida seria impossível para a humanidade. Até mesmo os problemas que possam advir são dádivas do Divino. **Quando entregarem a Deus todas as suas ações, certamente receberão a Sua Graça. Este é o significado do verso (*sloka*) da Gita que diz: “*Sarvadharmān Parityajya Mamekam Sharanam Vraja*” (“Renunciando a todos os outros deveres e crenças, entregue-se somente a Mim.”)**

“*Sendo seres humanos, vocês devem fazer os outros felizes. Este é o Princípio do Amor. Onde está esse amor? O coração de vocês está cheio de amor.*”

### **Considerem Tudo o que Deus Lhes Der como Sendo Bom para Vocês**

A mãe tem a alegria de ver o seu bebê após passar por fortes dores no parto. Só depois de terem estado no sol quente é que vocês apreciarão e se deleitarão com o frescor de uma sala com ar condicionado. Se permanecerem sentados na sala o dia inteiro, não conseguirão desfrutar desse prazer. Após o término da guerra descrita no épico Mahabharata, Krishna perguntou a Kunti, a mãe dos irmãos Pandavas, que dádiva ela desejava. Kunti pediu para ser sempre abençoada com problemas, pois só então se lembraria constantemente de Deus, tal como os Pandavas haviam feito durante o exílio de doze anos na floresta. Disse que antes, quando desfrutava da vida no palácio como uma rainha, não pensava em Deus: “Enquanto eu experimentava o conforto do palácio, não pensava em Ti. Mas quando os meus filhos passaram por dificuldades durante doze anos, meditei e orei a Ti a cada momento, ó Krishna, Krishna!” E implorou: “Então, para que eu cante o Teu Nome e nele medite, concede-me dificuldades, por favor”.

**É nos tempos difíceis, e não quando se goza de conforto, que se experimenta a doçura de cantar o Nome de Deus e contemplar a Sua Forma.**

### **A Alegria e a Tristeza Andam Juntas**

A vida é uma alternância de alegria e tristeza, tal como ocorre com o dia e a noite. Algumas pessoas poderão se perguntar por que deveria haver noite, e não apenas dia o tempo todo. Ora, é para que aqueles que trabalham durante o dia possam descansar à noite. Se houvesse apenas a luz do dia o tempo todo, não se poderia ter o merecido descanso após uma árdua jornada de trabalho, e não haveria valor para a vida. O prazer é um intervalo entre duas dores; deve-se aceitar esse fato. Há suco doce dentro de uma laranja, porém

ele está coberto pela casca amarga do lado de fora; é ela que protege o suco no interior da fruta. **Da mesma forma, é necessário enfrentar pacientemente as dificuldades e perdas e aceitá-las como uma dádiva de Deus. A vida é um desafio, enfrentem-no.** Deve-se fazer face a esses desafios usando todos os meios disponíveis. É preciso ter paciência para enfrentar essas dificuldades e perdas. O ser humano é a personificação da paciência (*kshama*). Não há nada neste mundo que não se possa alcançar com essa qualidade.

### **A Proximidade de Deus**

#### **Traz Bons Resultados**

Agora estamos nos despedindo de 1993 e saudando o Ano Novo de 1994. Existe uma relação íntima entre os dois. Damos adeus a um e as boas-vindas ao outro. Similarmente, devemos despedir-nos das más qualidades e acolher as boas qualidades divinas. **Devem-se oferecer todas as más qualidades a Deus e receber de Deus as boas qualidades.** É necessário que o ser humano aprimore as qualidades sagradas existentes no seu interior. Não há nada de errado em oferecer más qualidades a Deus; na verdade, o que devemos oferecer a Ele são as nossas más qualidades. Só Deus poderá aceitá-las e tolerá-las. Por exemplo, ninguém aceitará uma nota de cem rupias suja, manchada e com marcas de gordura, desagradável de se olhar e até mesmo de se tocar. No entanto, se o número da nota estiver intacto, o Banco Central a aceitará e dará em troca uma nota nova do mesmo valor. Somente o Banco Central a aceitará e mais ninguém. De igual modo, defeitos, maus pensamentos e maus sentimentos não serão aceitos nem acolhidos por ninguém. Somente Deus os aceitará prontamente e concederá a vocês resultados felizes.

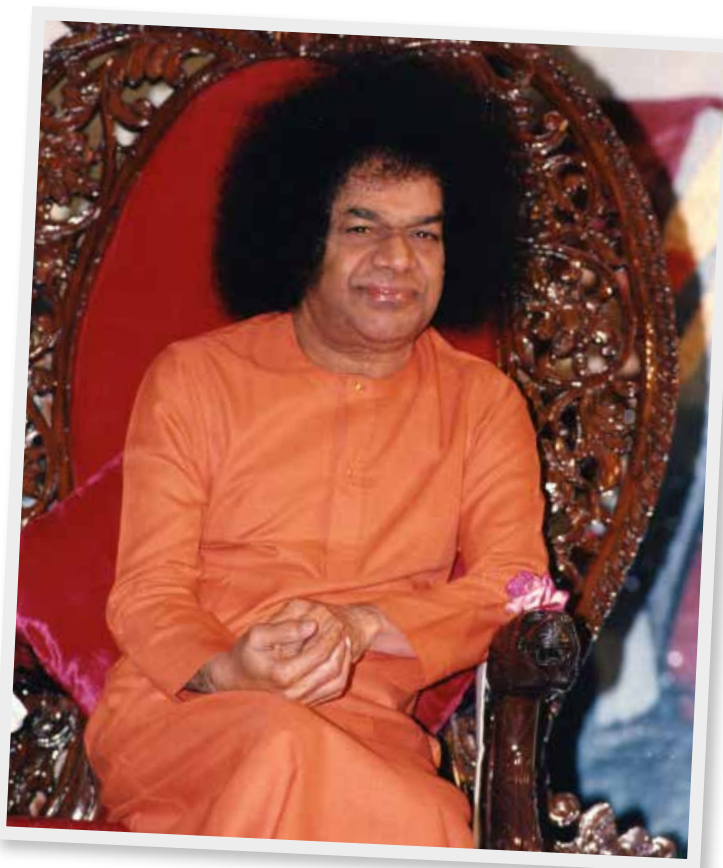


## O Verdadeiro Significado de *Upavasa e Upasana*

Se as pessoas oferecerem todas as suas más qualidades a Deus, Ele lhes concederá o bem em troca. É o que também se chama, em nossos costumes, de *upavasa* (viver próximo a Deus) e *upasana* (sentar-se perto de Deus). Geralmente se acredita que *upavasa* significa apenas reduzir a alimentação habitual e ingerir alguns lanches leves além dos alimentos básicos. Esta não é a interpretação adequada de *upavasa*. O seu verdadeiro significado é estar ou viver próximo a Deus, assim como o de *upasana* é sentar-se perto de Deus. Qual é o resultado de tal proximidade? Quando vocês se sentam perto de um aparelho de ar condicionado, desfrutam de frescor e se distanciam do sofrimento mundano. **Da mesma forma, se vocês se sentarem perto de Deus, o que acontecerá? As suas más qualidades e maus pensamentos se afastarão e vocês adquirirão as boas qualidades e pensamentos sagrados de Deus.** Este é o verdadeiro significado de *upasana*, que aprimora o relacionamento íntimo com Deus. Infelizmente, as pessoas o interpretam de maneira distorcida.

O ano de 1993 foi realmente agitado, com muitos acontecimentos terríveis em todo o mundo em diversas áreas, incluindo as esferas moral, espiritual, material e científica. Muitas pessoas estão pensando em como será o próximo ano. No entanto, não é o ano de 1993 nem o de 1994 que trazem bons ou maus resultados. Cultivem boas qualidades e bons pensamentos e abandonem o ciúme e o ódio. “Que todos os mundos sejam felizes”, e todos terão uma vida confortável. Vocês não devem achar que são os outros que lhes causam tristeza. **São as suas próprias más qualidades que lhes trazem tristeza, assim como as suas boas qualidades lhes proporcionam conforto.**

O tempo também é parte essencial disso. Não precisamos ter medo do ano. Devemos



sentir-nos felizes ao observar a transformação do nosso coração. É preciso que haja uma transformação sagrada no coração de cada um.

### Mantenham Deus Como o Seu Guia e Salvador

Uma única lua é refletida em centenas de milhares de potes. Não há centenas de milhares de luas. Os potes que refletem a lua são diferentes, mas a lua é uma só. Similarmente, os axiomas *Ekoham Bahushyam* (“O Uno quis tornar-se muitos”) e *Ekam Eva advityam* (“Há somente um *Brahman*, não dois”). Se colocarmos um zero após o algarismo 1, ele se tornará 10; se colocarmos dois ou três zeros, teremos, respectivamente, 100, 1000 e assim por diante, tornando-se milhões e bilhões à medida que acrescentarmos mais e mais zeros. No entanto, se retirarmos o algarismo 1, tudo se tornará zero. Isso significa que todos os milhões estão unificados em 1. O mundo é zero, o Sol é zero e a Lua é zero. Eles são todos redondos e têm a forma de zero. Todos eles só adquirem valor por causa do Deus Único que está por trás deles. **Deus é o único Herói (*hero*, em inglês), tudo o mais é zero.**

**Se vocês mantiverem Deus como o seu guia e salvador, qualquer trabalho que possam realizar certamente produzirá**

**sucesso e conforto. Deus é o seu único amigo verdadeiro, eterno e real.** Todos os outros amigos poderão estar ao seu lado enquanto vocês tiverem dinheiro, mas se afastarão de vocês no momento em que perderem tudo. Deus é o único amigo que estará sempre com vocês. Ele está sempre com vocês, em vocês e além de vocês. Deus não os abandonará em nenhum momento. Deve-se, portanto, cultivar amizade com Ele. Essa é a verdadeira amizade (*mitrata*). Por conseguinte, o único caminho para a prosperidade da nação é cultivar amizade com o Senhor.

### **À Medida Que o Amor For Sendo Compartilhado, o Mundo Se Encherá de Amor**

Sendo seres humanos, vocês devem fazer os outros felizes. Este é o Princípio do Amor. Onde está esse amor? O coração de vocês está cheio de amor. Tendo um coração cheio de amor, por que esse amor não está sendo compartilhado com duas ou três pessoas por dia? Por que está apodrecendo sem ser compartilhado? Quando têm algo comestível, vocês o comem ou o servem a outros. Caso contrário, ele se estragará. O coração de vocês está cheio de amor. **Devem compartilhar esse amor com pelo menos cinco pessoas por dia. Se cada um fizer isso, o mundo se encherá de amor.**

Deve-se ter plena fé na onipresença de Deus, praticá-la, experimentá-la e compartilhá-la com outros.

*Adaviyandunna Akaasamuna-nunna  
Pattanamuna-nunna palle-nunna  
Gutta-meeda nunna Natteta  
padiyunna  
Dikkuleni-variki devude dikku*  
(poema em télugo)

*Quer estejamos na floresta ou no céu,  
Na cidade ou em uma aldeia,  
No alto de uma colina ou no meio de  
um rio,  
Deus é o único salvador para os  
desamparados."*

**Onde quer que estejam, Deus cuidará de vocês. Tendo fé neste princípio, pratiquem-no.** Tendo-o praticado, experimentem-no. Tendo experimentado

a bem-aventurança, compartilhem-na com outras pessoas. Este é o verdadeiro princípio espiritual. Tudo está no Amor. Portanto, devemos vivenciar este Princípio do Amor e começar o Ano Novo com Amor:

*Comece o dia com Amor,  
Preencha o dia com Amor,  
Passe o dia com Amor,  
Termine o dia com Amor.  
Este é o caminho para Deus.*

Neste dia, devemos começar com amor em todos os aspectos. O país prosperará com esse amor. Não deve haver diferenças de nacionalidade, casta, credo e religião. **“Que todos os mundos sejam felizes.”** Quando todos estiverem vivendo felizes, nós seremos felizes. Se desejarmos o conforto de todos e cultivarmos o Princípio do Amor, o país prosperará, o mundo prosperará e o país se encherá de Amor.

**Sri Sathya Sai Baba**  
1º de janeiro de 1994



# Jornada

## para a Autorrealização

### Parte 3

*Neste terceiro de uma série de três artigos, um devoto dos EUA descreve sua jornada para Sai Baba e, finalmente, para a Autorrealização. A primeira e a segunda partes apareceram nas edições anteriores (Volume 1, edições 9 e 10) de Sathya Sai – O Eterno Companheiro.*

#### **Um convite pessoal**

Quando contei à minha esposa Rose sobre o aparecimento das cinzas, ela disse: “Bem, isso é bom. Se Sai Baba nos enviar um convite pessoal, talvez deveríamos ir à Índia para visitá-lo”. A chance de alguém do outro lado do mundo enviar um convite pessoal a alguém que nunca viu antes parecia remota para mim. Nós estivéramos na Índia em 1973, quando estávamos na faculdade, mas não sabíamos sobre Sathya Sai Baba na época. **Logo aprenderíamos que nenhum obstáculo poderia surgir no caminho da vontade divina.**

Quando tudo isso estava acontecendo, no final do outono de 1978, minha mãe começou a planejar levar um grupo para a Índia para visitar o Ashram de Sai Baba em Prashanti Nilayam. Minha mãe criou um panfleto de convite bem feito para enviar aos clientes em potencial de seu grupo de viagem. Recebemos nossa cópia do panfleto logo após a segunda manifestação das cinzas sagradas. No topo da primeira página do folheto, estava escrito em negrito: “Este é o seu **convite pessoal** para visitar Sathya Sai Baba na Índia!”

Mas, naquela época, tínhamos outros desafios para planejar uma viagem dessas. Éramos ambos relativamente jovens, com apenas 25 anos, e não tínhamos tempo nem dinheiro para a viagem à Índia. No entanto, um negócio imobiliário de repente apareceu no escritório da imobiliária onde eu trabalhava. Foi uma transação para comprar 110 acres de terra comercial para o cliente do meu empregador. Quando a transação foi fechada, recebi um cheque de \$ 10.500,00. Era uma

## Imediatamente senti como se meu campo de visão tivesse se ampliado. Eu me senti **leve e brilhante**, e o tempo parou.

soma principesca em 1978 e mais do que suficiente para uma viagem à Índia. Assim que recebi o cheque, meu corretor de imóveis me enviou a mensagem chocante, dizendo: “Você está demitido!” Aparentemente, ele pensou que poderia chamar minha atenção dessa maneira e me motivar. Ao invés disso, senti que agora tinha tempo e dinheiro para ir atrás da viagem para a Índia!

No final de janeiro de 1979, Rose e eu subimos a bordo de um Boeing 747 com destino à Índia, para a verde cidade de Bangalore, a caminho do pequeno vilarejo de Puttaparthi, uma vila remota no estado de Andhra Pradesh.

### Entrevista e prática

Rose e eu logo chegamos a Puttaparthi, localizada cerca de 114 milhas ao norte de Bangalore. Foi-nos atribuído um pequeno quarto no bloco residencial de West Prashanti. Perto do final de nossa visita, em meados de março de 1979, fomos chamados ao mandir (templo) para uma entrevista com Sai Baba. Estávamos em um grupo de cerca de 15 a 20 pessoas de diferentes nacionalidades. Durante essa entrevista, tivemos a oportunidade de fazer algumas perguntas espirituais.

Perguntei a Sai Baba se a experiência de autorrealização que tive quando tinha 18 anos, na faculdade, era o genuíno estado de consciência espiritual pelo qual eu estava me esforçando tanto. Ele respondeu: “Sim”. Embora eu soubesse em meu coração que era a meta que eu buscava, ainda queria que Ele a confirmasse. Antes de deixar o *ashram*, vários dias depois, Sai Baba saiu para o *darshan* e ficou bem na minha frente, concedendo-me a oportunidade de *padanamaskar* (saudação os pés divinos) antes de partir. Aquela primeira de muitas viagens a Swami durou seis semanas e confirmou nossas esperanças e crenças no que encontramos.

Ao retornar a Tucson, Arizona, me envolvi intensamente com as atividades do Centro Sai Baba local, participando de atividades de serviço que entendi serem fundamentais para atingir meu objetivo final. **Minha experiência original de autorrealização chegou simultaneamente com a resolução de prestar serviço.** Mas, na excitação e êxtase daquela experiência inicial, concentrei-me no resultado e esqueci a parte causal do serviço na produção desse estado.

Logo após aquela primeira viagem à Índia, comecei a servir como um dirigente do Centro Sai Baba, que começou a se reunir em minha casa logo depois. Na primavera de 1979, realizamos o primeiro Retiro Sai Baba no Arizona. Em 1980, comecei um projeto de escrita para fornecer material de círculo de estudos sobre os ensinamentos de Sathya Sai Baba, que mais tarde se tornou o primeiro volume de Caminhos para Deus (Pathways to God), concluído em 1984 e publicado em 1991.

Durante esse tempo, tentei me dedicar diligentemente para entender a mensagem de Sai Baba e implementá-la em minha vida. Trabalhei com intensidade na esperança de recuperar a autorrealização que experimentei tão brevemente em 1971. Eu estava convencido da divindade de Sathya Sai Baba e confiante de que Seu caminho me levaria a esse objetivo. **Eu me apliquei total e intensamente a servir a Organização Sathya Sai e a trabalhar para a autotransformação.** Eu não estava tentando especificamente fazer “serviço”; eu estava apenas tentando atender às necessidades dos devotos e da Organização de todas as maneiras que eu pudesse.

### Realização do Objetivo

Em 30 de janeiro de 1987, Rose e eu ficamos em Bangalore, no Taj Hotel, na Rua Mahatma Gandhi. Íamos ao *ashram* em Whitefield para

## Meu centro de consciência também mudou repentinamente da **cabeça** para o **coração**. Num piscar de olhos, todos os pensamentos e desejos desapareceram.

o *darshan* duas vezes por dia, de manhã e à noite. Depois de visitar Whitefield para o *darshan* naquele dia, voltamos ao hotel. Pouco depois do jantar, comprei um livro na livraria do hotel intitulado “Seja como você é: os ensinamentos de Ramana Maharshi”, de David Godman.

Eu li uma declaração no livro que de repente me impressionou. E experimentei aquela mudança de consciência que havia experimentado apenas uma vez antes. Novamente senti a onda de bem-aventurança e luz que experimentei quando era um estudante universitário de 18 anos.

Mais de 15 anos se passaram desde aquela experiência original, mas as sensações eram inequivocamente as mesmas. Imediatamente senti como se meu campo de visão tivesse se ampliado. Eu me senti leve e brilhante, e o tempo parou. Novamente, era como se eu estivesse vendo objetos ao meu redor pela primeira vez. De repente, todo o meu foco mental mudou em vários aspectos.

**Imediatamente, senti que minha consciência havia deixado de se direcionar para objetos externos para se focar no mundo interno.**

Eu não conseguia imaginar que precisava de algo fora de mim.

Meu centro de consciência também mudou repentinamente da cabeça para o coração. Num piscar de olhos, todos os pensamentos e desejos desapareceram. O observador, o ato de observar e os objetos de percepção tornaram-se um. Além disso, depois de ansiar quase constantemente por essa experiência libertadora por mais de 15 anos, esse desejo também desapareceu repentinamente! Eu me senti conectado e completo como nunca havia me sentido antes. A experiência foi

uma mudança tão repentina e abrupta de consciência que me deixou sem fôlego.

Tendo experimentado brevemente esse estado alterado antes, tentei evitar analisar demais a experiência. Não queria abrir mão da experiência rapidamente, como havia feito antes. Inicialmente, fiquei preocupado de que a experiência não durasse, mas conforme os minutos se transformaram em horas, as horas se transformaram em dias e os dias em semanas, fiquei mais forte e mais confiante de que a ilusão havia desaparecido. **Senti um tremendo alívio e paz ao alcançar o que há muito procurava.** A ilusão não voltaria. Depois de mais de 35 anos até hoje, a consciência expandida desse estado sempre permaneceu comigo.

**Sathya Sai Baba realizou o desejo do meu coração naquele dia.**

Assim começou uma nova exploração da consciência que continua dia após dia. Além disso, a mudança da consciência para o coração abriu uma nova maneira de ver as coisas. Embora o caminho da sabedoria tenha me levado à beira do meu objetivo, o destino final estava além de suas fronteiras. **É o coração que é nosso verdadeiro guia e fonte de força. Mas a abertura do coração só pareceu começar de verdade no momento do despertar espiritual.** Após esse tempo, a abertura do coração foi visivelmente acelerada.

Várias vezes me perguntaram como eu mudei desde aquele dia de janeiro de 1987. Embora pouco tenha mudado externamente em minha vida, tudo mudou internamente. Continuo a sentir progressivamente menos agitação com o passar do tempo. Estou cada vez menos propenso a reagir a situações

## Estou cada vez menos propenso a reagir a situações externas negativas. Experimento uma maior sensação de rendição à vontade divina.

externas negativas. **Experimento uma maior sensação de rendição à vontade divina.** Também pareço agir cada vez mais com o coração do que com a cabeça. Também me tornei mais capaz de distinguir entre o *Atma* e o corpo-mente-intelecto, ou *Anatma*.

É claro que é mais fácil desfrutar silenciosamente da bem-aventurança do Eu interior sem atrair a atenção para si mesmo. Mas, se alguém realmente aprendeu o que Sai Baba veio ensinar, esse alguém deve saber que somos todos Um. Eu gostaria que outros

tivessem compartilhado suas experiências de autorrealização comigo quando eu estava tão desesperado para saber. Como esse indivíduo poderia não compartilhar com outros em uma situação semelhante? Portanto, ofereço este relato de minha jornada espiritual a Sri Sathya Sai Baba e a todos os companheiros peregrinos espirituais no caminho da Autorrealização. Os resultados pertencem a Ele.

**Sr. Jonathan Roof**  
EUA



*O Sr. Jonathan Roof está atualmente aposentado e morando em Kailua-Kona, Havaí. Jonathan visitou Sathya Sai Baba pela primeira vez na Índia em 1979. Como resultado de suas interações com Sai Baba, ele escreveu os três volumes de Caminhos para Deus. O primeiro volume saiu em 1991 e o terceiro volume em 2004. Jonathan serviu como coordenador da OISSS em várias funções por 33 anos. Em 2011, ele liderou a peregrinação dos EUA a Prashanti Nilayam. O Sr. Roof foi Presidente do Conselho Central Sathya Sai Baba dos EUA de*

# Seja Sempre Feliz Não Importa o que Aconteça

Meu querido Hislop,

Receba minhas bênçãos. Sua carta e a circular destinada a orientar os devotos chegaram a mim. Estou muito feliz pelas coisas estarem progredindo bem. Estou contente que você esteja saudável e ativo.

Hislop! Não é adequado publicar defeitos, mencionando-os especificamente. Esses são assuntos que podem ser abordados indiretamente, em vez de diretamente. Nós precisamos encorajar as pessoas a se corrigir, enfatizando os bons aspectos; pois a própria bondade envergonhará os demais, fazendo-os desistir de seus vícios. Quando os outros desenvolvem fé no caminho correto, aqueles que trilham o caminho errado também tentarão andar na linha. Quando escrevemos mencionando certo defeito de caráter e chamamos atenção para o mesmo, os indivíduos passam a dar importância demasiada a isso. Também é provável que sejamos mal interpretados e caluniados como preconceituosos. Vamos enfatizar mais as virtudes e ideias positivas entre devotos de nossa Organização – como amor, serviço, fraternidade. Sejam estes os sinais distintivos da nossa Organização, fazendo com que ela se destaque do resto. Vamos nos manter longe do que é indesejável, ignorando-o de forma firme e silenciosa. Discutir e condenar publicamente só nos cobrirá de sujeira. Mantenha a atmosfera de pureza e divindade; assim, o mal não poderá brotar ou prosperar. Fico feliz de saber que mesmo nesta idade avançada você é tão dedicado e ativo no serviço à Organização. Você é único neste aspecto; ninguém mais fez tanto quanto você. A Organização da América é sua responsabilidade. Para ajudá-lo a carregar o fardo deste trabalho, Goldstein foi nomeado para o Conselho Mundial, isto é tudo. Os devotos Sai têm se apoiado mutuamente e compartilhado o trabalho. Eles precisam inculcar, em seus grupos, amor, coragem, confiança e senso de sacrifício, para que a Mensagem possa transformá-los cada vez mais em buscadores e aspirantes à Verdade.

*continua na página 23...*





## Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

TELE NO. 30  
BRINDAVAN  
WHITEFIELD-560 067  
TELE NO. 36  
PRASANTHINILAYAM P. O.  
ANANTAPUR DT. 515134

My dear Hislop,

Accept my blessings. Your letter and the circular sent for the direction of devotees reached me. I am very happy that things are progressing well. I am glad you are healthy and active.

Hislop ! It is not advisable to publicise defects by mentioning them specifically. These are subjects that can be dealt with indirectly, rather than directly. We must encourage people to correct themselves by highlighting the good points, for the very goodness will shame the others into giving up their vices. When others develop their faith in the right path, those who are in the wrong will also try to fall in line. When we write about a certain defect in character and draw attention to it, undue importance is thereby given to the individuals. We are also likely to be misunderstood and maligned as prejudiced. Let us lay stress more on positive virtues and positive ideas among devotees in our Organisation - like love, service, brotherhood, Let these be the distinctive marks of our Organisation, making it distinct from the rest. Let us keep away from the undesirable and ignore it, steadily and silently. Discussing about it and publicly condemning it will only soil us.



## Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

TELE NO. 30  
BRINDAVAN  
WHITEFIELD-560 067  
TELE NO. 36  
PRASANTHINILAYAM P. O.  
ANANTAPUR DT. 515134

Maintain the atmosphere of purity and divinity; there, evil cannot sprout or thrive.

I am happy that even at this old age, you are so earnest and active in serving the Organisation. You are unique in this respect; no other has done so much. The Organisation in America is your responsibility. In order to help you in carrying the burden of work, Goldstein has been named in the World Council, that is all. Sai devotees have to give support to each other and share the labour. They must infuse into their groups love, courage, confidence and sense of sacrifice so that the Message can transform more and more into seekers and sadhaks of the Truth.

Dear Hislop ! I bless that you carry on your programme of directing and developing the Organisation with success. I am highly satisfied with what you have done and are doing in this respect. Of course, such success always attracts obstacles, opposition and even vilification. But, do not pay them any attention. The diamond becomes brighter with the cutting of more facets. One's duty is to continue along one's chosen path and fulfil the task, with undiminished enthusiasm. Truth cannot fail to be valued and appreciated,



## Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

TELE NO. 30  
BRINDAVAN  
WHITEFIELD-560 067  
TELE NO. 36  
PRASANTHINILAYAM P. O.  
ANANTAPUR DT. 515134

one day or other. Be as happy as ever, whatever happens.

My blessings to your wife. Convey my love and  
blessings to Goldstein, Chrystal, Sandweiss and others.  
Also to the Centres.

*With love and Blessings  
Sri Sathya Sai Baba  
(Baba)*

*...continuação da página 20*

Querido Hislop! Eu o abençoo para que continue tendo sucesso no seu programa de dirigir e desenvolver a Organização. Estou muito satisfeito com o que tem feito e está fazendo a este respeito. Certamente, este sucesso sempre atrai obstáculos, oposição e até mesmo difamação. Mas não dê qualquer atenção a tudo isso. O diamante se torna mais brilhante quanto mais se lhe cortam facetas. O dever de cada um é continuar ao longo do caminho escolhido e cumprir a tarefa com entusiasmo inalterado. A verdade não pode deixar de ser valorizada e apreciada, mais cedo ou mais tarde. Seja sempre feliz, não importa o que aconteça.

Minhas bênçãos para sua esposa. Transmita meu amor e bênçãos a Goldstein, Krystal, Sandweiss e outros. O mesmo para os Centros.

Com amor e bênçãos,  
Sri Sathya Sai Baba

*Baba*

# AMOR EM AÇÃO



## ARGENTINA

No dia das crianças, o que vai voltar

Em 13 de agosto de 2022, os voluntários da OISSS se juntaram aos membros da comunidade para celebrar o dia das crianças, servindo comida e entregando presentes para 70 crianças carentes. Os voluntários lembraram que, quando crianças, experimentaram o mesmo serviço com amor no mesmo refeitório e ficaram felizes em retribuir à comunidade. **Todos os anos, durante os últimos 20 anos**, a Fundação Sai Baba na Argentina tem ajudado o sopão local com a compra de alimentos, remédios e brinquedos para as crianças.



## AUSTRÁLIA

Serviço em toda a nação

Tem sido serviço, serviço e mais serviço na Austrália, com os voluntários da OISSS ajudando no atendimento das necessidades locais. Eles continuaram a servir suas comunidades durante a nova onda da pandemia de COVID-19.

Os membros da OISSS prestaram ajuda às várias cidades afetadas pelas inundações e contribuíram com itens de higiene para mulheres. Um serviço único e inovador envolveu o **cuidado de bebês gambás órfãos**. Os voluntários criaram caixas e bolsinhas para imitar a bolsa marsupial das mães dos gambás.



Veja mais histórias de serviço amoroso por voluntários do mundo todo na página do Sri Sathya Sai Universe

<https://saiuniverse.sathyasai.org>



## QUÊNIA

### Distribuição de alimentos para famílias atingidas pela seca

O Quênia enfrenta uma das secas mais prolongadas dos últimos 40 anos, durando mais de três anos. As últimas chuvas ocorreram em 2018, não houve chuvas por mais de 2 anos. Mais de **três milhões de animais pereceram e milhões de pessoas estão passando fome**, sem comida e meios de se sustentar. Para ajudar a aliviar este sofrimento, voluntários da OISSS do Quênia realizaram uma massiva distribuição de alimentos durante os dias de 24 e 25 de novembro de 2022, em honra ao aniversário de Swami. Viajando por mais de 480 quilômetros, eles distribuíram 500 cestas de comida nas regiões de Sosoma e Num, uma para cada família necessitada. Cada cesta continha farinha de milho, feijão, arroz e sal e pesava 24 quilos, suficiente para alimentar uma família de 7 pessoas por 1 mês.

[Clique aqui para assistir o vídeo \(em inglês\)](#)



## PARAGUAI

### 1.000 Cirurgias de Catarata

Como uma oferenda de amor pelo centésimo aniversário do advento de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, a OISSS do Paraguai decidiu realizar 1.000 cirurgias de catarata para pessoas necessitadas e carentes. As primeiras 500 cirurgias foram concluídas em 5 de novembro de 2022.

Para expressar gratidão a Deus por atingir este marco, uma missa de ação de graças foi celebrada na catedral metropolitana de Nossa Senhora da Assumpção em Assunção, capital do Paraguai, em 6 de novembro de 2022.

Muitos pacientes expressaram sua gratidão e amor aos voluntários. Uma paciente idosa observou que ela não era capaz de ler a Bíblia, mas **ficou muito feliz por poder ler a Bíblia após a cirurgia**.

[Clique aqui para assistir o vídeo \(em espanhol\)](#)



# OISSS ZONA 6



BÓSNIA E HERZEGOVINA • CROÁCIA • FRANÇA • GRÉCIA • IRLANDA • **ISRAEL**  
ITÁLIA • MACEDÔNIA • ROMÊNIA • SÉRVIA • ESLOVÊNIA • ESPANHA • SUÍÇA • REINO UNIDO

## ISRAEL



**1990**

Swami chamou um devoto de Israel para uma entrevista em Kodaikanal. Com Suas bênçãos, o primeiro grupo de devotos Sai começou a se reunir em Tel Aviv..

**1992**

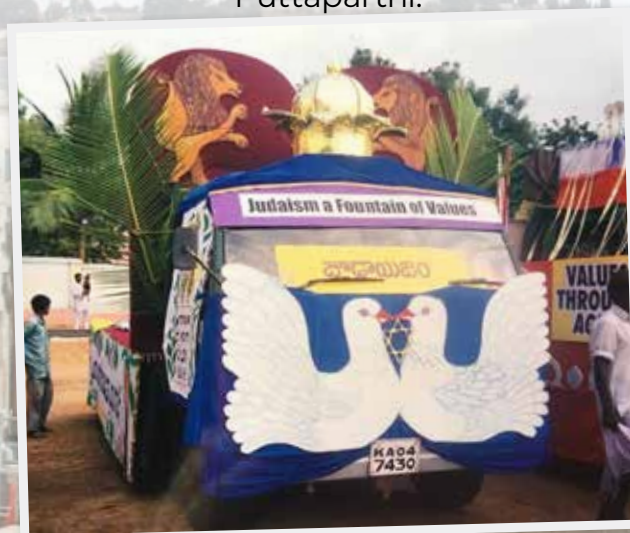
Devotos de Israel visitaram Prashanti Nilayam pela primeira vez e começaram um Centro Sai em Ein Hod.

**1998**

Israel participou de uma manifestação interreligiosa durante as comemorações do 73º aniversário de Swami em Puttaparthi.

**2001**

Em uma entrevista, Swami orientou os devotos a começar Educação em Valores Humanos em Israel. Os professores receberam treinamento em EVH.





## 2005

Israel participou na 8ª Conferência Mundial das Organizações Sri Sathya Sai. O rabi de Israel, David Zeller, representou o judaísmo na Conferência Multi-religiosa em Puttaparthi.

## 2017

O encontro interreligioso chamado “Muitas Culturas, Uma Alma” foi organizado pela OISSS de Israel em uma sinagoga em Tel Aviv.

## 2019

Pré-Conferência Mundial sobre “Unidade da Criação, da Natureza e do Ser humano”.



## A Divina Mãe Sai e a Maternidade

*“Passado, presente ou futuro, em qualquer época, as mulheres são a espinha dorsal do progresso, o coração da nação, a própria respiração. Elas desempenham o papel principal no dharma da vida aqui embaixo, um papel chave que é carregado de santidade. A missão da mulher é estabelecer os cânones da retidão e da moralidade. Ela deve proporcionar às crianças um treinamento moral e espiritual. Quando a mãe está imbuída de dharma, as crianças obtêm o benefício e ficam igualmente preenchidas. Quando ela é hábil em moral, as crianças aprendem a ser morais. Portanto, o nível de educação entre as mulheres decide se um país deve prosperar ou declinar. Seus atos e sua conduta são fatores cruciais.”*

–Sri Sathya Sai Baba, Dharma Vahini

*“Ana María”, Swami chamou minha mãe enquanto estávamos sentados na sala de entrevistas. Ela ficou chocada e encantada ao mesmo tempo ao descobrir que Sathya Sai Baba sabia seu nome! Ao expressar seu deslumbramento e alegria através da eloquência do silêncio, Swami continuou: “Você está muito preocupada com sua filha; ela vai e vem de lá para cá”. Quando eu tinha 9 anos em 1986, eu era uma pequena criança e corria pra lá e pra cá no ashram de Prashanti Nilayam. Fazia amizade com outras crianças e brincava o dia todo até desmaiar na cama à noite. Para piorar a situação, eu não entendia inglês e não conseguia entender nada do que os voluntários me diziam no ashram. Minha mãe respondeu: “Sim, Swami, estou preocupada...”. Foi quando Sai, com o amor de mil mães, a tranquilizou ternamente em um sussurro: “Não se preocupe com nada; sua filha é uma boa menina...boa menina”. **Essas palavras foram suficientes para que minha mãe se acalmasse e confiasse, pois Swami está cuidando de nós constantemente!***



## Amor à Primeira Vista

Eu fui abençoada com a graça de “conhecer” Bhagavan Sri Sathya Sai Baba através de minha mãe quando eu tinha apenas seis anos. Fiquei imediatamente convencida de que Sai era muito mais do que apenas um “Guru” (um mestre espiritual) - Ele era onipresente, onipotente e onisciente. Eu me sentia próxima a Ele, como uma mãe, como um pai, como um amigo e como um confidente, apesar de não tê-Lo visto fisicamente.

Vivíamos na Argentina, muito longe da Índia. Entretanto, tivemos a oportunidade de viajar para Puttaparthi e estar em Sua Divina Presença pela primeira vez em 1986. Eu só tinha nove anos de idade, mas nessa época já havia frequentado o Centro Sai em minha cidade, Buenos Aires, por três anos. Aprendi Seus ensinamentos através de livros, discursos, oficinas e palestras sobre os valores humanos. Também ouvi falar das experiências dos devotos com Ele que transformaram suas vidas permanentemente.

Durante essa visita, Sai Baba nos recebeu, junto com vários outros devotos, em Sua sala de entrevistas. Ele garantiu que todos nós nos sentíssemos confortáveis e, como a Mãe Divina, derramou Seu amor sobre nós, cuidando de cada detalhe. Ele ligou os ventiladores quando estava quente, distribuiu presentes e doces, e falou amorosamente com cada um de nós. Naquela época, Ele tranquilizou minha mãe a meu respeito, como eu já mencionei anteriormente. Desde então, não houve mais jeito de eu voltar atrás. **Ele estava instalado em meu coração, e sempre estará lá.**

## A Mãe das Mães

Tive a abençoada oportunidade de viajar para a Índia com o resto de minha família em muitas outras ocasiões. Cheguei a morar lá por três anos. Dividia meu tempo entre Prashanti Nilayam e o Instituto de Educação em Valores Humanos Sathya Sai, na cidade de Mumbai, primeiro como estudante e depois como membro do corpo docente. Durante esses três anos na Índia, Swami me guiou como uma Mãe Divina, e eu dei cada passo, confiando Nele. Posso compartilhar milhares de histórias e milagres sobre Sua onipresença, onisciência e amor, mas gostaria de me concentrar em uma experiência em particular.

Um dia, minha mãe me telefonou e disse que depois de muito trabalho árduo, ela havia economizado dinheiro suficiente para me visitar. Naqueles dias, viajar para a Índia era caro, e eu estava muito feliz com a perspectiva de ver minha mãe novamente depois de muito tempo. Ela chegou em Prashanti Nilayam em dezembro de 2007, para passar as férias comigo. Devido à nossa educação cristã, comemorar o nascimento de Jesus sempre foi muito importante para nossa família, uma vez que era uma ligação profundamente emocional. Na noite de 24 de dezembro, fiquei emocionada ao saber que iria fazer um discurso no dia seguinte junto com outro jovem. Foi-nos dito para compartilhar nossas experiências com Sathya Sai e como Ele transformou nossas vidas e nos guiou. Além disso, iríamos falar na presença de Swami e diante de uma plateia de



Natal lotada com mais de 15.000 pessoas! Assim, na tarde de 25 de dezembro de 2007, no dia do nascimento de nosso amado Jesus Cristo, eu falei na presença da Divina Mãe Sai. Minha mãe terrena, Ana María, também estava sentada na primeira fila, chorando de alegria.

No final do meu discurso, Swami me acenou para ir até Ele. Quando me ajoelhei diante Dele, Ele acenou com sua mão, materializou uma corrente de ouro com um medalhão, e a colocou amorosamente ao redor do meu pescoço. Agradei a Ele por tudo. Embora eu estivesse completamente desorientada e alegre, de alguma forma consegui dizer: “Swami, obrigada por trazer minha mãe aqui”. Swami riu e perguntou: “*Onde ela está?*”. Enigmática, respondi: “Ali, na frente, Swami, vestindo um sári vermelho”. Ele sorriu ainda mais para mim. Eu aprendi uma lição com aquele olhar confiante e amoroso. **Entendi que “Sai” é minha “mãe”, a “Mãe Divina”, a “Mãe de minha mãe Ana María”, a “Mãe Divina de toda a Criação”. Ele está sempre disposto a nos dar amor, proteção e orientação e está sempre pronto para atender nossas necessidades!**

### **Percorrendo o Caminho da Maternidade**

Eu havia alimentado a ideia de viver na Índia porque sentia que era meu *dharma* ficar no Instituto em Mumbai. Um dia, o diretor do Instituto, que estava totalmente dedicado a servir a Sai, me disse: “É hora de você voltar ao seu país para compartilhar o conhecimento e a experiência que você adquiriu aqui e, o mais importante, para constituir uma família”.

Tendo fé de que Sai sempre me guiaria como uma mãe, eu voltei obedientemente à Argentina. Casei-me e constituí uma família, pois entendi que o **meu primeiro *sadhana* (prática espiritual) era ser esposa e, o mais importante, mãe! Meu papel como mãe era mais importante do que qualquer outro papel.**

Hoje, 35 anos após minha primeira viagem à Índia, vivo feliz com meu amado marido, Carlos. Somos ambos imensamente gratos

por sermos os pais de Santino de 7 anos e Jazmín de 3 anos. É fácil ser mãe? Eu estaria mentindo se dissesse que sim. É um trabalho desafiador, 24 horas por dia, mas muito enriquecedor, nobre e gratificante. À medida que nossos filhos crescem, nós, como mães, crescemos em nosso papel sagrado sob a orientação de nosso Divino Mestre. Deus está presente nos abraços de nossos filhos, em seus olhares, em seus gestos e em suas ações. Eles nos inspiram a usar nosso julgamento e nosso amor e a corrigi-los, se necessário. Acredito que os 5 D's, "Disciplina, Discernimento, Dedicção, Determinação e Devoção", ensinados por Sathya Sai, são essenciais para a formação das crianças. Como Sai disse, devemos dar a nossos filhos "treinamento moral e espiritual". Eles recebem e seguem a mensagem quando pensamos, falamos e agimos virtuosamente. A família é um dom de Deus, onde lembramos uns aos outros sobre o caminho de volta à fonte, a essência, que é nossa divindade inata.

Ser mãe é um dom divino. Para as mulheres que não têm filhos, se você estiver disposta a se tornar mãe, Deus lhe proporcionará milhões de oportunidades para desempenhar o papel de mãe através de sobrinhos, afilhados, etc., ou "estudantes". Swami disse a uma professora que não tinha filhos que Ele lhe daria milhares de alunos para orientá-los como uma mãe os orientaria.

Sai, nossa Mãe Divina, dedica-se incondicionalmente, dia e noite, a amar, proteger, cuidar, educar, nutrir e guiar Seus filhos. A mãe terrena de Sai, "Easwamma", também fez isso e foi uma mãe exemplar. Como mãe, eu preciso seguir o exemplo deles. Obrigada, obrigada, obrigada! Em uma entrevista pessoal, **Sai disse a mim e a meu pai, Horacio: "Sejam felizes! Sejam felizes! Sejam felizes" e eu preciso praticar seu comando divino.**

*Com infinito amor e gratidão,*

**Sra. Inés Redini Latrónico**  
Argentina



*A Sra. Inés Redini Latrónico mora na Argentina, é formada em Coaching Ontológico e licenciada em Publicidade e Produção de Televisão. Ela tem um Diploma Avançado em Educação em Valores Humanos do Instituto Sathya Sai de Educação na Índia, onde também é membro do corpo docente. Como membro da equipe da Escola Sathya Sai Mahatma Gandhi na Argentina, ela gosta de trabalhar especialmente com as famílias dos estudantes.*





# dos Jovens Adultos Sai Internacionais

**EM COMEMORAÇÃO AO ANIVERSÁRIO DE 97 ANOS DE SRI SATHYA SAI BABA,** os Jovens Adultos Sai apresentaram uma sessão online, "O Presente do Amor". Moderada pelo Dr. Suresh Govind (presidente, Comitê de Estudos das Escrituras da OISSS), a sessão incluiu os palestrantes Sr. Satyajit Salian e Sr. Aravind Balasubramanya, que compartilharam experiências de suas belas jornadas com Swami.

A sessão incluiu histórias maravilhosas de lições divinas aprendidas na proximidade do Senhor e um painel de discussão edificante sobre espiritualidade prática e serviço na missão divina. O Dr. Govind apresentou o inspirador Programa SAI 100 em preparação para as comemorações do 100º aniversário de Swami. Cerca de 330 pessoas de todo o mundo participaram da sessão.



[▶ Clique aqui para ver o vídeo \(em inglês\)](#)

- 1 Aquele que tem o nome de Sai na ponta da língua se tornará liberto em vida (*jeevanmukta*)
- 2 Pode-se meditar na bela forma de Swami ou em Seu aspecto sem forma, como amor e luz.
- 3 Em Seu Avatar de Shirdi, Baba nos garantiu que podemos alcançar a meta da vida simplesmente contemplando Suas lilas (jogos divinos).
- 4 Swami diz que onde quer que Seu nome seja cantado, Ele se manifesta ali..
- 5 Ele nos garantiu que aqueles que servem abnegadamente e com amor serão liberados do ciclo de nascimento e morte.
- 6 Swami assegurou que seguir Seus ensinamentos imediatamente, implicitamente e completamente nos concederá a meta mais elevada da vida – a Autorrealização.

## seis passos espirituais

Combine a descrição à esquerda com a prática espiritual à direita.

respostas na página 35



- a) Praticar meditação.
- b) Cantar Suas glórias – bhajans.
- c) Serviço, participar na missão divina – fazer Seu trabalho.
- d) Repetir o nome Divino, Om Sri Sai Ram.
- e) Contemplar suas *lilas* – jogos divinos.
- f) Mergulhar nos ensinamentos de Bhagavan e praticá-los em nossas vidas diárias.



## NOS ÚLTIMOS ANOS, TEM HAVIDO UMA ÊNFASE NA MELHORIA

da qualidade de vida dos Jovens Adultos. Cuidar da saúde mental é tão importante quanto cuidar do bem-estar físico; os dois estão intrinsecamente ligados. Estabelecer uma rotina é importante para se manter saudável. Vamos aproveitar esta oportunidade do início de um novo ano para compartilhar algumas dicas úteis coletadas pelo Subcomitê Internacional de Bem-estar de Jovens Adultos Sri Sathya Sai. As dicas ajudarão a levar um estilo de vida saudável e equilibrado.

- **Coma bem.** À medida que o trabalho remoto aumenta, fica mais fácil fazer mais lanches. Tente estar ciente disso e, na medida do possível, mantenha uma dieta saudável.
- **Fique hidratado.** Use sua garrafa de água para beber pelo menos a mesma quantidade de água que você normalmente beberia no escritório.
- **Mova-se.** Adicione movimento ao seu dia e respire ar fresco. Se você não puder ir à academia, confira as aulas de exercícios que oferecem opções de exercícios que você pode fazer em casa. No mínimo, levante-se e caminhe / alongue-se regularmente por pelo menos dez minutos a cada hora.

Façamos de 2023 um ano de boa saúde espiritual, mental e física!

*Esta informação NÃO se destina a substituir a ajuda profissional e destina-se apenas a ser um guia e recurso. Para QUALQUER problema de saúde mental, um profissional de saúde mental deve ser consultado para avaliação e cuidado*

# OS ADIAMENTOS DE DEUS NÃO SÃO NEGAÇÕES SUAS



A **Srta. Sumiththa Puvaneswaran** é de Jaffna, Sri Lanka. Ela é uma jovem adulta que participa das atividades do Centro Sai de Pedro Point. Ela veio para Sri Sathya Sai Baba em 2005, aos cinco anos de idade. Ela é estudante de medicina na Universidade de Jaffna, Sri Lanka.

**EU SEMPRE FUI UMA GAROTA SONHADORA.** Ever Desde que me lembro, sempre quis ser piloto e sobrevoar os ares. Mas então, quando meu avô morreu de câncer e minha prima irmã foi diagnosticada com câncer no sangue, senti a necessidade de fazer algo a respeito. Era 2016, e eu decidi que seria médica.

O Sri Lanka não tem nenhuma faculdade particular de medicina, e a única maneira de se tornar uma médica é obtendo uma alta classificação nos exames de Nível A do governo. Eu fiz os exames em 2019, e os resultados desfizeram minhas aspirações. Eu não me qualifiquei para os estudos médicos. Estava desapontada e me senti desanimada, mas salva do desalento total somente pela graça de Swami que me envolveu.

## **Acampamentos de Jovens Sathya Sai nos preparam para a vida**

Quando os resultados foram publicados, eu estava participando do Acampamento de Sadhana de Jovens no Centro Sai em Pedro Point, Jaffna, onde encontrei a Coordenadora Nacional de Jovens, irmã Priyah, e o Presidente do Conselho Nacional, irmão Manoharan. Sua humildade e amor ao tentar ajudar os jovens me tocaram e acenderam a luz da esperança em meu coração.

O irmão Mano era um reservatório infinito de amor e fé em Swami. Manoharan me perguntou sobre os resultados dos meus testes quando estávamos viajando de barco para outro local no acampamento. Eu lhe descrevi minha situação: "Sou uma garota de mente simples e rezei para que Swami fizesse os exames por mim. Quando Deus faz os exames, os resultados devem ser bons, certo?". Ele respondeu: "Se você está realmente convencida de que Deus fez seu exame, você deve estar entusiasmada com os resultados que recebeu, porque Swami lhe dará o que é bom para você". Eu me senti cheia do amor por Swami ao ouvir essas palavras.

Entretanto, eu ainda estava chateada com meus resultados e comecei a culpar Swami

por não segurar minha mão através do que eu sentia ser o teste mais crucial de minha vida. Foi quando Swami interveio novamente.

## Os Acampamentos de Sadhana são Portas

Recebi uma enxurrada de mensagens, chamadas e visitas de muitas pessoas para me apoiar e me animar. Nosso presidente do Centro Sai me ligou e me disse para não perder a esperança. Mano me ligou e me encheu de forças para suportar a dor. Priyah me deu apoio e consolo incondicionais. Ela enviou muitos discursos relevantes de Swami que me inspiraram a me render a Ele no espírito verdadeiro. Ao ver estas pessoas ocupadas e importantes passarem tanto tempo comigo, fiquei muito emocionada. **Eu senti o gosto do amor de Swami através deles.** Comecei a estudar com vigor renovado.

Nesta época, também fiquei encantada com as conversas inspiradoras sobre Swami do irmão Aravind Balasubramanya no YouTube. Tal foi o impacto daqueles vídeos que parei de ver filmes por completo, e sempre que me sentia um pouco cansada estudando, **via vídeos sobre Swami. Eu também começava meu dia com bhajans.** Meus pais me encorajaram, dizendo: "Veja, se você se tornar

médica, você será um recurso importante para o Centro Sai de Pedro Point, porque o centro ainda não tem nenhum médico". Isso mudou minha maneira de pensar. Agora eu estava determinada a me tornar uma médica Sai e servi-Lo da melhor forma possível.

## Os Doces Frutos da Paciência

Os exames a serem realizados em setembro de 2021 foram adiados para fevereiro de 2022, devido à pandemia de COVID. Quando os resultados foram divulgados em agosto de 2022, eu estava novamente em um Acampamento de Sadhana do Centro Jaffna, realizado em um famoso Templo de Murugan. Desta vez, passei no exame com uma boa classificação e pude perseguir meus sonhos de me tornar médica e servir ao meu amado Swami.

Recebi muitas mensagens de parabéns de minha família Sai, e expressei minha gratidão a Swami em cada uma de minhas respostas. Não acho que tenha sido mera coincidência que no mesmo dia eu também tenha visto o vídeo do irmão Aravind, "Os Adiamentos de Deus não são Negações Suas".

Srta. Sumiththa Puvaneswaran  
Sri Lanka



### Siga as contas de @saiyoungadults nas mídias sociais



Facebook



Instagram



Telegram



Twitter



Spotify



Email



Jovens Adultos Sai

<https://sathyasai.org/ya>

[yacoordinator@sathyasai.org](mailto:yacoordinator@sathyasai.org)

Respostas para os Seis Passos Espirituais: 1-D, 2-A, 3-E, 4-B, 5-C, 6-F

# MUITO OBRIGADO

PARA: BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA

Caro Swami,

Abençoado eu sou... eu sei que isso é verdade,

É um sentimento completo que eu nunca conheci.

No fundo do meu coração, onde a dor uma vez se depositou,

Você me deu força e me manteve por perto,

Nas manhãs, conversamos.

É o tipo de AMOR que nos deixa inteiros,

Seu AMOR para sempre... nunca cobra nada.

Mas seu AMOR sempre circula em volta,

Mesmo quando estava jogado ao chão.

Não há riquezas, no céu acima,

Apenas conhecimento, força e  
todo SEU AMOR.

Com amor,

Sai Hridayaviharine M. | Grupo 3 | EUA



Saisri | Grupo 1 | Alemanha



Divya B. | Grupo 3 | Canadá



# Ao Meu Amado Swami

Obrigado por ser aquele que está sempre lá para mim,  
Obrigado por sempre atender minhas orações,  
Obrigado por ouvir meus apelos,  
Obrigado por me dar uma família maravilhosa,  
Obrigado por me dar a oportunidade de estudar na escola,  
Obrigado por me dar uma vida saudável e feliz,  
Obrigado por me dar liberdade no meu país,  
Obrigado por me dar três refeições por dia,  
Obrigado por me dar experiências na vida para aprender e crescer,  
Obrigado por me manter seguro,  
Obrigado por me dar uma linda casa para morar,  
Obrigado por me deixar experimentar o mundo através da visão, paladar, tato, olfato e audição,  
Obrigado por me dar a chance de viajar e criar memórias,  
Obrigado por me dar energia e positividade em dias longos,  
Obrigado por me dar disciplina para fazer as coisas,  
Obrigado por abrir um novo mundo de oportunidades para mim, através da internet e da tecnologia,  
Obrigado por me dar uma cama macia e quente para dormir todas as noites,  
Obrigado por me dar um mundo de beleza e natureza para viver,  
Obrigado por me dar a capacidade de apreciar a música,  
Obrigado por me inspirar a ser uma pessoa melhor,  
Obrigado, Swami!



Karthika M. | Grupo 2 | EUA

Samriddhi G. | Grupo 3 | EUA

# Próximos Eventos online da OISSS

A OISSS tem conduzido eventos online para compartilhar os trabalhos, o amor e as mensagens de Swami com todas as pessoas no mundo. Alcançamos centenas de milhares de pessoas através destes eventos online, transmitidos na página [sathyasai.org/live](https://sathyasai.org/live)

Por favor, visite [sathyasai.org/events/worldwide](https://sathyasai.org/events/worldwide) para maiores detalhes sobre os eventos agendados, incluindo horários.

Data do Evento Online	Dia(s)	Festival/Evento
14 de janeiro de 2023	Sábado	Apresentação da Zona 9 <i>Ubuntu – Eu Sou Porque Você É</i>
4 de fevereiro de 2023	Sábado	Ano Novo Chinês
11-12 de fevereiro de 2023	Sábado-Domingo	Akhanda Gayatri
18 de fevereiro de 2023	Sábado	Maha Shivaratri



Assista em [sathyasai.org/live](https://sathyasai.org/live)

Fique em contato com as notícias e atividade da OISSS, visitando os websites da OISSS e seguindo/se inscrevendo nos diversos canais de comunicação abaixo. **Clique em cada ícone ou nome para visitar o site.**



Facebook



Instagram



WhatsApp



Twitter



YouTube



Spotify



Telegram



Email



Lista de email da Eterno Companheiro



- Organização Internacional Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Universo Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Ajuda Humanitária Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Jovens Adultos Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Educação Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Vida Saudável [🔗](#)



---

O dia de hoje é chamado *Sankranti*, o dia em que o Sol começa em sua jornada rumo ao norte, entrando no signo *Makara* do Zodíaco. *Samyak Kranti iti Sankranti* (a mudança para o bem é Sankranti). Devemos nos transformar completamente. *Sankranti* revela não apenas a beleza da Natureza, mas também a beleza resplandecente do Divino. O Divino não considerará sua posição social, sua pompa ou ostentação. Está além do alcance do conhecimento e da inteligência. Pode ser assegurado apenas por meio do puro amor (*prema*).

**Sri Sathya Sai Baba**

13 de janeiro de 1984

---



**sathyasai.org**

Ame a Todos • Sirva a Todos  
Ajudar Sempre • Ferir Jamais