

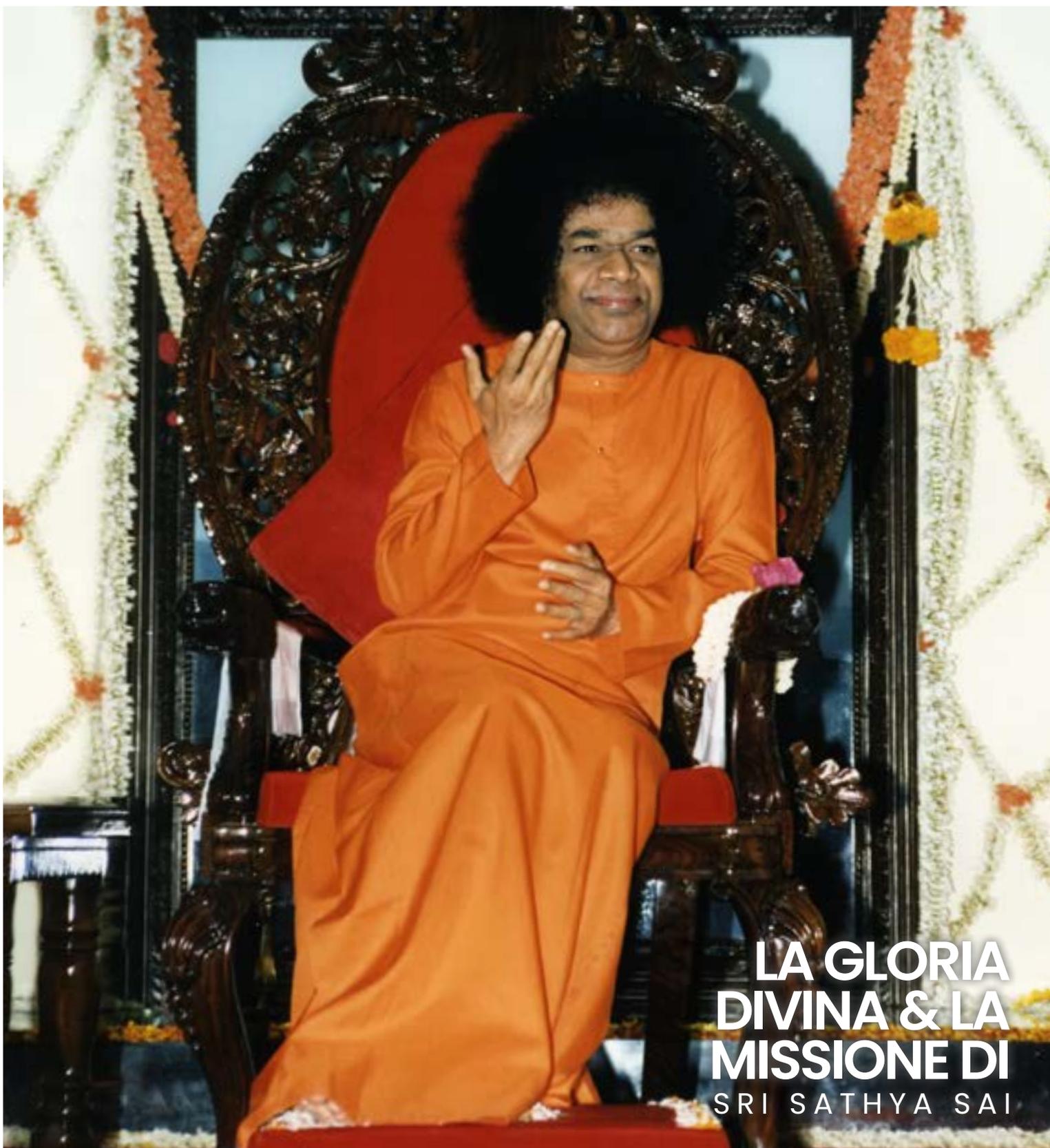
SATHYA SAI

# L'ETERNO

COMPAGNO



VOLUME 2, 10<sup>a</sup> EDIZIONE  
OTTOBRE 2023



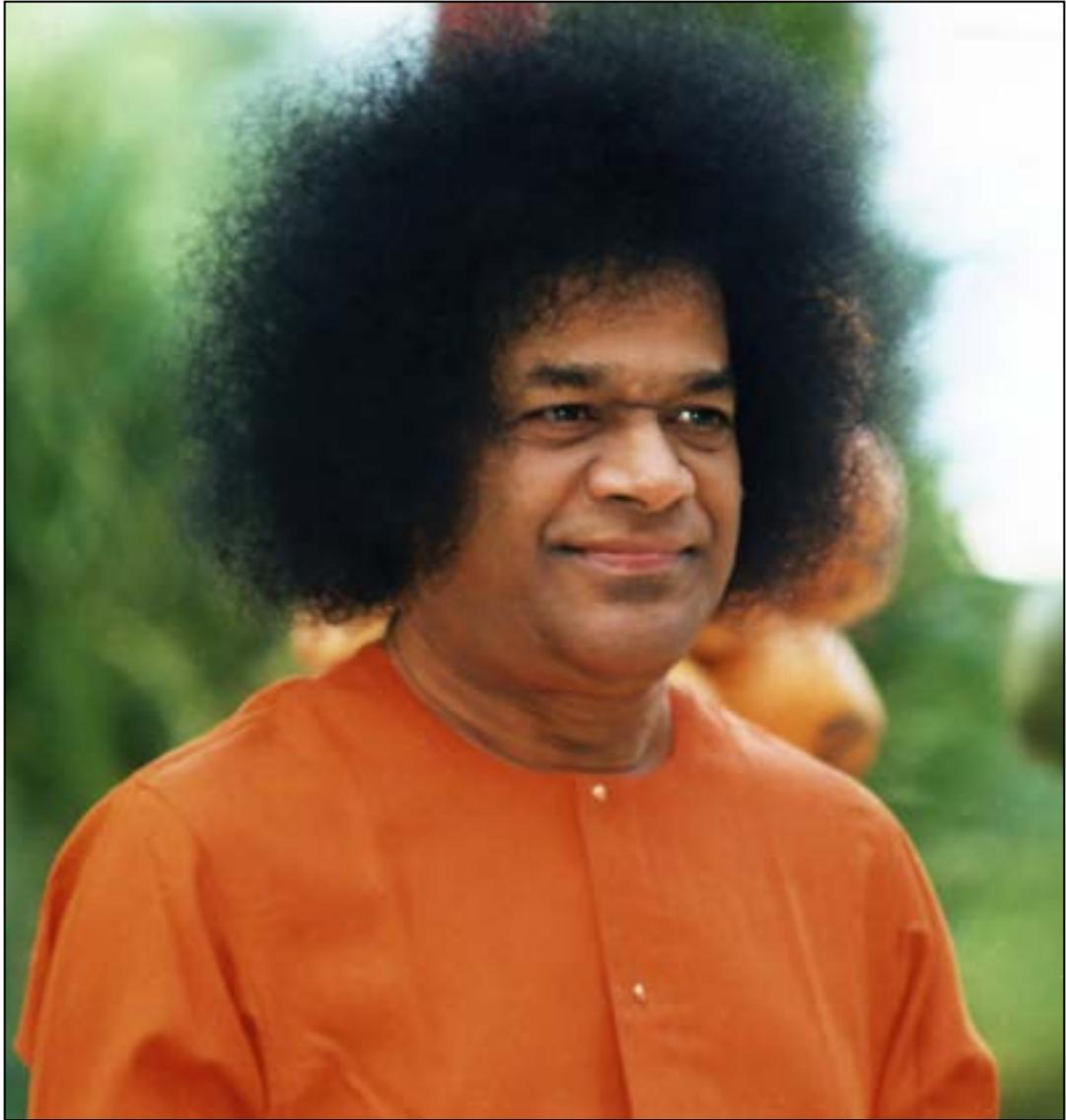
**LA GLORIA  
DIVINA & LA  
MISSIONE DI  
SRI SATHYA SAI**



Il Mio piano è di trasformarvi in ricercatori della Verità. Io sono presente ovunque, in ogni momento. La Mia Volontà deve prevalere su ogni ostacolo. Io conosco il passato, il presente e il futuro dei vostri pensieri più intimi e dei vostri segreti accuratamente custoditi. Sono Onnipresente, Onnipotente e Onnisciente. Tuttavia, non manifesto questi poteri in modo capriccioso o semplicemente per esibizione, poiché sono un esempio e un'ispirazione per qualsiasi cosa lo faccia o non faccia. La Mia vita è il Mio messaggio.

**Sri Sathya Sai Baba**  
11 ottobre 1970

---



DEDICATO CON AMORE E GRATITUDINE A  
**BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA**





Volume 2 • 10<sup>A</sup> Edizione • Ottobre 2023

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

Copyright © 2023 Fondazione Mondiale Sri Sathya Sai  
Arcadia, 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](mailto:info@sathyasai.org).

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

[sathyasai.org](http://sathyasai.org)

- 2 Editoriale**
  - Il Silenzio: Sentiero e Meta
  
- 8 Discorso Divino**
  - Adorazione nella Mente – 17 ottobre 1953
  
- 14 Esperienze dei Devoti**
  - Instaurare un'Intima Connessione con Swami – Dr. Ajay Yekkirala
  - O Mente! Non Cercare Nulla - Dr. Gautam Tewari
  
- 21 Dalla Penna Divina – Messaggio di Swami**
  - Non Violenza (Ahimsa)
  
- 26 Servizio Umanitario**
  - Amore in Azione – Australia, Nuova Zelanda, Sudafrica, Trinidad e Tobago
  - Nutrire la Natura: Viaggio di 'Sai 100' verso un Milione di Alberi in Africa
  
- 34 Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai**
  - Storia della SSSIO - Grecia
  
- 38 La Grandezza di Essere Donna**
  - Il Dono Fondamentale di Sai Baba – Suzanne Palermo
  
- 44 Giovani Adulti Sai Ideali**
  - Tavola Rotonda sul Programma di Leadership
  - Seminario Giovani Adulti in Nuova Zelanda
  - Giornata dello Sport in Australia
  - Notizie Esclusive InSAlde: Serie di Trasmissioni Online
  
- 48 Educazione Sathya Sai**
  - Contributi da Messico, Panama e Porto Rico
  
- 52 Eventi & Siti Web della SSSIO**

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

# IL SILENZIO SENTIERO & META

In varie fedi e tradizioni spirituali, è comune per i ricercatori osservare il voto del silenzio come disciplina spirituale. Si dice che ciò che il sonno fa per il corpo, il silenzio lo fa per la mente e lo spirito.

**Se praticato con la massima intensità e purezza, porta il ricercatore allo stato di *Mahamaunam* (Silenzio Supremo), che è l'esperienza ultima del *Brahman*.**

Le Scritture descrivono: *Nishabdham Brahmam Uchyate*, il Silenzio Supremo stesso è Brahman, la Realtà Ultima al di là di tutti gli attributi, i nomi, le forme, lo spazio, il tempo e la causalità.

La *Mandukya Upanishad*, l'*Upanishad* più corta, ha un brillante commento chiamato *Mandukya Karika*, che descrive il significato del suono primordiale *Pranava*, l'*AUM*. Esso ha quattro componenti: A, U, M e silenzio.

- 'A' rappresenta l'aspetto creativo dell'universo-BRAHM'A'; è anche lo stato di veglia dell'esistenza.
- 'U' rappresenta il suo aspetto conservatore-VISHN'U'; è anche lo stato onirico dell'esistenza.
- 'M' rappresenta il suo aspetto distruttore-'M'AHESHWARA; è anche lo stato di sonno profondo dell'esistenza.
- Il silenzio è anche chiamato *Turiya* (il quarto stato). Rappresenta la Coscienza, che pervade tutti e tre gli altri aspetti e stati. È il Brahman Supremo.

Significato del Suono

AUM

Brahm'A'  
L'Aspetto Creativo



Vishn'U'  
L'Aspetto Conservatore

M'aheswara  
L'Aspetto Distruttore



Il Silenzio rappresenta la Consapevolezza, che pervade tutti e tre gli altri aspetti e stati.

## La Bhagavad Gita sul Silenzio

Nel capitolo sul *Vibhuti Yoga* della sacra *Bhagavad Gita*, il Signore Krishna dice: "*Maunam chaivasmi guhyanam*" (*Bhagavad Gita*, 10:38). Tra i segreti lo sono il 'Silenzio'. Inoltre, nel capitolo 17, il Signore Krishna descrive l'austerità riferita a corpo, parola e mente. In merito alla parola, afferma: "Le parole che non causano turbamento sono veritiere, inoffensive e benefiche, così come la regolare recitazione delle Scritture vediche è considerata austerità della

parola.” (*Bhagavad Gita*, 17:15). Bhagavan Sri Sathya Sai Baba ci dice di applicare quattro filtri prima di parlare.

- È vero?
- È gentile?
- È necessario o utile?
- È un miglioramento rispetto al silenzio?

Per quanto riguarda l'austerità a livello della mente, Sri Krishna dice: “È vera austerità avere serenità mentale, calma, mitezza, controllo dei sensi, con purezza e osservando il silenzio.” (*Bhagavad Gita*, 17:16). Anche in questo caso viene evidenziato il silenzio.

## I Grandi Maestri Riguardo al Silenzio

Tutti i grandi maestri hanno sottolineato la pratica del silenzio. Il Signore Buddha, di una persona che ha raggiunto il *Nirvana*, dichiara: “I suoi pensieri sono tranquilli, le sue parole calme, e le sue azioni silenziose.” La Bibbia dice: **“Fermatevi, e riconoscete che lo sono Dio.”** (Salmo 46:10). Uno dei famosi rabbini ebrei afferma di aver imparato di più nella silenziosa compagnia di persone sagge e che, attraverso il silenzio, si può fare il più grande servizio. Nell'islam, i santi sufi sottolineano che la pratica del silenzio è più gratificante di prolisse preghiere.

Sri Ramakrishna Paramahansa, un rinomato santo, diceva che, finché l'ape non ha assaggiato il miele, si libra ronzando intorno al loto; ma, quando raggiunge il fiore, beve il nettare tranquillamente. **Allo stesso modo, finché si discute su dottrine e dogmi, non si assaggia il nettare della vera fede. Dopo averlo assaggiato, viene spontaneo restare in silenzio.** Un'altra analogia che egli condivide è quella di un vaso parzialmente riempito che fa più rumore di uno pieno d'acqua. I vasi vuoti fanno il massimo rumore!

Uno dei discepoli del filosofo greco Socrate afferma che il bene più grande che egli ha sperimentato è stato quando era seduto tranquillamente vicino al maestro, assorbendo vibrazioni spirituali!

## Il Dio del Silenzio

C'è una forma del Signore Shiva chiamata Dakshinamurthy, che Swami aveva installato a Puttaparthi nell'edificio della Scuola Secondaria Superiore Sri Sathya Sai. Si tratta del Signore Shiva, come *guru* nella Sua forma giovanile, seduto sotto un enorme albero di *banyan*. I Suoi discepoli sono molto più anziani e sono seduti ai Suoi piedi. Il mezzo di comunicazione tra il maestro e i discepoli è il silenzio e, tuttavia, tutti i dubbi dei discepoli vengono dissipati in un batter d'occhio!

Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, il Maestro Universale, mette in risalto il silenzio come pratica spirituale e dice spesso: *“Solo nelle profondità del silenzio può essere ascoltata la voce di Dio.”* Swami afferma che il silenzio è il linguaggio del ricercatore spirituale. Egli, scherzosamente, dice anche: *“Chiudi la bocca e apri il cuore. Dio ci ha dato due orecchie e una sola bocca per dimostrare che dovremmo trascorrere più tempo ad ascoltare che a parlare.”*

**Swami afferma che il primo passo nella pratica spirituale è il silenzio. Parlando ad alta voce, si perde la pace e si mina la pace degli altri. Solo nel silenzio assoluto è possibile sperimentare la Beatitudine Divina.** Ecco perché il silenzio è d'oro.





# Solo nelle profondità del **silenzio** può essere ascoltata la **voce di Dio**

Swami dice, inoltre, che tutte le pratiche spirituali devono essere fatte in silenzio, lontano dallo sguardo del pubblico. Esse sono per la propria trasformazione e non per farne mostra o esibizione.

## La Pratica del Silenzio

Swami dice che il silenzio è la migliore *sadhana*. Spiega: *“Non c’è niente come il silenzio per calmare le onde dell’inquietudine del vostro cuore. Il silenzio è la parola del ricercatore spirituale e l’unico linguaggio del realizzato. Colui che ha raggiunto lo stadio della quiete e del silenzio, entrambi rappresentanti la natura della pura coscienza, godrà della massima pace e della più alta beatitudine.”*

Swami raccomanda spesso la pratica del silenzio per 15-30 minuti al giorno; a volte anche per periodi più lunghi. Alcuni grandi saggi e santi praticarono il silenzio per molti anni. Attraverso il loro silenzio, trasformarono le persone e portarono pace al mondo.

‘Silenzio’ non significa mera astensione dal parlare, come spesso si fraintende. Significa *Trikarana Maunam* (i tre tipi di silenzio), cioè silenzio del corpo (*Kaya Maunam*), silenzio della parola (*Vaak Maunam*) e silenzio della mente (*Mano Maunam*). **Il silenzio profondo è uno stato di totale e perfetta quiete, in cui controlliamo non solo la facoltà della parola, ma tutto il chiacchiericcio mentale, incluso il movimento del corpo. Questo, alla fine, porta a *Maha Maunam* (grande silenzio), in cui si sperimenta la Pace Suprema (*Prashanti*).**

In primo luogo, iniziamo il silenzio a livello del corpo. Spesso tendiamo a essere irrequieti e a fare gesti superflui che disturbano gli altri. Per cominciare, bisogna calmare il corpo. Per questo, sono necessari la pratica di una corretta postura ed esercizi di respirazione. Patanjali, negli *Yogasutra*, ne fa riferimento come di *Asana Shuddhi* (purezza della postura del corpo) e *Pranayama* (controllo del respiro).

Poi si arriva al *Vaak Maunam*, il silenzio della parola. Chi parla molto spreca energia. Per evitare di parlare, alcune persone ricorrono alla scrittura, ai gesti e ai segni per continuare a comunicare. Swami dice che questa è una pratica impropria del silenzio. Mentre si pratica il silenzio, si dovrebbe evitare ogni comunicazione. *Mano Maunam*, il silenzio della mente, è lo stadio superiore. È la fase più difficile da raggiungere, perché c’è sempre un dialogo in corso nella mente, che è un fascio di pensieri. Nella mente c’è sempre *Sankalpa* (volontà di fare qualcosa) e *Vikalpa* (volontà di non fare qualcosa), che provocano agitazione mentale. *Mano Maunam* proviene da *Mano Nasha* (dissoluzione della mente) o stadio *Amanaska* (non esistenza della mente).

All’inizio della *sadhana*, questo potrebbe non essere possibile. La migliore alternativa è solo avere un unico pensiero invece di molti pensieri e, per i ricercatori spirituali, questo unico pensiero è sempre quello di Dio in ogni momento e in ogni luogo! Alla fine, questa pratica sostituirà tutti i pensieri e condurrà a *Maha Maunam*,

lo stadio ultimo, in cui si sperimenta Brahman o Autorealizzazione.

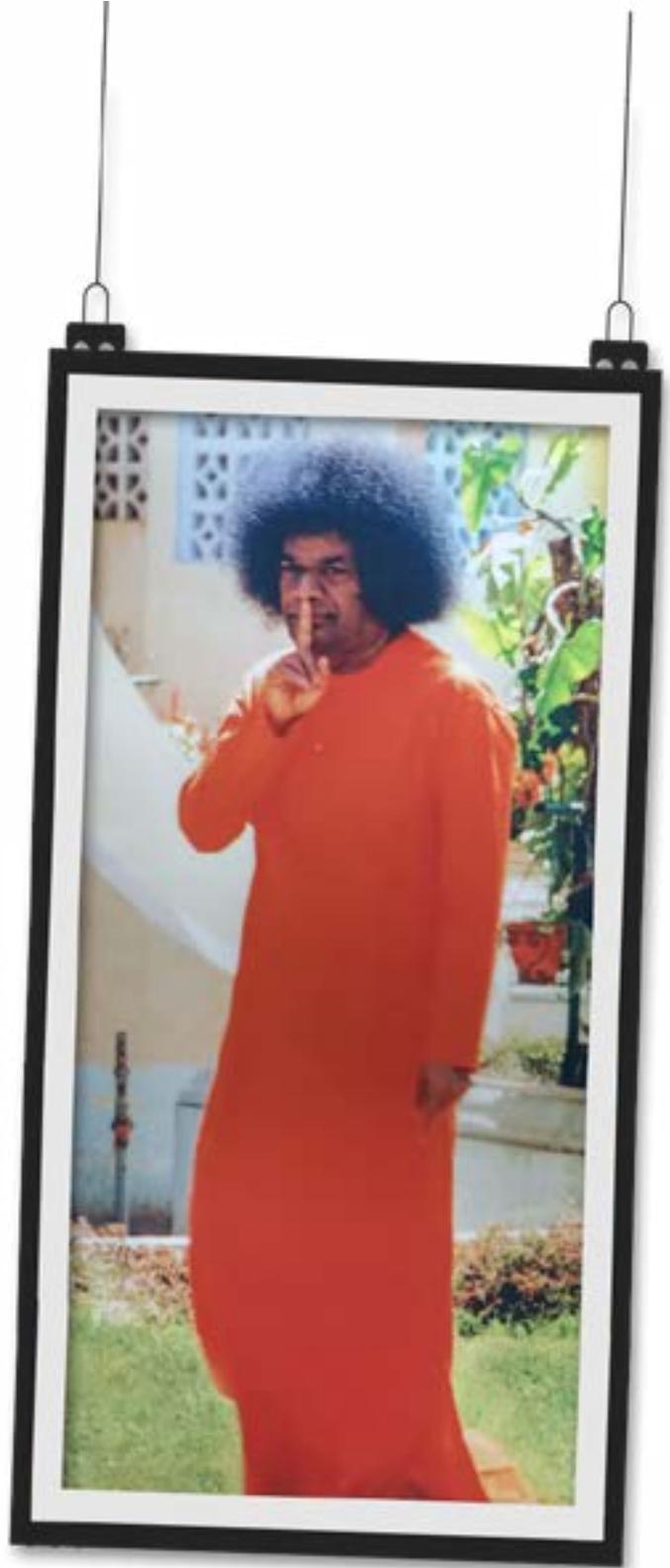
### **I Benefici della Pratica del Silenzio**

Il risultato più importante e ovvio, sottolineato da tutti i grandi maestri, tra cui il nostro Swami, è la comunicazione diretta con Dio nel silenzio. Come conseguenza, si sperimenta ineffabile beatitudine. Si dice: *“Maunena kalaham nasti”* (non vi è alcuna controversia nel silenzio). Le lesioni causate dallo ‘scivolamento’ della lingua sono più dannose di quelle causate dallo scivolamento del piede! Quest’ultimo può essere guarito, ma il primo è spesso irreversibile!

**Il silenzio fa conservare la propria energia. Ciò perché parlare troppo porta a un prematuro invecchiamento e alla perdita di memoria e intelletto, mentre il silenzio migliora la memoria, acutizza l’intelletto e conserva la giovinezza. Ha anche un effetto benefico sul corpo, sulla mente e sul cuore.** Dona riposo, rilassamento e ringiovanimento, essenziali per guarire tutte le cellule del corpo. Swami dice che parlare troppo porta alla perdita di energia e rende inclini a sviluppare ira e odio. La lingua è responsabile di molti errori: dire falsità, diffamare, criticare gli altri e parlare duramente. Quando si pratica il silenzio, si evitano automaticamente tutte queste insidie.

Sri Ramana Maharshi sottolinea che si ottengono più benefici attraverso i pensieri potenti e amorevoli dei grandi maestri che tutti i discorsi e le azioni degli altri. Essi realizzano di più nel loro silenzio. Una volta, un ricercatore spirituale occidentale andò da Ramana Maharshi e si sedette ai suoi piedi. Tutti i suoi dubbi scomparvero, ed egli rimase stupito del profondo impatto dello stare seduto ai santi piedi del grande saggio di Arunachala.

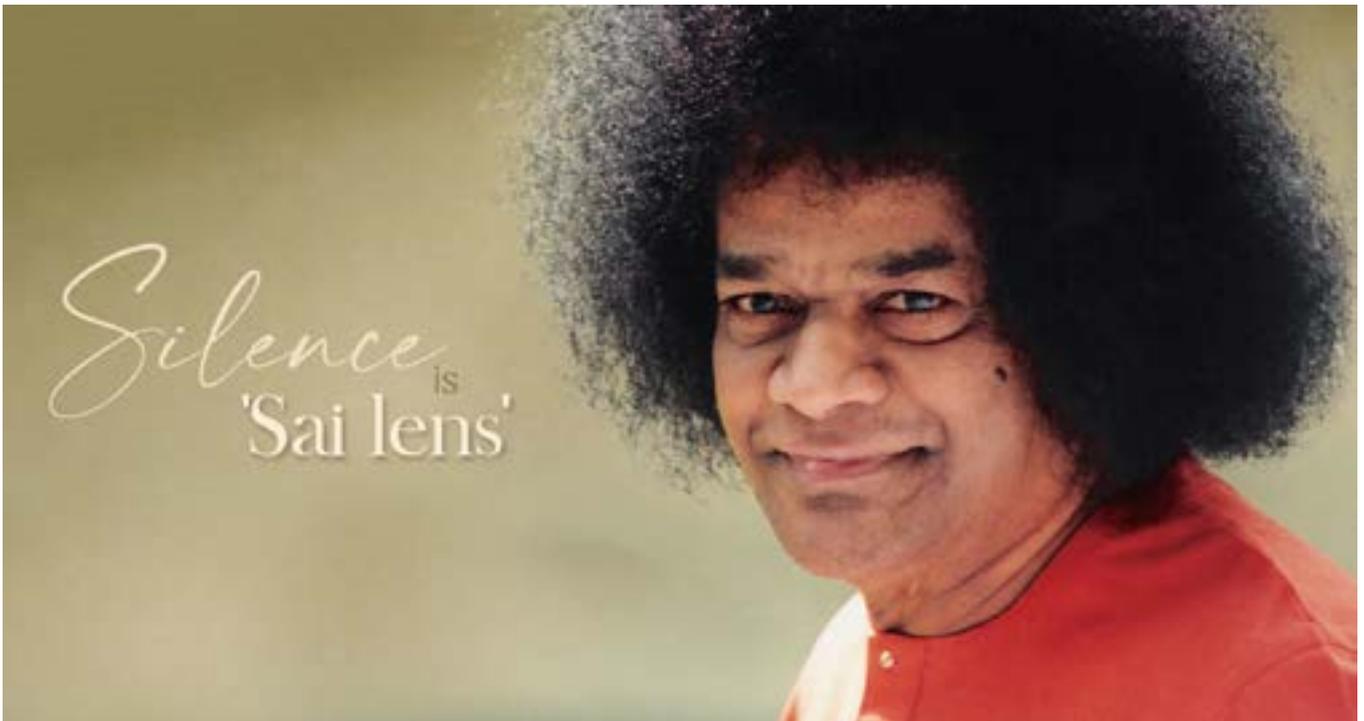
Anche nella vita terrena, i più grandi scienziati, artisti, poeti e filosofi ebbero la



*Athi Bhasha Mathi Hani,*

*Mitha Bhasha Athi Hayi*

(L'eccessivo parlare provoca danni alla mente; parlare moderatamente dà grande felicità.)



maggior parte delle rivelazioni osservando il silenzio, perché erano in contatto con la massima potenza. Le più sensazionali scoperte avvengono attraverso l'intuizione e l'ispirazione che provengono da un potere superiore nelle profondità del silenzio. Nei *Bal Vikas*, o lezioni SSE per bambini, Baba ha introdotto lo stare seduti in silenzio come una delle pratiche essenziali. Sembra così semplice, e alcuni addirittura lo considerano una punizione. Inizia con 15 minuti di seduta silenziosa, poi si estende a mezz'ora, e anche a un'ora. Nel corso del tempo, gli studenti, gli insegnanti e i genitori hanno visto il potente impatto di questa pratica.

Swami fa di tutto per impartire il messaggio del silenzio. A volte, Egli Stesso si è astenuto dal parlare e, nel Suo Discorso di *Buddha Purnima* del 5 febbraio 1998, spiega:

*“Dal 1 ° gennaio, ho ridotto il Mio parlare al minimo, limitando le Mie parole a ciò che è necessario. Parlo poco con gli altri anche nella stanza dei colloqui. Per quale il motivo? Voglio dare l'esempio agli altri praticando ciò che predico. La Mia vita è il Mio messaggio. Devo indicare la strada. Molti non comprendono le Mie azioni.*

*Tuttavia, quando non capiscono, dovrebbero rimanere in silenzio. Invece, essi interpretano male le Mie azioni. Questo è un grande errore.”*

Infatti, quando Swami smise di parlare ai devoti per la loro crescita spirituale, ed essi Lo supplicarono, Egli disse: *“Se non capite il Mio silenzio, non capirete mai le Mie parole.”*

**Se si deve parlare, Swami dice che lo si dovrebbe fare gentilmente. Non si dovrebbe dire la dura verità, né si dovrebbe pronunciare una bugia piacevole. Si dovrebbe parlare in modo succinto e conciso, trasmettendo il messaggio senza essere prolissi o parlare eccessivamente.** Alcuni 'chiacchieroni' sono affezionati al chiacchiericcio senza sosta, raccontando fandonie e diffondendo pettegolezzi. Queste persone soffrono di 'diarrea verbale', per così dire. È per questo che Swami dice: *“Athi Bhasha Mathi Hani, Mitha Bhasha Athi Hayi”* (l'eccessivo parlare provoca danni alla mente; parlare moderatamente dà grande felicità).

Così, con la pratica costante del silenzio e la solitudine, possiamo stabilirli nel cuore, anche nei luoghi più affollati e rumorosi. Questa gerarchia del silenzio del corpo, della parola e della mente, raggiungendo

lo stato di silenzio supremo (Brahman), può essere paragonata a quello che Swami descrive come fasi della devozione: *Bhautika Bhakti* (adorazione esteriore) che conduce a *Ekanta Bhakti* (adorazione in solitudine) che, infine, porta allo stadio di *Ananya Bhakti* (devozione unidirezionale per Dio, che implica l'abbandono totale). **Ananya Bhakti o Maha Maunam è l'esperienza non duale della Divinità ed essere in beatitudine in tutti gli stati.**

### Cominciamo la Sadhana

Quando pratichiamo il silenzio del corpo, della parola e della mente, sia esteriore sia interiore, che porta a *Maha Maunam*, raggiungiamo la meta finale, che è l'esperienza di Brahman. Si dovrebbe aspirare a questo sommo obiettivo, prendendo ispirazione da queste preziose parole del nostro amato Swami:

*"Il silenzio è l'inizio dell'arte di comunicare. Imparate a vivere in silenzio per qualche istante ogni giorno. **Rimanete in completo silenzio e ascoltate la voce di Dio. Potreste non***

***udire fisicamente la voce perché Dio può parlarvi attraverso il silenzio. Voi diventerete consapevoli del messaggio di Dio anche se non sentite alcuna voce. In quei momenti di silenzio, lasciate che la vostra mente riposi in Dio e in essa arriveranno i pensieri. Ma siate pazienti e non aspettatevi risultati immediati. Il successo arriverà quando persevererete. Sappiate che lo sono sempre con voi, anche quando non udite nulla, giacché lo sono voi e voi siete Me. Com'è possibile che non comunichiamo? Pensate a questo e non rinunciate facilmente."***

In molte occasioni, quando si rivolge a noi, Swami dice anche '*Silence is Sai lens*' (gioco di parole che significa 'il silenzio è la lente di Sai' – *ndt*). Preghiamo Swami affinché con i nostri intensi e sinceri sforzi, e per mezzo della Sua grazia e delle Sue benedizioni, possiamo intraprendere la *sadhana* del silenzio e raggiungere l'obiettivo supremo: la Realizzazione del Sé.

Jai Sai Ram!



# L'Adorazione nella Mente

*Questo è un Discorso particolare perché è il "primo"  
tenuto pubblicamente da Bhagavan.*

Quando studiavo alla scuola superiore di Uravakonda, un giorno Me ne andai, gettai via i libri e dichiarai che il Mio lavoro Mi aspettava. Lo studioso di telugu che ha appena parlato, vi ha già descritto questo fatto. Ebbene, quel giorno, quando rivelai pubblicamente alla gente, radunata nel giardino della casa del *pandit* di telugu in cui Mi ero recato, di essere la reincarnazione di Shirdi Sai Baba, insegnai questo primo canto:

*"Manasa Bhajare Guru Charanam  
Dustara Bhava Sagara Taranam."*

**Invitavo così chi soffre in questo perenne avvicinarsi di nascite e morti ad adorare i piedi del Guru (precettore spirituale), il quale si era annunciato ed era tornato per prendere su di Sé il fardello di tutti coloro che si rifugiano in Lui. Quello fu il Mio primo Messaggio all'umanità: "Manasa bhajare – Adorate nella mente!"**

Non ho bisogno delle vostre offerte di frutta e di ghirlande di fiori che potete acquistare per pochi centesimi: non sono propriamente vostre. DateMi invece qualcosa di vostro, che sia puro, fragrante di virtù e d'innocenza e lavato con le lacrime del pentimento! Invece voi portate ghirlande e frutta per fare bella mostra e per esibire la vostra devozione; ma i devoti più poveri, che non possono permetterselo, rimangono umiliati e addolorati perché non hanno la possibilità di dimostrare la loro devozione in modo così grandioso come fate voi. **Insediate**

**il Signore nel vostro cuore e offriteGli i frutti delle vostre azioni, i fiori dei vostri intimi pensieri e sentimenti. Questa è la venerazione che più gradisco, la devozione che più apprezzo.**

## **La Rieducazione dell'Umanità Continua in Tutte le Ere (Yuga)**

Nei negozi, le varie merci vengono tenute in confezioni separate, e ogni negozio è specializzato in un particolare articolo o gruppi di articoli. Invece in una fiera, centinaia di negozianti si associano per rendere disponibile ogni tipo di merce e allestiscono numerose vetrine per esporre i loro prodotti. Durante tutto questo periodo, in risposta alle vostre domande vi ho dato consigli individuali, come le singole confezioni che si trovano in un negozio. Il discorso di oggi invece è per voi un'esperienza nuova. **Infatti oggi Mi rivolgo a una vasta assemblea, ma, se per voi è una novità, non lo è per Me. In passato ho parlato a grandi folle, anche se non nella presente Forma.** Ogni volta che il 'Senza Forma' (*Brahman*) assume forma (un *Avatar*), deve portare a compimento la Sua missione e lo fa in modi diversi, ma l'unico proposito, la rieducazione dell'uomo, continua in tutte le ere (*Yuga*).

Come spesso vi ho detto, nei primi sedici anni di questa Incarnazione sono prevalsi i giochi divini (*lila*), mentre i sedici anni successivi sono stati per lo più dedicati ai miracoli (*mahima*) per donare gioia alla vostra generazione. Gioia e



# Manasa Bhajare Guru Charanam

*Adorate i Piedi  
del Guru nella mente*

soddisfazione sono tuttavia sensazioni di breve durata; dovete quindi coltivare quello stato d'animo di *Ananda*, di beatitudine, e renderlo un vostro possesso permanente. **Dopo il Mio trentaduesimo compleanno, Mi vedrete sempre più attivo nell'impartire insegnamenti spirituali (*Upadesh*) all'umanità che si trova allo sbando e nel guidare il mondo sul sentiero di Verità, Rettitudine, Pace e Amore (*Satya, Dharma, Shanti e Prema*).**

Questo non significa che lo escluda giochi e miracoli dalla Mia attività. Intendo solo dire che da quel momento il ripristino del *Dharma*, la correzione delle storture mentali e la guida dell'umanità per ricondurla sulla via del *Sanatana Dharma*, l'Eterna Legge Divina, saranno il Mio obiettivo principale.

Non lasciatevi confondere dal dubbio e da divagazioni inutili; non chiedetevi se e come riuscirò a compiere tutto ciò. Anche i mandriani di Brindavan dubitavano che il ragazzino (Krishna) cresciuto tra loro potesse sollevare il monte Govardhana e

tenerlo alzato! Ci vuole fede, e poi ancora fede.

## **Il Segreto del Successo Spirituale**

Una volta Krishna e Arjuna camminavano insieme lungo una strada.

Vedendo un uccello nel cielo, Krishna domandò: "È una colomba quella?"

Arjuna rispose: "Sì, è una colomba."

Krishna chiese ancora: "Non è un'aquila?"

"Sì, è un'aquila", rispose prontamente Arjuna.

"No, Arjuna; a Me sembra un corvo. Non è forse un corvo?" – chiese nuovamente Krishna.

Arjuna replicò: "Mi dispiace, Signore. È senza dubbio un corvo."

Krishna allora rise e lo rimproverò bonariamente per aver subito accolto qualsiasi suggerimento ricevuto, ma Arjuna disse: "Le Tue parole sono per me

“*La grazia del Signore è come la pioggia, l'acqua pura, che cade ovunque uniformemente, ma il suo sapore cambia a seconda del terreno attraverso il quale scorre.*”

ben più importanti di quanto vedono i miei occhi. Di quell'uccello Tu puoi fare un corvo, una colomba o un'aquila e, se dici che si tratta di un corvo, deve essere sicuramente così.” Una fede assoluta è il segreto del successo spirituale.

**Ricordate: il Signore ama la devozione più del devoto.** La grazia del Signore è come la pioggia, l'acqua pura che cade ovunque uniformemente, ma il suo sapore muta a seconda del terreno attraverso il quale scorre. Allo stesso modo, le parole del Signore suonano dolci ad alcuni e amare ad altri. I modi del Signore sono misteriosi. Egli benedisse Vidura, ardente devoto di Krishna, con le parole: “Che tu sia distrutto!” e Dussasana (malvagio Kaurava) con le parole: “Possa tu vivere per mille anni!” Egli intendeva dire che il senso dell’“io” di Vidura sarebbe stato distrutto, e che il malvagio Dussasana avrebbe dovuto soffrire i mali e le tribolazioni di questo mondo per dieci secoli.

Voi non conoscete le motivazioni reali che stanno dietro alle azioni del Signore. Non siete neppure in grado di comprendere le ragioni degli altri uomini che sono in tutto simili a voi e che hanno le vostre stesse attrazioni e repulsioni. Nonostante ciò, troppo facilmente pensate di avere individuato le motivazioni di Colui che è immensamente superiore al livello umano! Con quanta leggerezza parlate e giudicate cose che vi sono sconosciute quanto lo è la Terra per un pesce!

### **I Dolori Indicano la Nascita di una Nuova Vita**

Ci sono quattro tipi di persone: primo, i ‘morti’, che rinnegano il Signore e affermano che esistono solo loro, indipendenti, liberi, che si regolano e

dirigono da soli. Secondo, gli ‘ammalati’, che si rivolgono al Signore quando qualche calamità li colpisce o quando si sentono temporaneamente abbandonati dalle consuete fonti di aiuto. Terzo, gli ‘ottusi’, che sanno che Dio è l'eterno compagno e guardiano, ma che se Ne ricordano solo quando questa idea si fa intensa e potente. Infine, i ‘sani’, che hanno una fede salda nel Signore e che vivono sempre nella Sua amorevole e confortante presenza.

Voi procedete dalla ‘morte’ alla ‘vita’ e dalla ‘malattia’ alla ‘salute’ facendo esperienza delle varie avversità del mondo, che è un aspetto essenziale nel percorso di vita dell'uomo. Tramite l'angoscia della ricerca, alla fine la saggezza prevarrà e vedrà la luce. Vale quindi la pena subire tante sofferenze: esse stanno a indicare la nascita di una nuova vita. **Da *ashanti* (la mancanza di pace) raggiungerete *prashanti* (la pace suprema); da quest'ultima arriverete a *prakanti* (l'illuminazione spirituale), e da *prakanti* giungerete a *Paramjyothi*, (la Suprema Divina Radianza).** L'avvicinarsi della gioia e del dolore è come l'alternarsi del giorno e della notte. Il giorno e la notte sono come due gemelli; entrambi sono necessari per incrementare la fertilità del suolo, per attivare e rinvigorire la vita. Sono come l'estate e l'inverno.

C'è chi Mi chiede: “Baba, rendi meno torrida questa estate!” Ma, grazie al calore dell'estate, la Terra assorbe dal sole l'energia necessaria, in modo che, quando arriveranno le piogge, essa darà un abbondante raccolto.

### **Continuate a Risplendere della Vostra Vera Natura**

Il caldo e il freddo fanno parte del piano

di Dio: a voi è dato solo saperlo. Dovete quindi considerare entrambi preziosi. In natura ci sono piante con e senza spine; l'uomo saggio sa riconoscere il valore di entrambe. Infatti, semina le piante senza spine e poi le circonda di spine in modo che non vengano danneggiate. L'attività può salvare o uccidere: è come la gatta che prende in bocca i gattini per portarli in un luogo sicuro, ma addenta anche il topo per ucciderlo e divorarlo. Fate come il gattino e la gatta, e ciò vi porterà in salvo come una madre amorevole. Fate come il topo, e sarete spacciati.

Dio attrae l'individuo a Sé perché è naturale che ci sia questa affinità; infatti entrambi sono la medesima entità. Essi sono come il ferro e la calamita; tuttavia se il ferro è arrugginito o ricoperto da strati di sporcizia, la calamita non potrà esercitare la sua forza di attrazione. Eliminate quindi l'impedimento: è tutto quello che dovete fare. Continuate a risplendere della vostra vera natura e il Signore vi attirerà al Suo petto! **Prove e tribolazioni sono i mezzi con cui questa purificazione viene effettuata. Ecco perché Kunti (la madre dei Pandava) pregava Krishna: "Dacci sempre delle difficoltà, in modo da non dimenticarTi mai."** Le difficoltà sono come le limitazioni dietetiche che il medico prescrive al paziente per incrementare l'effetto della medicina del ricordo del Nome di Dio (*Namasmarana*).

### **Non Rinunciate alla Pratica Spirituale**

Sai è amato da tutti, ma potete recitare qualsiasi nome che vi dia gioia. I gusti variano in relazione al temperamento e al carattere che si è formato con le innumerevoli nascite in questo mondo come esseri viventi. Il proprietario di un bar va dal farmacista a farsi dare una pastiglia per alleviare il suo mal di testa e il farmacista, quando gli viene l'emicrania, va al bar a bere una tazza di caffè, utile secondo lui a togliergli il dolore. Le persone sono così; i loro gusti sono diversi.

Il saggio (*Jnani*) dice: "Dio è in ogni cosa (*Sarvam Brahmamayam*)."  
Un altro, uno *yogi*, asserisce che tutto è energia. Un terzo, che è un devoto (*Bhakta*), dichiara che tutto è il gioco di Bhagavan (il Signore).



“*L’esercizio spirituale è assolutamente indispensabile per controllare la mente e i desideri che essa rincorre. Se non ci riuscite, non rinunciate all’esercizio spirituale, ma praticatelo con più vigore.*”

Ognuno si comporta secondo la propria mentalità e in conformità al progresso raggiunto nella disciplina spirituale. Non abbiate fretta e non deridete nessuno, poiché tutti sono pellegrini in cammino sulla stessa via.

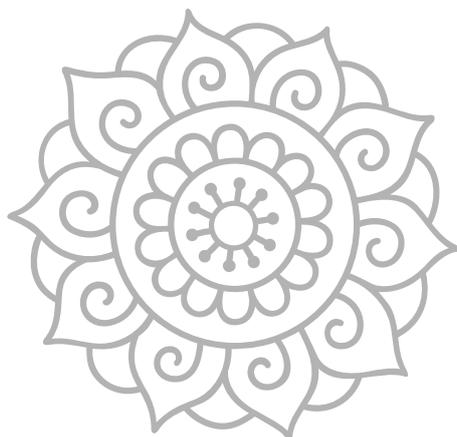
La pratica spirituale è assolutamente indispensabile per controllare la mente e i desideri che essa rincorre. Se non ci riuscite, non rinunciate all’esercizio spirituale, ma praticatelo con ancor più vigore, perché è proprio la materia in cui non siete riusciti a prendere la sufficienza quella che necessita di un impegno maggiore, non è forse vero? ‘Pratica spirituale’ significa purificazione sia interiore sia esteriore. Non vi sentirete certo ristorati se indosserete abiti sporchi dopo aver fatto un bagno, vero? Ma non vi sentirete ristorati neppure

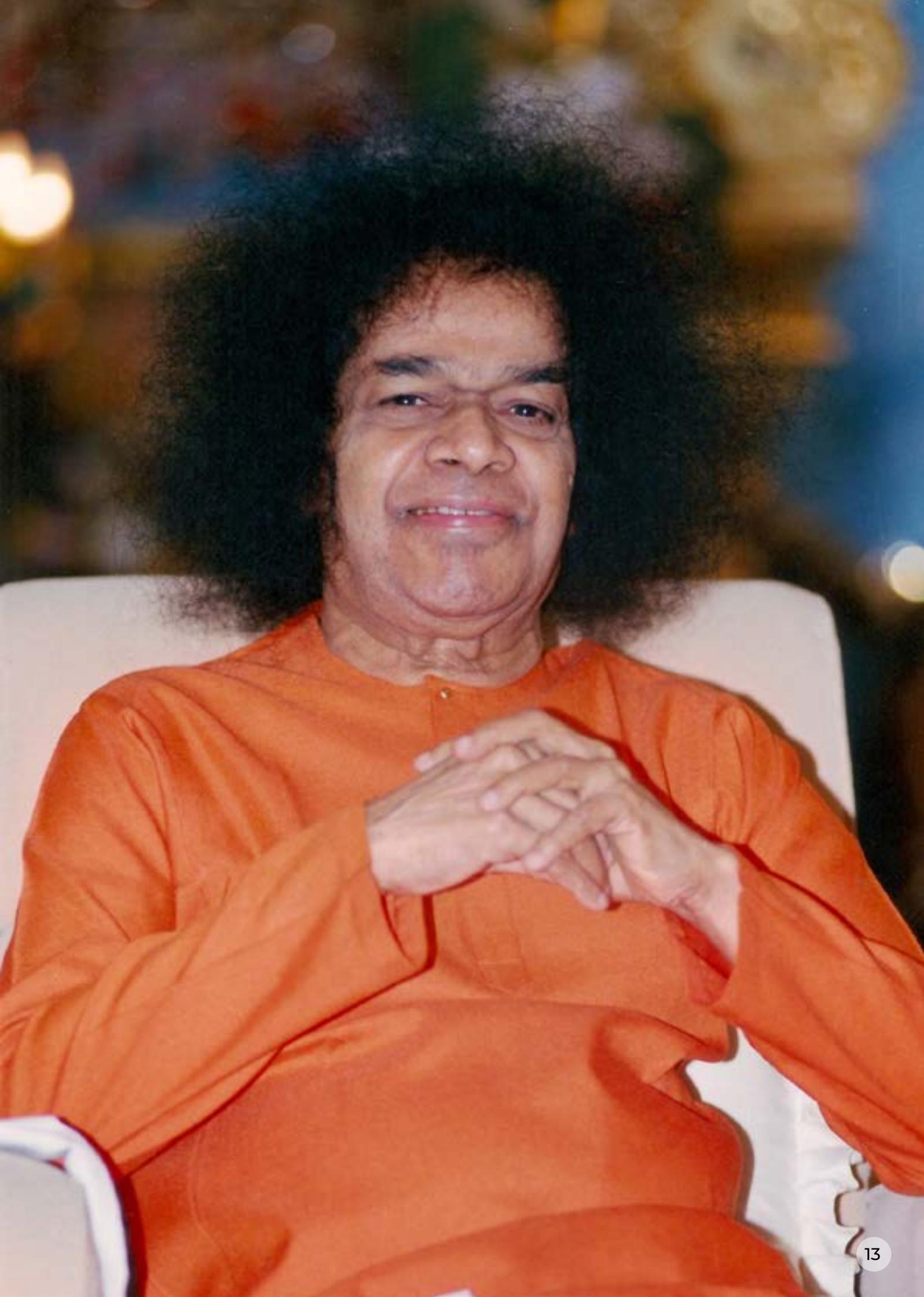
se indosserete abiti puliti senza avere fatto prima un bagno. Entrambi sono necessari: l’esteriore e l’interiore.

I bambini credono alle vostre parole se dite loro che il poliziotto li prenderà o che il fantasma li picchierà. Essi sono colmi di rispetto, di forza d’animo e di fede, mentre voi siete cresciuti e vi siete riempiti la testa di ogni sorta di dottrine, dogmi, teorie e conflittualità; perciò ora dovete usare la vostra discriminazione e scoprire Dio con più difficoltà. Vi dirò un’altra cosa: non c’è nessuna scappatoia; **tutte le creature dovranno giungere a Dio un giorno o l’altro, seguendo la via lunga o quella breve.**

– Sri Sathya Sai Baba

17 ottobre 1953





Esperienze dei  
Devoti

# Instaurare un'INTIMA CONNESSIONE con Swami



**SWAMI CHIAMÒ TUTTI NOI STUDENTI ALLA SUA RESIDENZA TRAYEE** a Brindavan, Whitefield, Bangalore. Ci sedemmo intorno all'altalena decorata su cui era Lui. Stava per iniziare la tanto desiderata Sessione Trayee. Swami la cominciò con una domanda profonda: *"Chi è Swami?"*

Vi furono molte risposte.

"Tu sei nostra madre e nostro padre divini..."

"Tu sei il *Sadguru!*"

"Swami è il *Brahman Supremo.*"

"Tu sei Colui che ha l'amore di un milione di madri."

## *“Egli non sarà in grado di cantare perché gli manca l'intima connessione con Me.”*

Seduto a poche file dai Suoi piedi di loto, qualcosa si agitò dentro di me. Alzando la mano e la voce, sbottai: **“Swami, Tu sei la Coscienza, l'Abitante Interiore.”**

Gli occhi di Swami si illuminarono immediatamente, ed Egli annuì. Mi lodò, dicendo: *“Guardate, questo ragazzino ha dato la risposta esatta. **Swami è il vostro Abitante Interiore, la vostra Coscienza.**”*

Avvertii interiormente un'ondata di gioia e orgoglio indescrivibili. Mi ero appena iscritto all'11° grado nella Scuola di Swami a Puttaparthi. Soprattutto avevo dato la risposta giusta quando nessun altro lo aveva fatto, e fui anche lodato da Swami Stesso!

Swami continuò il Suo Discorso e, di tanto in tanto, fece riferimento al concetto di coscienza, premettendolo con: *“Come questo ragazzino ha detto...”* lo continuai a essere al settimo cielo, euforico di gioia e orgoglio. Dopo circa mezz'ora, Egli si voltò verso di me e mi chiese: **“Se credi veramente che Swami sia la tua coscienza, farai le cose che stai facendo?”**

Dall'essere al settimo cielo, piombai a terra!

### **Dalla Sua Scuola al Suo College**

Un paio di anni dopo, ero uno studente universitario presso l'Istituto Sri Sathya Sai d'Istruzione Superiore. Desideroso di unirmi al gruppo di musica, partecipai al MAT (Test Attitudinale di Musica). Nel pomeriggio, il direttore informò Swami delle prestazioni degli studenti nel MAT. Aveva le schede di ogni studente partecipante e il risultato della selezione o il rifiuto. Quando arrivò alla mia, disse a Swami che ero stato inserito nella Banda di Ottoni dell'Università. Swami immediatamente disse che era un bene che non fossi nel Gruppo *Bhajan*, e aggiunse: *“I suoi genitori lo hanno sempre incoraggiato a cantare, ma egli continuava a tirarsi indietro. Non sa cantare, ed è bene che sia nella banda.”*



Ancora una volta, ero sorridente e felice perché non mi importava di quello che Swami diceva delle mie limitazioni purché parlasse di me! Ma poi arrivò un duro colpo. Swami disse: *“Egli non sarà in grado di cantare perché gli manca l'intima connessione con Me.”*

Quando udii ciò, mi sentii distrutto. Tutto ciò che Swami aveva detto di me, che mi allontanavo dal canto, era vero. Swami è l'Incarnazione della Verità. Ciò significava che effettivamente mi mancava un'intima connessione con Lui! **Decisi senza indugio che dovevo fare quella connessione con Lui e lavorare per rafforzarla.** Ancora una volta, la mia risposta alla Sua domanda di alcuni anni prima dimostrò di essere solo conoscenza teorica: dovevo connettermi con la mia coscienza.

### **Connettetevi con Swami Interiormente**

#### **Non Solo nel Corpo e nella Mente**

Quando ero al secondo anno al college, mi ruppi il legamento della caviglia. Zoppicando, non ero nemmeno in grado di andare al *darshan*. Questo mi rese molto triste e mi sentii giù di morale. Ecco perché mi sentii euforico quando, un pomeriggio, uno studente anziano venne correndo nella mia stanza dell'ostello, dicendo che Swami mi voleva nel *mandir*.

Pensai che quello sarebbe stato il momento della *“eliminazione del malanno”* (in cui

*“Non ascoltate il  
corpo.  
Non ascoltate la  
mente.  
Ascoltate la vostra  
coscienza”*



Bhagavan lo avrebbe istantaneamente guarito solo dicendo “problema cancellato”), quando Swami mi avrebbe guarito all’istante. Ero sicuro che mi avrebbe dato della *vibhuti* e restituito la salute.

Mi preparai rapidamente, presi le stampelle e mi precipitai al *mandir* in bicicletta. Una

coppia di miei compagni di classe erano lì per salutarmi e per aiutarmi a sedermi su una sedia nel *mandir*. Ancora una volta, inconsciamente, mi piaceva essere al centro dell’attenzione poiché continuavo a essere trattato come un VIP. Ma quella sensazione svanì non appena Swami si avvicinò a noi durante il *darshan*. Non mi parlò. Chiese, invece, ai due studenti che mi stavano assistendo: “*Come si è rotto la gamba?*”

Quando Gli spiegarono tutto, Egli scosse la testa e rispose che non era sorpreso che fossi caduto perché avevo avuto gli occhi in cima alla testa!

“*Troppo ego... Non vede dove sta andando!*”

Il fatto che mi avesse ignorato completamente fu come strofinarmi sale sulle ferite. Allo stesso tempo, Egli spiegò dettagliatamente la mia condizione al dottor Safaya, Direttore dell’Istituto Superiore Sri Sathya Sai di Scienze Mediche. Non vi è dubbio che ricevetti la migliore cura medica disponibile, ma il *trattamento silenzioso* di Swami mi ferì più che sottopormi alla cura medica stessa. Per i successivi due mesi, Swami mi ignorò completamente e non mi parlò.

La rottura del legamento peggiorò e dovetti subire un intervento chirurgico. Divenni molto triste e pensai che a Swami non importasse di me. Egli sicuramente sapeva che non ne stavo capendo il motivo. Un paio di giorni prima del mio intervento, Egli venne da me e mi domandò: “*Come stai?*”

“Swami, sto bene, ma fa male...”

“*Fa male quando cammini? Fa male di più al mattino o alla sera?*”

Ah! Stavo attirando la Sua attenzione, ma non afferravo il senso di ciò che stava facendo. Quindi, inscenando una parte come meglio potei, mi mossi esagerando:

“Swami, è così difficile anche con le stampelle... Fa sempre male.”

Speravo ancora nel momento di eliminazione del malanno, ma poi Swami disse: “*Se quella gamba ti fa così male, tagliala e buttala nel fiume Chitravati!*”

Mi dette un buffetto affettuoso sulla guancia e andò via.

Swami raramente dice qualcosa senza un intimo significato. Mentre riflettevo sulla Sua divertente, ma profonda osservazione, mi resi conto che ero diventato talmente concentrato sul mio infortunio e su me stesso da aver completamente dimenticato Swami. Pensavo che stesse ignorandomi, mentre, in realtà, ero io che ignoravo Lui. **Prestare attenzione a Swami non è andare al mandir e sedersi lì da soli. Si tratta invece di fare un'intima connessione con Lui e non focalizzarsi sul corpo!** Non c'è da stupirsi che Swami dica: *“Non ascoltate il corpo. Non ascoltate la mente. Ascoltate la vostra coscienza.”*

### **Perché è Essenziale e Benefico Sviluppare l'Intima Connessione**

Dopo aver lasciato Prashanti Nilayam, frequentai la scuola di specializzazione a Minneapolis, nel Minnesota, USA. Vivevo nella zona dei quartieri alti e andavo quotidianamente in auto all'Università. Una volta, stavo facendo ritorno dopo aver completato il mio lavoro per la giornata. In genere sono un pilota attento e guido molto prudentemente. Tuttavia, quel giorno, poiché la luce del semaforo era gialla, e stava per diventare rossa, istintivamente cominciai a rallentare. Poi, udii distintamente una voce dall'interno che mi diceva: *“Vai più veloce! Premi sull'acceleratore.”*

La voce era così convincente che immediatamente premetti sull'acceleratore e attraversai velocemente l'incrocio. Raggiunsi casa con una strana sensazione.

“Perché l'ho fatto? Quello non sono io..”

Allo scopo di cancellare la mia sensazione inquietante, per eliminarla e sentirmi meglio decisi di andare a correre lungo il bellissimo lago Cajun. In seguito, sul mio telefono notai che avevo ricevuto più di 20 chiamate, da familiari e amici! Mi chiesi che cosa stesse accadendo, e per primo telefonai a mia madre. Ella disse: “Grazie a Dio hai chiamato! Ero così preoccupata! Come stai?”

“Che cosa è successo, mamma? Perché sei preoccupata?”

“Non lo sai? Il ponte Interstate 35W sul fiume Mississippi, vicino al centro di Minneapolis, è crollato, portando con sé più di 100 veicoli! Molte persone sono morte, e centinaia sono state ferite...”

Avevo attraversato quel ponte 20 minuti prima dell'incidente! Corsi a casa e controllai le notizie in televisione. Il ponte era crollato alle 18,05. Io l'avevo percorso alle 18,04! Il mio cuore si riempì di gratitudine per Swami. Fu l'ennesimo atto della grazia e della benevolenza di Swami che aveva parlato attraverso la mia voce interiore per salvarmi e mostrarmi quanto essa possa essere potente e forte. **Mi fece capire che connettersi intimamente con Lui non è solo essenziale, ma anche estremamente vantaggioso.**

**Ciò mi ha salvato la vita. Può sicuramente anche redimerla!**

Dr. Ajay Yekkirala 



*Il Dottor Ajay Yekkirala si è diplomato presso la Scuola Secondaria Superiore Sri Sathya Sai e ha conseguito una Laurea di Primo Grado di Scienze in Bioscienze presso l'Istituto Sri Sathya Sai di Istruzione Superiore (SSSIHL). Ha fatto parte della Banda degli Ottoni dell'SSSIHL come percussionista e chitarrista e si è esibito diverse volte alla divina presenza di Swami. Ha conseguito un dottorato di ricerca in Farmacologia presso l'Università del Minnesota, USA, e ha ottenuto e completato una borsa di studio per la ricerca in Neurologia presso la Harvard Medical School, USA. Il dottor Yekkirala è anche un imprenditore che ha fondato aziende biotech per affrontare varie malattie. È il Presidente del Centro Sai di Norwood, nel Massachusetts, USA. Egli e sua moglie insegnano l'Educazione Spirituale Sai (SSE) rispettivamente ai bambini del Gruppo 4 e del Gruppo 3.*

# O MENTE! NON CERCARE NULLA



In diverse occasioni, nei Suoi Discorsi, Swami canta una poesia:

*Adugakuve O Manasa!  
Adugu Koladi Adi Adugunu Padunani  
Adugakunna Pani Vadigaanagunani  
Aduvani Sabarini Aadarinchade!*

Non chiedere, o mente! Più chiedi, più ciò è posizionato in basso. Senza chiedere, l'attività procede rapidamente. Sabari (un'ardente devota di Sri Rama), che non chiese mai, venne inondata di grazia!

**Se volete chiedere qualcosa a Dio, pregate così: "O Signore! Lascia che io abbia solo Te." Una volta assicuratosi il Signore, otterremo tutto ciò di cui abbiamo bisogno.** Ecco perché Mira cantava: "O cuore, bevi il nettare dell'amore divino."

Nel Suo Discorso del 9 ottobre 1989, Swami disse: "*Quando potete avere l'amore divino, desiderare qualsiasi altra cosa è come chiedere la polvere di caffè (una banale richiesta) al Kalpataru! (l'albero che esaudisce i desideri).*"

Per molti anni, con questa faccenda di chiedere o non chiedere, Swami mi ha lasciato perplesso. Se non a Lui, a chi altro potrei chiedere? Parlandone con un *fratello Sai*, condivisi questo dilemma. Egli mi disse che, quando si è in quello stato di Unità con Swami, durante la meditazione, nella beatitudine dei *bhajan* ecc., sperimentando che noi e Swami non siamo diversi, non c'è bisogno di chiedere. Tuttavia, quando ci si identifica con il corpo e si vede Swami come separato da noi potremmo volerGlielo chiedere. Ho cercato la risposta da Swami Stesso durante la meditazione. **La Sua risposta è stata: "Non chiederMi**

**nessuna. Io so che cos'è meglio per la tua evoluzione spirituale.**" Da allora, ho deciso di smettere di chiedere a Swami qualsiasi cosa, terrena o spirituale.

### **La Prova è di Suo Gradimento**

La mia determinazione venne messa alla prova, nell'agosto del 2018, quando, dopo una risonanza magnetica, mi fu diagnosticato un cancro alla prostata. Dovevo fare una biopsia e chiesi al mio urologo se poteva essere posticipata fino a dopo la mia visita a Puttaparthi, nel novembre del 2018, ed egli mi dette il permesso. Durante quella visita a Prashanti Nilayam, offrii i miei riverenti omaggi a Swami, ma non Gli chiesi mai la guarigione.

Al mio ritorno, venne eseguita la biopsia, e fu confermato che avrei avuto bisogno di un intervento chirurgico. Invece delle consuete procedure, il mio urologo mi consigliò la chirurgia robotica, ma questa non era disponibile localmente a Trinidad e Tobago o presso l'Ospedale di Alta Specializzazione di Puttaparthi. Era disponibile negli Stati Uniti, ma a un prezzo esorbitante, costo che la mia assicurazione sanitaria non avrebbe coperto!

All'improvviso mi venne l'idea di contattare un mio vecchio compagno della Scuola di Medicina di Nuova Delhi. Nel giro di una settimana, ottenni un appuntamento per sottopormi all'intervento chirurgico presso il Centro di Ricerca sul Cancro Rajiv Gandhi a Nuova Delhi. Quando Swami dà un'idea, si prende cura anche della sua attuazione! Nonostante uno sciopero della British Airways, io e mia moglie viaggiammo via Londra e arrivammo a Delhi in tempo per l'intervento chirurgico.

Durante la mia prima visita all'ospedale, c'erano moltissime persone e trascorsi l'intero giorno per la preparazione prechirurgica. Alla fine della giornata, emersero ansia, jet lag e stanchezza, e iniziai ad avere dei ripensamenti circa il sottopormi a un intervento chirurgico in un luogo così lontano dalla mia famiglia e da casa. Swami, nel Suo solito stile, intervenne a placare le mie paure!

### **"Perché Temere Quando Io Sono Qui"**

Quando ero seduto con il medico nel suo ufficio, mentre egli esaminava i risultati dei miei esami, ricevetti una telefonata

da uno dei miei ex studenti SSE che ora lavorava a Nuova Delhi. Quando terminai la chiamata dicendo *Sai Ram*, il medico sollevò lo sguardo dai miei test e mi chiese: "Dottore, ha appena detto Sai Ram nella sua conversazione telefonica?"

"Sì, l'ho fatto..."

Allora, egli continuò: "Dottore, io sono un devoto di Sai, i miei genitori sono devoti di Sai, e voglio dirle che il chirurgo assegnato al suo caso è il miglior chirurgo robotico del Sud est asiatico! Non abbia paura; è in buone mani. Swami si prenderà cura di lei."

**Quando egli condivise ciò con me, improvvisamente mi resi conto che il nostro amorevole Signore si stava prendendo cura di tutte le mie esigenze e, immediatamente, mi sentii a mio agio!**



Con la Sua grazia, l'intervento fu portato a termine senza complicanze. A partire da ora, 2023, io sono libero dal cancro da quasi cinque anni!

La storia non finisce qui.

### **Prashanti Nilayam è Dove e Quando Pensi a Me**

Questo viaggio in India fu la prima volta, dopo esservi andati 10 volte, che io e mia moglie non abbiamo avuto la possibilità di visitare Puttaparthi. Perciò, ci sentivamo molto tristi. Pochi giorni prima del nostro ritorno a casa, il mio ex studente SSE ci invitò a frequentare un programma presso il Centro Sai Internazionale di Nuova Delhi per l'installazione dei *Sai Paduka* (sacre calzature di Sai).

Al programma per i canti dei *Veda*, i *bhajan* e i *Satsang* (dibattiti spirituali), che duravano circa quattro ore, si unì un grande gruppo di studenti, provenienti da Puttaparthi. Sperimentammo la pace suprema di Prashanti Nilayam senza dovervi essere fisicamente!

Era giunto il momento di tornare a casa.

Dopo l'intervento chirurgico, sarei stato incontinente per dodici settimane, con la necessità di indossare pannolini per adulti, e vedevo con preoccupazione il volo di 20 ore del ritorno a casa. Di nuovo, Swami intervenne, e la compagnia aerea, senza alcuna nostra richiesta, ci dette gratuitamente i posti nella business class. Inutile dire che feci un viaggio comodo di ritorno a casa! Non Gliel'ho mai chiesto, ma il nostro amorevole Swami si era ancora preso cura di tutte le mie esigenze.

Amato Baba, sappiamo che Tu sei con noi in ogni momento della nostra vita, amandoci, guidandoci, sostenendoci e incoraggiandoci ad avere fede in Te e fede in noi stessi. **Ti preghiamo di darci la saggezza e la fede per capire che qualunque cosa accada nella nostra vita è per la nostra crescita spirituale. Dolce Signore, noi Ti amiamo e riponiamo la nostra fiducia in Te.**

Sai Ram.

**Dottor Gautam Tewari**  
TRINIDAD E TOBAGO



*Il Dottor Gautam Tewari ha conseguito una laurea in Medicina di Famiglia. È un medico in pensione che ha praticato la Medicina di Famiglia per 41 anni. Ha anche lavorato come professore associato presso l'Università della Scuola di Medicina delle Indie Occidentali. Il dottor Tewari giunse da Swami nel 1987 e serve la SSSIO da oltre tre decenni. Ha ricoperto varie posizioni nelle Ali Devozionali, Educative e di Servizio della SSSIO delle Indie Occidentali. È Coordinatore Centrale della SSSIO Zona 1 per Aruba, Barbados, Curacao, Guyana, Giamaica, St. Kitts, St. Lucia, St. Maarten, Suriname e Trinidad & Tobago.*

# Non Violenza (Ahimsa)

Non c'è austerità superiore alla non violenza. Non violenza è sinonimo di verità e amore. L'amore può essere raggiunto attraverso la pratica della non violenza. Il voto di non violenza (*Ahimsa Vrata*) è praticato fermamente solo da coloro che sacrificano ricchezza, nome e fama. Una persona debole non può praticare la non violenza.

**Non violenza significa non causare alcun dolore agli altri esseri viventi con il pensiero, la parola e l'azione. Il che vuol dire non fare del male, dalla formica o dalla zanzara fino agli esseri umani e agli dei, da un filo d'erba al grande albero di *banyan*.** Si può dubitare che, per gli esseri umani, questo sia possibile. Le azioni sono di due tipi. Uno è secondo le Scritture, e il secondo è contro le ingiunzioni delle Scritture. Compiendo azioni secondo tali ingiunzioni, si sviluppa purezza interiore. Le azioni compiute senza seguire la guida delle Scritture porteranno alla rovina.

I *Panchakosha* (cinque involucri) - involucro del cibo (*Annamaya*), involucro della forza vitale (*Pranamaya*), involucro mentale (*Manomaya*), involucro dell'intelletto (*Vijnanamaya*) e involucro della beatitudine (*Anandamaya*) – forniscono, all'essere umano, lo slancio a informarsi e riflettere. Proprio come gli esseri umani che possiedono tali cinque involucri subiscono felicità e dolore, è anche loro scopo principale non danneggiare coloro che affrontano difficoltà o dolore. Se si analizza attentamente, gli alberi e anche le viti sono vivi, e ci si può chiedere se sia violenza sottoporli al dolore. È vero che anche questa è violenza, ma la loro sofferenza non è facilmente visibile come negli esseri umani, negli animali e negli uccelli.

A parte ciò, questi (i vegetali) nascono solo dai cinque elementi (*Panchabhuta* - terra, acqua, fuoco, aria e spazio). È attraverso di loro che crescono e diventano grandi. Non hanno l'involucro mentale (*Manomaya kosha*) per provare piaceri e dolori. Tuttavia, è nostro dovere utilizzarli come necessario e nutrirli in modo appropriato. Questo soddisfa anche le ingiunzioni delle Scritture. Esse non indicano tali atti come violenza. Le persone fanno domande maliziose solo per discutere e sostengono che anche essi soffrono dolore se vengono colpiti: queste sono le loro reazioni naturali, ma non vere espressioni di dolore.

Bhishma spiegò in dettaglio proprio questa problematica a Dharmaraja nello *Shanti Parva* (12<sup>a</sup> delle 18 parti del *Mahabharata*, la grande epica). Per esempio, il medico eseguirà un intervento chirurgico su un paziente per alleviarlo dal dolore. Questo costituisce forse violenza? Durante l'intervento, il sangue esce da molte parti del corpo; ciò accade mentre tutti stanno guardando. Qualcuno incolpa il medico di aver sbagliato? No. Lo salutano con le braccia tese ed esprimono la loro gratitudine. Considerano ciò che ha fatto come un grande servizio e, per questo motivo, il medico otterrà anche nome e fama, ma non colpe. Lo stesso medico, se colpisce i passanti con un coltello, viene criticato e chiamato medico colpevole, uomo violento e uomo malvagio.

Questi sono i diversi aspetti della violenza e della non violenza. Causare dolore con amore per il bene è azione non violenta. L'atto di coloro che causano dolore con il cattivo proposito di causare danni è considerato violenza. Il giudice in un caso ha deciso per la condanna a morte. Sarà questo considerato violenza? Oppure non violenza? È stabilito dalla legge e dalla giustizia, e non a causa di odio personale o pregiudizio da parte del giudice. Ciò costituisce la punizione inflitta dopo aver condotto un'indagine e un adeguato processo. Questa non è violenza.

I genitori disciplinano i loro figli e gli insegnanti disciplinano e puniscono gli studenti. Questa non è violenza. Lo fanno in modo che i bambini possano fare progressi. **Questa è non violenza. La punizione inflitta senza odio e con una mente altruistica non è violenza, ma non violenza.** Azioni, parole e pensieri fatti con odio, desideri ed egoismo sono violenza. Al contrario, azioni, parole e pensieri privi di odio, fatti senza egoismo per il progresso e il miglioramento degli altri, costituiscono non violenza.

*Bhagavan Sri Sathya Sai Baba*



విప్రులంకా తెలుదెను డ, కకణా శుభ్రాకలనా పాక్ష్యో  
 తోవంకీ-శ్రీ, లోకీ-చోనీ, తేయ బాధనం వారంబు  
 ప్రాసంక తేనా బోధి నులు గోనీ బాధ నులు గో: కార  
 క్రమము కర్మ బాధలద్రవపంకును శుభ తం రంక బాబు  
 బం కననో బాధను జూని యేవకేగా బం బాపాబుకాదే  
 బాక్ష్యం నుం బం బంబా? తోల తేనా బోధి బాక్ష్యం  
 దుల తేనా? తోనీ క్రీయబుకల తేయం బంబుల తేనా  
 బాధకని బు బా బా క్రీయకనం బంబుల, బాధక బా  
 బాక్ష్యం బోధి బాక్ష్యం బాధను గాని బంబుల తానీ.  
 తోనీ బాక్ష్యం వారం గాని బాధ క్రీయ బాక్ష్యం తేనా  
 బాధాబుకం బంబుల-కం బాక్ష్యం బాధ ను బంబుల.

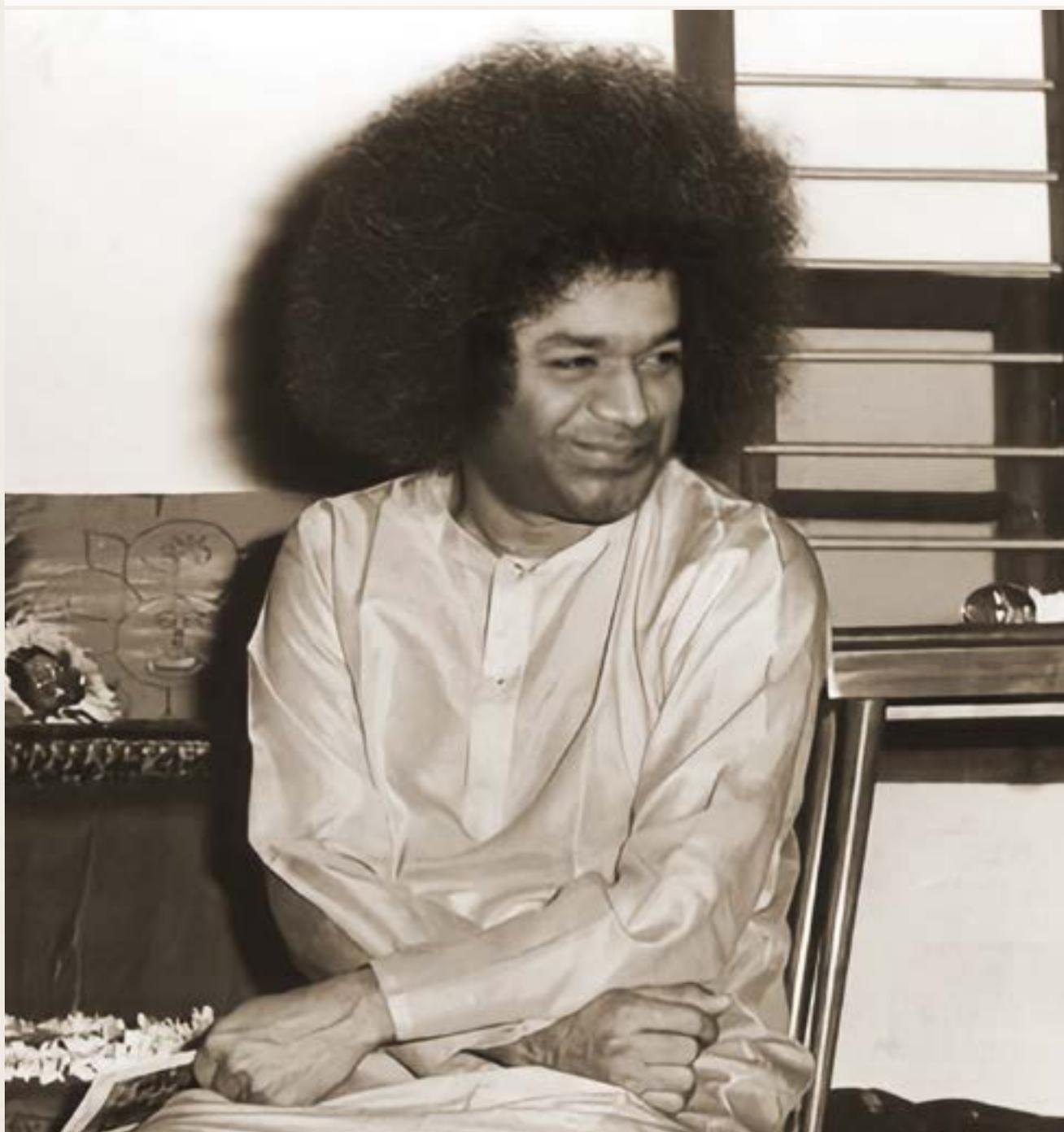
ప్రాసంకా తేనా బాధను బాధా బాధను బాధను బాధను  
 బాధను బాధ బాధను తేనా బంబుల బాధ బాధను, తేనా  
 బాధను బాధ బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను  
 బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను

తేనా బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను  
 బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను బాధను

Chi meglio del nostro Bhagavan Stesso può riassumere l'essenza dei cinque Valori Umani? Swami concesse questo dono all'umanità quando, il 19 novembre 1990, inaugurò il primo museo a Puttaparthi, il Museo Sanathana Samskruti. Comunemente conosciuto come 'Museo dell'Eredità Eterna', esso si trova in cima alla collinetta sul lato meridionale dell'ashram.

Swami aveva benedetto la fausta occasione scrivendo l'essenza dei cinque Valori Umani di Suo pugno per farla collocare nel museo. In quel momento, venne condivisa una copia del prezioso documento tra alcuni dei devoti anziani. Siamo fortunati ad avere ottenuto una copia del dono

di Swami all'umanità e intendiamo condividerla, con un valore alla volta, con i devoti di tutto il mondo.



# AMORE IN AZIONE



## AUSTRALIA

### Cominciare la Vita Con l'Amore di Dio

Il 25 giugno 2023, venticinque membri del Centro Sai di Melbourne, in Australia, hanno confezionato con gioia 250 kit per il parto. **Questi kit sono stati distribuiti alle donne che partoriscono a casa nelle regioni remote del Paese in via di sviluppo. Essi riducono le infezioni nei momenti chiave e ad alto rischio durante il travaglio, la nascita e il post-parto, aiutando la madre, il neonato e gli assistenti al parto.** La SSSIO dell'Australia fa questo prezioso servizio da oltre dieci anni, assieme alla 'The Birthing Kit Foundation', con la consegna delle forniture e imballaggio dei kit.

Nel compiere il servizio, i partecipanti, giovani e meno giovani, hanno espresso la loro sincera gioia e soddisfazione. Era evidente che le madri in attesa nelle regioni remote non erano le sole beneficiarie del servizio! L'energia positiva e l'amore che accompagnano ciascun kit sarà anche un buon inizio per molte nuove vite. each kit will also be a good beginning for many new lives.



Guardate altre storie di servizio amorevole da parte di volontari provenienti da tutto il mondo al Sito Web Sri Sathya Sai Universe:  
<https://saiuniverse.sathyasai.org>



## NUOVA ZELANDA

### Una nuova prospettiva di vita per la CUE Haven Forest Reserve

Il CUE (Coltivare la Comprensione e l'Illuminazione) Haven Forest Reserve è una fiorente, autosufficiente Riserva Forestale autoctona di 24 ettari vicino ad Auckland, Nuova Zelanda, supportata dalla comunità. Le persone si riuniscono in questo santuario per connettersi con la natura e l'un l'altro, mentre festeggiano e imparano a conoscere il patrimonio naturale, culturale e storico della Nuova Zelanda. Tuttavia, in un recente ciclone, la Riserva ha subito danneggiamenti, spingendo 17 membri della SSSIO della Nuova Zelanda a piantare, il 25 giugno 2023, oltre 250 alberi in tale area, come servizio a Madre Natura.

**Nonostante il tempo inclemente, e il terreno ripido, accidentato e in condizioni fangose, i volontari erano tutti sorridenti mentre piantavano questi alberi autoctoni.** La SSSIO della Nuova Zelanda lavora dal 2011 con il trust di beneficenza proprietario di questa Riserva Forestale. Il duro lavoro e il servizio amorevole dei volontari SSSIO sono stati riconosciuti in un Post sul blog che esprime la gratitudine e l'apprezzamento del trust.



## SUDAFRICA

### Resistere alle Tempeste e Fornire Soccorso

Il 3 luglio 2023, una forte tempesta ha portato forti venti e pioggia all'insediamento di Inanda a Durban, in Sudafrica, con conseguente grave difficoltà per la popolazione locale. I volontari della SSSIO si sono precipitati ad aiutare le persone colpite dalla tempesta e **hanno distribuito 200 pasti caldi, coperte e generi alimentari. 200 hot meals, blankets, and groceries to the affected families.**





## TRINIDAD & TOBAGO

### La Tartaruga di nome 'Sai'

#### La Tartaruga di Nome 'Sai'

Alla tartaruga che è nata la mattina del 22 luglio 2023, presso 'The Phoenix Paws and Claws Rescue Sanctuary', a Trinidad & Tobago è stato dato il nome 'Sai' in segno di gratitudine e apprezzamento per i contributi dell'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai (SSSIO).

Lo stesso giorno, i Giovani Adulti della SSSIO di Trinidad e Tobago hanno consegnato i seguenti articoli a un rifugio per animali: forniture igieniche, sapone da bucato e per piatti, cibo per gatti e cani, frutta, verdure a foglia verde, foraggi naturali, cetrioli, angurie, ortaggi e zucche. **Questo rifugio per animali a Santa Rosa Heights, Arima, è stato fondato nel 1996 e accoglie oltre 112 cani, gatti e animali selvatici che erano stati abbandonati di fronte al santuario o trovati feriti per strada.** I Giovani Adulti hanno trascorso un pomeriggio meraviglioso al rifugio poiché l'amore e l'unità riempivano i loro cuori mentre si prendevano cura e interagivano con gli animali.



I Seva è la più alta Sadhana, perché Dio Stesso prende forma umana e scende per servire l'umanità e condurla agli ideali che ha ignorato. Perciò, considerate quanto sarà felice Dio quando l'uomo serve l'uomo!

**Sri Sathya Sai Baba**

20 novembre 1970





# Nutrire la Natura

## VIAGGIO DI 'SAI-100' VERSO UN MILIONE DI ALBERI IN AFRICA

L'Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai (SSSIO) ha intrapreso lo stimolante e ambizioso programma SAI-100 come offerta d'amore e gratitudine al Signore Sai per il Suo 100° Compleanno. Il programma comprende 12 iniziative per servire l'umanità, intensificare il nostro viaggio spirituale e servire tutti servendo la Natura, veste di Dio.

Da un lato, questo è un regalo d'amore di Compleanno a Swami da parte dei Suoi devoti di tutto il mondo. Dall'altro lato, questa ambiziosa iniziativa riflette l'impegno dell'Organizzazione, nei confronti degli insegnamenti di Swami, evidenziando l'interconnessione di ogni vita e la natura, e l'importanza del servizio disinteressato per la realizzazione del Sé.

### **Il Progetto 'un Milione di Alberi'**

*"Dovete rendervi conto che la Natura è una manifestazione di Dio. Quindi, essa non dovrebbe essere ignorata. La Natura è l'effetto e Dio è la causa. Dovreste riconoscere l'immanenza del Divino in tutto il cosmo."*

**Sri Sathya Sai Baba**  
20 giugno 1996

Una delle iniziative chiave di 'SAI-100' è la piantumazione di un milione di alberi in tutto il mondo entro il 23 novembre 2025. I quattro obiettivi principali di questo impegno sono:

- ✿ mitigazione dei cambiamenti climatici: gli alberi agiscono come un respingente naturale contro i cambiamenti climatici, assorbendo anidride carbonica e rilasciando ossigeno. Puliscono anche l'aria, ci fanno da scudo contro i raggi ultravioletti e salvaguardano energia e acqua;
- ✿ conservazione ecologica: gli alberi si attaccano al suolo, prevenendone l'erosione. Prevengono l'inquinamento delle acque e forniscono anche cibo. Segnano le stagioni e contribuiscono a guarire l'ecosistema. La loro semplice presenza crea anche l'habitat per flora e fauna diversificate, contribuendo alla biodiversità;
- ✿ consapevolezza ambientale: nel Suo Discorso del 10 febbraio, Swami sottolineò un fatto importante: "Evitare di inquinare l'atmosfera o le risorse naturali come i fiumi è uno dei modi in cui un'azienda pratica la non violenza";
- ✿ piantare alberi è un modo per esercitare la non violenza poiché gli alberi eliminano l'inquinamento. Questo serve anche come piattaforma educativa, aumentando la consapevolezza sull'importanza di preservare e coltivare l'ambiente.

Spiritualità nella pratica: piantare alberi insegna il servizio disinteressato ai partecipanti santificando il presente a beneficio delle generazioni future.

Come mostra il quarto punto, piantare alberi va oltre il semplice riassetto ecologico. Simbologgia un'offerta spirituale sia a Madre Terra sia a Madre Sai. Swami, nel Suo Discorso del 5 ottobre 1970, ci istruisce riguardo allo spirito di questo servizio:

*"Guardate l'albero! Le radici, il tronco, i rami, i ramoscelli, i germogli, le foglie, i fiori e i frutti hanno tutti aspetto diverso per forma, gusto, durezza e odore. Hanno usi diversi per l'albero e per noi. Ma tutta questa molteplice varietà è prodotta, sostenuta, inclusa e servita da un singolo SEME, e ogni frutto contiene lo stesso*

*SEME! Egli è il Seme, Egli è l'Albero, Egli è il Frutto. L'Amore è il Seme, l'Amore è l'Albero, l'Amore è il Frutto."*

### L'impegno dell'Africa per l'Iniziativa 'SAI-100'

La SSSIO della Zona 9, che comprende 23 Paesi, tra cui Kenia, Uganda, Sudafrica, Mauritius, Botswana e Tanzania, è completamente dedicata all'iniziativa SAI-100. In questa vibrante Zona, entusiasti volontari danno contributi significativi alle istituzioni educative, alle comunità locali e alla società nel suo insieme.

La SSSIO della Zona 9 ha piantato quasi **un quarto di milione di alberi** entro la metà del 2023. Raggiungendo questo elevato obiettivo, la Zona 9 emerge come un faro ispiratore per il resto dei Paesi della SSSIO in tutto il mondo.

Il Kenia è un centro di attività di piantumazione di alberi, dove 169.150 alberi sono stati piantati con amore e dedizione.





Volontari, studenti e comunità di regioni come Machakos, Kakamega, Kajiado e Busia hanno assunto il compito della tutela dell'ambiente. Allo stesso modo, 25.000 alberelli sono stati piantati in Uganda con significativi contributi da parte di Lugazi. A Mauritius, i volontari della SSSIO hanno piantato 3000 alberi, di cui 466 in siti tranquilli come Daruty Forest e Camp Thorel. Allo stesso modo, 3000 alberi sono stati piantati in Sudafrica, con le restanti messe a dimora in Botswana, Tanzania e altri Paesi.

### **Alberi Diversi, Impatto Diverso**

L'iniziativa 'SAI-100' riconosce il molteplice ruolo che gli alberi svolgono nell'ecosistema e nella vita umana. Questo è il motivo per cui molta riflessione e ricerca selezionano gli alberi da piantare in tre categorie: autoctona, commerciale e fruttifera.

**Alberi Autoctoni:** comprende gli alberi indigeni, come mangrovie a Mombasa e baobab in tutti gli altri Paesi, e ciò è di fondamentale importanza in quanto essi contribuiscono al mantenimento dell'equilibrio ecologico, sostengono la biodiversità locale e preservano il patrimonio culturale del territorio.

**Alberi Commerciali:** piantare alberi commerciali fornisce opportunità economiche e indirizzi all'urgente necessità di risorse sostenibili come legname da costruzione e legna da ardere. Questi includono il versatile bambù, il resistente teak e gli alberi di eucalipto a crescita rapida.

**Alberi da Frutto:** l'introduzione di alberi da frutto, come guava, avocado, papaia, jaco e arancio, contribuisce alla sicurezza alimentare, offre sostentamento nutritivo e contribuisce all'autosufficienza economica per le comunità locali.

### **Le Istituzioni Educative Diventano Veri Agenti di Cambiamento**

Le istituzioni educative hanno svolto un ruolo fondamentale nel coltivare i semi del cambiamento in Africa. Le Scuola Sathya Sai di Kisaju in Kenia e la Scuola Sai in Sudafrica sono fulgidi esempi di come l'iniziativa SAI-100 si sia perfettamente integrata con l'istruzione. Alla semina di alberelli hanno partecipato con entusiasmo centinaia di studenti di queste scuole e, poiché essi riconoscono l'importanza di nutrire la natura, il futuro diventa più verde!



Questa nobile iniziativa ha portato all'unità di diversi individui, comunità e organizzazioni. Ad esempio, il personale dell'esercito di Thika, in Kenia, ha lavorato spalla a spalla con i volontari della SSSIO. A mano a mano che sempre più mani si uniscono al servizio, le barriere si dissolvono e mette radici il senso di uno scopo comune. Il servizio alla natura è davvero servizio a Dio, come dichiarò Swami nel Discorso Divino del 15 ottobre 1966:

*“La natura è l'essenza della Divinità Stessa. Tutto questo è divino. Tutto questo è Dio. Perciò camminate adagio, muovetevi con rispetto, utilizzate con gratitudine.”*

### **Piantare di Più che Alberi**

Il viaggio di questa iniziativa è una bellissima combinazione di *karma* (azione), *bhakti* (devozione) e *jnana* (conoscenza). I semenzai vengono meticolosamente preparati, e i semi sono nutriti fino a diventare piantine resilienti. Questi alberelli vengono accuratamente trasportati al loro destinato sito di piantumazione. Ogni alberello mette radici con mani amorevoli, preghiere e il tocco benedetto della *vibhuti* di Swami, che impregna l'intero processo con la divina essenza.

### **Un Futuro Fiorente**

A mano a mano che acquista slancio, l'iniziativa SAI-100 rappresenta la fioritura di un futuro verde, armonioso e unito. Ogni albero contiene al suo interno il potenziale di elevare non solo l'ambiente fisico circostante, ma anche il cuore spirituale degli individui. La visione di Swami di *vyashti* (l'individuo) fa parte di *samashti* (comunità/società) che, a sua volta, fa parte di *srishti* (natura) che, infine, è una parte di *Parameshti* (il Divino) che può essere realizzato attraverso questa iniziativa.



Mentre l'Africa, con passione e determinazione, abbraccia il Progetto SAI-100 di 'Piantumazione di Alberi', esso emerge come un tedoforo, illuminando il percorso verso un futuro sostenibile e armonioso. Il viaggio verso un milione di alberi è un viaggio di trasformazione, unità e amore che celebra la vita, l'umanità e l'intricata rete di interconnessione che sostiene tutti noi.

*A*limentate il piccolo seme dell'Amore che aderisce strettamente a "me" e "mio". Lasciate che germogli nell'Amore per il gruppo intorno a voi, che cresca nell'Amore per tutta l'umanità ed estenda i suoi rami sugli animali, sulle creature che volano e su quelle che strisciano, e lasciate che l'Amore avvolga tutte le cose e gli esseri in tutto il mondo. Procedete da meno Amore a più Amore, dall'Amore ristretto all'Amore espanso.

**Sri Sathya Sai Baba**  
23 luglio 1975



BOSNIA ED ERZEGOVINA • CROAZIA • FRANCIA • **GRECIA** • IRLANDA • ISRAELE  
ITALIA • MACEDONIA • ROMANIA • SERBIA • SLOVENIA • SPAGNA • SVIZZERA • REGNO UNITO

## GRECIA

### Anni '60

I devoti greci si recano per la prima volta a Prashanti Nilayam per far visita a Swami.

### 1972

Si tiene il primo raduno settimanale di devoti per discutere gli insegnamenti di Sri Sathya Sai Baba ed eseguire canti devozionali e *bhajan*.

### 1981

Dietro istruzione diretta di Swami, viene registrato il primo Centro Sathya Sai ufficiale, denominato "Associazione Indo-Ellenica di Studi Filosofici".

### 1983

Si svolge in agosto, a Prashanti Nilayam, un Corso Mondiale di Formazione per Insegnanti sull'Educazione Sathya Sai ai Valori Umani, in cui Swami benedice quattro insegnanti greci consegnando i diplomi.

### 1995

L'architetto greco Georgios Kambouris progetta la Porta Centrale del Sai Kulwant Hall.

Swami benedice un gruppo di devoti greci che hanno camminato da Bangalore a Puttaparthi cantando il Nome Divino.

Durante le Celebrazioni del 70° Compleanno di Swami, il gruppo greco 'Drama Boys' presenta, nell'Auditorium *Purnachandra*, una commedia sulla vita e gli insegnamenti dei filosofi greci Socrate, Platone e Aristotele.

Viene registrato ad Atene il "Centro di Metamorfosi Sathya Sai". "L'Associazione Indo-Ellenica di Studi Filosofici" viene ufficialmente ribattezzata "Centro Sathya Sai di Atene".



Swami con i devoti greci



I bambini greci fanno servizio a Puttaparthi



Swami dà consigli ai 'Drama Boys' durante le prove

## 1996

I 'Drama Boys' si esibiscono ne "I Racconti di Janaka," una commedia basata sulle storie di Swami. Egli partecipa a diverse sessioni di prove e guida i partecipanti.



"I Racconti di Janaka"

## 1997

Durante le Celebrazioni del Compleanno, il gruppo 'Drama Boys' presenta una commedia sul *Bhagavatha* nell'Auditorium *Purnachandra*.

Le donne greche partecipano alle Celebrazioni per il Giorno della Donna con le tradizionali danze e una recita su Demetra, la dea greca donatrice della vita.

## 1999

I bambini SSEHV della Grecia recitano, alla divina presenza, una commedia su Solone (grande statista, legislatore e poeta di Atene).

## 2001

La SSSIO della Grecia diventa un'entità legale, comprendente i Centri di Atene, Salonicco, Patrasso, Creta e altre città.



Dietro le quinte con Swami, 1995

## 2004

50 devoti greci fanno un pellegrinaggio di quasi due mesi a Puttparthi.



Giornata della Donna, 2009

## 2005

Durante le celebrazioni del *Guru Purnima* i devoti greci tengono una settimana di *bhajan* nel Museo Chaitanya Jyoti a Puttparthi.

Campi di Sadhana al Sai Prema



## 2009

Le donne greche presentano, alla divina presenza, un programma musicale per la Giornata della Donna.

## 2010

I devoti provenienti dalla Grecia partecipano a un programma musicale alla presenza di Swami.

## 2012

Al Sai Prema di Atene iniziano i Campi Annuali di *Sadhana*.



## 2015

Inizio del servizio regolare per i rifugiati delle regioni del Medioriente e dell'Afganistan dilaniate dai conflitti.

## 2016



Servizio ai rifugiati



Seminario sull'educazione Sathya Sai ai Valori Umani



Premio ricevuto dalla SSSIO greca



Scuola Dalla, Nigeria



Per presentare l'educazione Sathya Sai ai Valori Umani al pubblico in generale, l'Istituto di Educazione Sathya Sai del Sudeuropa e la SSSIO della Grecia tengono una serie di Seminari.

## 2017

Al Sai Prema di Atene iniziano i Seminari Annuali di Yoga Sai e i Campi Annuali Europei per Giovani Adulti. Al Sai Prema si svolge il Sesto Campo Annuale Europeo di Servizio.

## 2018

Targa onoraria conferita alla SSSIO dal Dipartimento della Grecia di Assistenza Sociale della Regione dell'Attica che riconosce il servizio altruistico dei membri della SSSIO presso il Centro Medico per le Malattie Croniche ad Agia Varvara, Atene, e il Centro di Recupero & Riabilitazione per Bambini con Disabilità a Voula, Attica.

La SSSIO della Grecia costruisce una scuola elementare in Nigeria.



**ERA LA MEZZANOTTE DEL 31 DICEMBRE 1988.** L'aereo diretto in India volava verso il Nuovo Anno, e i passeggeri alzarono entusiasticamente i bicchieri per annunciare "Buon 1989!" Ore più tardi, dopo una nervosa e lunga attesa all'aeroporto di Bombay (Mumbai), ero su un volo per Bangalore (la città ora chiamata Bengaluru). Dopo aver prenotato un taxi per Puttaparthi per la mattina seguente, improvvisamente scoppiai in lacrime, chiedendomi perché ero venuta in India! Il giorno dopo raggiunsi l'*Ashram* di Sathya Sai Baba e venni accolta da un gruppo di devoti italiani. Iniziò così una nuova esperienza.

### **Strani Sogni**

Per un anno, feci sogni intriganti che erano più che "semplici sogni". Ce ne fu uno in cui mi trovavo in mezzo a un campo aperto in cima a una vasta collina. Un uomo accanto a me mi diceva: "*Non dimenticare mai di cercare il Grande nel Piccolo*", facendomi apprezzare la maestosità di ciò che mi circondava e le dimensioni dei fili d'erba, più alti di me. Ci fu un altro sogno in cui molti indiani d'America correvano in cerchio intorno a me, scoccandomi contro delle frecce. Io ripetevo mentalmente: "La mia *Shakti* mi proteggerà." Non avevo nessun indizio su che cosa significasse "*Shakti*", ma nessuna delle frecce mi colpiva! Questo è il sogno che condivisi con il mio amico 'E'.

---

**“Egli mi ha dato tutti gli strumenti di cui avevo bisogno per la mia formazione ed elevazione spirituali per aiutarmi a rimanere in pista.”**

Al racconto del sogno, il viso del mio amico 'E' si illuminò di un bel sorriso. Corse nella sua stanza e tornò con una foto. Essa mostrava un gruppo di uomini indiani (non gli indiani d'America che avevo visto in sogno), tutti vestiti con abiti arancioni, ed egli mi disse che erano maestri spirituali. La foto era stata scattata in India durante la *Conferenza di Tutti i Guru*. “Il tuo sogno può significare che uno di questi maestri sta provando a contattarti”, disse. “Rilassati, non hai nulla da temere. Se sei fortunata, uno di loro ti contatterà. Se sei molto fortunata, ti contatterà”, indicando l'uomo al centro dell'immagine. Non sapevo chi fosse l'uomo e non lo chiesi, né 'E' mi disse altro. Invece, mise un po' di polvere grigia nel palmo della mia mano e disse: “Fidati di me. Non è una droga; puoi assaggiarla.”

Quella notte feci un altro sogno. Stavo camminando accanto all'uomo al centro dell'immagine nel gruppo dei maestri spirituali. Stavamo parlando come vecchi amici. Io gli dissi: “Sì, voglio venire, ma ora non posso. Ho troppo lavoro da fare. Non appena posso, verrò.” La mattina seguente, lo rimossi come un sogno bizzarro. Pensai che la mia mente mi stesse giocando brutti scherzi!

### **Una Pausa Inaspettata**

Stavo lavorando alacremente al progetto di sviluppare il primo corso di inglese per bambini italiani. Doveva essere distribuito dall'editore più rinomato d'Italia e venduto nelle edicole in una serie di 36

settimanali. Questa era una meravigliosa opportunità per qualsiasi illustratore-autore, soprattutto perché io ero all'inizio della mia carriera. Creai tutto da zero: i personaggi, le storie, la didattica, riempiendo il progetto con rime semplici, messe poi in musica da 'G', una musicista professionista. Conoscevo l'importanza della mia responsabilità, poiché avrebbe potenzialmente raggiunto migliaia di bambini. Infatti, i primi due numeri vendettero 200.000 copie ciascuno! Nel mio cuore, desideravo creare qualcosa di valore duraturo, qualcosa di leggero e gioioso, ispirando i bambini e attrezzandoli con gli strumenti necessari a fare il loro viaggio attraverso una vita più facile e più appagante.

Nel bel mezzo di questo frenetico progetto, la responsabile della redazione mi disse che l'editore aveva bisogno di tempo per valutare un gadget da accompagnare al progetto. Quindi, ella voleva che mi prendessi una pausa dal lavoro per un mese. In qualche modo, proprio in quel momento, la promessa che avevo fatto in sogno a quell'“uomo” riaffiorò. Poi, il telefono squillò. Era 'E' che chiamava per augurarmi Buon Natale! Alcuni giorni dopo egli sarebbe partito per l'India. Quando apprese che ero stata inaspettatamente alleggerita dal mio carico di lavoro, mi suggerì di unirmi a lui. Anche se un po' spaventata, avvertii un Forza, una “Spinta”, una straordinaria

Presenza che era fuori dal mio controllo.

Era impossibile andare in India con il suo gruppo in quanto, sul quel volo aereo, non c'era più disponibilità. Tuttavia, mi istruì dettagliatamente al telefono, concludendo con: "E non lasciare che qualcosa ti distrugga quando raggiungi l'*Ashram*. Concentrati solo su di Lui." (Questo fu un prezioso consiglio che, in seguito, io trasmisi a molti altri.)

Considerando tutto, presi la mia decisione. Sarei andata sicuramente: "Se non quest'anno, l'anno prossimo." Avevo pensato che questo significasse il Natale successivo, ma, alcune settimane dopo, il 1° gennaio, atterrai a Bombay. Quando raggiunsi l'*Ashram*, mi chiedevo ancora: "Perché sono qui? "ChiediGlielo", disse 'E', che magicamente si imbatté nel mio taxi quando esso entrò nel complesso del Nilayam! Meno di un'ora dopo, ero seduta a terra con altri nuovi arrivati per un incontro di orientamento sull'abbigliamento e le regole dell'*Ashram*.

La persona che conduceva l'incontro iniziò dicendo: "Probabilmente, molti di voi si staranno chiedendo perché sono qui..."

"Ehi, questa è la mia domanda!" - pensai, sporgendomi in avanti per ascoltare con attenzione la risposta:

"... Siete qui per una formazione spirituale."

Era così semplice e mi fece sentire bene. Ero felice e soddisfatta.

### **Primo Darshan e Colloquio**

Anche se tutti avevano descritto incredibili cose accadute durante il *darshan*, io non avevo fatto un'esperienza memorabile. Rispettavo l'ambiente in cui ero e apprezzavo il silenzio all'alba e la semplicità delle abitudini quotidiane. Durante la visita alla libreria, mi imbattei nel libro "La Visione del Divino" di Fanibunda. Leggendolo, scoprii la prima chiave per la fondamentale Verità che

non dimenticherò mai: "La maggior parte delle persone che vedono Sai Baba Lo identificano con la Sua folta chioma e la veste arancione. È un errore. **Dovete rendervi conto che Egli incarna il Principio Divino.** Dovete andare oltre la forma e afferrare il Principio." Queste parole risuonarono profondamente dentro di me, e io fui entusiasta.

Mentre aspettavo pazientemente il *darshan* successivo, dissi in silenzio: "Per favore, non fraintendermi e non prendere questo come un fatto personale... ma Tu non mi interessi: sono interessata al *Principio*." Quel giorno, mentre Swami arrivava camminando, Lo guardai senza "vederLo" e, quel giorno, Egli si volse indietro!

Lessi il 'Pensiero del Giorno', che evidenziava: "Ricordate, il tempo assegnatovi è molto breve: fatene buon uso." Ritenni che il 'tempo assegnato' si riferisse non solo all'arco della mia vita, ma anche al mio tempo nell'*ashram*. Decisi di non tralasciare nulla durante i restanti sette giorni. Nonostante durante i *bhajan* mi sentissi impacciata e a disagio, pregai Baba di aiutami a cantare per Lui.

Il giorno prima della mia partenza, 'G', la musicista professionista italiana, venne chiamata a colloquio. Ella e suo marito si erano da poco uniti al nostro gruppo, quindi entrai anch'io. Era la mia prima udienza ed ero la traduttrice del gruppo e l'interprete. Il mio cuore si commosse immensamente, sopraffatto da ciò che stava accadendo. 'G' chiese a Swami se gli italiani potevano cantare per Lui nel *Mandir*. Egli si voltò verso di me e mi chiese: "Quando parti?"

Dopo tre gomitate di un amico, finalmente risposi: "Parto domani mattina, Swami."

"Potete cantare questo pomeriggio", disse a 'G', lasciandola in uno stato di gioia.

---

**“Le parole non possono trasmettere la profondità della “formazione spirituale” donata da Swami: l’esperienza, il risveglio, la crescente consapevolezza, la gioia, l’amore e l’immenso senso di gratitudine che scorrono con essa.”**

Ma ella aveva solo poche ore per addestrare al canto l'intero gruppo di devoti italiani. Non capivo perché 'G' mi ringraziasse perfino anni dopo l'udienza, quando mi resi conto che Swami 'aveva materializzato' quell'opportunità come risposta alla mia preghiera di cantare per Lui e alla mia risposta che me ne sarei andata il giorno dopo.

Durante l'incontro, Swami mi parlò tre volte in una lingua che non compresi. Ogni volta Egli concludeva dicendo: *“Dillo loro”* in un inglese comprensibile. Rimasi umiliata per non aver compreso ciò che dovevo dire al gruppo, ma sappiamo quanto siano profondi i messaggi di Swami, con numerosi significati da afferrare. Questa comprensione avviene gradualmente nel corso degli anni, e ancora oggi prego spesso: “Caro Swami, che cos'è che devo dire, e a chi?” Dopo la fine del colloquio, Swami ci benedisse distribuendo piccoli pacchetti di *vibhuti*, e il mio cuore iniziò a battere velocemente. Pensai: “Gli devo parlare. Questo non può finire ora, prima che io Gli parli.”

Istintivamente Gli parlai dall'intimo del cuore dicendo: “Sai che vorrei parlarTi, e se il mio desiderio è giusto, Tu mi chiamerai.” Ancora una volta, sentii che forse avrei dovuto chiederGlielo con umiltà. Proprio in quel momento, Swami mi guardò e mi porse la *vibhuti*. Mi misi in ginocchio e a mani giunte chiesi: “Posso incontrarTi?” Egli annuì: *“Sì, ti incontrerò.”* Si risedette sulla Sua sedia, mi guardò intensamente e, dopo quello che sembrarono secoli,

mi disse di entrare nella stanza dei colloqui privati con una signora anziana. L'incontro, per me, fu il momento più bello, e **le amorevoli parole di Swami, la guida e la divina assicurazione mi hanno accompagnata da allora.**

### **La Prova è di Suo Gradimento**

L'estate seguente, ero di nuovo a Prashanti Nilayam. Compresi la Sua grazia nel darmi tanta attenzione durante l'ultimo soggiorno. Nel corso dell'anno, il nostro rapporto aveva preso forma. Mi sentivo vicina a Lui come se fossimo stati “sempre insieme”. Avevo imparato alcuni accordi sulla mia chitarra e Gli parlavo/Lo pregavo ‘in musica’. Questi momenti furono appaganti e intensi, e niente poteva eguagliarli. Ecco perché non mi aspettavo di essere chiamata di nuovo a colloquio, ma mi aspettavo un segno di riconoscimento da parte Sua. Ma dopo quello che avevo pensato fosse stato un cenno della Sua mano per me il primo giorno, Egli mi ignorò totalmente durante tutto il mio soggiorno!

Durante il mio ultimo *darshan* di quel soggiorno, Egli camminò vicino a me senza nemmeno girare la Testa per dire “arrivederci”. Ero abbattuta e molto delusa, e piansi quando lasciai la sala. Quella notte, piansi lasciando l'*ashram*, anche se mi dicevo ripetutamente che Swami mi aveva dato la mia parte del Suo tempo e che altri meritassero la Sua attenzione. Ma ero ancora ferita.

Tornata a casa, mia sorella mi chiamò da

Roma, dicendo di avermi visto in sogno. “Eri molto arrabbiata con Swami, perché non ti chiamava”, disse. Risposi che si sbagliava e che non c’era alcun motivo per essere “arrabbiata” con Swami! Ma ella insistette sul fatto che ero MOLTO ARRABBIATA. Quando misi giù il telefono, la tensione esplode. Piangendo a calde lacrime, dissi a Swami: “Sono arrabbiata con Te, Swami! Non mi hai chiamata e neanche guardata!”

Poi, all’improvviso, afferrai il significato di tutto ciò e dell’immensità della Sua grazia. Provai la sensazione del lacerarsi del “cordone ombelicale” dell’attaccamento all’ultimo *darshan*. Durante il primo anno ero talmente presa dall’amore per Swami, che Egli voleva elevarmi oltre l’attaccamento alla Sua forma. Ignorandomi deliberatamente, Mi ha guidata e incoraggiata a rimanere connessa alla Verità fondamentale, a **“Sathya Sai” – Il Principio**.

### Il Suo Più Grande Dono per Me

“Swami ha creato qualcosa per te?” è la domanda ricorrente quando condividiamo le nostre esperienze. Fin dal mio primo viaggio, ho risposto sempre: “Sì. Ha materializzato la mia Fede, la mia Fede

nell’Essenza, nell’Altissimo, nel Principio di Verità che sta alla base e sostiene tutto il resto!”

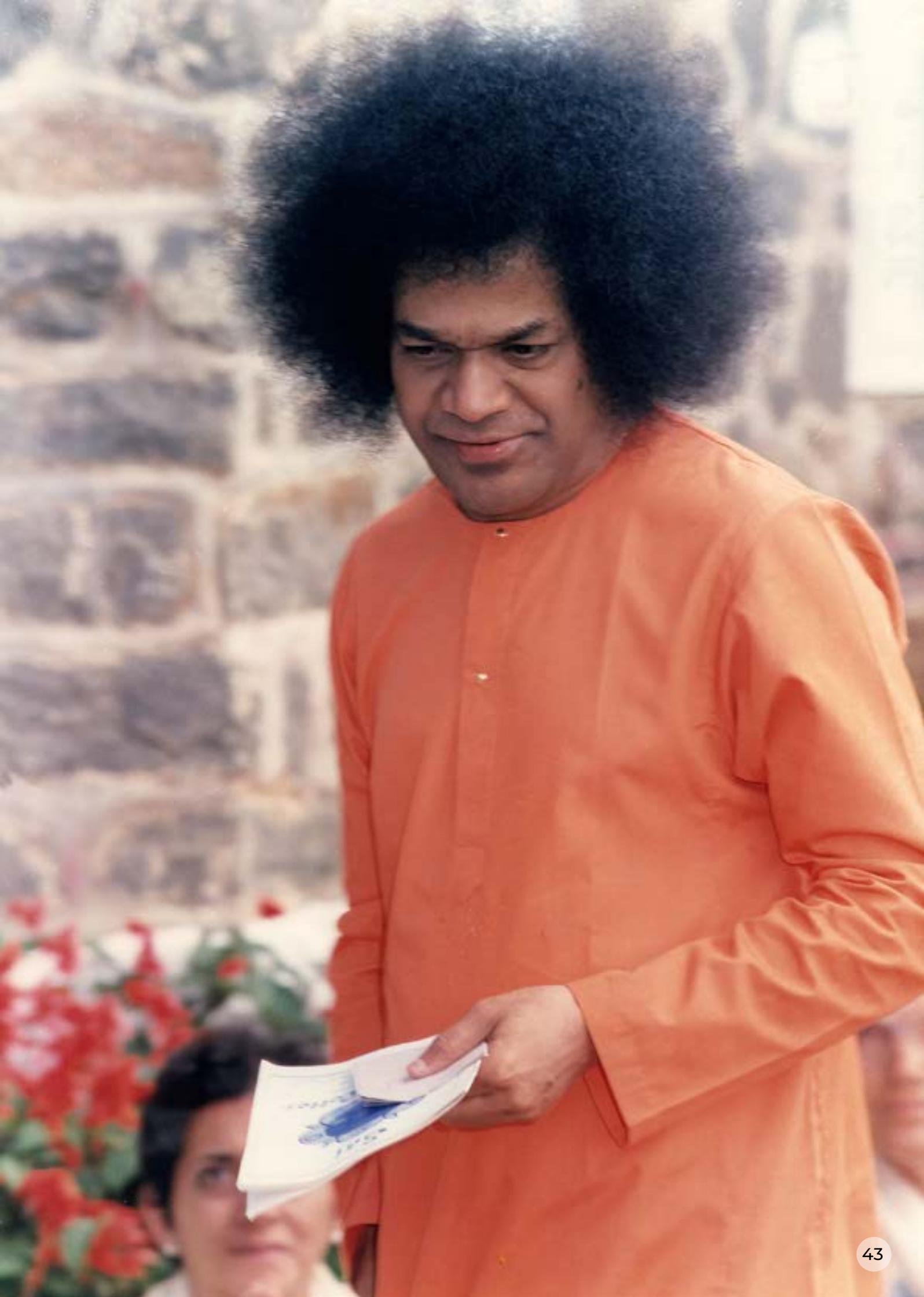
Dico alle persone che Swami ha rafforzato i valori in cui ho sempre creduto, dando a essi una forma e rattivandoli. Io dico loro che **Egli mi ha dato tutti gli strumenti di cui avevo bisogno per la mia formazione ed elevazione spirituali per aiutami a rimanere in pista**. Questi cinque gioielli di Verità, Retta Condotta, Pace, Amore e Non violenza sono il pilastro del Programma di Educazione Sathya Sai ai Valori Umani. Questo processo di permanente apprendimento è stato successivamente definito dallo Stesso Swami come **Educare** a evidenziare come la saggezza intrinseca, “la Verità Fondamentale”, sia già presente in ogni bambino. Deve solo essere tirata fuori.

Le parole non possono trasmettere la profondità della “formazione spirituale” donata da Swami, l’esperienza, il risveglio, la crescita, la consapevolezza, la gioia, l’amore e l’immenso senso di gratitudine che fluisce con essa.

Suzanne Palermo   
SVIZZERA



*Suzanne Palermo è Vicedirettrice dell’ISSE SE e ha contribuito allo sviluppo delle riviste EduCare e del Manuale dell’Istituto, e ha partecipato a numerosi seminari nel Sudeuropa. Ha completato i suoi studi all’Accademia di Belle Arti di Roma e successivamente si è trasferita a Milano dove ha lavorato nel campo editoriale per bambini come illustratrice e progettista. Suzanne è autrice del libro “La Storia di Marty: un Viaggio sul Pianeta Terra”.*



# dai Giovani Adulti Internazionali Sai

Questo mese, siamo lieti di condividere gli aggiornamenti dei Giovani Adulti Sai della Zona 3. Essi stanno attivamente imparando, condividendo e diffondendo gli insegnamenti di Bhagavan e il modo di condurre la vita, attraverso una collaborazione reciproca. Siamo anche entusiasti di condividere una fantastica tavola rotonda tenutasi di recente in concomitanza con la celebrazione Prediploma dei nuovi diplomati SSSILP!

## TAVOLA ROTONDA SUL PROGRAMMA DI LEADERSHIP



Il 2 settembre 2023, gli alunni del Programma Internazionale Sri Sathya Sai di Leadership (SSSILP) del 2023, come sessione finale del programma di leadership di quest'anno, hanno celebrato, attraverso una tavola rotonda degli ospiti, il loro Prediploma. Il gruppo degli ospiti comprendeva il fratello Aravind Balasubramanya, Consulente dei Giovani Adulti della SSSIO; la sorella Linda Fonseca, Presentatrice SSSILP e Traduttrice di Spagnolo; il fratello Hari Chainani, Corresponsabile di Percorsi e la sorella Saiusha Haridas, Consulente per i Giovani Adulti. L'eccezionale tavola rotonda ha offerto l'opportunità agli oltre 70 diplomati di ottenere risposte alle loro scottanti domande dopo un'accattivante discussione su *Giovani Adulti Sai-Fari di Luce*.

# NEL MONDO

## Seminario Giovani Adulti in Nuova Zelanda

Dall'11 al 13 agosto 2023, i Giovani Adulti Sai della Nuova Zelanda si sono riuniti nella bellissima città di Rotorua per un seminario. Le attività del fine settimana includevano una riflessione su chi siamo come organizzazione, l'entrare in contatto con Bhagavan nella forma di *Papatuanuku* (Madre Terra) e il pianificare come mettere al servizio delle nostre comunità il nostro amore per Bhagavan. Le decisioni comprendevano idee per incoraggiare la *sadhana* personale e i progetti di servizio da realizzare, quali il cantare agli anziani e servire il Pianeta con eventi di piantumazione di alberi e attività per favorire il legame spirituale. I partecipanti si sono sentiti uniti alla natura in luoghi come la foresta di sequoie, nell'attività geotermica a Ohinemutu, sulle rive del lago Rotorua e nei terreni agricoli locali.



## Giornata dello Sport in Australia

All'inizio del mese di agosto 2023, i Giovani Adulti Sai del Centro Sri Sathya Sai di Strathfield hanno organizzato, nella Regione del Nuovo Galles meridionale, la Giornata dello Sport per tutti gli YA. L'evento prevedeva di incorporare la spiritualità e l'esercizio fisico, costruendo nel contempo, tra i gruppi partecipanti, i valori di unità, uguaglianza, armonia, cordialità e cameratismo. Gli insegnamenti di Sri Sathya Sai Baba sono stati usati per progettare le attività e ne sono state avviate due: *Catturare il nostro Sai* e *Andare alla Ricerca del Divino*. L'evento prevedeva vari compiti e sfide, incluso un percorso a ostacoli, pallacanestro, corsa ed esercizi di gruppo di costruzione. La squadra ha inoltre preparato e gustato tè il mattino e un pranzo nutriente. Nel complesso, il programma è stato ben accolto e molto apprezzato da tutti coloro che vi hanno partecipato.



# Notizie esclusive InSAIde

## Serie di Trasmissioni Online

I Giovani Adulti della Zona 4 conducono regolarmente una serie di trasmissioni online chiamata InSAIde Scoop (notizie esclusive) per diffondere gli insegnamenti di Bhagavan, al fine di affrontare in modo onesto, semplice e spensierato le sfide che i Giovani Adulti incontrano! Nel 2022, la squadra ha condotto dieci trasmissioni online su vari argomenti, coinvolgendo i relatori della Zona 4.

Gli argomenti trattati includevano:

- Inseguire il successo materiale mi rende meno satvico?
- L'equanimità mi rende meno empatico?
- È giusto giudicare gli altri per evitare cattive compagnie?
- Chi sono io e che cos'è *Maya*?
- Come posso resistere di fronte alle sfide?
- Come faccio a smettere di fare confronti?
- Le aspettative sono il nemico?
- Posso essere sia amorevole sia duro?
- Perché i miei genitori non mi capiscono?
- Le relazioni ostacolano il mio progresso spirituale?

Gli ascoltatori di tutto il mondo si sono sintonizzati via Spotify e YouTube e hanno riferito di avere apprezzato la trasparenza e la pertinenza del contenuto. Molti sono stati anche ispirati a intraprendere l'auto-riflessione e l'autoindagine come trampo-



lino di lancio verso l'Autorealizzazione.

Vi invitiamo ad andare su questi canali per ascoltare le trasmissioni:

- [Spotify channel-Zone 4 InSAIde Scoop Season 2](#)
- [YouTube-Zone 4 Young Adults social media](#)

Con il successo della prima stagione, i Giovani Adulti della Zona 4 hanno preparato una serie di trasmissioni online per il 2023, che inizieranno presto su Spotify e YouTube. Alcuni degli interessanti argomenti da affrontare nella serie 2023 includono:

- Le opinioni degli altri contano?
- Come posso smettere di dubitare di me stesso?
- Che cos'è il vero Amore?
- Come posso evitare di rimandare?
- Che cos'è meglio: essere ottimista o realista?

Per ulteriori informazioni, guardate questo spazio e seguiteci sul nostro mezzo d'informazione sociale!

Seguite gli account @saiyoungadults sui social media

 Facebook  Instagram  Telegram  Threads  X (Twitter)

 Spotify

 Email



**Giovani Adulti Sai**  
<https://sathyasai.org/ya>  
[yacoordinator@sathyasai.org](mailto:yacoordinator@sathyasai.org)



ORGANIZZAZIONE INTERNAZIONALE SRI SATHYA SAI

# AMICIZIA DIVINA

Sviluppare una profonda e significativa connessione con il Divino



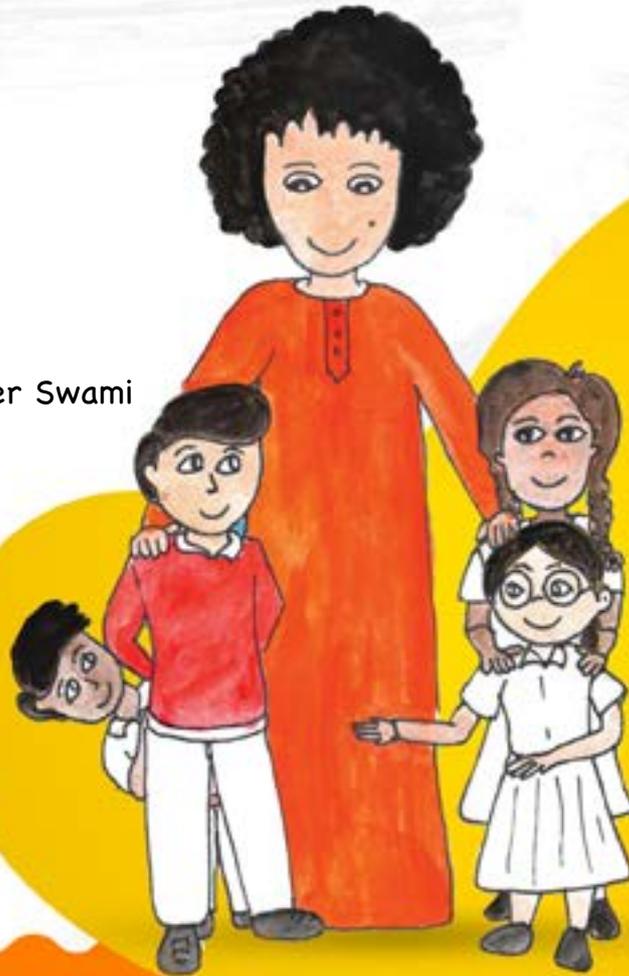
Crea & Condividi

- Grafica Espressiva
- Lettera all'Amico Divino
- Biglietto di Compleanno per Swami
- Toccante Poesia o Storia

**ETÀ:**

**TUTTI GLI STUDENTI  
(3-17 ANNI)**

**PRESENTA ORA**



## Sai Shine



- CHI È IL VOSTRO AMICO DIVINO?
- CHE COSA DICE SWAMI CIRCA L'AMICIZIA?
- COME LO APPLICATE NELLA VITA QUOTIDIANA?

**Visitate Sai Shine:**  
[www.sathyasai.org/sai-shine](http://www.sathyasai.org/sai-shine)

**Domande:**  
[sse@sathyasai.org](mailto:sse@sathyasai.org)

# PERCHÉ IO AMO L'SSE

Io amo le lezioni SSE perché imparo molto sulle somiglianze tra tutte le religioni.

Giovanni G, Messico



Nelle lezioni SSE, ho imparato che c'è Amore e Pace in tutte le religioni e che, anche se siamo diversi, dobbiamo rispettarci l'un l'altro.

Melissa M, Messico



Le lezioni SSE mi hanno insegnato di più su Dio, a rispettare Swami, e ho anche appreso maggiori informazioni su emozioni, autocontrollo e come essere curiosi può farci avere una mentalità positiva in tutto. Voglio continuare queste lezioni perché mi portano felicità.

Sherina S, Panama



Ho imparato a conoscere l'autocontrollo, le reghiere e il rispetto, e come è nato il Signore Krishna.

Jash A, Panama



Nell'SSE, qualcosa di diverso che faccio è meditare e cantare bhajan.

Trishar R, Panama



Quando studio l'SSE, voglio fare bene perché i valori sono una buona cosa. Il mio cuore dice che è giusto quando qualcosa viene da Dio e male quando non viene da Dio. Inoltre, il mio cuore sente che dovrei continuare a praticare i valori nella vita.

Mila S, Puerto Rico



Mi piace imparare le preghiere e cantare i *bhajan* nelle mie lezioni SSE.

**Samaira M, Panama**



Swami è mia madre, mio padre, mio fratello, mia sorella e tutto. Swami per me è gentile, premuroso e disponibile.

**Viyanna C, Panama**



L'SSE mi ha insegnato a collaborare sempre. Mi ha anche insegnato a essere rispettosa e responsabile. Sempre attraverso l'SSE mi hanno insegnato i 5 valori, che sono retta condotta, non violenza, amore, pace e verità, attraverso brevi racconti ed esperienze condivise. Sono molto grata a tutti gli insegnanti e agli assistenti nell'SSE.

**Saira P, Panama**



Le lezioni che abbiamo avuto e che stiamo avendo mi stanno rendendo una persona migliore perché imparo cose che non avrei mai immaginato di imparare.

**Rusabh B, Panama**



Mi piace l'SSE perché mi insegna le diverse religioni e anche come rispettare la mia cultura, le tradizioni e i valori.

**Kiara M, Panama**



Da quando mi sono iscritto alle classi SSE, ho imparato di più sulla mia religione. Questo mi ha aiutato a crescere come persona e a costruire fiducia in me. Ho anche imparato a conoscere la meditazione che mi ha aiutato a focalizzarmi e a concentrarmi sui miei compiti praticando anche l'autocontrollo. Ho imparato ad apprezzare e a essere maggiormente grato per tutto ciò che ho.

**Sahil S, Panama**





L'SSE mi insegna i valori e l'importanza di Dio e l'amore nella vita.

**Adina D, Panama**



Le lezioni SSE mi hanno reso più consapevole della mia cultura e delle mie tradizioni.

**Esha C, Panama**



Sairam! Essere uno studente di SSE da quando avevo tre anni è stata una benedizione nella mia vita. Le lezioni mi hanno insegnato molto sulla mia cultura e la mia religione. Apprezzo il duro lavoro e la dedizione dell'insegnante che mostra a tutta la classe. Sono sicuro che le cose che i balvikas mi hanno insegnato saranno molto utili nel mio futuro.

**Aarav B, Panama**



Le lezioni SSE hanno cambiato la mia vita poiché imparo di più sull'esistenza e come impiegare in essa i 5 valori e imparare circa la nostra religione.

**Aarya K, Panama**



Amo la lezione SSE poiché Baba dà insegnamenti su tutte le diverse forme di Dio e ad amare tutti e servire tutti. Amo le mie lezioni SSE perché mi insegnano la mia cultura, cosa che non apprendo a scuola.

**Tamanna M, Panama**



Le lezioni SSE hanno insegnato il rispetto delle altre religioni. Mi hanno dato insegnamenti circa le loro culture e costumi. Sono molto grato agli insegnanti per il loro duro lavoro e all'impegno che hanno messo nelle loro lezioni perché mi hanno mostrato e insegnato molto.

**Farhaan P, Panama**

L'SSE mi ha aiutato a entrare di più nella cultura indiana e a imparare molti nuovi bhajan. Ho anche ottenuto molti più amici. Mi sento davvero grata per le lezioni SSE.

**Kushi M, Panama**



Le lezioni di Educazione Sathya Sai mi aiutano ad avere pace interiore e a usare il mio pensiero spirituale per essere una brava persona.

**Lovesh C, Panama**



L'SSE ha fatto un enorme cambiamento nella mia vita perché mi ha dato maggiori informazioni sulla mia cultura e su molti dei. Mi ha anche insegnato moltissimi valori che ho bisogno di conoscere per la vita; ecco perché ha avuto un grande impatto nella mia esistenza.

**Riyana P, Panama**



Le lezioni SSEHV hanno cambiato la mia vita poiché apprendo maggiori informazioni su di essa, come mettere in pratica i 5 valori e conoscere la nostra religione.

**Jayesh K, Panama**



Sairam, siamo Dityaa e Divisha Jethani. Ci piace andare alle lezioni SSE perché il nostro insegnante rende divertente l'apprendimento. Ci piace conoscere cose su Dio, ascoltando storie, cantando mantra, e bhajan.

**Dityaa J & Divisha J, Panama**



I Balvikas mi hanno insegnato molto sulla mia religione e Dio. Ho imparato tanto su Krishna e Rama. Questo mi ha dato molte ulteriori informazioni su come considerare la mia religione.

**Aisha P, Panama**



# PROSSIMI EVENTI ONLINE DELLA SSSIO

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

Per maggiori dettagli, inclusa la tempistica, siete invitati a visitare [sathyasai.org/events/worldwide](https://sathyasai.org/events/worldwide).

Data dell'Evento Online	Giorno(i)	Festività/Evento
21-22 ottobre 2023	Sabato, Domenica	Akhanda Gayatri
11-12 novembre 2023	Sabato, Domenica	Akhanda Bhajans
23 novembre 2023	Giovedì	98* Compleanno di Sri Sathya Sai Baba
16-17 dicembre 2023	Sabato, Domenica	Akhanda Gayatri
24 dicembre 2023	Domenica	Natale



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



Rimanete in contatto con le notizie e le attività della SSSIO visitando i suoi siti web e seguite/iscrivetevi ai vari canali di comunicazione di seguito indicati. **Per visitare il sito, cliccare su ogni icona o nome.**



Facebook



Instagram



WhatsApp



X (Twitter)



YouTube



Spotify



Telegram



Threads



Email



Eternal Companion email list



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



Mentre offrite l'omaggio di Gratitudine al Divino durante la festività di Navarathri, dovete anche cercare di scoprire chi è stato ucciso e chi è stato salvato e perché. I sei nemici dell'uomo stanno corrodendo i suoi organi vitali, radicati nella sua coscienza interiore. Sono i demoni da uccidere, e sono lussuria (*kama*), ira (*krodha*), avidità (*lobha*), attaccamento (*moha*), orgoglio (*madha*) e gelosia (*mathsarya*). Essi riducono l'uomo al livello di un demone. Devono essere sopraffatti e trasformati dalla suprema alchimia dell'Amore Divino. Allora, le nove notti di lotta diventeranno nuove, un nuovo tipo di notte, dedicata alla purificazione della mente e all'illuminazione dell'anima.

**Sri Sathya Sai Baba**

12 ottobre 1969

---



**sathyasai.org**

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