

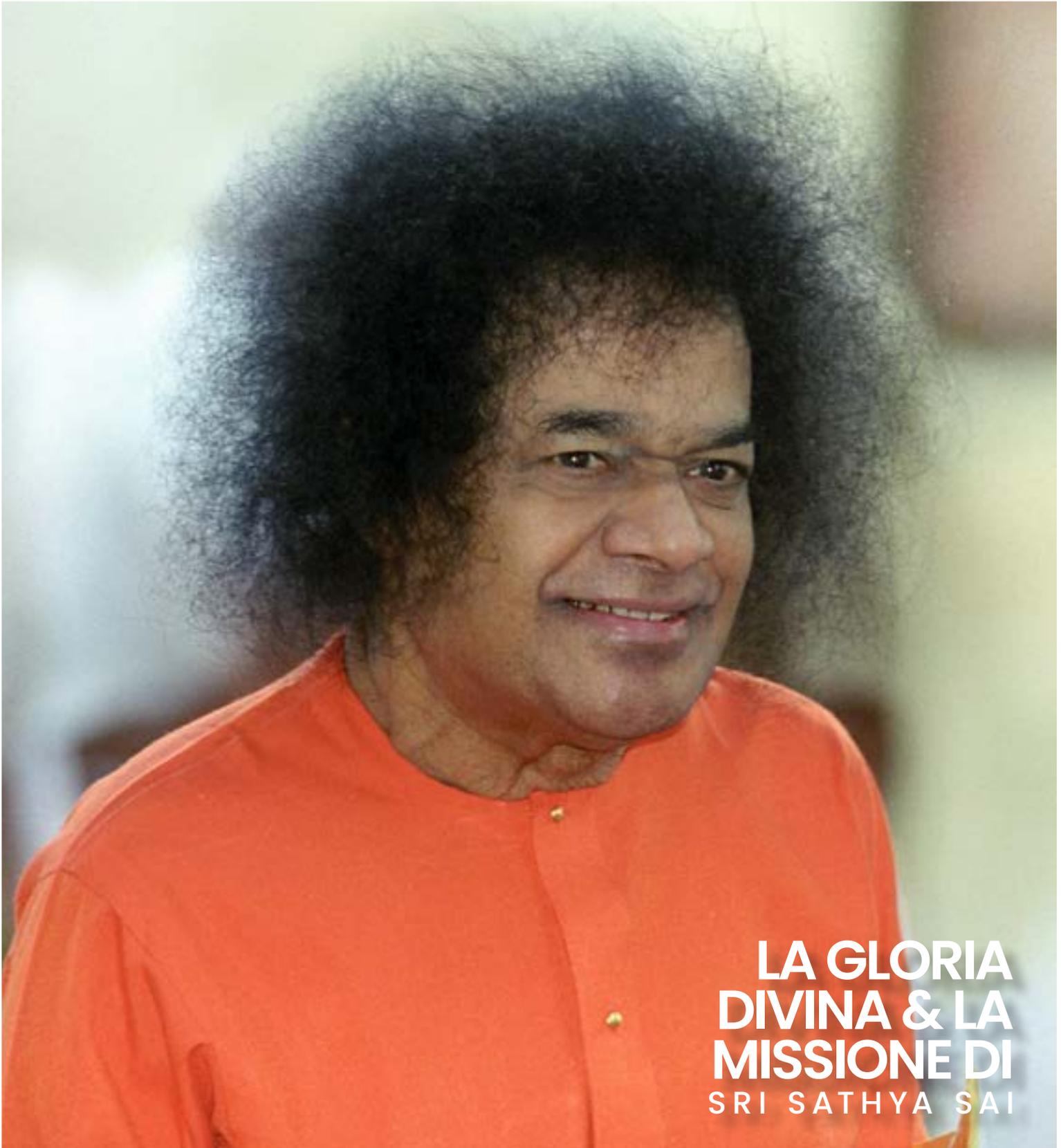
SATHYA SAI

# L'ETERNO

COMPAGNO



VOLUME 4, EDIZIONE 01  
GENNAIO 2025



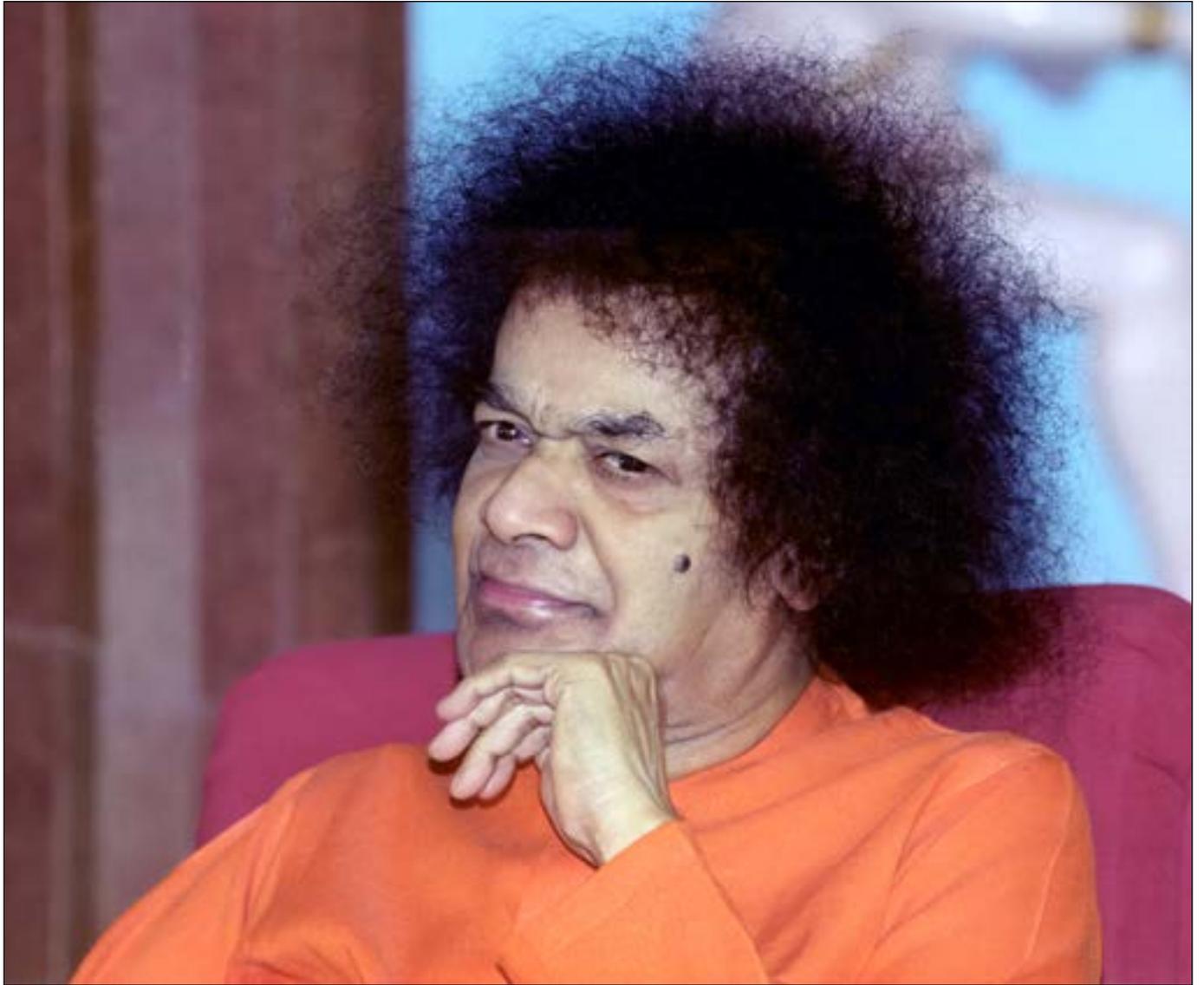
**LA GLORIA  
DIVINA & LA  
MISSIONE DI  
SRI SATHYA SAI**



L'uomo viene al mondo per bearsi della presenza di Dio attraverso l'esercizio e la coltivazione dell'amore. La terra è una grande impresa, una fabbrica operosa, dove il prodotto è l'amore. Per mezzo della pratica spirituale (*sadhana*), è possibile produrre amore ed esportarlo a milioni e milioni di persone che ne hanno bisogno. Più viene condiviso, più diventa profondo, più dolce è il suo sapore e più grande è la gioia. Grazie all'amore ci si può avvicinare a Dio e stare alla Sua presenza, perché Dio è amore e quando si vive nell'amore si vive in Dio.

**Sri Sathya Sai Baba**  
1° gennaio 1971

---



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





Volume 4 • 1<sup>a</sup> Edizione • Gennaio 2025

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

Copyright © 2025 Fondazione Mondiale Sri Sathya Sai  
Riverside, California, USA

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

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta o utilizzata in qualsiasi modo senza la preventiva autorizzazione scritta del detentore del copyright.

Per le richieste di autorizzazione, contattare  
l'editore a [info@sathyasai.org](mailto:info@sathyasai.org).

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

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

- 6 Editoriale:**  
La Legge del Karma e Come Transcenderla
- 14 Discorso Divino**  
Eroi, Non Zeri - 1° gennaio 1964
- 20 Esperienze dei Devoti**  
L'Attrazione Divina - Dr. Amarnath Shenoy  
Tu Sei il Nostro Unico Rifugio - Dr. Madhusudan Mohanty
- 30 Dalla Penna Divina – Messaggio di Swami**  
Tu sei Dio
- 32 Servizio Umanitario**  
Amore in Azione – Bosnia ed Erzegovina, Messico, Russia, Sri Lanka
- 34 Organizzazione Internazionale Sri Sathya Sai**  
Storia della SSSIO – Brasile
- 38 La Grandezza di Essere Donna**  
Il Più Grande Donatore dell'Universo - Rachna Desai
- 42 Giovani Adulti Sai Ideali**  
Servizio a Hong Kong, Germania e Figi  
Recensione del Webinar sui Veda: Raggiungere il Paramatma Attraverso i Propri Doveri  
'Promessa a Swami' – Impegni per il 99° Compleanno  
100 Preziosi Regali per il 100° Compleanno  
Melodie di Devozione: Il Mio Legame con Sai - Nivedha Panchalingam
- 50 Educazione Sathya Sai**  
Dipingere Dio - Manjari
- 52 Eventi & Siti Web della SSSIO**

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

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



## LA LEGGE DEL KARMA E COME TRASCENDERLO

Il *Karma*, la legge universale di causa ed effetto, è stata, in molte tradizioni, la pietra angolare della filosofia spirituale. Esso governa il quadro morale ed etico della vita, assicurando che ogni pensiero, parola, azione e intenzione abbia conseguenze. Poiché è profondamente radicato nel *Sanathana Dharma* (induismo), nel buddismo e nel giainismo, il concetto di *Karma* risuona universalmente e trova interpretazioni in diverse tradizioni spirituali. Il *Karma* è spesso comunemente usato per riferirsi al proprio fato o destino. **Ma il vero significato della parola 'Karma' (derivata dalla radice sanscrita 'Kru', che significa 'fare') è 'azione'.**

**Bhagavan Sri Sathya Sai Baba spiega il principio del Karma semplicemente dicendo: "Com'è l'azione, così è il risultato", ricordando agli individui la loro responsabilità di compiere la giusta azione.** In tutta la *Bhagavad Gita*, in vari capitoli, tra cui *Sankhya Yoga*, *Karma Yoga*, *Jnana Yoga* e *Gunatraya Vibhaga Yoga*, il Signore Krishna si sofferma a lungo sul concetto di *Karma*. **L'insegnamento del Signore Gesù 'com'è la semina, così è il raccolto' si allinea perfettamente con il concetto di karma. Il Signore Buddha parla di trascendere il karma attraverso il percorso dell'ottuplice sentiero,** in cui viene posto l'accento sulla giusta visione, la

giusta intenzione, la giusta parola, la giusta azione, il giusto sostentamento, il giusto sforzo, la giusta consapevolezza e la giusta concentrazione.

### Il Karma e i Suoi Tipi

Che cos'è esattamente questo '*Karma*'? Gli esseri umani sono dotati di mente, parola e corpo. Così, possono attuare il '*Karma*' nel pensiero, nella parola e nell'azione, che hanno tutti le loro conseguenze. Quando vogliamo capire il *Karma*, dobbiamo capire l'azione a questi tre livelli. Secondo il *Vedanta*, ci sono tre tipi di *Karma*.

**Il Karma Satvico** è fatto senza alcun motivo egoistico o egoico, senza preoccuparsi dei frutti e come offerta al Divino. Le persone che lo attuano servono in nome del Divino e conquistano la grazia di Dio.

**Le persone che si abbandonano al karma satvico intrattengono pensieri nobili per il benessere non solo della famiglia e degli amici, ma dell'intera umanità e di tutta la creazione.** *Vasudhaiva Kutumbakam* (il mondo intero è una sola famiglia) e *Samastha Lokah Sukhino Bhavantu* (possano tutti i mondi essere felici) sono i loro principali pensieri e preghiere. Di conseguenza, **il loro parlare è veritiero, limitato e dolce.** Qualunque cosa dicano è per aiutare gli altri. Le loro azioni sono sempre utili agli altri. **Tali persone**

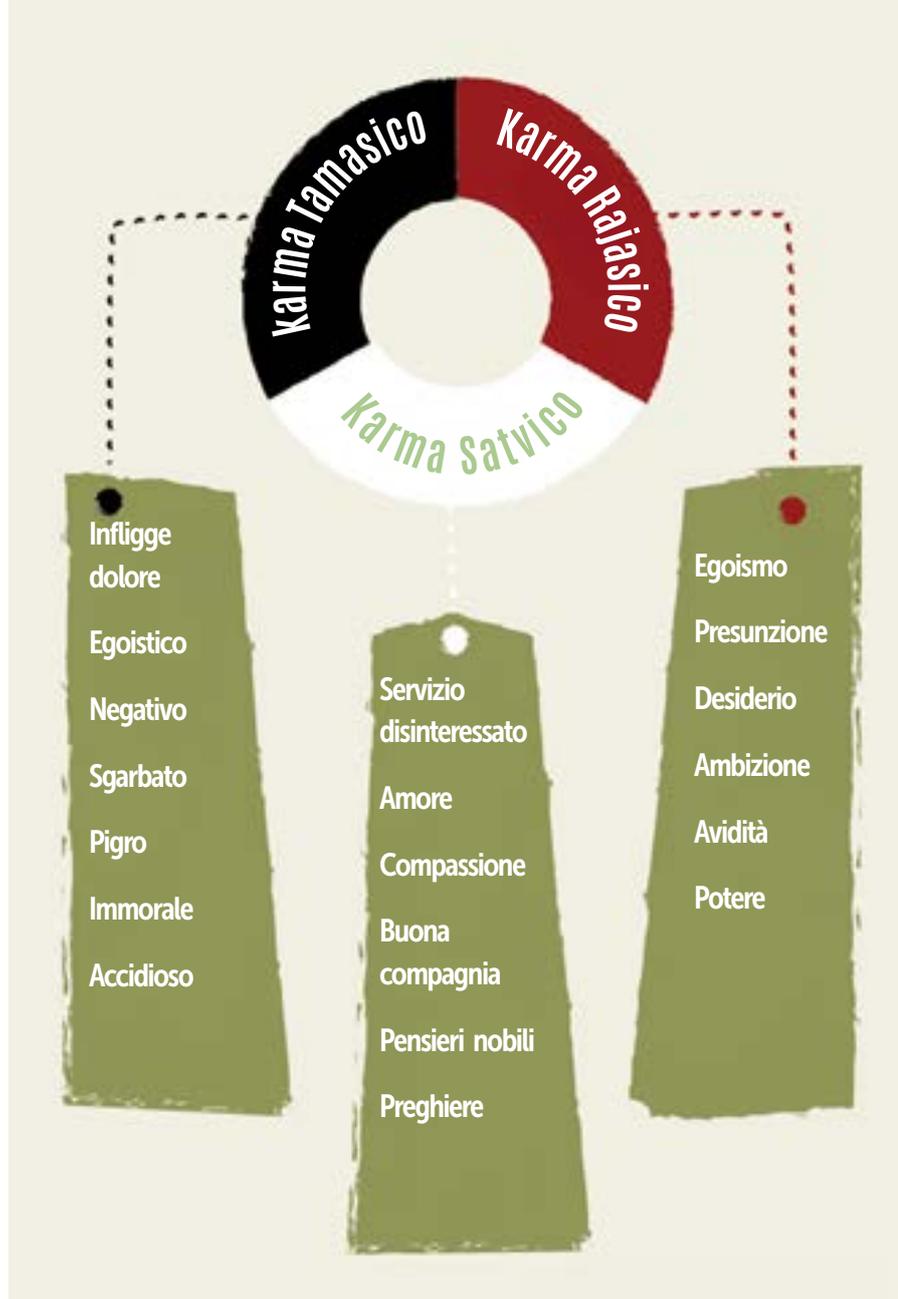
sono impegnate in nobili sforzi, azioni compassionevoli e servizi disinteressati e forniscono cibo, vestiti, riparo, cure mediche e aiuto ai meno fortunati e ai bisognosi. Trascorrono anche del tempo in compagnia di santi, saggi e persone buone quali amanti di Dio.

**Il Karma Rajasico** è fatto per egoismo, presunzione e interesse personale. La maggior parte delle azioni compiute dalle persone comuni nella vita quotidiana rientrano in questa categoria. Quasi tutti nel mondo si abbandonano ad azioni *rajasiche*.

**Le persone che si abbandonano al karma rajasico sono assorbite da pensieri pieni di desideri e ambizioni eccessivi.** Il loro parlare è sgarbato, aggressivo, chiassoso e offensivo. Solitamente, l'obiettivo è l'autoesaltazione e l'esibizione di sfarzo e ostentazione. Le gesta del *rajasico* sono guidate dall'ambizione e dall'avidità. Mirano al successo mondano a tutti i costi, anche ignorando *il dharma*. Molte persone, specialmente nel mondo corporativo e nella politica, soccombono a questi fatti per profitti, potere, nome e fama.

**Il Karma Tamasico**, oltre ad essere attuato per motivi egoistici, provoca anche danni agli altri. Le persone che ne sono coinvolte mancano di compassione, infliggono dolore agli altri e sono guidati dalla ristrettezza mentale, principalmente dall'interesse personale.

**Esse sono malvagie. Si abbandonano sempre a pensieri negativi e dannosi. Le loro parole sono sgarbate, sporche e sconvenienti per un essere umano.** Infliggono dolore agli altri con le loro parole. Le azioni *tamasiche* puzzano di apatia, inerzia, svogliatezza e pigrizia. Tali azioni sono antisociali, immorali, intese a danneggiare gli altri, ad appropriarsi indebitamente di cose altrui e ad andare contro tutte le ingiunzioni delle Scritture.



È chiaramente proclamato nelle Scritture che i pensieri, le parole e le azioni *satviche* ci danno gioia, pace e tranquillità. Pensieri, parole e azioni *rajasiche* causano inquietezza, sofferenza e dolore. Al contrario, i pensieri, le parole e le azioni *tamasiche* mantengono le persone immerse nell'ignoranza e manifestano la natura demoniaca senza nemmeno un briciolo di verità e divinità.

### Le Diverse Categorie di Karma

Nel corso del tempo, il *Karma* si accumula ed è classificato in tre gruppi in base all'influenza temporale sull'anima e alla sua trasmigrazione.

**Il Sanchita Karma** è il *Karma* accumulato in tutte le vite precedenti immagazzinate come un vasto serbatoio di impressioni (*vasana*). Questo rappresenta la totalità di tutte le azioni, sia buone sia cattive, che portano frutto.

Il **Prarabdha Karma** è la porzione di **Sanchita Karma** che attualmente si manifesta o ha effetto nella vita attuale. È questo **Karma** a determinare le circostanze della propria esistenza attuale, come la nascita, la salute, le relazioni e le esperienze di vita.

L'**Agami Karma** è il **Karma** generato dalle azioni della vita presente, che porteranno frutto in futuro. Questo **Karma** deriva dai nostri pensieri, parole e azioni nella nostra vita presente.

Insieme, questi tre tipi di **Karma** intrecciano l'arazzo dell'esistenza umana, legando gli individui al ciclo di nascita e morte (**Samsara**). Questi **Karma** portano frutto in diversi intervalli di tempo che possono anche estendersi attraverso le nascite. Nel Suo Discorso Divino del 31 agosto 2001, Swami ha dato un esempio del modo in cui il **Karma** funziona attraverso i cicli della nascita.

*“Il giovane Vamana (un’incarnazione di Vishnu) si diresse verso il luogo in cui l’imperatore Bali stava eseguendo un sacro rituale. Vamana emanava luce, effulgenza, e tutti guardavano con meraviglia la Sua grande bellezza giovanile. Era la personificazione stessa di un campo magnetico che esercita attrazione. Ratnamala, la figlia di Bali, vide il ragazzo, sviluppò mentalmente il desiderio di averLo come figlio e Lo vezzeggiò in vari modi. Ma, nel frattempo, come sapete, Vamana aveva spinto Bali a Pathala (mondo inferiore). Questo*

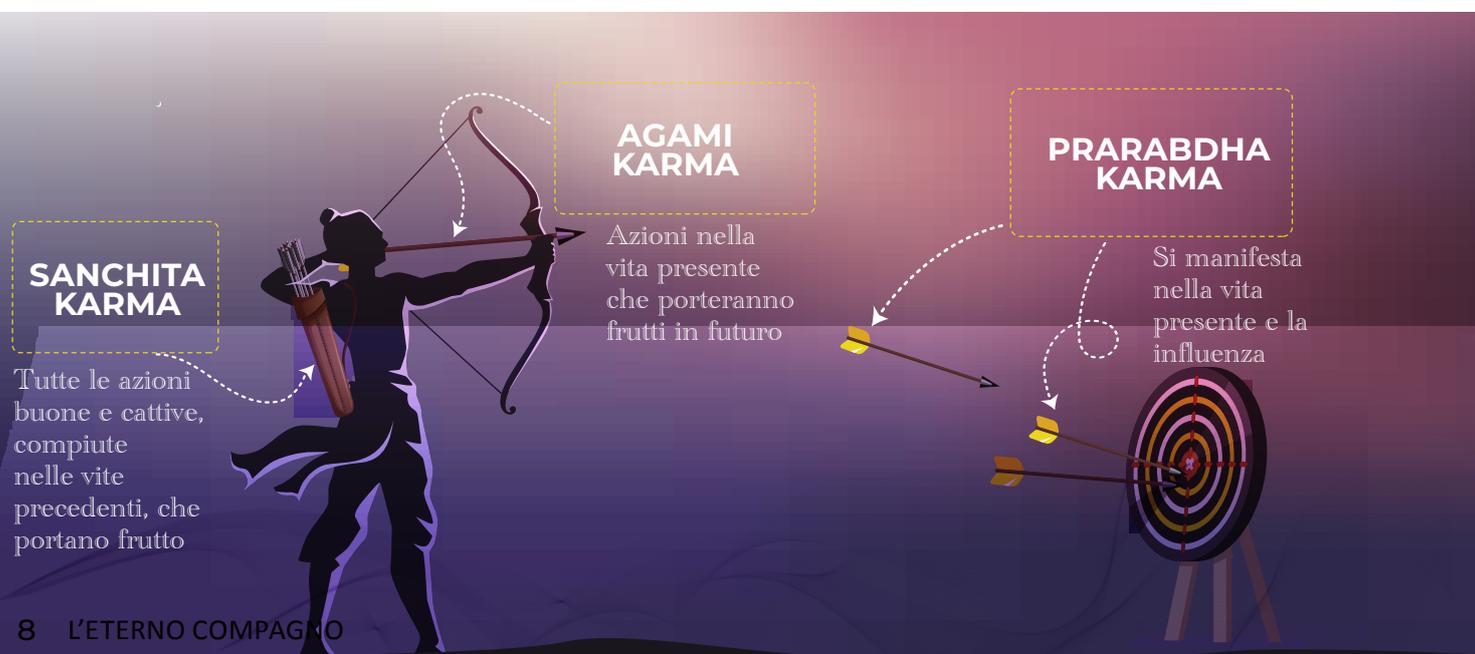
*evento trasformò l’amore per Vamana in odio, ed ella sentì di poter uccidere il bambino lei stessa. L’onnisciente Vamana notò ciò che stava passando per la mente di Ratnamala e pronunciò “Tathaasthu” (così sia)...*

*Egli le disse: “Madre, prima hai desiderato allattarMi, ma, vedendo la rovina di tuo padre, il tuo desiderio si è trasformato in odio. Hai avuto voglia di nutrirMi col veleno e ucciderMi. Nascerai nel Dvapara Yuga come Puthana (una demone) e Mi alimenterai con latte avvelenato, ma morirai.”*

**Si può vedere chiaramente come Ratnamala abbia soddisfatto entrambi i suoi desideri come Puthana. Dette da mangiare al Signore Krishna il suo latte materno come una madre, ma cercò anche di avvelenarlo e ucciderlo come una demone piena di odio. Quindi, si dovrebbe essere estremamente attenti a ciò che si pensa, si dice o si fa, anche se è momentaneo.**

Swami dice che il presente è il seme, che è il risultato del passato e la base del futuro. Pertanto, per garantire il successo, dovremmo vivere nel presente.

Il **Vedanta** spiega i concetti di **sanchita karma, prarabdha karma e agami karma** con un’analogia interessante e chiara di un arciere e delle sue frecce. Prendiamo l’esempio di un arciere con una faretra piena di frecce. Le frecce rappresentano il **sanchita karma** accumulato nel corso



“Rimuovendo i due denti velenosi del serpente, esso diventa innocuo. Ahamkara e Mamakara (Io e Mio) sono i due denti che si attaccano alle nostre azioni, causando la schiavitù.

di molte vite che non è stato esaurito o 'cancellato'.

Quando l'arciere scocca le frecce dall'arco, non ha alcun controllo su di esse fin quando non raggiungono il bersaglio. Le frecce scoccate rappresentano il **prarabdha karma**, che è attualmente in corso in questa vita. C'è una terza categoria di frecce che non sono né nella faretra né scoccate, ma posizionate sull'arco, pronte per essere lanciate. L'arciere può scegliere il bersaglio e la traiettoria di tali frecce prima di lanciarle. Queste frecce rappresentano **l'agami karma**, le azioni presenti che creano il *Karma* futuro.

Questa analogia contiene le dinamiche del *Karma* passato, presente e futuro. Ci ricorda l'importanza di vivere consapevolmente, poiché le nostre azioni attuali plasmano il nostro futuro.

### Le Catene del Karma

Il *Karma* è imperscrutabile, sottile e inevitabile. Questo è il motivo per cui i maestri spirituali hanno fornito vari percorsi per trascendere la morsa del *Karma* e raggiungere la liberazione. Bhagavan Baba spiega che la nascita umana è una rara opportunità per liberarsi dal ciclo di nascita e morte. Egli afferma che il corpo è dato come strumento per realizzare il Divino. Quindi, si dovrebbe usarlo per scopi sacri, ricordando che la vita è impermanente e il suo obiettivo è raggiungere la realizzazione del Sé, trascendendo il *Karma*.

Il *Karma tamasico*, *rajasico* e persino *satvico* legano l'individuo al ciclo di nascita e morte. Mentre il *Karma tamasico* è simile a una catena di ferro, *quello rajasico* è come una catena d'argento, e il *Karma satvico* è paragonabile a una catena d'oro. Mentre le catene variano nella loro desiderabilità, tutte legano la persona. Così, si sottolinea

che si dovrebbe essere completamente liberi e non vincolati da alcun tipo di catena. **Inizialmente, per liberarsi dalle catene di ferro del Karma tamasico, si dovrebbe diventare rajasici. Da qui, si dovrebbe progredire a essere satvici e, infine, andare oltre tutti e tre i guna (attributi), al trigunatitha (oltre lo stato dei tre attributi).**

Esploriamo i vari modi in cui possiamo trascendere le leggi del *Karma* ed essere liberati in questa stessa vita. Il Signore Krishna e Bhagavan Baba hanno esposto questo in dettaglio. Ci sono tre percorsi principali: *Karma Yoga*, *Bhakti Yoga* e *Jnana Yoga*.

### Il Karma Yoga

Questo è il percorso dell'azione altruistica (*nishkama karma*). Qui, l'idea è compiere ogni azione nel giusto spirito, in modo che il *Karma* vada oltre per diventare *Karma Yoga*. Per raggiungere questo obiettivo, ci sono molte regole date da Krishna. La prima tra loro è, come Egli dice: “*Yogah Karmasu Koushalam* (lo *Yoga* è perfezione nell'azione).” **Qualunque cosa facciamo, diciamo o pensiamo dovrebbe essere perfetta, secondo gli standard divini** (BG 2:50). Il successivo insegnamento è (BG 2:47):

“*Karmany evadhikaras te ma phaleshu kadachana  
ma karma-phala-hetur bhur ma te sango 'stvakarmani.*”

(*Hai il diritto di svolgere i tuoi doveri prescritti, ma non hai diritto ai frutti delle tue azioni. Non considerarti mai la causa dei risultati delle tue attività, né essere attaccato all'inazione.*)

Noi siamo obbligati ad agire dalla nascita alla morte, ma i risultati delle azioni ci vincolano. C'è una speciale spiegazione

data solo da Bhagavan Baba rispetto a quella tradizionale soprariportata e a tutti gli altri commentatori che dicono che si ha solo il diritto di svolgere i propri doveri e non il diritto ai frutti delle azioni. **Swami dice che, per uscire dalla schiavitù, si dovrebbe rinunciare volentieri e non desiderare i frutti dell'azione (di cui si ha diritto), dedicandoli a Dio.**

In un altro versetto (BG 2:41), Krishna dice:

*“Vyavasayatmika buddhir ekeha  
kuru-nandana  
bahu-shakha hyanantash cha  
buddhayo ‘vyavasayinam.”*

*(O discendente dei Kuru (Arjuna), l'intelletto di coloro che sono su questo sentiero è risoluto e il loro obiettivo è unidirezionale. mentre l'intelletto di coloro che sono titubanti è molto ramificato.)*

Swami presenta Arjuna come estremo esempio di unidirezionalità. Le persone, al giorno d'oggi, a causa di più mansioni diventano dispersive. **Si dovrebbero concentrare sul presente, assorbite nell'azione particolare che stanno compiendo, con devozione unidirezionale.**

Il successivo importante concetto è trattato in un altro verso (BG 2:38):

*“Sukha-duhkhe same kritva labha-  
labhau jayajayau  
tato yuddhaya yujyasva naivam  
papam avapsyasi.”*

*(Lotta per amore del dovere, trattando allo stesso modo felicità e angoscia, perdita e guadagno, vittoria e sconfitta. Adempiendo alla tua responsabilità in questo modo, non incorrerai mai nel peccato.)*

Ogni volta che compiamo delle azioni, siamo destinati a ottenere risultati che variano ampiamente. **Si dovrebbe avere l'equanimità di affrontare tutti i tipi di risultati.** Tale equanimità garantirà che le azioni o i *Karma* non ci legano. Infine, quando agiamo, deve essere abbandonato il ruolo di colui che agisce, come affermato dal Signore Krishna (BG 3,27):

*“Prakriteh kriyamanani gunaih karmani  
sarvashah*

*ahankara-vimudhatma kartaham iti  
manyate.”*

*(Tutte le attività sono svolte dalle tre proprietà costituenti (guna) della natura materiale. Ma, nell'ignoranza, l'anima, illusa dalla falsa identificazione con il corpo, pensa a se stessa come l'agente.)*

L'ego è ciò che fa pensare all'uomo di essere colui che agisce. Ricordare costantemente che Dio è l'operatore e che noi siamo solo strumenti o mezzi ci assicura che non siamo vincolati dal *Karma*. **Swami dice che ci sono due ragioni per cui il Karma ci lega: Ahamkara e Mamakara (Io e Mio). Il primo ci fa pensare di essere gli agenti, mentre il secondo ci fa desiderare i frutti delle nostre azioni.**

Soffermandosi ulteriormente questo, Swami dice che un serpente ha del veleno nei denti. Rimuovendoli esso diventa innocuo. *Ahamkara* e *Mamakara* sono i due denti che si attaccano a tutte le nostre azioni, causando la schiavitù. Rimuoveteli, e tutte le azioni diventano innocue e si è liberi. A questo proposito, c'è una bella spiegazione del *Karma* (azione) e dell'*Akarma* (inazione) (BG 4:18):

*“Karmanyakarma yah pashyed akar-  
mani cha karma yah  
sa buddhiman manushyeshu sa  
yuktah kritsna-karma-krit.”*

*(Coloro che vedono l'azione nell'inazione e l'inazione nell'azione sono veramente saggi tra gli esseri umani. Sebbene compiano ogni tipo di azione, sono yogi e padroni di tutte le loro azioni.)*

**Questo è un concetto molto sottile e profondo.** I saggi, i santi, gli yogi e persino gli *Avatar* sono impegnati in molte attività. Queste attività, però, sono *Akarma* e non *Karma*, perché tali persone non ne sono coinvolte: quindi, nessuna azione li lega. Tuttavia, alcune persone non svolgono alcun compito, ma sono ancora legate dal *Karma*! Questo è a causa dei loro sentimenti di essere gli operatori e di goderne i frutti.

**In definitiva, lo scopo dell'azione è raggiungere la purezza del cuore (*chittasya shuddhaye karma*). Ecco perché Swami afferma: “La Purezza è**

**Illuminazione.”** Per raggiungere questo obiettivo, si dovrebbe sempre essere impegnati in attività sacre. Swami dice che ci sono cinque *yajna* (sacri rituali sacrificali) che si possono eseguire: *Deva Yajna*, *Pitru Yajna*, *Bhuta Yajna*, *Manushya Yajna* e *Rishi Yajna*. In questo modo, esprimiamo gratitudine agli Dei, ai genitori e agli antenati, ai cinque elementi e alla natura, ai coetanei e agli amici, ai saggi e ai santi.

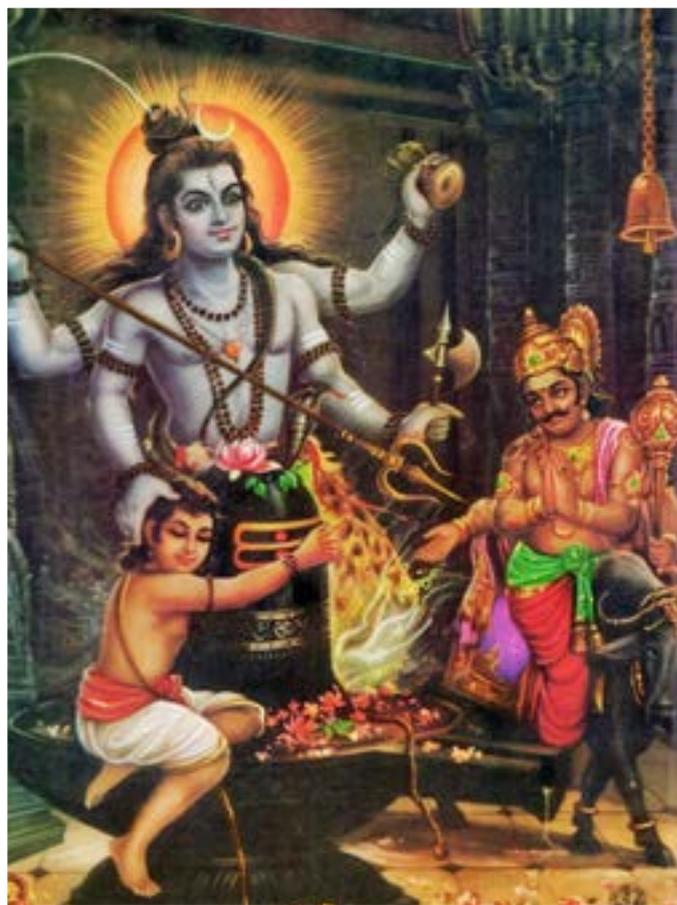
**Così, si possono superare le leggi del Karma attraverso il Karma Yoga o il Nishkama Karma (azione senza desiderio).**

### Il Bhakti Yoga

Questo è il cammino dell'amore divino. Swami dice che, se si ha un intenso amore per Dio, non si è mai vincolati dalla legge del *Karma*. **La grazia del Signore può bruciare ogni quantità di Karma.** Ognuno nasce a causa del *Karma*, e il *Karma* nasce dai desideri. Markandeya è un eccellente esempio di come il *Karma* possa essere superato con *la bhakti*.

Markandeya era il figlio benedetto del saggio Mrikandu e di sua moglie Marudmati, che avevano pregato il Signore Shiva per avere un bambino. Il Signore dette loro una scelta: un figlio virtuoso con una vita breve o uno indegno con una lunga vita. Scelsero il primo, e nacque il figlio virtuoso, Markandeya, ma era destinato a vivere solo 16 anni. Nonostante conoscesse il suo destino, Markandeya crebbe come un bambino istruito, profondamente devoto al Signore Shiva. Mentre si avvicinava il sedicesimo compleanno, i genitori avevano il cuore spezzato conoscendo l'imminente destino, ma Markandeya e i suoi genitori rimasero saldi nella loro fede e nell'amore per Shiva. L'ultimo giorno di vita a cui era destinato, Markandeya si sedette in profonda meditazione e abbracciò il suo *Shiva Linga*, cantando il nome di Shiva con intenso fervore divino.

Quando il Signore Yama, il Dio della morte, arrivò a reclamarlo, gettò il cappio, che cadde accidentalmente sullo *Shiva Linga*. Il Signore Shiva è *Mrutyunjaya* (Colui che ha vinto la morte) e si arrabbiò quando Yama mise il cappio intorno



Il Signore Shiva salva Markandeya

a Lui! Emerse dal *Linga* e colpì Yama, salvando la vita di Markandeya. Mosso dalla devozione del ragazzo, Shiva lo benedisse con l'immortalità e l'eterna giovinezza. **Markandeya e i suoi genitori adoravano Dio con grande devozione. Così, poterono cambiare anche il Sankalpa di Dio e, di conseguenza, Markandeya poté vivere eternamente (*chiranjivi*).**

Raccontando la storia di cui sopra in un Discorso Divino durante il Corso Estivo del 1972, Swami fece anche un altro esempio per mostrare la potenza della grazia di Dio.

*“C'è una fiala da iniettare. Vi è scritto che il farmaco all'interno può essere utilizzato fino al 1970. Quella fiala è ancora lì nel 1972 e all'interno vi è la medicina, che però non avrà efficacia. Non può servire al suo scopo. Allo stesso modo, nel nostro destino ci può essere la medicina o Prarabdha, ma, per grazia di Dio, possiamo indebolire o smussarne l'effetto. Anche se è lì, non può disturbarci. Possiamo diventare beneficiari della grazia di Dio; non dobbiamo avere*

paura né del Prarabdha, del Sanchita o dell'Aagami (Karma). **Se Dio si compiace della nostra devozione e della nostra adorazione, certamente annullerà i cattivi effetti del Prarabdha e del Sanchita Karma.** Pertanto, la cosa più importante che dobbiamo cercare è guadagnarci la grazia di Dio, con la quale possiamo superare tutti questi effetti negativi.”

Il Signore Krishna consiglia splendidamente Arjuna in un versetto (BG 8:7):

*“Tasmat sarveshu kaleshu mam anusmara yudhya cha mayyarpita-mano-buddhir mam evaishyasyasanshayam.”*

*(Pertanto, ricordati sempre di Me e fai il tuo dovere di combattere la guerra. Con la mente e l'intelletto arresi a Me, sicuramente Mi raggiungerai: su questo, non c'è alcun dubbio.)*

**Nel 'campo di battaglia' della vita, quando 'combattiamo' pensando sempre al Signore, il Karma non può influenzarci e ne usciamo indenni.** C'è stato un tempo in cui abbiamo attraversato una grave crisi familiare a Los Angeles. Ho detto a mia figlia che la legge del Karma è inesorabile, che tutti dobbiamo pagare le nostre quote e che possiamo solo pregare il Signore per avere la forza di sopportare la crisi. Poche settimane dopo, durante la nostra visita a Prashanti Nilayam, Swami ci chiamò a colloquio e mi ha ammonito dicendo che è sbagliato pensare che si debba sempre pagare per il proprio Karma. Disse: **“Quando c'è la Mia grazia, tutto il Karma sarà spazzato via in un attimo, proprio come una montagna di cotone può essere bruciata istantaneamente con un solo fiammifero acceso.”**

Le esperienze del professor Madhusudan Mohanty e del dottor Amarnath Shenoy, che sono state incluse in questa pubblicazione, mostrano chiaramente come Swami possa proteggere e spazzare via in un attimo i nostri problemi, le sofferenze e il Karma.

È qui il caso di ricordare anche la potente rassicurazione da parte del Signore Krishna, spesso citata dal nostro caro Swami (BG 18:66):

*“Sarva-dharman parityajya mam ekam*

*sharanam vraja  
aham tvam sarva-papebhyo mokshayishyami ma shuchah.”*

*(Abbandona tutti i Dharma e rifugiati in Me solo. Io ti libererò da ogni peccato, non ti crucciare.)*

**Il Signore ci assicura che la resa a Dio ci libera da tutti i peccati e dal Karma.**

Quando ci arrendiamo, Dio ci dà tutto ciò di cui abbiamo bisogno, come mostrato, nell'articolo della signora Rachna Desai sulle sue esperienze, in questa pubblicazione. Tale abbandono è raggiungibile con un intenso amore per Dio, che è il segno distintivo del *Bhakti Yoga*.

### Lo Jnana Yoga

Lo *Jnana Yoga* è il sentiero della saggezza. Swami definisce questo come la strada regale per trascendere il Karma e raggiungere la liberazione. Il saggio di Arunachala, Bhagavan Ramana Maharishi, grande *jnani* dei tempi recenti, si avvicinò al Karma dal punto di vista dell'autoindagine. Egli ha insegnato che il Karma opera nel regno del proprio ego, del corpo e della mente. Ma, quando ci si rende conto di essere il puro *Atman*, il Karma perde la sua rilevanza. Egli ha sottolineato che il concetto di Karma è significativo solo finché ci si identifica con il corpo, la mente e l'intelletto. **Ha affermato: “Scoprite chi è che ha il Karma. Allora, il Karma se ne andrà. Attraverso il metodo dell'autoindagine, chiedendo 'Chi sono io?', si trascende l'ego e si raggiunge la liberazione.”**

Sri Ramana ha parlato anche all'inevitabilità del *Prarabdha Karma*. Ha spiegato che il Karma responsabile della vita presente deve agire come una freccia già scoccata da un arco. **Tuttavia, attenendosi al Sé, si rimane inalterati dalle esperienze portate dal Prarabdha Karma.**

Il Signore Krishna dice (BG 4:19):

*“Yasya sarve samarambhah kama-sankalpa-varjitah jnanagni-dagdha-karmanam tam ahuh panditam budhah.”*

*(I saggi illuminati chiamano saggi coloro le cui azioni sono libere dal desiderio di piaceri materiali e che hanno bruciato le reazioni delle opere nel fuoco della sapienza divina.)*



## BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA

PRASHANTI NILAYAM (A.P.)

Date.....

### PREGHIERA

- O Signore! Prendi il mio Amore e lascia che fluisca in pienezza di devozione a Te.
- " " Prendi le mie mani e lascia che lavorino incessantemente per Te.
- " " Prendi la mia anima e lascia che si fonda in una cosa sola con Te.
- " " Prendi la mia mente e i miei pensieri e lascia che siano in sintonia con Te.
- " " Prendimi tutto e lasciami essere uno strumento per lavorare.

With Love and Grace  
Baba.

Non importa quanto sia il carico del proprio *Karma* – *Sanchita*, *Prarabdha* e *Agami*: può essere tutto bruciato nel fuoco della saggezza. L'oscurità in una grotta che è durata migliaia di anni svanirà in un istante se viene accesa una lampada. **Allo stesso modo, nel momento in cui la lampada di *jnana* è accesa, tutto il nostro *Karma* scomparirà istantaneamente.**

Siamo tutti nati legati dalla legge del *Karma*, e c'è una chiara via d'uscita da esso seguendo uno qualsiasi dei tre percorsi spirituali: *Karma Yoga*, *Bhakti Yoga* o *Jnana Yoga*. La cosa migliore sarebbe seguire una combinazione di tutti e tre,

uno *yoga* integrale i cui diversi aspetti sono splendidamente trattati da Swami in un Discorso di Capodanno che è stato incluso in questo numero. Questo *yoga* integrale è anche incarnato **nella Preghiera del Signore che Swami ha scritto per la redenzione dell'umanità.**

Seguiamo, con intensità e unidirezionalità, uno qualunque o tutti e tre i percorsi prescritti da Baba, dalle grandi Scritture e dai grandi Maestri, trascendiamo la legge del *Karma* e raggiungiamo la liberazione in questa stessa vita.

Jai Sai Ram



# Eroi Non Zeri

Pandit Sathyanarayana Avadhanulu avrebbe potuto parlare più a lungo, ma si è fermato all'improvviso, forse per concederMi più tempo. Non dovete essere inquieti quando altri parlano, perché chiunque lo faccia qui vi sta dando il nettare dei *Veda* o delle *Shastra* (Scritture), che è sempre dolce e liberatorio. Inoltre, egli ha detto che ci siamo incontrati qui questa sera perché è il giorno di Capodanno, il primo gennaio 1964! **Ebbene, questa è un'illusione all'interno di una più grande illusione!** Questo giorno viene accolto come se segnasse un grande cambiamento, come se ieri fosse molto differente perché apparteneva al 1963, e oggi sia nettamente diverso perché è il 1964! Questo giorno viene celebrato dalla gente con picnic, giochi d'azzardo, bevute e festeggiamenti. Le persone assistono a spettacoli cinematografici, indossano abiti nuovi, si scambiano regali e salutano tutti con gioia e allegria. Spendono ed esauriscono i loro soldi e le loro energie alla ricerca della frivolezza, del brivido e dell'eccitazione.

Tutto ciò è dovuto all'usanza che considera particolare questo giorno. In effetti, l'anno è solo una convenzione. Ci sono tanti Nuovi Anni quanti sono i giorni dell'anno. Molte comunità e Paesi hanno i loro calendari, nettamente diversi. Non è il primo di gennaio o il primo di *Chaithra* (il primo mese del Nuovo Anno telugu) a essere unico. L'anno è solo un nome per indicare il numero di mesi e il mese per contare il numero di giorni. Il giorno indica il numero di ore, l'ora è un periodo contato in minuti e il minuto è un nome per sessanta

secondi. **Ogni secondo è nuovo. È un dono, un'occasione, un'opportunità, una cosa da celebrare, da usare per la vostra elevazione. Ogni secondo è una nuova possibilità che vi viene data per allenare la mente, affinare l'intelletto, purificare le emozioni, rafforzare la volontà e convincervi di essere l'Atma senza morte (il Sé, la Coscienza Infinita).**

### **Siate Come il Loto con la Testa Fuori dalle Acque**

Ringraziate il Signore che vi ha dato il tempo e il lavoro con cui riempirlo. Vi ha dato il cibo e la fame per gustarlo, ma questo non vi autorizza a impegnarvi nell'azione in modo indiscriminato. Quando costruite una casa, davanti vi installate una porta. Qual è lo scopo della porta? A far entrare chi è gradito e a tenere fuori chi non si vuole. Ha un doppio scopo: non si spalancano le porte perché tutti possano entrare quando vogliono. Allo stesso modo, selezionate gli impulsi, i motivi e gli incentivi che entrano nella vostra mente; tenete fuori quelli avilenti, degradanti e deleteri. Fate entrare la più alta saggezza delle Scritture, quella ricavata dal crogiolo dell'esperienza, chiamata *anubhava jnanam* (conoscenza esperienziale).

Tutta l'acqua non è potabile; quella stagnante è da evitare. È meglio il fiume che scorre. Scegliete l'acqua e bevete. Usate la tenda antizanzare, ma fate in modo che esse non entrino quando andate a letto. Tenetele fuori; non imprigionatele nella zanzariera. Navigate nella barca che galleggia sull'acqua, ma non permettete all'acqua di entrarvi. **Siate nella vita terrena, ma non permettetevi di entrare in voi. Usate le porte con intelligenza per far entrare chi volete e tenere fuori chi non volete.** Il loto, nato nella melma e nel fango, sale attraverso l'acqua e alza la testa ben al di sopra di essa; rifiuta di bagnarsi, anche se l'acqua è l'elemento che gli dà la vita! Siate come il loto. Con l'azione, compiuta con tale cura, la visione si chiarisce. L'uomo è accecato dal mondo oggettivo e crede che sia reale, abbia un senso e sia degno di essere perseguito. La cataratta cresce nell'occhio e lo priva della vista. La cataratta è nemica dell'occhio. **L'ignoranza, la cataratta dell'occhio interiore, acceca l'intelletto e lo priva della sua saggezza. Così, non può vedere la Divinità che è la vostra vera natura.** L'ignoranza vi induce ad avere l'impressione di essere umano (*manava*), mentre, in verità, voi siete Dio (*Madhava*)



*Siate come il loto*

## Percorrete il Sentiero della Liberazione

La corda viene scambiata per un serpente e chi la vede fugge per la paura. La verità è che non è l'occhio che vede; per quanto i medici possano diagnosticare, ci sono molti i cui occhi sono buoni, ma non possono 'vedere'. L'occhio vede perché è illuminato da una scintilla dei raggi del Sole. Le Scritture dicono: '*chaksho suryo ajayatha*' (dall'occhio dell'Essere Supremo è nato il sole). L'anima è la forza motrice di tutti i sensi; l'occhio non è che una finestra attraverso la quale l'anima scruta il mondo esterno. A che cosa serve l'occhio se la visione non è corretta e se non si ha *samadrishti* (equa visione)? ***Samam* significa Brahman, la Realtà Assoluta; *samadrishti* significa vedere solo Brahman, l'Uno in tutte le cose in ogni momento.** Questa *ekatvam* (unità) è la verità fondamentale. Tutte le altre esperienze sono parziali, distorte e false. Soffermatevi su questo nella vostra meditazione. Fissatelo nella vostra coscienza interiore. Questo è il sentiero della liberazione, che dovete iniziare a percorrere, e oggi è un giorno buono come un altro per farlo. Avete meditato troppo a lungo su ricchezza, stato sociale, stipendio, figli, parenti, fama e tenore di vita. Sono tutte cose di minor interesse, di valore momentaneo e di dubbio profitto. **Meditate e fissate il vostro interesse su *nithya* (l'eterno), *sathya* (il reale), *nirmala* (il puro) e *nischala* (l'immutabile).**

### L'Eterno Auriga

Pandit Avadhanulu ha fatto riferimento ad alcuni episodi citati nel *Mahabharata* e quindi anch'lo citerò solo un punto che vi farà apprezzare ancora di più il *Mahabharata*. Il Signore aveva *maya* (illusione), per così dire come Sua consorte e un figlio chiamato *manas* (mente). Questo *manas*, per continuare la parabola, aveva due mogli: *Pravritti* e *Nivritti* - attaccamento e distacco. Naturalmente, *Pravritti* era la moglie preferita e aveva cento figli. *Nivritti* era

maltrattata e trascurata, e aveva cinque figli. Questo è il simbolismo dei *Kaurava* (cento figli) e dei *Pandava* (cinque figli) nel *Mahabharata*. Sebbene i figli vivessero tutti nello stesso regno, con lo stesso cibo e imparassero dallo stesso maestro, la loro natura era molto diversa. I *Kaurava*, figli dell'attaccamento, erano avidi, crudeli, egocentrici e vanitosi. Dei cinque *Pandava*, ognuno rappresentava una virtù suprema; così si poteva dire che simboleggiassero *sathya*, *dharma*, *shanti*, *prema* e *ahimsa* (verità, retta condotta, pace, amore e non violenza). Poiché erano così puri e nati dal 'distacco', il Signore divenne la loro guida.

**In effetti, il Signore guiderà chiunque Lo insedi come proprio *Sarathi* (Auriga).** Non considererà questa posizione inferiore. Egli è il *Sanathana Sarathi* (l'Eterno Auriga) che è venuto per essere l'auriga di tutti. È il Signore per tutti coloro che



“**Dimenticate le cose che non volete ricordare. Riportate alla memoria solo le cose che vale la pena ricordare. Questo è il modo per raggiungere il progresso spirituale.**

cercano un maestro, un sostegno. L'anima è il maestro in ognuno e Krishna è l'anima universale, personificata.

### **Lasciate che il Signore Plasmi la Vostra Mente**

Le *Upanishad* dicono che due uccelli siedono su un albero: il *Jivatma* e il *Paramatma* - l'anima individuale e l'anima suprema. Essi sono i due uccelli sull'albero di questo corpo, di questo mondo. Un uccello mangia i frutti dell'albero, mentre l'altro si limita ad assistere come un testimone. Ma la meraviglia è che i due uccelli sono in realtà uno solo, anche se sembrano due; non possono essere separati perché sono due aspetti della stessa entità.

Il vapore nell'aria non può essere concretizzato; non ha forma, ma è della stessa materia del ghiaccio, che è duro, pesante e freddo. Allo stesso modo, *nirakara* e *sakara* (senza forma e con forma) sono solo due modi in cui l'Uno si manifesta. La lancetta dei minuti dell'orologio è l'anima individuale, l'uccello che mangia i frutti. Gira e rigira, ma la lancetta delle ore si muove silenziosamente e lentamente, in modo composto. Si può dire che la lancetta delle ore sia l'anima suprema. I due si incontrano una volta ogni ora, ma l'anima individuale non riesce a ottenere tale posizione per sempre. Perde la preziosa occasione e quindi deve girare in tondo, ripetutamente. La liberazione avviene quando i due si fondono e rimane solo l'Uno.

**Quando gli ostacoli sul cammino della verità vengono superati, la liberazione è raggiunta. Ecco perché *moksha* (liberazione) è qualcosa che si può ottenere qui e ora; non bisogna aspettare la dissoluzione del corpo fisico.** L'azione non deve essere sentita come un peso, perché questa sensazione è un segno sicuro che è contro la propria natura. Nessuna azione che aiuti il vostro progresso peserà fortemente su di voi. Solo quando andrete contro la vostra natura più profonda la sentirete come un peso. Arriva il momento in cui si guarda indietro ai risultati ottenuti e si sospira per l'inutilità di tutto ciò. **Prima che sia troppo tardi, affidate la vostra mente al Signore e lasciate che Egli la plasmi come vuole.** Assegnate alla vostra mente il compito di servire il Signore, ed essa si addomesticherà. Non si consegna all'orafo un ornamento in buono stato, ma gli si danno quelli che si ritengono rotti, ammaccati o fuori moda per ripararli o rimodernarli. Allo stesso modo, date al Signore la vostra mente che ha certamente bisogno di essere riparata, se non completamente ricostruita.

### **L'uomo Non Deve Avere Paura**

L'illusione agisce sulla mente. È come un cane feroce che non permette a nessuno di avvicinarsi al Padrone. Si può riuscire ad aggirarla solo assumendo la *rupa*, o forma del Padrone, che si chiama *sarupyam*, oppure chiamandolo a voce così alta che Egli scende e vi accompagna in casa. In un altro modo, è conquistando la Sua Grazia,

che si chiama *samipyam* (vicinanza). L'illusione è il Suo animale domestico e quindi non vi farà del male se Egli le ordina di non farvelo. Il Padrone viene a salvare dall'illusione non solo un uomo buono, ma l'intera umanità. Naturalmente, deve assumere una forma che l'uomo possa amare, rispettare e apprezzare. Può dare gioia e coraggio solo se parla una lingua comprensibile agli uomini. Già così, molti hanno paura di avvicinarsi a Me, perché sanno che sono a conoscenza dei loro pensieri più intimi e dei loro desideri più profondi. Ma permetteteMi di dirvi che solo gli animali indifesi hanno paura. **L'uomo, che è figlio dell'immortalità, non dovrebbe avere paura.** Le persone pregano davanti alle immagini di pietra del Dio serpente, ma, quando il serpente appare realmente in risposta alle loro preghiere, scappano terrorizzati! Il Signore si manifesta solo per dare grazia, mai per incutere terrore. Sulle rive del fiume vicino a Lucknow, c'era un saggio che si rivolgeva a cani, corvi e uomini allo stesso modo che usava con Dio; aveva realizzato l'unità di tutti nell'essenza divina. Questo è il risultato della conoscenza divina, o intensa *bhakti*, in cui, ovunque ci si giri, non si vede altro che la propria *ishta Devata* (Divinità prescelta). Siate sempre in quella beatitudine divina, la beatitudine che deriva dalla coscienza di Dio, sempre

e ovunque. Questa è l'Eterna Beatitudine (*Nithyananda*) di cui godono i saggi.

Come il baco da seta tesse da sé il bozzolo che si rivela essere la sua tomba, così l'uomo crea dalla propria mente la gabbia in cui rimane intrappolato. Ma c'è una via di fuga, che il maestro spirituale (*Guru*) può insegnarvi, o che il Dio che è in voi vi rivelerà. Intraprendete il cammino della pratica spirituale che vi porterà sollievo. Abbandonate i ruoli di pagliaccio e di buffone, che avete recitato in tutte le epoche. **Assumete il ruolo dell'eroe, non dello zero! Dimenticate il passato, non preoccupatevi di eventuali errori o delusioni. Decidete e fate.** Alcuni insegnanti spirituali consigliano di tenere un diario giornaliero, dove annotare ogni cattiveria commessa; chiedono di leggerlo come esercizio spirituale e di decidere di correggersi. Ebbene, leggerlo e scriverlo servirà solo a imprimerlo nella mente in modo più efficace. È meglio sostituire con i pensieri buoni quelli cattivi e purificare la mente da tutto il male soffermandosi sulle azioni giuste e sui pensieri santi. **Dimenticate le cose che non volete ricordare. Riportate alla memoria solo le cose che vale la pena ricordare.** Questo è il modo per raggiungere il progresso spirituale.

Sri Sathya Sai Baba

1° gennaio 1964







Esperienze dei  
Devoti



# L'ATTRAZIONE Divina

**PER LA MAGGIOR PARTE DELLA MIA VITA, NON SONO STATO UNA PERSONA SPIRITUALE.** Mio padre, tuttavia, è sempre stato fedele al suo culto quotidiano. Da bambino, mentre crescevo a Mangalore, trovavo che giocare e passare il tempo con gli amici fosse più importante delle preghiere. Gli anni dell'adolescenza furono per lo più trascorsi in attività frivole e ludiche. Fu in quel periodo che sentii per la prima volta il nome di 'Sai Baba'. Seppi anche che esistevano due Baba. Secondo le mie limitate conoscenze, uno era un fachimiro di Shirdi e l'altro un 'impostore' di Puttaparthi. A

posteriori, mi rendo conto di quanto fossi fuorviato, coperto da una pesante nube di *maya*.

Presto mi iscrissi al Corso di Laurea in Chirurgia Dentale (BDS). Quegli anni furono solo un'esplosione di piaceri e divertimenti giovanili: guardavo film, andavo in giro con gli amici, mangiavo in ristoranti, spettegolavo su varie cose e non facevo nulla che avesse lontanamente a che fare con la spiritualità. Poi, dal 1999 al 2004, vissi a Chennai, frequentando il Master in Chirurgia Dentale (MDS). Nel 2006 mi sposai e, dal 2007 al 2010, mentre io praticavo l'odontoiatria, mia moglie seguiva il suo programma postlaurea. Visitavamo regolarmente le spiagge e, in molte occasioni, passavamo anche davanti al tempio di Swami, Sundaram, ma allora non sapevo nemmeno della Sua esistenza! Tutta la mia attenzione era rivolta al vicino cinema Sathyam. Mia moglie, invece, era devota a Shirdi Baba e lo venerava sull'altare del suo cuore, perché io non le permettevo di tenere la Sua immagine sul nostro altare. Nel 2010, dopo la specializzazione di mia moglie, ci trasferimmo di nuovo a Mangalore e io divenni professore in un college locale.

### Il Potere del Satsang

Solo nel 2011 sentii parlare di nuovo di Sathya Sai Baba, poiché sui giornali, il Suo *Mahasamadhi* era una notizia importante. La lessi casualmente e non provai nulla. Dal mio punto di vista era solo la scomparsa di un'altra persona sulla terra. Tuttavia, il Suo lavoro su di me era appena iniziato. Dovevo andare regolarmente alla mia università, situata a Trichur, nel Kerala. Lì incontrai un compagno di classe dei tempi dell'università. Scoprii che era un seguace di Sai Baba e per di più convinto. All'inizio pensai che stesse parlando di Shirdi Sai Baba, ma, quando capii a chi si riferiva, domandai: "Ma Sai Baba è credibile? Non è solo Shirdi Baba a esserlo?"

"Che cosa stai dicendo!", rispose, continuando: **"Mi reco da Swami dal 1999 e la mia vita è cambiata grazie a Lui."**

Con ciò, egli condivideva le sue esperienze

e pensieri su Swami e, inconsciamente, io partecipavo a un *satsang*. Ogni volta che andavo a Trichur, ascoltavo con grande interesse ed ero incuriosito dalle storie che Lo riguardavano. Però, una volta rientrato a Mangalore, tornavo a essere quello di prima, se non proprio ateo, al massimo agnostico. Fu in questo periodo che venimmo benedetti con un figlio e una figlia.

### Il Benevolo Baba

Nostro figlio aveva molte difficoltà nello sviluppo del linguaggio. Dopo un po' di tempo, ci preoccupammo e iniziammo per lui una terapia logopedica. L'arrivo di nostra figlia fu d'aiuto, perché con lei vicino il bimbo divenne un po' più attivo. Tuttavia, era ancora lontano dall'essere in grado di imparare come gli altri bambini della sua età.

Mia moglie riprese a leggere lo *Shirdi Sai Satcharitra*, cosa che faceva regolarmente prima del nostro matrimonio. Pregava per nostro figlio, ma mi chiedevo come 'un semplice uomo' potesse aiutarlo. Tuttavia, ella non si sentiva infastidita dal mio sarcasmo e dalle mie prese in giro. Poi, mise un'immagine di Shirdi Sai Baba nell'altare di casa nostra e ogni giorno si inchinava riverente a Lui. Io prendevo sempre in giro la sua devozione e ridevo dentro di me per le sue assurde convinzioni.

Cominciò anche a guardare, ogni giorno alle 19, una serie televisiva sulla vita di Shirdi Baba. Io non la ostacolavo, ma mi tenevo occupato con le mie responsabilità di dentista e di professore. **Un giorno, mio figlio mi si avvicinò e cominciò a dire: "Sai Baba, Sai Baba." Mi resi conto che, a mia insaputa, anche i miei figli si erano innamorati di Sai Baba.** Poi, indicando tutte le Divinità del nostro altare, disse: "Papà! Guarda Sai Baba. Questo è Sai Baba... Questo è Sai Baba." Sebbene io non avessi riservato a Sai Baba alcun posto tra gli Dei, per lui tutti gli Dei erano Sai Baba!

Non finì lì. Questo ragazzino con un difetto di pronuncia si sforzava di raccontarmi storie di Sai Baba con le sue stesse parole. Ricordava anche altri personaggi della serie

televisiva su Shirdi Baba e ne parlava con gioia. Influenzò persino mia figlia, che iniziò a condividere con me le storie di Baba. Anche se io non avevo mai riposto la mia fede in Lui, **Baba è stato un protettore benevolo, che ha custodito la nostra famiglia!**

### **Swami Entra nel Mio Altare e nella Mia Vita**

Divenne evidente che nostro figlio aveva bisogno di speciali trattamenti per il suo problema di linguaggio. Decidemmo di iscriverlo a una scuola di terapia occupazionale a Trichur. Lo portammo il 2 maggio 2022 e tornammo a casa. Mentre ero a Trichur, godetti ancora una volta della buona compagnia dei miei compagni di classe e il mio cuore si riempì di nuove storie di Sai. Nel giugno del 2022, mia moglie e mia figlia si recarono a Bangalore per qualche giorno per partecipare a un matrimonio. Fu allora che feci qualcosa di assolutamente impensabile: portai a casa le foto di Shirdi Baba e di Sathya Sai Baba e le misi sull'altare!

Contattai il mio amico e comprai diversi libri su Swami. Cominciai anche a chiamarlo al telefono e a discutere di Swami. Il *satsang*, che a Trichur era limitato, ora arrivava anche a Mangalore, grazie alla tecnologia cellulare! **Passarono alcuni giorni come una brezza,**

**con tanta gioia e soddisfazione che riempirono il mio cuore. Questo è il potere del *satsang*! Swami aveva intenerito il mio cuore e mi aveva trascinato vicino a Lui.**

Quando mia moglie tornò, ebbe un vero e proprio choc! Mentre era entusiasta di avere il suo Shirdi Baba sull'altare, non aveva riconosciuto il mio Swami! Non avevo spiegazioni da darle. Si chiese che cosa fosse successo in sua assenza, ma non approfondì la questione. Fu più gentile con me di quanto lo fossi stato io con lei riguardo alla sua fede in Baba! Leggevo segretamente i libri di Swami finché, alcuni mesi dopo, anche mia moglie si avvicinò a Swami.

### **Swami è con Me Ogni Giorno**

Un giorno, un *sadhu* (persona santa) alto e vestito di oca, venne nel mio studio medico. Cominciò a parlarmi di Shirdi Sai Baba, anche se nello studio non c'era nulla che indicasse che io Lo conoscessi. **Mi diede un'immagine di Baba e mi disse qualcosa come: "Lui ti proteggerà sempre."** Poi mi chiese del denaro, proprio come Shirdi Baba era solito chiedere *dakshina* (offerte). Gli detti un po' di soldi. Mi indicò la borsa e me la chiese. Io dissi: "Quella è mia, per favore; ne ho bisogno." "Va bene! Dammela quando verrò per il Diwali...", rispose. Poi mi

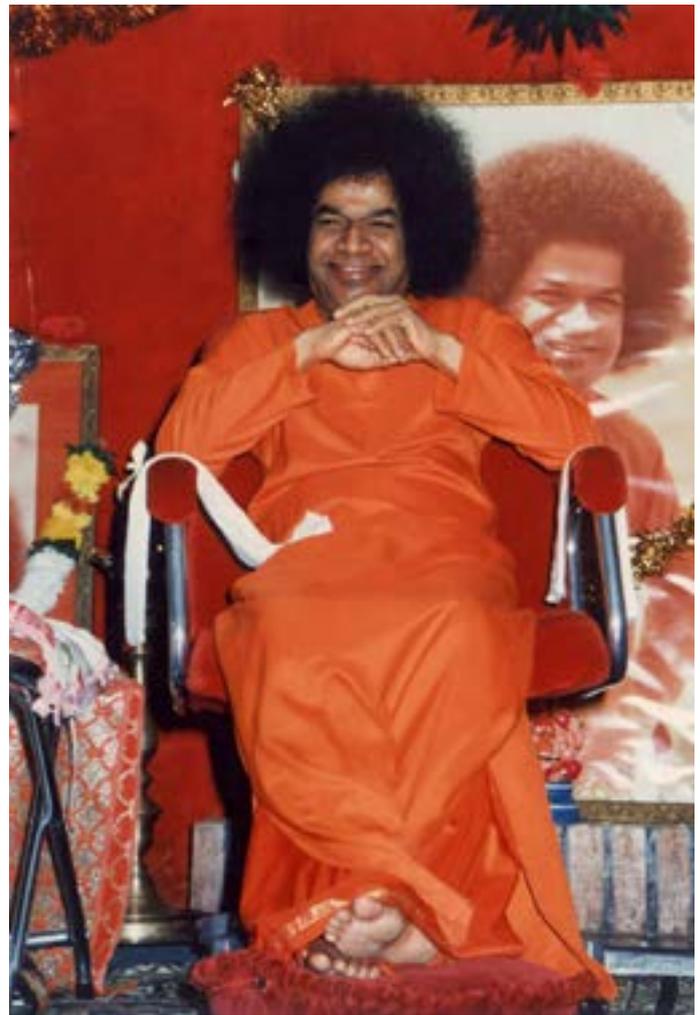
Egli non fa  
nulla per  
"pradarshana" o  
esibizione.

Egli fa tutto  
questo per  
"nidarshana", o  
dimostrazione del  
Suo immenso  
amore.

diede una *rudraksha* (sacra perla per il rosario), mi disse di custodirla e se ne andò. Tenni la perla di *rudraksha* e le due foto di Baba sul mio altare. Ogni giorno, prima di mettermi al lavoro, li toccavo tutti e tre e chiedevo benedizioni. Qualche mese dopo, la *rudraksha* cadde e, con mio grande stupore, andò a pezzi! Mi sedetti e raccolsi i pezzi sparsi. Proprio mentre lo facevo, un pensiero mi portò a chiedermi se quello fosse un messaggio o un cattivo presagio. Dì a poco, stavo andando al lavoro, guidando con un collega su una strada che stava per essere trasformata in un'autostrada a sei corsie. Ovunque ci fossero lavori in corso, i veicoli venivano deviati su una corsia di servizio. Mentre percorrevo una di queste corsie, un camion da cantiere, che viaggiava ad alta velocità, uscì dall'area dei lavori e, per pochi millimetri, mancò di colpire la mia auto!

Se i veicoli si fossero scontrati, sarei rimasto ucciso o gravemente ferito! Accostai l'auto e respirai profondamente. Anche il collega che era con me era visibilmente scosso, ma, fortunatamente, eravamo entrambi sani e salvi. Per qualche istante rimanemmo seduti in silenzio, sotto choc, a digerire il fatto che eravamo stati miracolosamente salvati. Ora capivo perché la perla di *rudraksha* si era frantumata. Ero convinto che avesse preso su di sé l'impatto della collisione. Aveva ritardato di qualche secondo la mia partenza da casa, facendomi salvare dalla collisione!

Prima, avrei definito questo miracolo una coincidenza, **ma ora, mi rendo conto che Dio opera per lo più in silenzio e dietro le**



**quinte: non fa nulla per 'pradarshana', o esibizione: fa tutto per 'nidarshana', o dimostrazione del Suo immenso amore.** Oggi vivo spesso molte di queste 'coincidenze' divine e mi conforta sapere che Baba è con me. Sono passati due anni dall'inizio del mio viaggio con Swami ed Egli, col Suo modo inimitabile, continua ad avvicinarsi a Lui. Spero che, andando Gli sempre più vicino, anch'io Gli diventi più caro.

Dr. Amarnath Shenoy

INDIA



*Il dottor Amarnath Shenoy vive a Mangalore, Karnataka, India, con la moglie e i due figli. Divenne devoto di Swami dopo il Mahasamadhi. Di professione è dentista, professore e Capo del Dipartimento di Endodonzia presso il college odontoiatrico di Kasargode, nel Kerala. Ama molto scrivere poesie ed è attivamente coinvolto nelle attività dell'Organizzazione Sai locale a Mangalore.*

# Tu sei il Nostro Unico Rifugio

FU VERSO APRILE O MAGGIO DEL 2003 CHE EBBI UNA STRANA MALATTIA che mi faceva sentire sempre esausto. Qualunque lavoro, per quanto piccolo, fisico o mentale, mi faceva sentire estremamente affaticato e a volte stordito. Mi preoccupai molto quando il mio sonno si ridusse, e la malattia divenne così grave che non dormivo affatto! Fu allora che iniziai a consultare diversi medici.

Anche se tutti gli esami del sangue, cardiaci e le scansioni cerebrali erano normali, io non lo ero. Persi lentamente la fiducia in me stesso e abbandonai completamente i miei progetti di ricerca accademica, riuscendo a malapena a tenere le lezioni per mantenere il mio lavoro. La cosa mi faceva paura, perché ero l'unico membro della mia famiglia a guadagnare, con tre ragazzi che andavano a scuola e all'università. Smisi anche di insegnare le mie lezioni preferite di Bal Vikas (Educazione Spirituale Sai), che mi piacevano molto. La mia famiglia e i miei amici si accorsero che c'era qualcosa che davvero non andava e cercarono disperatamente una soluzione.

## Finalmente, una Diagnosi?

Da quando ci eravamo trasferiti a Los Angeles nel 1990, la mia famiglia ha sempre considerato il dottor Narendranath Reddy e sua moglie, la dottoressa Hymavathi Reddy, come i nostri mentori spirituali. La loro notevole vicinanza a Baba e la loro saggia guida basata sui Suoi





I medici parlano di carenza di vitamine. Io la chiamerò carenza di Vitamina G e raccomanderò la ripetizione del nome di Dio, accompagnata dalla contemplazione della Sua gloria e della Sua grazia. Questa è la vitamina G (God-Dio).

---

insegnamenti durante i Circoli di Studio del Centro mi hanno sempre ispirato.

Quando, nel 1998, mio padre venne a trovarmi, il dottor Reddy lo curò gratuitamente. La signora Reddy era la pediatra dei miei tre figli. Non trovando altre alternative, mi rivolsi al dottor Narendranath Reddy per la mia salute. Dopo la visita, mi prescrisse alcuni farmaci per un buon sonno. Accorgendosi della mia paura, mi ricordò l'assicurazione di Baba: "Perché temere quando lo sono qui?", e mi consolò dicendomi che, con la grazia di Baba, sarei guarito presto. Diversi amici Sai mi fecero visita a casa per rincuorarmi e mi suggerirono diversi rimedi. Alcuni mi dissero di fare japa e di cantare dei mantra addormentandomi.

Feci tutto religiosamente, ma la situazione non migliorò. Allora, mi recai ancora una volta dal dottor Reddy per cercare una soluzione alla mia miserabile situazione. Dopo avermi ascoltato pazientemente, mi consigliò con molta calma e assoluta sicurezza di prendere la 'Vitamina G' e mi assicurò che avrebbe funzionato. Fui travolto dalla gioia, perché sentivo di aver finalmente trovato una vera panacea per la mia malattia cronica. Tuttavia, tutte le farmacie in cui mi recai mi informarono che tale vitamina non esisteva! Chiesi anche ad alcune persone con una preparazione medica, ma anch'esse non ne erano a conoscenza. Continuavo a chiedermi perché il dottor Reddy mi avesse prescritto un farmaco così raro e così poco conosciuto, ma, per qualche strana ragione, non tornai da lui per chiedere chiarimenti.

Fu quasi un anno dopo, quando non c'erano stati molti miglioramenti, che mi rivolsi a Swami in preda alla disperazione. Decisi di iniziare a leggere la serie di libri 'Discorsi

di Sathya Sai', a partire dal primo volume. Le parole di Swami furono veramente corroboranti. Continuai a leggere, anche quando tutti i miei familiari dormivano profondamente. Non molto tempo dopo, stavo leggendo il quinto volume. Quando girai la pagina del Capitolo 10, fui colto da stupore: il titolo era Vitamina G! Immediatamente mi balenò in mente la ricetta del dottor Reddy. Con la gioia di aver scoperto la mia panacea guaritrice, finii di leggere quel capitolo senza sosta in pochi minuti. In esso Swami dice: "Le malattie sono causate più dal malfunzionamento della mente che del corpo. I medici parlano di carenza di vitamine. Io la chiamerò carenza di Vitamina G e raccomanderò la ripetizione del nome di Dio, accompagnata dalla contemplazione della Sua gloria e della Sua grazia. Questa è la vitamina G."

"Mi resi conto che Swami mi aveva impedito di chiedere al dottor Reddy della vitamina G, perché Egli voleva che io assumessi



Per ottenere la vostra dose giornaliera di Vitamina-G, cliccate [qui](#).



Il dottor Madhusudhan Mohanty in prima fila dietro al microfono giallo.

questa medicina spirituale leggendo i Suoi Discorsi.

### Il Messaggio di Swami per Me

Questa scoperta mi aiutò certamente a rivolgermi a Swami, anche se le mie condizioni fisiche, l'insonnia e la stanchezza non erano migliorate. Persino un colloquio personale con Swami, nel gennaio del 2004, non alleviò i miei problemi di salute. Presto arrivò il dicembre del 2004, quel periodo dell'anno in cui normalmente mi recavo a Puttaparthi per il mio incarico di insegnante all'università. Mi chiedevo come avrei potuto andarvi e stare lì da solo, lontano dalla mia famiglia, ma avvertivo che il senso di colpa per aver perso la benedizione di Swami di servirLo mi avrebbe fatto sentire ancora peggio. Pensai che, se avessi dovuto morire, sarebbe stato meglio farlo ai piedi di loto di Swami. Così, continuai a pregarLo di mostrarmi la strada. Il Dio compassionevole, quale Egli è, ascoltò la mia preghiera di impotenza e venne in mio soccorso. Il mio buon amico Binayak si offrì di viaggiare con me fino a Parthi. Partimmo per l'India il 12 gennaio 2005.

Tutto sembrava stabile finché, il 18 gennaio, Binayak non andò a Bhubanesvar, dopo di che iniziai il mio incarico di insegnante. Mi sentivo solo e poi cominciarono i problemi! Infatti, dovetti perdere alcuni preziosi darshan a causa della mia

stanchezza fisica. Durante i darshan che ebbi, Swami mi guardò più volte, ma non ci fu interazione. Attraverso questi sguardi, probabilmente mi stava dando l'energia necessaria per sopportare il dolore durante questo periodo difficile, aiutandomi così a continuare la mia sadhana di incessante namasmarana con una resa totale a Lui. Per grazia di Swami, portai a termine il mio incarico di insegnamento e tornai a Los Angeles. Trascorse un altro anno senza alcun miglioramento significativo della mia salute. Nel dicembre del 2005, la mia famiglia fece parte del gruppo statunitense dei Centri Sai di Glendale e Arcadia che si recò a Puttaparthi e, il 26 dicembre, cantò davanti a Swami. La mia famiglia tornò negli Stati Uniti il 1° gennaio 2006 e io rimasi lì per terminare il mio incarico di insegnante.

A volte, durante le lezioni, mi sentivo debole e stordito. In quei momenti di impotenza, mi voltavo verso la lavagna e, mentalmente, cantavo il Suo nome, pregandoLo di insegnare attraverso di me. In qualche modo funzionò e i miei studenti non ebbero mai la sensazione che fossi malato. Anzi, apprezzarono il mio insegnamento e chiesero persino lezioni supplementari! Non potevo credere che stessi ancora insegnando. Sapevo che era Swami che lo stava facendo attraverso di me e che stava cercando di insegnarmi qualcosa che allora non riuscivo a capire.



**Solo accettando la mia lettera e guardandomi negli occhi, Swami mi aveva istantaneamente tolto tutte le malattie fisiche e mentali che mi avevano oppresso per quasi tre lunghi anni!**

---

Era il 14 gennaio 2006, il sacro Giorno di Sankranti, quando Swami pronunciò un Discorso Divino.

Il messaggio sembrava diretto proprio a me. Disse:

“Affida a Dio tutte le tue responsabilità e adempi al tuo dovere.”

“Tu sei in Dio. Fai tutto per Dio.”

“Di’ a te stesso: ‘Posso essere fisicamente debole, ma mi occupo di tutti i miei doveri.’”

### **La Lotta Continua**

Le mie lezioni all'Istituto iniziarono, come al solito, il 16 gennaio 2006. Quel giorno, scoprii che Swami era già partito per l'Ashram di Whitefield (a Bangalore) intorno alle 11,30 senza alcun preavviso! Ci dissero che probabilmente non sarebbe tornato prima della festività dello Sri Rama Navami in aprile. Tutte le mie speranze di consegnarGli una lettera che spiegasse la mia situazione di salute si infransero! Mi rimaneva solo l'opzione di seguire il Suo comando: “Affida a Dio tutte le tue responsabilità e adempi al tuo dovere.” Ma come potevo affidare tutte le mie responsabilità a Swami e adempiere al mio dovere se non ero in grado di svolgere il mio lavoro con soddisfazione?

Riflettei a lungo sulla Sua affermazione e compresi che parte del mio problema poteva derivare dal ritenere di essere colui che agisce. Probabilmente mi stavo stressando troppo concentrandomi su come stavo operando, piuttosto che credere che fosse tutta opera di Swami e che Egli la stesse facendo attraverso questo corpo. Cercai sinceramente di rinunciare alla sensazione di essere l'autore delle mie azioni, mentre continuavo a chiedere aiuto a Swami con la preghiera. Poiché la mia lettera manoscritta era troppo lunga,

la battei a macchina per assicurarmi che stesse in una pagina e fosse facilmente leggibile. La posai ai piedi di Swami sul mio altare e progettai di mostrarGliela a Whitefield sulla via del ritorno negli Stati Uniti.

Era il 19 gennaio e stavo camminando tranquillamente verso il Sai Kulwant Hall per assistere ai bhajan previsti alle 17. Improvvisamente, iniziò la musica del darshan. Significava solo una cosa: che Swami stava entrando nel salone del darshan! Non potevo crederci, perché Egli era partito solo tre giorni prima e sarebbe dovuto tornare solo dopo lo Sri Rama Navami. Tutti cominciarono a correre verso il Sai Kulwant Hall. Ed ecco... Swami era lì! Ero molto felice che fosse tornato. Purtroppo, però, non avevo la lettera, che avevo lasciato sull'altare nella mia stanza. Tuttavia, ebbi un darshan carico di beatitudine, perché Egli mi mancava tanto.

### **Sollievo Divino in un Istante**

Il mattino seguente (20 gennaio 2006), lasciai la mia stanza verso le 7,25 per andare con calma al Sai Kulwant Hall, perché sapevo che Swami, anche se fosse venuto, non sarebbe arrivato così presto. Improvvisamente, verso le 7,30, udii la musica del darshan, proveniente dal Sai Kulwant Hall, che annunciava l'ingresso di Swami. Cominciai a correre per arrivare lì prima che Egli entrasse nel salone. Entrai dal cancello dei VIP e scoprii che l'auto di Swami aveva già superato il lato delle donne e si stava avvicinando a quello degli uomini. Non ebbi tempo di pensare a dove sedermi. Corsi verso la veranda e mi sedetti sul bordo esterno. La veranda esterna era completamente vuota. Non ebbi nemmeno il tempo di vedere se qualcun altro fosse seduto in quella interna. Non appena mi sedetti, l'auto di Swami passò

quasi davanti a me. Presi la lettera dalla tasca e gliela porsi con la mano tesa.

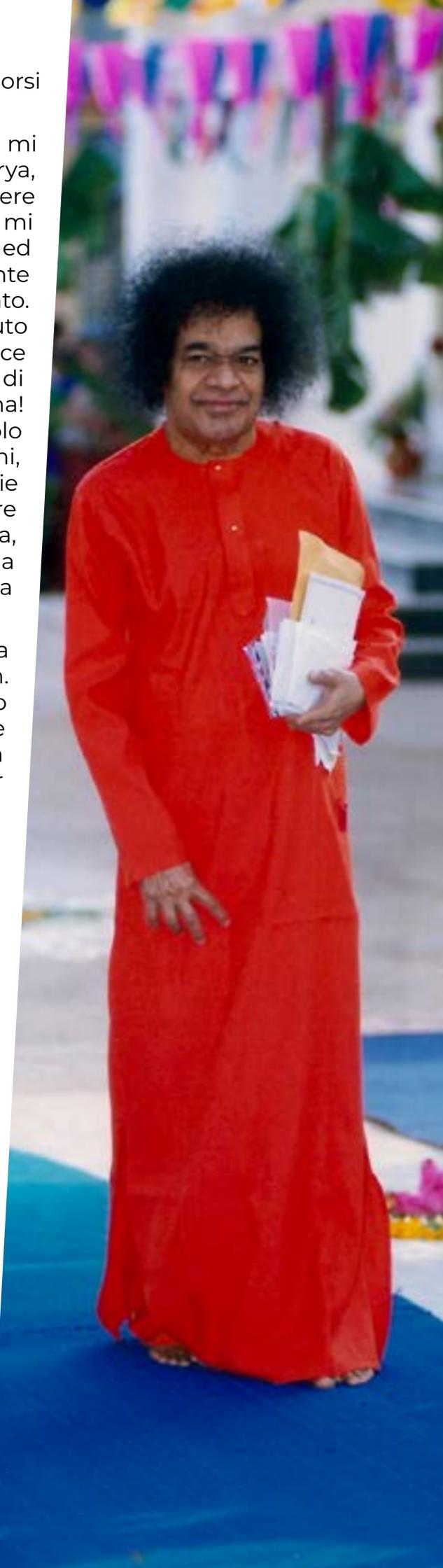
L'auto di Swami si fermò proprio davanti a me. Egli mi guardò negli occhi e fece cenno al signor Nitin Acharya, che lo accompagnava durante il darshan, di prendere la mia lettera. Che benedizione! Accettò la lettera, mi sorrise e proseguì. La macchina arrivò alla veranda ed Egli prese un'altra lettera da quello che probabilmente era l'unico altro devoto lì seduto in quel momento. Poi lasciò il terreno del darshan. Mentre ero seduto sopraffatto dall'emozione, sentii una grande gioia e pace che si diffusero dentro di me. Ero pieno di energia e di entusiasmo come se non fossi mai stato malato prima! Non riesco a credere a quanto mi sentissi bene! Solo accettando la mia lettera e guardandomi negli occhi, Swami aveva istantaneamente tolto tutte le malattie fisiche e mentali che mi avevano oppresso per quasi tre lunghi anni! Lasciai il Sai Kulwant Hall pieno di energia, continuai la mia giornata di lavoro come una persona normale e, per la prima volta dopo tanto tempo, quella notte dormii persino come un bambino.

Il mattino seguente, 21 gennaio, pieno di rinnovata energia e vigore, godetti di un altro bellissimo darshan. Nel pomeriggio, Swami concesse il darshan intorno alle 16,30 e poi abbandonò il Sai Kulwant Hall. Mentre aspettavamo con impazienza il Suo ritorno, con sgomento ci venne detto che Egli era già partito per Whitefield!

### **Il Piano Supremo di Dio è Insondabile**

Nessuno sapeva perché Swami fosse tornato a Parthi per 48 ore dopo averla lasciata solo tre giorni prima. Per quanto mi riguarda, la mia amorevole Madre Sai era arrivata senza indugio, sopportando un lungo e noioso viaggio e disagi fisici, solo per salvarmi dall'insopportabile sofferenza in cui stavo annegando. Come il Signore Narayana si era precipitato a salvare Gajendra (il re degli elefanti), dopo aver udito le sue grida di aiuto in totale abbandono, e come il Signore Krishna aveva risposto prontamente quando madre Draupadi pregava con le mani alzate in totale resa nella corte reale dei Kaurava, così anche il mio Sai aveva risposto quando il Suo figliolo si era trovato sull'orlo del collasso e Lo aveva implorato in totale abbandono.

Molto più tardi mi chiesi: "È mai successo ciò a qualche altro devoto Sai?" Fu allora che lessi dell'esperienza del giovane, Arvind, di Calcutta, che tentò di suicidarsi gettandosi dal ponte di Howrah sul fiume Gange (Tapovanam, capitolo 9, sezione "Suicidio scongiurato", pagine 194-195). Quando stava per buttarsi, sentì una voce forte che gli diceva "vieni a Puttaparthi". Quella parola, Puttaparthi,



continuò a risuonare nel suo orecchio; così non poté suicidarsi. Comprò, invece, subito un biglietto del treno per Bangalore alla stazione di Howrah e iniziò il suo viaggio verso Puttaparthi. Raggiunse la stazione di Bangalore, dove il capostazione gli disse che Swami era a Whitefield. Non doveva andare a Puttaparthi per il Suo darshan. Tuttavia, seguendo la voce di Colui che lo chiamava, Arvind insistette per andare a Puttaparthi. Con sua sorpresa, quando arrivò alle 20, scoprì che Swami era già arrivato un'ora prima, alle 19. Il giorno dopo, Baba concesse un colloquio a questo giovane, assicurandogli che tutto sarebbe andato bene e che non avrebbe mai dovuto pensare al suicidio. Dopodiché, Swami partì per Whitefield! Quando Gli fu chiesto perché avesse fatto un viaggio così rapido a Parthi, rispose che era andato a portare il riso da Parthi per i partecipanti al Corso Estivo! Questa è la strada di Dio! Egli può spingersi fino a qualsiasi punto e fare qualunque cosa per salvare i Suoi figli quando essi implorano aiuto in totale abbandono!

### Lezioni di Vita

Ho imparato alcune lezioni di vita da questa prova di tre anni:

Swami è l'onnipotente e può fare qualsiasi cosa per Sua volontà. Prendendo semplicemente la mia lettera, mi ha tolto la malattia cronica e grave che mi aveva paralizzato per tre anni.

Tutto accade nella vita come parte del piano supremo del Signore, tutto per il nostro bene. I tre anni di travaglio mi hanno insegnato a fare continuamente namasmarana, a prendere la 'Vitamina G', e a fare tutto il lavoro come strumento di



Swami, senza sentirmi un 'esecutore'.

Swami ha una pazienza infinita nel trattarci e nell'insegnarci, per quanto ostinati possiamo essere.

L'amore di Swami è come quello di mille madri e, nonostante tutto, se Lo prego con tutto il mio cuore, Egli risponderà sempre. I

In conclusione, prego Swami, il nostro vero salvatore, di benedirci tutti affinché possiamo sempre tenere il Suo nome sulle labbra, conservare la Sua bella forma negli occhi della nostra mente e compiere il Suo lavoro con gioia come Suo strumento, sapendo bene che Egli è il vero artefice e che noi non siamo nulla senza di Lui.

*Anyatha Sharanam Nasthi Twameva  
Sharanam Mama*

*Tasmat Karunya Bhavena Raksha  
Raksha Sai Eshwara*

*(Non ho altro rifugio. Tu sei il mio unico rifugio.)*

*Sai Eswara! Per compassione, ti prego di proteggermi.)*

professor Madhusudan Mohanty

USA



*Il dottor Madhusudan Mohanty è professore di Economia alla California State University, Los Angeles, USA. Le sue ricerche precedenti si sono concentrate principalmente su argomenti di pura economia. Ora si concentra soprattutto sul modo in cui i valori umani influenzano il benessere economico e psicologico di una persona. Dal 1992 insegna attivamente l'Educazione Spirituale Sai (SSE) presso il Centro Sri Sathya Sai di Glendale, California. È stato Coordinatore dell'SSE, Coordinatore Devozionale e Presidente del Centro Sathya Sai di Glendale. Attualmente, sta servendo come Coordinatore SSE del programma SSE di recente istituzione presso il Sai Prema Nilayam, a Riverside, in California.*

# *Tu Sei Dio*

5.4.88

Campo di "Brindavan"

Caro Rajagopal! Accetta il Mio affetto e la Mia benedizione. Come stai? Non preoccuparti della tua salute. Dio è sempre con te, in te, intorno a te. Sii sempre felice.

Piega il corpo, ripara i sensi, metti fine alla mente. Questo è il processo per conseguire l'immortalità.

Dove c'è fede c'è devozione,  
dove c'è devozione c'è purezza,  
dove c'è purezza c'è Dio,  
dove c'è Dio c'è beatitudine.

Dio è con te. Tu sei Dio. Perché preoccuparsi? Raja! Mando il prasadam tramite tua moglie. È molto preoccupata per la tua salute. È una donna molto buona.

Ti benedico

*Baba*



5. 4. 88  
camp "Porindavan"

Dear Rajagopal! Accept my love  
and Blessing. How are you? don't worry  
about your health? GOD is always with you,  
in you, around you, Be always happy,  
Bend the body, mend the senses, and the  
mind this is the process of attaining immorta-  
lity. where there is faith there is devotion  
where there is devotion there is purity  
where there is purity there is GOD  
where there is GOD there is Bliss.

GOD is with you. you are GOD. why worry?  
Raja! I am sending prasadam with your  
wife. She is very worried about your health  
she is very good woman!

With Blessings

Baba



## BOSNIA ED ERZEGOVINA

### Creare armonia attraverso Incontri Interreligiosi

“Il Servizio è Amore in Azione”, dice Bhagavan Baba. L'amore disinteressato espresso come azione è un servizio nobile. Il 26 ottobre 2024, la comunità di Sarajevo ha assistito a questo servizio quando, nella chiesa di sant'Antonio da Padova, si è tenuto un incontro di preghiera interreligioso, organizzato dalla Comunità Francescana della Bosnia ed Erzegovina. La SSSIO era rappresentata da Sefik Avdagic, Coordinatore Devozionale per la Bosnia ed Erzegovina. L'incontro ha richiamato molti partecipanti, tra cui capi religiosi, personalità politiche e diplomatiche, e persone di diverse fedi. **Avdagic ha tenuto un discorso sull'universale messaggio d'amore di Swami, evidenziando il principio dell'amore disinteressato e sottolineando le Sue parole: “Ama Tutti, Servi Tutti.”**



All'evento hanno partecipato rappresentanti di tutte le fedi della comunità, tra cui quella Ebraica, Cattolica, Musulmana, Protestante, Avventista, Hare Krishna, Baha'i e Sathya Sai. Era presente anche il Presidente della SSSIO-Zona 6, Adriano Bratovic. L'incontro ha posto l'accento sull'unità e la pace, ispirandosi all'iniziativa di Papa Giovanni Paolo II ad Assisi nel 1986. Sarajevo, nota per la sua storia multiculturale, è stata scelta per ospitare l'incontro interreligioso grazie alla sua ricca ed esemplare storia. L'incontro si è concluso con il canto dell'“Asato Ma”, una preghiera per la pace universale che ha risuonato con forza all'interno della chiesa.



## RUSSIA

### Condividere il Calore dell'Amore negli Inverni Siberiani

“Il Servizio all'Uomo è Servizio a Dio”, dice Sathya Sai Baba. La SSSIO della Zona 8 **ha condotto il progetto di Zona “Servire i Bisognosi” nella regione siberiana della Russia, guidata dallo spirito dell'amore divino, sapendo che nutrire gli affamati è offrire cibo a Dio.** A metà ottobre del 2024, 22 persone di 7 città hanno distribuito cibo caldo e nutriente nei pressi di templi, case di accoglienza, negozi e strade cittadine. Il cibo vegetariano comprendeva porridge (riso, mais, grano saraceno, piselli), verdure stufate, insalate fresche, dolci fatti in casa, frittelle, pan di zenzero, dolciumi, tisana calda e *Kisel* (bevanda fruttata). In quel giorno



si è verificata la prima nevicata della stagione che ha inaugurato l'inverno. Nonostante il freddo, c'è stato un forte senso di attenzione e dedizione e la grazia di Swami si è sentita dappertutto. Molti bisognosi si sono fatti avanti, grati per il cibo e la calorosa ospitalità, spesso richiedendo ulteriori porzioni. I volontari hanno servito 118 pasti e, dopo l'evento, hanno anche distribuito calze di lana, rendendo così più intensa l'atmosfera gioiosa e compassionevole.



## MESSICO

### Il Giardino dei Valori Porta Frutti

Il Giardino dei Valori nella comunità Don Bosco, a San Luis Potosí, in Messico, è entrato in una nuova fase di educazione ambientale e pratica spirituale con la piantumazione di 50 alberi da frutto. Questo progetto, un omaggio al 100° anno dell'avvento di Sri Sathya Sai Baba, si allinea ai valori e alle pratiche della SSSIO del Messico. **Iniziato il 15 agosto 2024, il giardino mira a promuovere i valori umani di Verità, Retta Condotta, Pace, Amore e Non violenza, favorendo la sostenibilità ambientale attraverso la piantumazione di alberi.**

Il progetto è iniziato con l'analisi del terreno e la selezione di alberi da frutto autoctoni, seguita da un lavoro di gruppo per i giovani locali su come concimare. I preparativi hanno incluso l'adeguata sistemazione del



terreno e l'installazione di un sistema di irrigazione a goccia per non sprecare l'acqua. Un punto culminante del progetto è stato il coinvolgimento attivo dei giovani Don Bosco, che hanno appreso pratiche agricole sostenibili come la produzione di idrogel. Alla cerimonia di inaugurazione, un membro della comunità Tío Pepe ha incoraggiato tutti a praticare i valori umani Sathya Sai e a vivere in armonia con la natura.



## SRI LANKA

### Gioia al Mondo attraverso la Gioia dei Bambini

Il mondo di domani è costruito sul benessere e sul progresso dei bambini di oggi. Per questo motivo, Swami ha sempre sottolineato che i bambini dovrebbero imparare e praticare i valori umani. Di conseguenza, il 2 novembre 2024, il Centro Sathya Sai Seva della SSSIO di Jaffna, nella regione settentrionale dello Sri Lanka, ha organizzato un servizio speciale presso la locale Casa dei Bambini Karunalayam a Neerveli. Si è trattato di un'offerta a Swami per il suo 99° Compleanno, al fine di portare amore, gioia e speranza a 21 bambini, molti dei quali orfani o provenienti da famiglie monogenitoriali. La giornata è iniziata con preghiere, *bhajan* e il canto del *Gayatri Mantra*, creando un'atmosfera pacifica ed edificante. I volontari Sai hanno condotto dibattiti interattivi, incoraggiando i bambini a condividere i loro pensieri e a partecipare



attivamente. Sono seguiti giochi di squadra e un'amichevole partita di cricket, che hanno riempito la giornata di risate e fratellanza. Poi è stato servito un lauto pranzo a tutti i partecipanti.

**L'evento, reso possibile dal dedito lavoro di 16 volontari Sai, è stato un sentito tributo ai valori di Swami d'amore, compassione e servizio disinteressato.** È stata una giornata di gioia che ha magnificamente trasmesso il messaggio d'amore e servizio di Swami, toccando il cuore sia dei volontari sia dei destinatari.

Per altre storie di servizio amorevole da parte di volontari provenienti da tutto il mondo, si prega di visitare il sito web di Sri Sathya Sai Universe: <https://saiuniverse.sathyasai.org>



## BRASILE

### Anni '70

Il professor Jose Hermogenes, scrittore, insegnante e promotore dell'Hatha Yoga in Brasile, scopre Bhagavan Sri Sathya Sai Baba durante i suoi viaggi in India. Negli anni '80, assieme a sua moglie Maria, inizia a parlare di Baba in Brasile, presentando anche il video 'L'Aura della Divinità'.

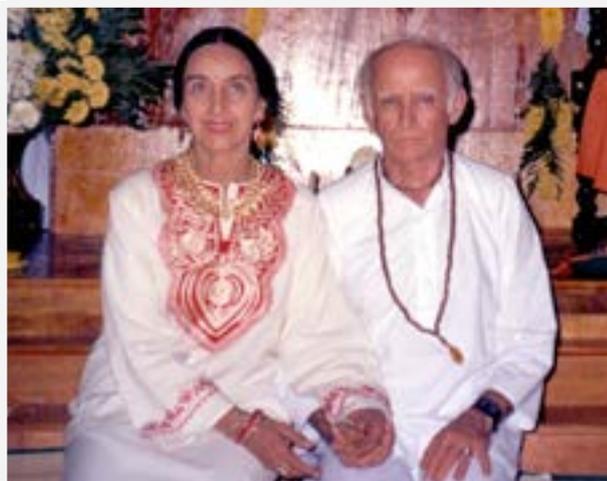
### 1986

Il primo gruppo "ufficiale" di devoti brasiliani si reca a Puttaparthi, viene benedetto da un colloquio con Swami e riceve da Lui la *vibhuti*, che viene poi distribuita in Brasile a molte persone che ne sperimentano i miracoli.

### 1987

Il professor Hermogenes conduce un secondo gruppo di 28 devoti a Prashanti Nilayam, e Swami lo chiama a colloquio. Nel gruppo c'è una giovane donna che aveva perso più dell'80% della vista a causa di una malattia agli occhi. Egli le materializza un *lingam* giallo, dicendole di fare l'*abhishekam* (aspersione di acqua) su di esso e di lavarsi gli occhi con quella sacra acqua. La esorta anche a distribuirla regolarmente a coloro che ne hanno bisogno. Non solo ella viene completamente risanata, ma decine di altre persone guariscono dal glaucoma grazie a quell'acqua.

A Rio de Janeiro, nel quartiere di Vila Isabel, viene fondato il primo Centro Sri Sathya Sai Baba in Brasile.



Il professor Jose Hermogenes e sua moglie Maria



Il Lingam curativo



Istituzione del Comitato di Coordinamento Brasiliano

## 1989

Il 23 aprile 1989, il dottor Michael Goldstein e il signor Leonardo Gutter istituiscono il Comitato di Coordinamento Brasiliano della SSIO, con tre Centri Sai (due a Rio de Janeiro e uno a San Paolo) e un Gruppo Sai (a Niteroi, RJ) che servono i devoti della regione.

## 1992

Viene istituita la Fondazione Sai per gestire le proprietà dell'Organizzazione Sai in Brasile, comprese le pubblicazioni, i media audiovisivi e i marchi registrati.

A Mendes, nello Stato di Rio de Janeiro, si tiene il Primo Congresso Nazionale della SSSIO del Brasile.

Scuola Sathya Sai, Vila Isabel



Scuola Sathya Sai, Goias



Scuola Sathya Sai di Ribeirão Preto

## 1993

In una comunità molto povera nel quartiere di Vila Isabel a Rio de Janeiro viene fondata la prima scuola Sathya Sai del Brasile. Questa è la prima Scuola Sathya Sai in America Latina e la terza al di fuori dell'India, dopo lo Zambia e la Thailandia.

## 2000

Viene aperta la Scuola Sathya Sai di Goias.

L'Istituto di Educazione Sathya Sai del Brasile (ISSEB) viene fondato per sostenere e supervisionare le Scuole Sathya Sai e diffondere il Programma di Educazione ai Valori Umani Sathya Sai attraverso congressi, seminari e corsi, specialmente per gli educatori. Nel 2024, più di 10.000 persone completano questi corsi.

## 2002

È avviata la Scuola Sathya Sai di Ribeirão Preto, nello Stato di San Paolo.

## 2005

Viene condotto il primo Campo Medico Sathya Sai, che serve circa 700 persone, soprattutto nelle specialità di odontoiatria e oftalmologia.

## 2007

Il giorno del *Guru Purnima*, un gruppo di 18 Giovani Adulti brasiliani presenta, a Prashanti Nilayam, una danza alla presenza divina di Swami. Lo spettacolo è stato interamente creato e prodotto dai Giovani Adulti, dalla coreografia, ai costumi, alla musica, alla pittura del pannello utilizzato come sfondo.



## 2009

300 brasiliani cantano i *bhajan* per Swami nel giorno del *Guru Purnima* a Prashanti Nilayam.



Giovani Adulti

## 2014

In aprile, presso la sua sede centrale a Ribeirão Preto, l'ISSEB tiene il 10° Congresso Nazionale, sul tema "I Valori Umani per un'Educazione Integrale", cui partecipano 150 educatori di varie scuole, comprese le cinque scuole Sathya Sai.

## 2015

A marzo, si svolge in Brasile la prima Conferenza della Zona 2B, alla quale partecipano gli ospiti speciali dottor Narendranath Reddy, Leonardo Gutter e John Behner. Circa 200 membri della SSSIO del Sudamerica, tra cui 35 giovani, partecipano all'evento a Mendes, Rio de Janeiro.



In ottobre, la Fondazione Sathya Sai Brasiliana prende parte a un incontro interreligioso promosso dal Comune di Petropolis (Città di Pietro). L'evento si tiene presso lo storico Crystal Palace, con una stima di presenze di 9500 persone.



Canti durante il Guru Poornima



Preconferenza Mondiale



Eventi di Sensibilizzazione Pubblica



Senato Federale del Brasile



12° Congresso Nazionale

## 2017

La Scuola Sathya Sai di Ribeirão Preto riceve un messaggio di congratulazioni dal Municipio per i suoi 15 anni di servizio, citando i valori umani nel programma scolastico come strumento efficace per costruire il carattere degli studenti.

## 2019

A Ponta Grossa, nel sud del Brasile, vengono organizzati cinque giorni di eventi di sensibilizzazione (Incontri Pubblici, Corso Introduttivo all'EHV, Incontri Interreligiosi, Marcia per i Valori e Servizio alla Comunità).

## 2021

La Fondazione Sai del Brasile distribuisce la letteratura Sai sui valori umani e gli insegnamenti spirituali universali di Swami ai detenuti di una prigione della città di Rio de Janeiro..

## 2022

Il Senato Federale del Brasile, la Camera Alta del Congresso Nazionale, premiano il contributo della ISSEB per l'instancabile lavoro di 22 anni in Brasile nello sviluppo dell'educazione basata sui valori

## 2023

L'Ambasciatore dell'India in Brasile fa visita alla Scuola Sathya Sai di Goias, manifestando apprezzamento per l'educazione basata sui valori fondata sugli insegnamenti di Swami.

Dal 21 al 23 aprile 2023, a Rio de Janeiro si tiene il 12° Congresso Nazionale della SSSIO del Brasile, con il tema "Presenza Divina".

## 2024

Il 24 aprile, in occasione della Giornata Mondiale per i Valori Umani, durante l'annuale Marcia per i Valori intorno al quartiere, gli studenti della Scuola Sathya Sai di Vila Isabel condividono i messaggi ispiratori basati sui valori di Sri Sathya Sai Baba.

*Il*



*più Grande Donatore  
dell'Universo*

AMO FARE REGALI. ADORO SCEGLIERE QUALCOSA DI SPECIFICO PER UNA PERSONA, DOPO AVERCI PENSATO E RIFLETTUTO ATTENTAMENTE, avvolgerlo in una carta perfetta per l'occasione e poi presentarlo al momento giusto per vedere il destinatario aprirlo e sorridere di gioia. È uno dei miei modi preferiti di esprimere amore a qualcuno.

Di recente, mentre guidavo per andare a una festa di compleanno con un simile regalo perfetto sul sedile accanto a me, **mi sono resa conto che il Supremo Donatore è il mio caro Swami.** La mia mente ha pensato ai molti doni che Egli mi ha fatto nella vita, a volte racchiusi in una carta ovviamente bellissima, in altre nascosti sotto una lezione che dovevo imparare. **Ma ogni volta mi rendo conto che il dono è stato**

---

**“Egli ci dà esattamente ciò di cui abbiamo bisogno e, quando ne abbiamo bisogno, lo avvolge per noi con cura nell’amore e lo consegna in modo perfetto.”**

accuratamente selezionato da Lui per me con grande attenzione e presentato al momento perfetto per l’occasione giusta.

### **Ricevere il Dono che Avevo Chiesto**

Il giorno del mio compleanno, nel 2000, ebbi la fortuna di essere presente a Puttaparthi. Essendo giovane e alquanto arrogante, decisi che il mio regalo di compleanno da parte di Swami sarebbe stato la Sua *vibhuti*. Andai al *darshan* mattutino, quasi aspettandomi che la folla si dividesse in modo che Swami potesse avvicinarsi e materializzare la *vibuthi*, solo per me. Invece, finii in fondo al salone e non ricevetti nemmeno uno sguardo da Swami! Durante il *darshan* pomeridiano, fu ancora peggio perché ero seduta ancora più indietro. Sconfortata, tornai nella mia stanza, pensando a quanto fossi sciocca ad aspettarmi che Swami mi desse la *vibuthi* solo perché era il mio compleanno.

Improvvisamente, proprio in quel momento, sentii una cara amica chiamare il mio nome. Quando mi avvicinai a lei, mi disse: “Ho sentito che

oggi era il tuo compleanno, quindi voglio darti questo. Ieri, mio fratello ha avuto un colloquio con Swami e ha ricevuto da Lui questa *vibuthi*. Voglio che tu ne abbia un po’.” Rimasi lì sbalordita mentre quest’amica mi versava la *vibuthi* in mano.

Grazie, Swami, per il perfetto regalo di compleanno. Era quello che avevo chiesto!

### **Il Dono di Non Ottenere Quello Che Avevo Chiesto**

Nel 2012, feci domanda per un tirocinio che desideravo disperatamente. Quando arrivai alla fase finale del colloquio ero euforica. Prima di questo avevo pregato intensamente Swami di essere selezionata. Purtroppo, il colloquio fu un disastro. Tornai a casa in lacrime. Per evitare di fare conversazione o anche solo di guardare negli occhi qualcuno, misi le cuffie mentre salivo sull’autobus. Non c’era musica sul mio cellulare: le cuffie erano solo un diversivo. Tuttavia, quando mi sedetti, iniziò un Discorso di Swami! Istantaneamente, cercai di mettere in pausa o di spegnere, ma lo schermo

era bloccato e l'audio continuava! **Nel Discorso, Swami parlava della Sua grazia e di come dovremmo amare la Sua incertezza.** La mia mente smise di concentrarsi su tutto ciò che, durante il colloquio, era andato storto e mi limitai ad ascoltare le confortanti parole di Swami. Capii allora che dovevo arrendermi alla Sua volontà, perché Egli sapeva che cosa era meglio per me.

Non ottenni il tirocinio per cui avevo pregato così intensamente. Invece, fui inclusa in un programma ancora migliore, in cui i tutor si interessarono sinceramente ai miei studi e alla mia carriera, allineando i miei progetti ai miei interessi. Scoprii il campo che volevo perseguire come carriera e il programma mi dette il vantaggio di un forte network che mi avrebbe aiutato a raggiungere il mio obiettivo. **Anche se questo programma non era quello che avevo chiesto o voluto, era esattamente quello di cui avevo bisogno.**

Grazie, Swami, per il dono di non avermi dato quello che avevo chiesto!

### **Ricevere il Dono che Non Avevo Mai Chiesto**

La mia famiglia e io andammo a trovare Swami nel dicembre del 2010. L'ultimo giorno della nostra visita, volevo scrivere una lettera a Swami e scoprii di avere con me solo un blocco di carta gialla. Scrisi rapidamente una lettera e la diedi a mio fratello, dal quale Swami aveva preso delle lettere durante la nostra

visita di quella settimana. Durante il *darshan*, allungai il collo per vedere se Swami aveva preso la mia lettera. A causa della calca natalizia, il Sai Kulwant Hall era pieno e Swami era solo un puntino arancione circondato da una folla di persone. Iniziarono i *bhajan* e Swami si sedette nella veranda sulla Sua sedia. Mentre i devoti si godevano beatamente il Suo *darshan*, Swami, dalla pila che aveva messo accanto a Sé, iniziò ad aprire e leggere le lettere. A metà dei *bhajan*, il mio cuore ebbe un sussulto quando vidi che Egli teneva in mano un foglio giallo! **Senza dubbio, il mio carissimo Baba si prese tutto il tempo necessario per leggere la mia lettera e addirittura la girò per leggere ciò che avevo scritto sul retro. Ricordo che la mia ultima riga era stata: "Lascia che io sia il Tuo strumento, Swami."**

Pensavo che la benedizione di vedere Swami leggere la mia lettera fosse la fine di quella bellissima esperienza. In realtà era solo l'inizio! Egli decise che era giunto il momento di vedere se ero veramente convinta quando avevo chiesto di essere il Suo strumento.

Allorché tornai a casa dopo il viaggio e aprii la mia casella di posta elettronica, trovai molte e-mail che mi dicevano che ero stata nominata e selezionata come rappresentante Femminile dei Giovani Adulti. La mia prima reazione fu di dire con forza "No!" Sentivo di non avere capacità di leadership, una presenza

stimolante o le competenze che i miei predecessori avevano per guidare il programma YA. Tuttavia, come imparai presto, Swami aveva chiamato e io dovevo rispondere. Entrai nervosamente in questo nuovo ruolo e, nel corso di tale esperienza, scoprii che servire come rappresentante degli YA era ciò di cui avevo più bisogno in quel momento della mia vita. **La mia attenzione e il mio fondamento divennero Baba, mentre mille altre distrazioni mondane avrebbero potuto facilmente portarmi fuori strada. La mia fiducia e la mia famiglia Sai crebbero, e la mia vita e il mio cuore furono pieni.** Anche se il mio mandato in questo ruolo è terminato, questo è stato uno dei doni che Swami ha continuato a dare. Il mio coinvolgimento nell'Organizzazione e nelle attività Sai proseguì e rimasi costantemente ancorata a Swami, indipendentemente da ciò che accadeva nella mia vita o nel mondo.

Grazie, Swami, per i doni che non avevo mai chiesto!

Riflettendo su questi casi e su migliaia

di altri, è chiaro che Swami è il Supremo Donatore! **Egli ci dà esattamente ciò di cui abbiamo bisogno e, quando ne abbiamo bisogno, lo avvolge per noi con cura nell'amore e lo consegna in modo perfetto.** Che incredibile benedizione!

Ma che cosa facciamo con questi doni? Riconosciamo le esperienze, le lezioni e l'amore inestimabili che Egli ci dà? Oppure mettiamo tutto su uno scaffale, senza riconoscerne il valore? E che cosa offriamo al nostro carissimo Bhagavan? Facciamo della nostra vita un dono a Lui?

Nel Suo Discorso del 23 novembre 1968, Swami dice: *"Da ciascuno di voi non esigo altro dono, né un'offerta più preziosa del cuore di cui vi ho dotati. DateMi quel cuore, puro come quando ve l'ho dato, pieno del nettare dell'amore di cui l'ho riempito."*

**Diamo forma alla nostra vita per essere Suoi strumenti e sfruttare al meglio questa incredibile opportunità che ci è stata data.**

Rachna Desai   
USA



*Rachna Desai ha la fortuna di essere cresciuta nell'"ovile" di Swami. Nata e cresciuta nel sud della California, ha frequentato l'Educazione Spirituale Sai (SSE) e ha partecipato ai pellegrinaggi regionali a Puttaparthi. Ha ricoperto il ruolo di Coordinatrice dei Giovani Adulti della SSSIO USA, Regione 8. Rachna ha sostenuto la Clinica Medica e Odontoiatrica Gratuita Sri Sathya Sai come Manager delle Operazioni della Clinica e attualmente è insegnante di SSE. È madre di un vivace bambino di 6 anni e lavora nell'amministrazione sanitaria.*

dai  
Giovani Adulti Sai Internazionali

## NEL M NDO

### Raffreddare i Cuori e Placare la Sete, Hong Kong

Il 31 agosto 2024, i Giovani Adulti (YA) Sai di Hong Kong hanno organizzato un'attenta iniziativa di servizio intitolata **"Sconfiggiamo il Caldo"** a Sham Shui Po, con l'obiettivo di sostenere la comunità locale

dei senza tetto. Nove Giovani Adulti si sono riuniti per fornire il tanto necessario sollievo dal caldo estivo offrendo bevande e spuntini rinfrescanti ai bisognosi.

In preparazione al servizio, gli YA si sono riuniti prima dell'evento per confezionare, con cura meticolosa, tutte le bevande e gli spuntini in scatole di polistirolo al fine di garantire che i prodotti rimanessero freschi per tutto il giorno. Il gruppo ha trasportato le scatole piene di acqua di cocco, acqua in bottiglia e budini di tofu freddi in un giardino di Sham Shui Po, dove molti senza tetto risiedono in tende di fortuna di cartone. All'arrivo, l'équipe ha attraversato il giardino con dei carrelli, distribuendo rinfreschi a circa 120 persone bisognose. Ogni interazione è stata accompagnata da sorrisi, gratitudine ed empatia, ricordando a tutti l'importanza del sostegno della comunità. Gli YA hanno dato prova di incredibile unità e resilienza, assicurandosi che ogni dettaglio fosse affrontato con attenzione. Essi sperano che, attraverso iniziative simili, si possa avere un impatto positivo sulla vita dei meno fortunati. 🌍



# Spargere i Semi della Speranza

## Germania



Hohnstein, pittoresca cittadina della Germania orientale, è rinomata per i suoi rigogliosi paesaggi all'interno del Parco Nazionale della Svizzera Sassone. Tuttavia, gli effetti del cambiamento climatico e della deforestazione hanno minacciato la sua biodiversità e aumentato il rischio di erosione del suolo. Per ripristinare la bellezza naturale e la salute ecologica dell'area, dal 18 al 20 ottobre 2024 gli YA del Nordeuropa, in collaborazione con la SSSIO della Germania, hanno organizzato **un'iniziativa di tre piantumazioni**. L'evento è stato organizzato in concomitanza con il fausto fine settimana del Giorno della Dichiarazione di Avatarità e 15 volontari, tra cui cinque YA, si sono riuniti per piantare alberi e contribuire all'impegno di riforestazione di Hohnstein.

I volontari si sono riuniti il venerdì sera per la cena e i *bhajan*, assieme a una sessione di riflessione, trattando domande

come: *in che modo si può 'seminare' il proprio amore per Swami in questo fine settimana? Come si sente l'amore di Swami nella vita quotidiana?* Durante il fine settimana, il gruppo ha sfidato il terreno impervio, sostenuto dal tempo favorevole, e ha piantato una serie di larici europei, pini silvestri, abeti di Douglas, abeti bianchi, ontani grigi e faggi rossi. Questi alberi sono stati accuratamente selezionati per migliorare la resilienza, la sostenibilità e la biodiversità della foresta. Dopo due giorni di dedito lavoro, **sono stati piantati 1910 alberi**, lasciando ogni partecipante stanco, ma pieno di vigore e soddisfazione.

Con le loro azioni, i volontari non solo hanno contribuito alla salute ecologica di Hohnstein, ma hanno anche **onorato gli insegnamenti di Swami sull'intimo legame tra umanità e Natura**.

*"Gli scienziati stanno cercando di fermare il buco dello strato di ozono, ma non riescono a trovare un rimedio. La causa reale di questa situazione è che viene immessa nell'atmosfera una maggiore quantità di anidride carbonica, che normalmente viene assorbita dalle piante e dagli alberi che possono assorbire il gas e fornire ossigeno attraverso il naturale processo di fotosintesi. Tuttavia, a causa della deforestazione in misura allarmante, la quantità di anidride carbonica nell'atmosfera è notevolmente aumentata. Pertanto, il rimedio a questa situazione è la forestazione intensiva, facendo crescere ovunque più alberi e proteggendo quelli esistenti senza distruggerli per altri scopi."*

-Sri Sathya Sai Baba  
21 gennaio 1993

# UNA GIORNATA SPECIALE DI DIVERTIMENTO



## FIJI

Il 21 settembre 2024, i Giovani Adulti Sai della capitale Suva, nelle Figi, hanno organizzato una gratificante **'Giornata di Divertimento' per i bambini con bisogni particolari**. Questo evento ha riunito bambini provenienti da tutta la Divisione Centrale delle Figi, riempiendo la giornata di divertimento, cibo e amore. Quest'anno, la 'Giornata di Divertimento' ha segnato la ripresa di questa decennale attività annuale che era stata sospesa a causa della pandemia COVID-19.

Con l'approvazione del Dipartimento del Benessere delle Figi, che sovrintende ai servizi sociali e al supporto protettivo per le popolazioni vulnerabili, hanno partecipato all'evento complessivamente 104 bambini e 36 assistenti di cinque case speciali. Le organizzazioni partecipanti comprendevano la Hilton Home, l'Ostello per Sordi di Harland, le Case di San Christopher e Moana Clare, la Casa Dilkusha e la Società delle Figi per Ciechi. I volontari YA della SSSIO hanno collaborato con gli altri in uno spirito di unità per assicurare una giornata memorabile per tutti.

Essi hanno pianificato meticolosamente una varietà di giochi e attività adatti alle diverse abilità dei bambini. Sono state organizzate attività artistiche e artigianali, pittura del viso, sedie musicali, caccia al tesoro, giochi da tavolo, attività con i palloncini, giochi con arco e frecce, lancio degli anelli, domino, bingo, e messi a disposizione giocattoli morbidi per i più piccoli.

La giornata è iniziata con spuntini leggeri e salutari, assieme a deliziosi frappé al cioccolato e alla fragola, disponibili presso una cabina eretta allo scopo. A questo è seguito un abbondante pranzo preparato dalle famiglie degli YA e da dediti adulti volontari della SSSIO. La pianificazione di ogni Giornata del Divertimento è anche un'esperienza di apprendimento per i membri della SSIO a essere più bravi a procurarsi la giusta quantità di cibo per adeguarsi all'insegnamento di Swami: 'Chi non Spreca, non Avrà Bisogno'. A tutti gli ospiti è stato fornito cibo confezionato, frutta, confezioni di latte e snack da asporto, assicurando che ognuno se ne andasse con qualcosa da ricordare della giornata.

# Raggiungere il Paramatma Attraverso i Propri Doveri



*“I Veda sono un mezzo per stabilire un legame con il Divino. Coloro che hanno studiato i Veda devono dedicare la loro vita a promuoverli. Solo così serviranno la causa del ripristino della gloria dell’antica eredità di Bharat.”*

–Sri Sathya Sai Baba  
28 settembre 1987

Il 28 settembre 2024, i Giovani Adulti Internazionali della SSIO hanno organizzato una trasmissione online relativa a un Programma sui Veda dal tema **‘Raggiungere il Paramatma Attraverso i Propri Doveri.’** Maha-Mandaleshwar Swami Abhishek Chaitanya Giri Maharaj, capo dell’Ashram Shri Jagadguru Sanyas di Rishikesh (India) e monaco capo che custodisce il lignaggio Vedanta dell’India, è stato l’illustre relatore della trasmissione. Questo illuminante collegamento online ha approfondito gli insegnamenti senza tempo della *Bhagavad Gita*, che trascendono la religione e fanno luce su come il dovere, o *dharma* (retta condotta), possa condurre alla liberazione spirituale. La sessione ha esplorato la filosofia del *Karma Yoga*, sottolineando il potenziale trasformativo dell’adempimento delle proprie responsabilità con devozione e distacco.

## Il Ruolo del Dovere nella Crescita Spirituale

L’idea che il dovere non è un fardello, ma un percorso verso l’illuminazione spirituale è stata il cuore della trasmissione. Swami Abhishek ha evidenziato come la *Bhagavad Gita* inquadri il *dharma* come

uno strumento essenziale per trascendere le limitazioni della vita terrena. Compiendo i propri doveri in modo disinteressato e dedicando i risultati al *Paramatma* (l’Essere Supremo), gli individui possono trasformare le proprie azioni in atti di culto. Questo approccio non solo porta alla realizzazione personale, ma si allinea anche con l’obiettivo ultimo dell’esistenza umana: la liberazione (*moksha*). Attraverso questa prospettiva, anche le responsabilità più banali acquistano un profondo significato spirituale.

## Karma Yoga: un Sentiero di Azione e Distacco

Swamiji ha spiegato che il *Karma Yoga* è l’arte di svolgere i propri compiti con dedizione ed efficienza rimanendo distaccati dai risultati. Questa filosofia aiuta gli individui ad affrontare le sfide della vita con un senso di scopo e di equanimità. Quando il dovere è visto come un mezzo per connettersi con il *Paramatma* piuttosto che come una fonte di guadagno personale o di convalida, diventa una pratica spirituale. Prendendo spunto dalla *Gita*, Swamiji ha sottolineato che l’attaccamento ai risultati crea schiavitù e sofferenza. Tuttavia,

riconoscere che ogni gioia e appagamento derivano dal *Paramatma* permette agli individui di spostare il loro attaccamento dal materiale al Divino, favorendo la *bhakti* (devozione) e la pace interiore.

## Saggezza Pratica per la Vita Moderna

La sessione ha fornito spunti pratici per incorporare questi insegnamenti nella vita quotidiana:

- 1. Ridefinire le Prospettive sulla Felicità:** riconoscere che anche i piaceri derivanti dal successo materiale sono in definitiva doni del *Paramatma*. Questo cambiamento di prospettiva genera gratitudine e devozione.
- 2. Affrontare i Fallimenti con Coraggio:** la paura di fallire spesso deriva dalla preoccupazione per il giudizio degli altri. Concentrandosi sull'apprendimento e sulla crescita, gli individui possono superare la paura dell'imperfezione.
- 3. Cercare la Convalida Interiore:** invece di cercare l'approvazione degli altri, rivolgetevi al Divino per ottenere la realizzazione. Cercare il riconoscimento

esterno porta solo alla dipendenza, mentre cercare il *Paramatma* favorisce la vera libertà.

- 4. Bilanciare Azione e Distacco:** come una foglia di loto che non viene toccata dall'acqua, si può rimanere impegnati nelle responsabilità del mondo senza essere vincolati ai loro risultati.

Swami Abhishek ha concluso la trasmissione online con un potente messaggio: compiere i propri doveri con il giusto atteggiamento non solo aiuta a superare le sfide della vita, ma apre anche la strada alla liberazione. Questo sentiero, radicato nella giusta condotta (*dharma*) e nella devozione, trasforma la sofferenza in crescita spirituale e connette l'individuo con la gioia infinita del *Paramatma*.

Il collegamento è terminato con una sessione di domande e risposte in cui Swamiji ha risposto a tutte le domande degli YA. La registrazione della trasmissione è accessibile su [YouTube Channel](https://www.youtube.com/channel/UC...) della SSSIO e anche nell'archivio delle trasmissioni online su [sathyasai.org](https://sathyasai.org/ya/veda) all'indirizzo: [sathyasai.org/ya/veda](https://sathyasai.org/ya/veda).



Visualizzare l'archivio delle trasmissioni online del Programma Internazionale sui Veda dei Giovani Adulti della SSSIO a: [sathyasai.org/ya/veda](https://sathyasai.org/ya/veda)



Per onorare il 99° Compleanno di Swami, i Giovani Adulti di tutto il mondo hanno abbracciato l'iniziativa "Promessa a Swami" - un impegno personale a sostenere la Sua eredità divina. Tali promesse includevano: impegnarsi in una *sadhana* (disciplina spirituale) dedicata, assimilare i Suoi insegnamenti fondamentali e intraprendere azioni concrete per vivere il Suo messaggio.

Cercate queste sentite promesse degli YA nella playlist Giovani Adulti su YouTube:

<https://sathyas.ai/youtube-ya>



Mentre ci avviciniamo al 100° Compleanno del nostro amato Sri Sathya Sai Baba, i Giovani Adulti Internazionali Sai offriranno a Swami 100 preziosi doni, avvolti non nella carta, ma nella Sua saggezza senza tempo, nel Suo amore infinito e nella Sua ispirazione senza limiti.

Questo 'cesto di doni' conterrà 100 sentiti post della squadra Creative Media dei Giovani Adulti Internazionali Sai, che racchiudono la Sua missione divina e la Sua eredità, un'eredità che ci ispira a vivere una vita ideale e che merita il nostro onore collettivo.

Seguite i nostri canali social media (vedi [pagina 49](#)) da oggi al 23 novembre 2025, poiché sveliamo questi tesori senza tempo. Riflettiamo, condividiamo l'amore e festeggiamo insieme!



**Nivedha Panchalingam**

Canada



## Melodie di Devozione: la Mia Connessione con Sai

Swami non manca mai di manifestare il Suo sconfinato amore divino sia che lo si cerchi, sia che lo si ignori, sia che si cerchi di sfuggirgli. Egli entrò per la prima volta nella vita della mia famiglia attraverso mia nonna. Indipendentemente da dove ella vivesse, Swami trovava il modo di tenerla vicina, collegandosi con lei attraverso sessioni di *bhajan* e *satsang* durante i suoi viaggi. Grazie alla sua devozione, Swami entrò nel cuore di tutti i membri della mia famiglia.

Da bambina, mia nonna mi fece conoscere Swami insegnandomi i *bhajan* e semplici *mantra* da cantare. Lì sbocciarono le prime scintille d'amore per la musica. Anche se allora non capivo bene chi fosse Swami, Egli aveva già fatto presa sul mio cuore. Avevo tre anni quando fui iscritta al programma *Balvikas* (ora conosciuto come Educazione Spirituale Internazionale Sai). Tutto era nuovo per me: l'ambiente, le persone, la scuola e anche gli insegnanti. Eppure, quando iniziarono le preghiere di apertura e i *bhajan*, sentii un improvviso senso di appartenenza. Swami mi aveva dato una fonte di conforto attraverso la melodia della musica.

A mano a mano che crescevo, all'interno della comunità di Swami, la mia passione per la musica aumentava. Ogni settimana, con mia nonna, partecipavo ai *bhajan*, ascoltavo con attenzione quelli nuovi e le variazioni melodiche di ogni verso e mi incantavo al suono vibrante dell'armonium. Ma, al di là della perfezione musicale, dietro l'offerta del cantore era evidente la devozione nelle lacrime dei suoi occhi e di quelli degli ascoltatori. In quel momento, mi resi conto che la musica non era solo un canale di devozione per chi cantava, ma forniva anche un'opportunità a tutti di sentire l'amore incondizionato di Swami attraverso il *kirthanam* (canto devozionale).

Ogni volta che avevo il privilegio di cantare, chiudevo gli occhi, facevo un respiro profondo e sentivo la Sua presenza avvolgermi. Ogni nota del brano aveva un significato profondo, che mi dava modo di conversare con Lui e di chiarire tutti i miei dubbi. La musica divenne la mia preghiera, il mio legame con Lui e il mio rifugio per sentire il Suo amore puro. Il Centro Sai ha anche alimentato le mie capacità musicali, dandomi l'opportunità di suonare l'armonium e di aiutare gli altri a imparare come connettersi con Swami attraverso la musica.

Con l'avvicinarsi dell'ultimo anno di scuola superiore, iniziai a dare priorità agli studi e alle attività extracurricolari che mi avrebbero avvantaggiato dopo la scuola. Ben presto, però, sentii le conseguenze di questo cambiamento: notai che perdevo la concentrazione a scuola, non c'era la stessa lucidità che avevo di solito e sentivo costantemente una tristezza opprimente. Questo iniziò a influenzare non solo i miei voti, ma anche il mio rapporto con le persone che mi circondavano.

Scoprii che le relazioni con i miei amici e la mia famiglia si stavano raffreddando e mi sentivo spesso stressata. Corsi subito da Swami, che avevo dimenticato, ma che era il mio sostegno nella vita, e Gli chiesi chiarezza e guida.

Non molto tempo dopo, mi venne offerto il ruolo di uno dei due Coordinatori dell'Ala Devozionale del nostro Centro Sai. Questo ruolo avrebbe comportato delle responsabilità che avrebbero influenzato il modo in cui le persone sono in contatto con Swami. Il mio breve allontanamento dalla musica e da Swami mi fece capire l'importanza del ruolo nel creare un'atmosfera divina per tutti i devoti che si connettono con Lui. Mi dette anche l'ispirazione di servire gli altri della comunità Sai. Tuttavia, il pensiero di assumermi una responsabilità così importante all'età di 18 anni, oltre al lavoro scolastico, mi sembrava sconcertante. Mi chiedevo se avrei dovuto accettare questi ulteriori compiti. Pregai Swami di decidere per me e, credendo con fede nelle Sue parole rassicuranti: *"Tu fai il Mio lavoro e lo farò il tuo"*, accettai l'incarico, decisa a dare il massimo.

L'esperienza è stata trasformativa in innumerevoli modi. Per esempio, mi ha aiutato a sviluppare abilità essenziali come parlare in pubblico, gestire il tempo, la leadership e il gioco di squadra, oltre a darmi un ambiente protettivo e amorevole per la crescita personale con una famiglia Sai comprensiva e incoraggiante. Mi ha insegnato e continua a guidarmi su come essere una persona ideale in tutto ciò che faccio. Portando con me i Suoi insegnamenti ogni giorno, cerco di rappresentare Swami, nel mondo al di fuori del mio Centro Sai, nel modo migliore. Egli mi ha dato gli strumenti per crescere come persona e per avere un impatto positivo nel mondo. La mia unica preghiera è di restituire a Swami e alla Sua opera quanto ho ricevuto da Lui e dal Suo amore infinito.

Seguite gli account @saiyoungadults sui social media

 Facebook  Instagram  Telegram  Threads  X (Twitter)

 Spotify

 Mailing List

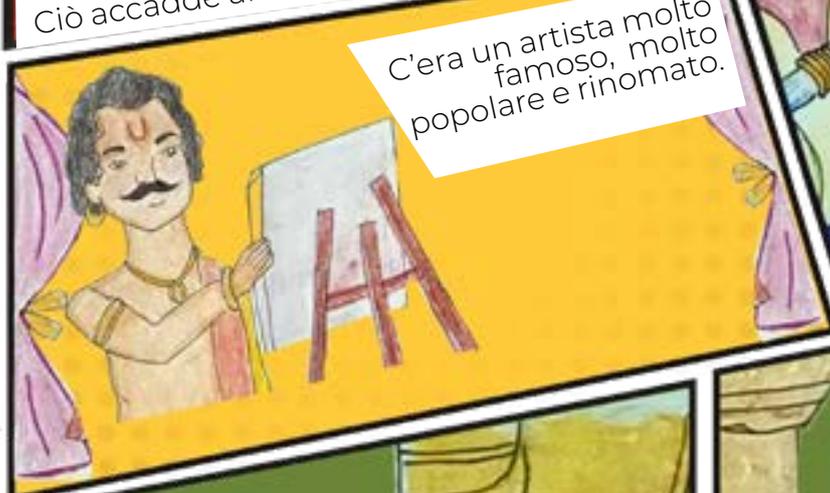


**Giovani Adulti Sai**  
<https://sathyasai.org/ya>  
[yacoordinatore@sathyasai.org](mailto:yacoordinatore@sathyasai.org)

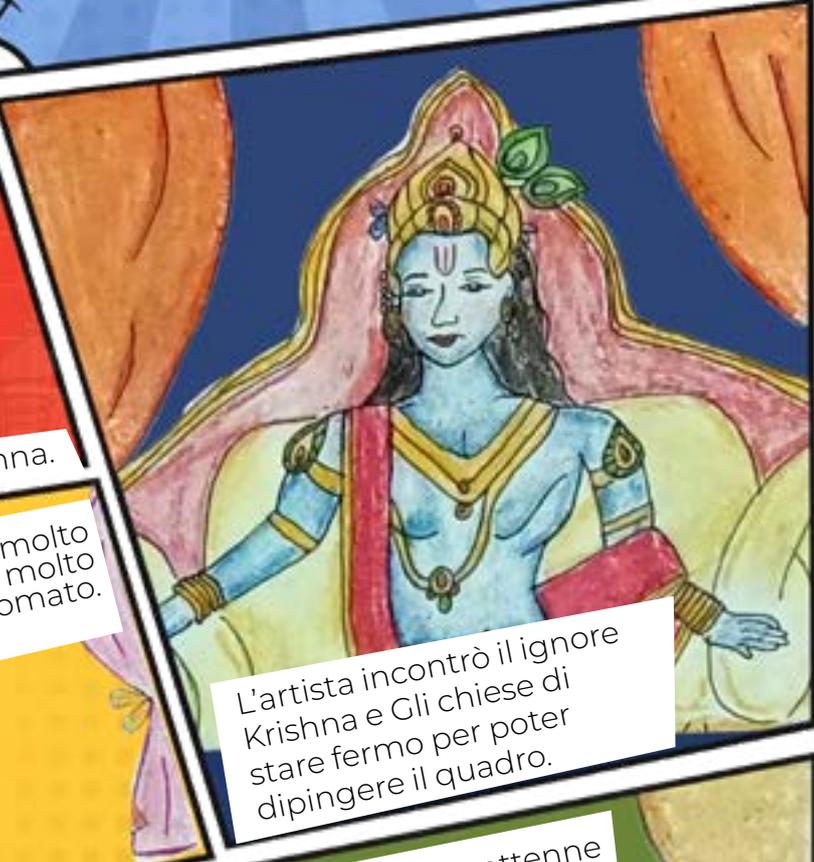
# DIPINGERE DIO



Ciò accadde al Tempo del Signore Krishna.



C'era un artista molto famoso, molto popolare e rinomato.



L'artista incontrò il Signore Krishna e Gli chiese di stare fermo per poter dipingere il quadro.



Egli cercò incessantemente di incontrare il Signore Krishna



e finalmente ottenne

un'udienza con il Signore per dipingere il Suo ritratto



L'artista incontrò il Signore Krishna e Gli chiese di stare fermo per poter dipingere il quadro.

Dopo una settimana, il pittore portò il ritratto finito, ma rimase sbalordito dalla mancanza di somiglianza tra il vero Signore Krishna e il suo dipinto.



Per portare a termine il lavoro, occorrevano molte settimane. Egli era deluso.

Mentre usciva, incontrò il saggio Narada.

Il pittore disse a Krishna che il dipinto sarebbe stato l'esatta immagine del Signore.



Dipingere il Signore Krishna è uno sciocco tentativo.

Perché il Signore non ha una forma fissa: Egli cambia volto ogni secondo. Narada gli consigliò una soluzione.

Lo specchio riproduceva una copia esatta del Signore Krishna.



**MORALE:** Non potete descrivere Dio. I vostri tentativi falliranno. Ma, quando renderete la vostra mente pura e limpida con amore e devozione, avrete la vera visione del Signore

# Prossimi Eventi Online della SSSIO

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

Data dell'Evento	Giorno(i)	Festività/Evento
29 gennaio 2025	Mercoledì	Nuovo Anno Cinese
15-16 febbraio 2025	Sabato-Domenica	Akhanda Gayatri
26 febbraio 2025	Mercoledì	Maha Shivaratri
12-13 aprile 2025	Sabato-Domenica	Akhanda Gayatri
24 aprile 2025	Giovedì	Aradhana Mahotsavam



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



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



Facebook



Instagram



WhatsApp



X (Twitter)



YouTube



Spotify



Telegram



Threads



Google Books



Email



Lista email dell'Eterno Compagno



- 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



Il cuore deve essere svuotato di ogni male e mantenuto puro dalla retta azione. Può non essere possibile sfuggire alle conseguenze delle proprie azioni buone o cattive. Ma, anche una montagna di peccati può essere spazzata via conquistando la Grazia del Divino. Perciò, bisogna sforzarsi di guadagnare l'amore di Dio, che è onnicomprensivo e onnipotente. Da questo giorno di *Sankranti*, dedicatevi a coltivare le buone qualità e l'azione retta, e sviluppate quella devozione pura che riscatterà la vostra vita. Questo è il Mio messaggio e la Mia benedizione per voi.

**Sri Sathya Sai Baba**  
13 gennaio 1984

---



**sathyasai.org**

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

