



ORGANIZZAZIONE INTERNAZIONALE SATHYA SAI

La Felicità È

UNIONE CON
DIO

GUIDA ALLO STUDIO – 5

I SEGNI DELLA FELICITÀ



Celebrazione **DEL COMPLEANNO 2020**



DEDICATO

CON AMORE E RISPETTO AI DIVINI PIEDI DI LOTO DI

Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

INCARNAZIONE DELLA BEATITUDINE DIVINA



Questa guida allo studio è una parte di una serie di sei con alcuni Insegnamenti Divini di Bhagavan Sri Sathya Sai Baba sulla Felicità. Tutte le Guide allo Studio, in numerose lingue, sono disponibili in questo link: <https://sathyasai.org/birthday-study-guides>

Ogni guida contiene una storia ispiratrice, estratti dei Suoi Discorsi e Scritti, e una serie di domande per la riflessione.

STORIA ISPIRATRICE

Suguna e il Signore Krishna

C'era una gopi di nome Suguna che non aveva altro pensiero se non quello legato al Signore Krishna. Ogni sera, a Brindavan, per ogni casalinga era consuetudine accendere la propria lampada utilizzando la fiamma della lampada a casa di Nanda. Si riteneva che ottenere la luce dalla fiamma della lampada di una persona più anziana e più elevata fosse di buon auspicio.



Suguna andò con una lampada a casa di Nanda e, quando vi arrivò, la sua mente era persa nell'emozione e nella gioia di vedere la stessa casa in cui Sri Krishna aveva trascorso i giorni della Sua infanzia, e alla quale, con i Suoi scherzi e le Sue chiacchiere, attirava tutti i pastori e le pastorelle.

Suguna rimase a lungo lì con la sua lampada spenta, vicino alla grande lampada a olio che illuminava il salone centrale.

Ella teneva la lampada vicino alla fiamma, ma non abbastanza. Aveva il dito proprio sopra la fiamma e non era consapevole che esso si stesse ustionando. Era così piena della coscienza di Krishna che non si rendeva conto del dolore.

Fu Yasoda a vedere la situazione pericolosa e a risvegliarla dalle fantasticherie o, dovremmo dire, visione? Ovunque i suoi occhi si volgessero, per Suguna la casa era colma del Signore Krishna. Questo è il thanmayathwam (identificazione) che bisogna ottenere. Sathya Sai

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 4 / Cap.16: 15 aprile 1964

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume04/sss04-16.pdf>



GUIDA ALLO STUDIO

Irradiate Felicità

I vostri sguardi devono essere sempre compassionevoli, le vostre parole sempre intrise di verità e i vostri sentimenti sempre molto dolci. Dovete essere sempre felici e in nessuna circostanza apparire abbattuti. Sorridete sempre: questo dovrebbe essere il vostro marchio di fabbrica.

Corso Estivo 2000 a Brindavan, Cap. 15: 30 maggio 2000
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-15.pdf>

Dovete mostrare con le parole e con l'esempio che il percorso della realizzazione del Sé è il cammino verso la perfetta felicità. Quindi, su di voi c'è una grande responsabilità, la responsabilità di dimostrare con la vostra calma, compostezza, umiltà, purezza, virtù, coraggio e convinzione in tutte le circostanze che la *sadhana* che praticate vi ha reso una persona migliore, più felice e più utile. Praticate e dimostrate; non affermate semplicemente con le parole e negate con i fatti.

Discorsi di Sathya Sai s, Vol. 7 / Cap. 17: 20 aprile 1967
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume07/ss07-17.pdf>

Vivete allegramente. Non assumete mai un'espressione imbronciata. I pensieri negativi si presentano come brutte espressioni. Pensieri e sentimenti puri ci manterranno sempre allegri. Io sono sempre allegro. Le persone si chiedono come Sai Baba possa sempre sorridere. Non posso che sorridere. Non ho sentimenti negativi, tratti negativi, cattivi pensieri, né cattive abitudini. Io sono sempre puro. Anche voi dovrete seguire questo. Seguite il Maestro, Affrontate il Male, Combattete Fino alla Fine e Terminate il Gioco. SeguiteMi. Siate felici come Me. Siate allegri: questo Mi rende davvero felice.

Corso Estivo 2002 a Brindavan, Cap. 12: 27 maggio 2002
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2002/ss2002d12.pdf>

Rimanete Tranquilli

Si dovrebbe rimanere pacifici in tutte le vicissitudini della vita: solo allora si può ottenere la grazia divina. Grandi devoti come Thyagaraja, Tukaram e Draupadi affrontarono molte difficoltà, ma sopportarono tutte le sofferenze con pazienza. Thyagaraja disse: "Non si può raggiungere la felicità senza la pace interiore."

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 33 / Cap. 12: 22 agosto 2000
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume33/ss33-12.pdf>

Dovete rendere stabile la pace nel cuore. Dovete essere sempre felici e beati. Dovreste sempre avere sulle labbra un dolce sorriso. Non dovrete avere una faccia imbronciata in nessuna circostanza. Dovete sempre sorridere. Quando qualcuno vi vede, dovrebbe anch'egli sentirsi felice. Pertanto, dovrete sempre condurre una vita felice e beata con un dolce sorriso sul viso. Dovreste essere felici e, allo stesso tempo, rendere felici gli altri.

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 39 / Cap. 12: 5 settembre 2006
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/ss39-12.pdf>

Come dovrebbe comportarsi l'uomo nel mondo? Come insegna la Bhagavad Gita... si dovrebbe rimanere equanimi nella felicità e nel dolore, nel guadagno e nella perdita, nella vittoria e nella sconfitta. L'uomo dovrebbe considerare piacere e dolore, lode e biasimo allo stesso modo: questo è lo stato del vero yoga.

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 29 / Cap. 68: 22 luglio 1996
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960722.pdf>

Vivete nell'Amore

Dovete essere sempre felici, sorridenti e amorevoli. Quando sorridete, l'amore si svilupperà automaticamente in voi.

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 40 / Cap. 13: 28 luglio 2007
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume40/ss40-13.pdf>

L'amore può conferire tanta gioia. Se sorridete, gli altri faranno lo stesso. Pertanto, tutti voi dovete affrontare la vita con sorrisi e gioia. Quando qualcuno ci rimprovera, normalmente ci si sente feriti, mentre la persona che sta rimproverando ottiene una certa soddisfazione. Non sentitevi feriti quando venite criticati o insultati. Invece, reagite semplicemente sorridendo. Potreste chiedervi: "Perché dovrei sorridere quando quella persona dice così tante cose spiacevoli su di me?" La risposta è semplice. Dovete sorridere perché avete dato all'altra persona la possibilità di trarre una certa soddisfazione, anche se ciò ferisce i vostri sentimenti. Siate felici di essere stati uno strumento per rendere felice l'altra persona: questo è l'atteggiamento positivo e il sentimento d'Amore che dovete sviluppare.

Corso Estivo 2000 a Brindavan, Cap. 9: 22 maggio 2000
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-09.pdf>

Dovete capire questo Principio d'Amore (*Prema Tattva*). Tutti sono fratelli e sorelle, ma anche fra di loro sorgono divergenze. Quindi, coltivate l'amore gli uni per gli altri. Mantenete sempre un animo allegro, con un dolce sorriso sul viso. ... Solo allora la vostra vita può diventare nobile ed esemplare. Dovete essere sempre felici e allegri. Che cosa vi manca? Avete tutto con l'amore e la grazia di Swami.

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 41 / Cap. 1: 1° gennaio 2008
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume41/ss41-01.pdf>

Condividete la Vostra Felicità con Tutti

Dovete sperimentare la beatitudine a livello individuale e in famiglia e poi dividerla con la società: allora, tutte le persone saranno felici. La felicità è unione con Dio. Dovete realizzare tale felicità. Possano tutte le persone essere felici! Possiate vivere tutti come membri di un'unica famiglia, condividendo il vostro amore e la vostra felicità gli uni con gli altri!

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 39 / Cap. 12: 5 settembre 2006
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/ss39-12.pdf>

Conducete una vita felice e beata e condividete la vostra felicità con gli altri. Voi non sapete quanto sia grande questa *ananda* (beatitudine). Proprio come un piccolo pezzo di legno diventa fuoco quando viene a contatto con esso, allo stesso modo, quando siete vicino a Me mentalmente, diventate divini. La vostra mente ne sarà illuminata e dissiperà in voi l'oscurità dell'ignoranza.

Discorsi di Sathya Sai, Vol. 34 / Cap. 13: 5 luglio 2001
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume34/ss34-13.pdf>



DOMANDE

- Quali sono i segni della felicità?
- Perché, sul sentiero spirituale, è così importante essere sorridenti e allegri, tranquilli e composti?
- In che modo la serenità e l'equanimità sono un segno di felicità?
- Perché condividere la nostra felicità è una potente pratica spirituale?
- Come possiamo sprigionare più felicità nella nostra vita?



Discorsi di Sathya Sai Vol. 31/Cap. 45: 25 dicembre 1998
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume31/sss31-45.pdf>



sathyasai.org