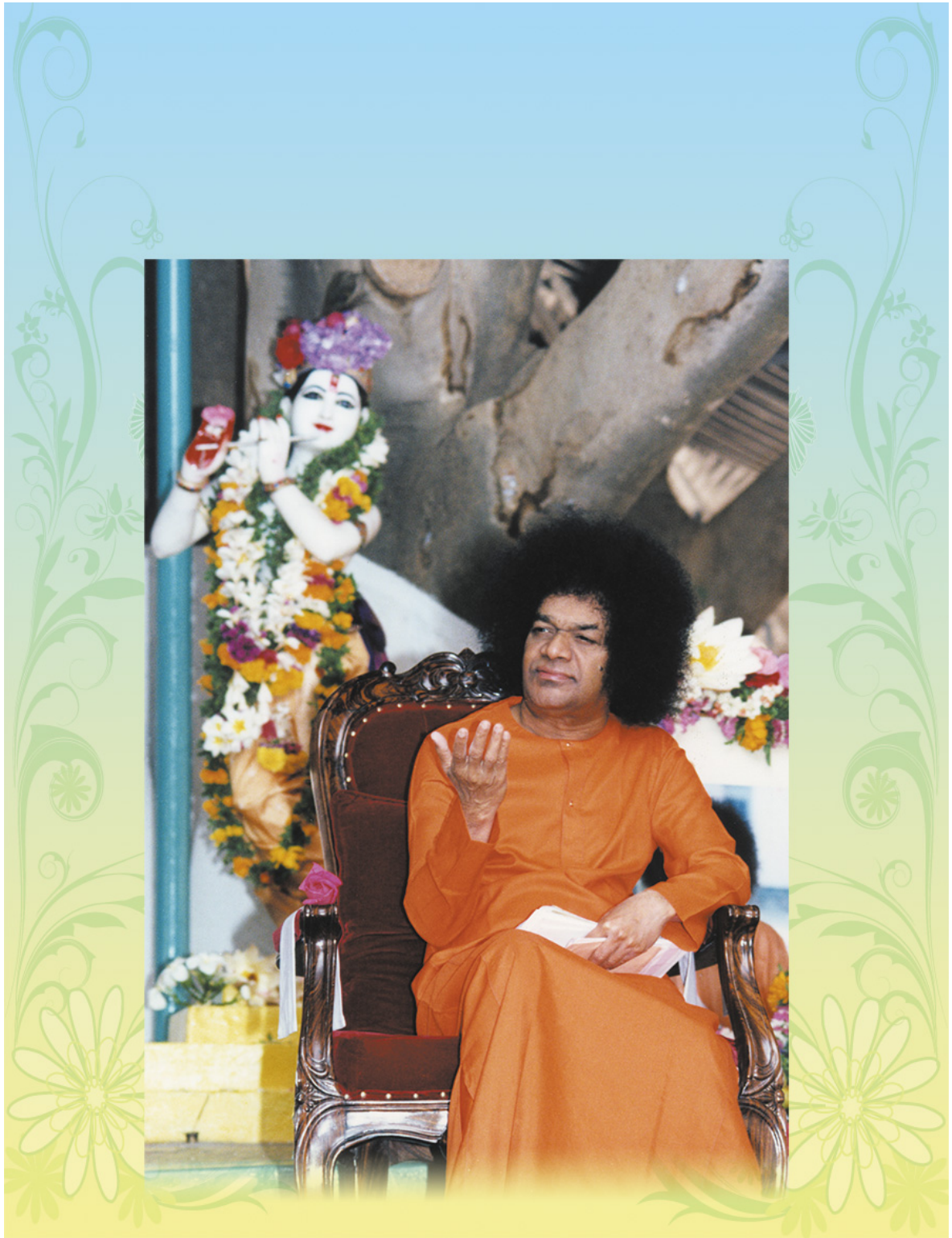
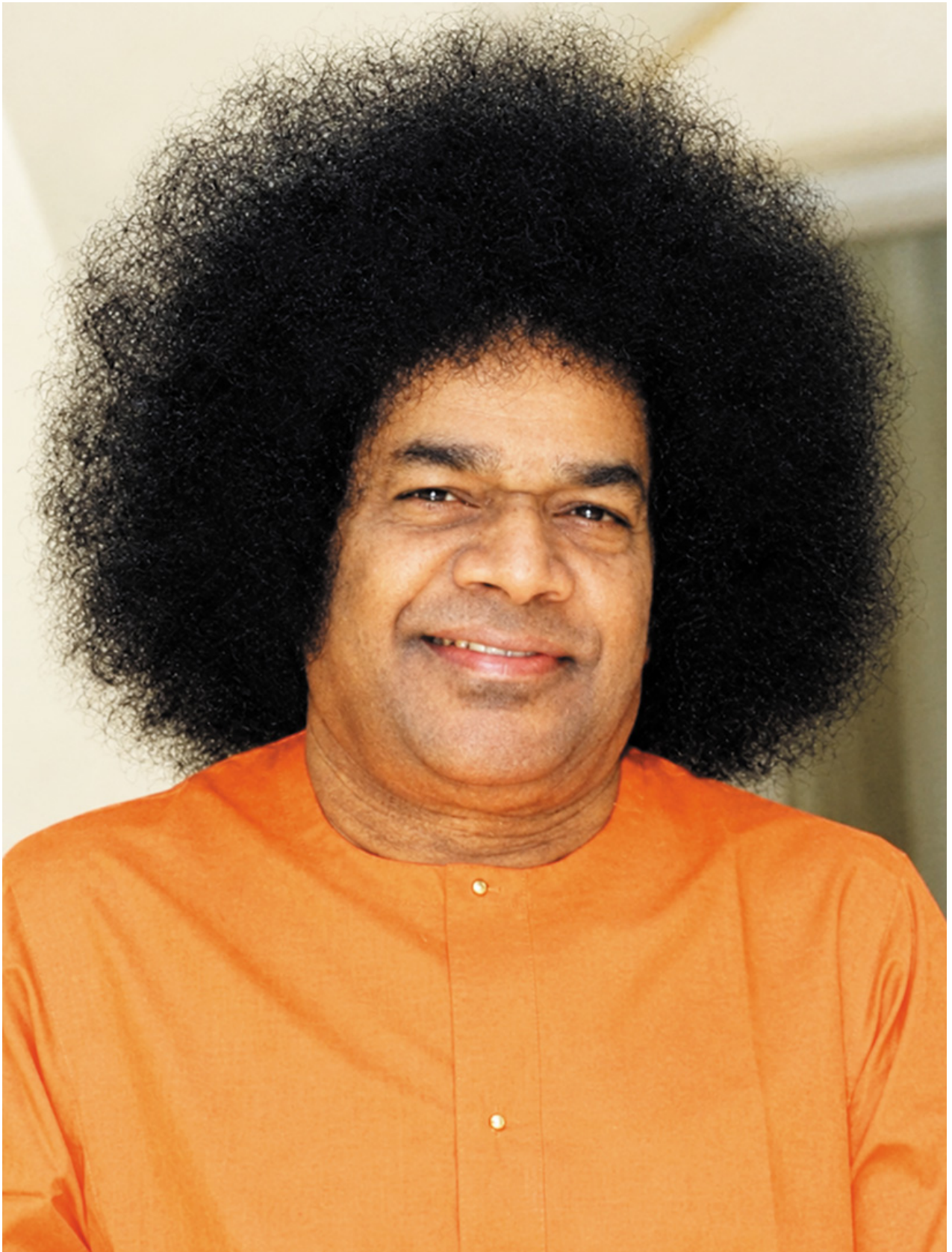




Sanathana Sarathi

SETTEMBRE 2026





Sri Krishna Janmashtami Celebrations.



Installation of Sri Krishna idol at
Sri Sathya Sai Gokulam.



Onam Celebrations.



Musical offering by devotees from Malaysia.



A scene from the Independence Day drama.



Inaugural function of Sri Sathya Sai Global School, Singapore.



Sri. R.J. Rathnakar addressing
the gathering.

Contenido

Editoriale: Prima essere, poi agire, poi raccontare

Ramakatha Rasavahini, Capitolo 7, La conquista di Sita

Il vero significato di Onam, Sri Sathya Sai Baba, 31 8. 2001

Gli insegnanti dovrebbero essere, Sri Sathya Sai Baba, 4.7. 2001

Lettere d'amore dall'amore, Il tempo non è nulla nell'infinito

Sri Sathya Sai Ashtottarashata Namavali: Om Sri Sai Mahimatmane namah

Una vita guidata dalla grazia divina, Kumar Rai

Chinna Katha, La lezione lóceano insegna

L'attualità dei bhajan, Nello scenario moderno

Diventa prima di tutto un essere umano, Bishu Prusty

Dalla percezione alla prospettiva, Un esperienza di vita reale, Sridevi Chebolu

La pazienza nell'era dell'intelligenza artificiale, Soumya Chakraborty

Cos'è il vero silenzio, Manav Sai Bikkineni

Dio può essere contemplato nel silenzio assoluto

Dieci tipi di purezza per la forza morale mentale

Prasanthi Samachar

Revisione delle tariffe di abbonamento per Sanathana Sarathi

EDITORIALE

PRIMA ESSERE, POI AGIRE, POI RACCONTARE

La vita spirituale viene spesso misurata in base a ciò che facciamo: con quanta regolarità preghiamo, con quanta fedeltà osserviamo la disciplina, quanto Seva intraprendiamo e quanti testi sacri leggiamo. Eppure Bhagawan ci ricorda che la pratica spirituale non è fine a se stessa. La sua vera misura risiede nella trasformazione che porta dentro di noi: nella purezza dei nostri pensieri, nell'amore nei nostri cuori, nella disciplina nella nostra condotta e nello spirito con cui viviamo. La domanda, quindi, non è semplicemente: «Cosa sto facendo?», ma: **«Che effetto ha su di me la nostra Sadhana?»**.

Questa silenziosa sfida permea il numero di settembre.

Nel Suo messaggio per l'Onam, Bhagawan ci pone davanti l'esempio dell'imperatore Bali, la cui grandezza non risiedeva nel potere, ma nella verità, nella generosità e nel coraggio di onorare la propria parola a costo di sacrifici personali. La festa acquista significato solo quando le virtù che celebriamo trovano spazio nelle nostre vite. L'amore, la verità e il sacrificio sono qualità da vivere.

Lo stesso messaggio traspare dalle parole di Bhagawan rivolte agli insegnanti: «Dovreste essere innanzitutto dei buoni allievi». Un insegnante non trasforma un bambino solo attraverso l'istruzione. I valori si trasmettono con l'esempio. Questa verità ha trovato eco alla Conferenza Globale dei Gurus dei Bal Vikas: **«Prima sii, poi agisci, poi racconta»**. Dobbiamo mettere in pratica la verità prima di insegnarla ed esprimere l'amore attraverso la nostra condotta.

Forse in nessun altro luogo questo concetto viene espresso in modo più semplice che nel racconto «Diventa prima un essere umano». Il giovane studente credeva che le pratiche devozionali lo avessero reso spirituale. La risposta di Bhagawan trafisse delicatamente il suo sottile ego: «Ora sei diventato un essere umano. Continua così». La lezione è senza tempo. La sadhana non ha lo scopo di farci sentire spiritualmente superiori; deve renderci più gentili, più sinceri, responsabili e premurosi.

Anche il Bhajan, come ci ricorda questo numero, non è solo un canto devozionale. Il suo scopo è la trasformazione: placare la mente, addolcire il cuore e creare armonia all'interno della famiglia e della società. Allo stesso modo, il silenzio non è l'assenza di parole, ma la coltivazione della quiete interiore; la pazienza è uno sforzo costante senza irrequietezza; la purezza deve permeare i nostri pensieri, l'ambiente che ci circonda, le relazioni, il lavoro e il servizio.

Quando la vita stessa ci mette alla prova, questi insegnamenti si trasformano da idee in esperienza. La fede diventa fiducia. La compostezza diventa equanimità. L'abbandono diventa accettazione. La grazia non è più qualcosa di cui parliamo; diventa qualcosa che riconosciamo quando la nostra forza raggiunge i propri limiti.

In queste pagine, un messaggio acquista silenziosamente forza: **la spiritualità deve diventare visibile nella qualità della nostra umanità**.

La vera prova della preghiera è l'amore con cui incontriamo un'altra persona. La vera prova della conoscenza è l'umiltà che essa genera. La vera prova della disciplina è l'autocontrollo. La vera prova della devozione è se diventiamo strumenti del Suo amore.

Forse questa è la Sadhana più semplice che Bhagawan ci chiede: lasciare che ogni pratica spirituale approfondisca la nostra umanità.

– La redazione

Ramakatha Rasavahini – Capitolo 7

LA CONQUISTA DI SITA*

Viswamitra era soddisfatto dell'umiltà e della riverenza di Sumathi, il re di Visala. Si informò con gentilezza sulla salute e la felicità del re, nonché sul suo regno. Rimasero a conversare per un po' sugli affari del regno e della dinastia, quando lo sguardo di Sumathi si posò sui fratelli, Rama e Lakshmana. Rimase così affascinato dal loro carisma e dalla loro dignità che chiese a Viswamitra chi fossero questi «cuccioli di leone». Viswamitra rispose: «Sumathi! È una lunga storia che ora non ho tempo di raccontarti. Ti racconterò l'intera storia una volta giunti a casa tua». Quindi ordinò ai monaci e agli asceti che lo avevano accompagnato, così come ai due fratelli, Rama e Lakshmana, di dirigersi verso la città di Visala. Anche lui si alzò e si incamminò, mentre Sumathi continuava a parlare con lui di questioni relative al regno.

Quando raggiunsero la porta della città, la musica di molte voci e strumenti risuonò nell'aria. I bramini recitarono inni di benvenuto e auguri tratti dalle Scritture.

Dopo aver preso parte al banchetto di benvenuto organizzato dal re di Visala, Viswamitra descrisse all'assemblea composta da parenti reali, sacerdoti e pandit il proprio Siddhashram e lo yajna che vi aveva celebrato, nonché il modo eroico in cui Rama e Lakshmana avevano montato la guardia per difendere il recinto sacro dai demoni predatori. Tutti coloro che ascoltarono il racconto dell'abilità e del coraggio dei principi rimasero colpiti da stupore e da un'Ananda sconfinata. Li guardarono con ammirazione e sentirono che erano Nara-Narayana tornati in terra. Si prostrarono davanti a loro, sopraffatti da sentimenti di riverenza.

Poiché era già tardi, Rama e Lakshmana si prostrarono ai piedi di Viswamitra e, dopo aver ottenuto il suo permesso, si recarono nella dimora appositamente riservata al loro riposo.

Partenza per Mithila

Ancor prima dell'alba si alzarono, compirono le abluzioni mattutine, eseguirono i riti pre-alba e si recarono dal loro precettore, in tempo utile per procedere alla tappa successiva del viaggio. Espressero gratitudine al re Sumathi e proseguirono verso Mithila.

Sumathi li accompagnò per un tratto e poi si congedò dal saggio e dagli altri. Viswamitra proseguì con i suoi discepoli e i Principi. A mezzogiorno raggiunsero un vasto parco. Sembrava che un tempo al suo interno potessero esserci stati numerosi eremi, ma ora le dimore erano crollate. Si potevano vedere anche altari un tempo curati con amorevole attenzione e luoghi dove un tempo veniva acceso e alimentato il fuoco sacro. Rama notò che si trattava di un luogo santificato da asceti e saggi e richiamò l'attenzione di Viswamitra sulla Sua ipotesi. Viswamitra sorrise e disse: «Rama! Quanto hai osservato è corretto! Ne sono molto lieto. Ti spiegherò perché il grande personaggio che risiedeva in questo luogo lo abbandonò e se ne andò. Ascolta!

Partenza per Mithila

Persino gli dei erano soliti lodare questo eremo. Questo è l'eremo di Gautama Maharshi. Per molti anni egli dimorò qui con sua moglie, Ahalya. Si sottoponeva volentieri alle austerità più severe. Compì molti yajna elaborati. Questo parco risplendeva di grandezza spirituale. Era luminoso e pieno di pace e gioia. Ogni giorno era un giorno sacro per la gente del posto. Ahalya, la moglie del saggio, era una donna di

grande virtù e un perfetto modello di bellezza. Non c'era nessuno che le fosse pari in bellezza e fascino. Per questo, Gautama la teneva sempre sotto controllo e la proteggeva con vigile cura.

L'inganno di Indra e l'ira di Gautama

Un giorno, mentre Gautama era assente dall'ashram, Indra, il capo degli dei, entrò nell'eremo sotto le sembianze dello stesso Gautama! La virtuosa consorte lo scambiò per il proprio Signore. Lo servì con riverenza, ma il vero Gautama entrò e scoprì la sua apparente infedeltà. Riconobbe Indra, nonostante il suo travestimento, e si infuriò terribilmente. «Uomo malvagio!», gridò; ma Indra era improvvisamente scomparso.

Si voltò verso Ahalya con rabbia e ruggì: «Hai giurato di distruggere questo eremo abbandonandoti al vizio, vero? Non resterò qui un minuto di più. Non posso tollerare la vista del tuo volto. Prostrati dietro qualche cespuglio, nutrendoti solo d'aria, senza cibo né bevande. Me ne vado». Gautama odiava quel luogo che era stato profanato dall'inganno.

Ahalya pianse a dirotto e supplicò dicendo di essere innocente di ogni peccato, di essere stata ingannata dal travestimento e spinta solo dalla riverenza verso il suo signore, di essersi lasciata trasportare dal dovere di lealtà verso il marito. Gli afferrò i piedi e pregò per ottenere il perdono. Gautama si intenerì un po' di fronte alle sue insistenze. La verità gli apparve chiara. Ma poiché le parole, una volta pronunciate, non potevano essere ritirate, disse: «Ahalya! Tu sai che ho giurato di non andare mai contro la parola data. Pertanto, dovrai giacere tra i cespugli e i rovi, triste e affamata, finché Rama, figlio di Dasaratha, non passerà di qui e, vedendoti, riverserà su di te la Sua Grazia, permettendoti di toccare i Suoi piedi, e ti parlerà con grande compassione. Il Darshan, lo Sparshan (il contatto con i piedi sacri) e il Sambhashan (la conversazione) ti purificheranno, e risplenderai nella tua vera forma e nel tuo fascino. Allora mi ricongiungerò a te». Detto questo, Gautama lasciò quel luogo e si affrettò verso la regione himalayana. Da quel momento, Ahalya perse il suo nome e la sua forma. Viveva di aria ed era profondamente immersa nell'austerità, desiderosa di ricongiungersi al suo signore. E quel parco, un tempo incantevole, cadde in rovina».

La redenzione di Ahalya

Quando Viswamitra narrò questa storia, Ramachandra esprime grande sorpresa: «Cosa? Mi stai dicendo che lei mi sta aspettando! Poverina! Se puoi farmi sapere dove si trova, immersa nelle austerità... dimmi dove». Mentre Rama proseguiva, Viswamitra e Lakshmana lo seguirono a una certa distanza. Attraversò alcuni cespugli intricati ed entrò in una capanna, nascosta dietro un cespuglio di rovi.

Ahalya era fino a quel momento immersa nell'ascesi. Era lontana dagli occhi degli dei, dei demoni e degli uomini. Aveva dimenticato il proprio nome e perso la propria forma. Non si curava né del cibo né del sonno. Esisteva semplicemente come un pezzo di roccia! Appariva come il disco lunare, ben nascosto dalle nuvole; o come il fuoco sacrificale, coperto da fitte cortine di fumo. Mentre Rama le si avvicinava, il Suo piede sfiorò Ahalya.

**Continua dal numero di agosto 2026*

AVATAR VANI

IL VERO SIGNIFICATO DI ONAM

Indha Pujiyamaya Onam Divasam

A tutti voi, con

Paripurna Anugraham Ashirvadam.

(In questo giorno propizio di Onam, conferisco a tutti voi la mia generosa grazia e le mie benedizioni.)

Incarnazioni dell'Amore!

La verità è il fondamento del mondo intero. La verità è onnipresente. Ogni tipo di ricchezza, agio e comodità si basa sulla verità. Senza la verità, il mondo non può esistere. Oggi l'uomo sta affrontando difficoltà poiché ha dimenticato la verità. La verità non può essere né nascosta né modificata. *Trikalabadhyam Sathyam* (La verità rimane immutata nei tre periodi del tempo: passato, presente e futuro).

Abbiate sempre pensieri positivi

L'imperatore Bali basava tutte le sue azioni sulla verità. Svolgeva i suoi doveri considerando i suoi sudditi come i propri figli. Era l'incarnazione dell'amore, della carità e della generosità. È grazie al suo regno nella terra del Kerala che la gente lì è felice e prospera. Conquistò tutti gli dei con la sua grande prodezza e celebrò il Viswajit Yajna in commemorazione della sua vittoria sulle rive del fiume Narmada. In quel momento Dio si incarnò come Vamana. Era nato come figlio della coppia di santi Kashyapa e Aditi. Essi vivevano in un eremo noto come Siddhashram. Il giovane Vamana si diresse verso il luogo in cui Bali stava celebrando il rituale sacro.

Tutti erano attratti dallo splendore e dal potere magnetico di Vamana. Ratnamala, la figlia di Bali, vide il ragazzino e nella sua mente nacque il desiderio di averlo come figlio suo e di coccolarlo. Ma nel frattempo, Vamana spinse Bali giù nel Patala (il mondo sotterraneo). Questo evento trasformò il suo amore per Vamana in odio e lei sentì che avrebbe dovuto ucciderlo. L'onnisciente Vamana si accorse di ciò che attraversava la mente di Ratnamala e pronunciò «Tathastu» (così sia). Dio è onnipresente. Egli ti benedice secondo i tuoi sentimenti e i tuoi pensieri. Egli pronuncia costantemente questa benedizione su tutti. Nulla sfugge alla Sua attenzione. Ecco perché dovremmo sempre mantenere la nostra mente piena di buoni pensieri. Egli disse a Ratnamala: «Madre, dapprima desideravi allattarmi al seno. Ma vedendo la rovina di tuo padre, il tuo desiderio si è trasformato in odio. Hai sentito il desiderio di darmi da bere del veleno e di uccidermi. Perciò, nascerai nel Dwapara Yuga come Poothana e mi darai da bere latte avvelenato, e morirai». Pertanto, è essenziale per tutti noi avere sempre pensieri buoni, poiché Dio pronuncia istantaneamente le Sue benedizioni di appagamento. A causa dell'ignoranza, l'uomo riempie la propria mente di molti pensieri malvagi.

Non vedere il male, guarda ciò che è buono,

non ascoltare il male, ascolta ciò che è buono,

Non parlare male, parla bene;

Non pensate al male, pensate al bene;

Non fare il male, fai il bene;

Questa è la via che conduce a Dio.

Assorbi le virtù dell'Imperatore Bali

Se i tuoi pensieri sono puri, sarai benedetto dalla purezza. Ma se riempi la tua mente di pensieri malvagi e trascorri il tuo tempo in attività malvagie e in cattiva compagnia, sei destinato a soffrire e sarai pieno di infelicità. Le conseguenze di ogni pensiero che emana dalla mente sono determinate dalla sua qualità. Così, il destino di Ratnamala fu determinato dai pensieri nella sua mente. Quando sei in preda alla miseria, dai la colpa a Dio, ma non ti rendi conto che la tua sofferenza è la conseguenza dei tuoi stessi pensieri. Questo è ciò che insegna la storia di Ratnamala.

L'imperatore Bali era la personificazione della carità. Durante lo Yajna donò tutto in beneficenza. Per mantenere la promessa fatta a Vamana, sacrificò ogni cosa. Il giovane Vamana chiese tre passi di terra. Bali promise senza esitare un istante, nonostante gli sforzi del suo precettore Sukracharya per dissuaderlo. Questi disse a Bali: «La persona che hai davanti è Vishnu in persona. Quindi, non fare promesse avventate». Bali rispose che non c'era peccato più grave che venir meno a una promessa e, nonostante il consiglio contrario del proprio precettore, mantenne la promessa fatta a Vamana. Bali era pronto a sopportare qualsiasi sofferenza per amore della verità. Così, il Signore Vishnu lo mandò a Patala (il mondo sotterraneo) e gli concesse ogni comfort. Egli, tuttavia, pregò Vamana di poter tornare ogni anno nella terra del Kerala per vedere i suoi sudditi. Vamana esaudì il suo desiderio. Il popolo del Kerala celebra con grande fervore la festa di Onam, che simboleggia la visita annuale di Bali in questa terra.

L'imperatore Bali era estremamente virtuoso. Sebbene nato in una famiglia di demoni, era animato da pensieri divini. È grazie ai grandi meriti di Bali che oggi la popolazione del Kerala gode di grandi benefici. Onam non significa semplicemente preparare budini dolci e vari piatti deliziosi per poi mangiarli. Dovremmo meditare sul sacro incontro tra Bali e Vamana. Essendo questo il giorno legato al ricordo dell'incarnazione di Dio, dovrebbe essere celebrato con allegria e devozione.

Coltivare le qualità umane

Dovremmo condurre una vita etica, morale e spirituale. *Sathyam Bruyat, Priyam Bruyat, Na Bruyat Sathyamapriyam* (dite la verità, parlate con gentilezza e non dite verità sgradevoli). Questi tre valori si riferiscono rispettivamente agli ambiti morale, sociale e spirituale della vita. Tutti e tre i valori dipendono in ultima analisi dalla verità. Seguendo il sentiero della verità e della spiritualità, dovremmo lavorare per il benessere del mondo intero.

Incarnazioni dell'Amore!

Dovreste discernere e assicurarvi che solo le buone qualità entrino in voi. Dovreste radicarle in voi stessi ed essere un esempio per gli altri intorno a voi. Questo è il vero valore umano. Prima di tutto, sviluppate l'amore. L'amore è Dio; vivete nell'amore. Dovremmo avere amore puro nel nostro cuore. Se il nostro cuore è pieno di amore sacro, nessuna tendenza malvagia vi entrerà. Il cuore è come un divano a un posto, non una sedia musicale. C'è spazio solo per un'unica tendenza e che sia l'amore Divino. Se non c'è amore nel cuore umano, tutte le qualità malvagie vi entrano.

*Iniziate la giornata con amore,
riempite la giornata con l'amore,
trascorrete la giornata con amore,
concludete la giornata con amore,
questa è la via che conduce a Dio.*

Dobbiamo condurre la nostra vita con amore. Non c'è nulla al di là dell'amore. L'amore nasce dalla verità. E la verità nasce dall'amore. Senza verità, l'amore non può esistere, e senza amore, la verità non

può esistere. Quindi, quando la verità è la corrente sotterranea, l'amore si manifesta all'esterno. Dio è la combinazione di verità e amore.

Gli abitanti del Kerala sono davvero molto fortunati. Aniché celebrare questa festa in modo modesto nelle loro case, hanno l'opportunità di festeggiarla in modo così grandioso, in compagnia delle migliaia di persone qui riunite, godendo di una beatitudine suprema. Gli abitanti del Kerala sono sudditi di Bali e sono benedetti da Vamana; per questo sono tutti molto fortunati e ricchi di meriti. Ricordate e adorate la vostra cultura antica. Essa è la vostra vita e il vostro sostentamento. I semi dell'antica cultura indiana piantati in questa terra sono vivi e stanno crescendo. Sia i credenti che i non credenti sono legati a questa cultura. Assicuratevi che questa cultura venga coltivata e sviluppata. Questo è il Mio desiderio. Non voglio nulla per Me stesso. Tutto ciò che voglio è la vostra felicità e il vostro amore. Voglio che il vostro amore cresca sempre di più. Questo è ciò che mi aspetto da voi.

(Bhagavan concluse il Suo discorso con il bhajan: «*Prema Mudita Manase Kaho Rama Rama Ram...*»)

– **Estratti dal discorso di Bhagawan tenuto il 31 agosto 2001 e trasmesso in occasione dell'Onam, il 26 agosto 2026.**

BALI CONSEGNÒ TUTTO AL SIGNORE

Solo l'imperatore Bali possedeva le risorse e la regale autorità per dare al Signore ciò che Egli aveva chiesto. Questo è il motivo per cui il Signore si rivolse a lui. Nella storia sono molti coloro che hanno rinunciato alle proprie ricchezze e persino alla propria vita. Sono molti coloro che hanno donato gemme, case e terreni, ma Bali ha rinunciato a tutto e anche a se stesso.

– Sri Sathya Sai

AVATAR VANI

GLI INSEGNANTI DOVREBBERO ESSERE

Buoni allievi

Incarnazioni dell'Amore!

Prima di tutto, dovete comprendere la verità che la beatitudine immutabile ed eterna della Divinità è dentro di voi. La Divinità è descritta come *Nirgunam*, *Niranjanam*, *Sanathana Niketanam*, *Nitya*, *Suddha*, *Buddha*, *Mukta*, *Nirmala Swarupinam* (è priva di attributi, immacolata, dimora definitiva, eterna, pura, illuminata, libera e incarnazione della sacralità). I Veda dichiarano: *Sarvam Vishnumayam Jagat* (la Divinità pervade l'intero universo), *Sarvam Khalvidam Brahma* (in verità tutto questo è Brahman). Per comprendere queste affermazioni divine, dovete coltivare qualità sacre. Chi è privo di nobili qualità non può comprenderle. Ogni individuo, ogni essere vivente, ogni oggetto in questa

creazione è una manifestazione della Divinità. Tutti e cinque gli elementi sono forme del Divino. Per comprendere questa verità, dovete intraprendere il sentiero spirituale.

In primo luogo, cercate di comprendere i valori umani, ovvero la verità, la rettitudine, la pace, l'amore e la non violenza. Cosa si intende per verità? È ciò che è immutabile. *Sathyam Jnanam Anantham Brahma* (Brahman è l'incarnazione della verità, della saggezza e dell'eternità). È un errore pensare che la verità sia legata solo alla parola. *Trikalabadhyam Sathyam* (la verità è ciò che rimane immutabile in tutti e tre i periodi del tempo). Quindi, la verità è Dio. Cosa si intende per Dharma (rettitudine)? Non significa solo buone azioni di carità, ecc., e rituali come gli Yajna e gli Yaga. *Dharayati iti Dharma* (ciò che sostiene è il Dharma). Il vero Dharma consiste nel mettere in pratica la verità che ha origine dal cuore. Quando la verità si traduce in azione, diventa Dharma.

Che cos'è Santhi? È la sensazione che si prova quando la mente è in sintonia con Dio. La pace è la corona che l'uomo dovrebbe aspirare a indossare. Tutti desiderano la pace in questo mondo. Dov'è la pace? È dentro di te. Continuate a ripetervi: «Io sono l'incarnazione della verità, io sono l'incarnazione della pace, io sono l'incarnazione dell'amore, io sono l'incarnazione della rettitudine». Abbiate fede totale nel principio dell'Atma, senza il quale qualunque cosa diciate o facciate non può essere definita verità o rettitudine. Quindi, prima di tutto, sviluppate la fede che tutto è dentro di voi. Senza fede, l'uomo andrà in rovina.

Oggi l'istruzione che gli studenti perseguono è di natura esclusivamente mondana. Studiano sui libri, sostengono esami e ottengono lauree. Fanno tutto questo solo per guadagnarsi da vivere.

Nonostante la sua istruzione e la sua intelligenza, un uomo stolto non conoscerà il suo vero Sé e una persona meschina non rinuncerà alle sue qualità malvagie. (Poesia in telugu)

L'istruzione moderna porta solo alla polemica, non alla saggezza totale. A che serve acquisire un'istruzione che non può condurti all'immortalità? Acquisisci la conoscenza che ti renderà immortale.

(Poesia in telugu)

L'uomo si sta specializzando in varie materie non per il benessere del mondo, ma per il proprio interesse personale. Se desideri sinceramente la pace nel mondo, intraprendi azioni sacre. Ama i tuoi simili. Rendili felici. I valori umani non sono mere espressioni verbali. Hanno origine dal cuore.

Dovrebbe esserci una trasformazione a tre livelli: individuale, sociale e spirituale. Questo è ciò che Sai sta realizzando. Le tre lettere della parola SAI stanno rispettivamente per cambiamento spirituale, cambiamento sociale e cambiamento individuale. SAI denota anche Servizio, Adorazione e Illuminazione, che corrispondono rispettivamente a lavoro, culto e saggezza. Dovete comprendere il significato interiore di ogni lettera di questa parola SAI per santificare le vostre vite.

Oggi qui si sono riuniti migliaia di Bal Vikas Guru. L'istruzione mondana è senza dubbio necessaria, ma ai bambini dovrebbe essere impartita anche un'educazione spirituale fin dalla più tenera età. C'è una grande differenza tra la nostra conferenza e quelle che si tengono altrove. Ad esempio, nella nostra conferenza tutti i delegati partecipano attivamente alle deliberazioni. Non si trovano conferenze di questo tipo in nessuna parte del mondo.

Siete tutti insegnanti, ma dovete essere innanzitutto dei buoni allievi. Se un allievo prende la cattiva strada, rovina se stesso. Ma se un insegnante prende la cattiva strada, rovinerà la vita di tanti allievi. Pertanto, gli insegnanti devono stare molto attenti. Siete qui da tre giorni. Avete vissuto molte esperienze in questi tre giorni. Condividete con gli altri la beatitudine che avete sperimentato qui. Ma allo stesso tempo, non siate eroi solo nei discorsi dal palco. Dovete essere eroi nella pratica. Parlate meno e lavorate di più. C'è beatitudine illimitata in poche parole. Aspiriamo alla beatitudine. La

beatitudine non si ottiene dall'esterno. La beatitudine è dentro di noi. Quindi, dovete essere gentili con tutti e lavorare con spirito di unità e amore. Guadagniamoci l'amore di tutti.

– Estratti dal discorso tenuto da Bhagavan il 4 luglio 2001 e trasmesso in occasione della Conferenza Globale dei Guru dello Sri Sathya Sai Bal Vikas, 1° agosto 2026.

LETTERE D'AMORE DALL'AMORE

IL TEMPO NON È NULLA NELL'INFINITO



Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

PRASANTHI NILAYAM P.O.
ANANTAPUR DT. (A.P.)
PHONE NO. 30

My Dears! The time will come when the whole of this dream will vanish. To everyone of us there must come a time when the whole universe will be found to have been a mere dream, when we shall find that the Soul is infinitely better than its surroundings. In this struggle through what we call environments, there will come a time when we shall find that these environments were almost zero in comparison with the power of the Soul. It is only a question of time, and time is nothing in the infinite. It is a drop in the ocean. We can afford to wait and be calm.

With Beloveds
Sri Sathya Sai Baba

Miei cari! Verrà il momento in cui l'intero sogno svanirà. Per ciascuno di noi arriverà il momento in cui ci renderemo conto che l'intero universo non è stato altro che un semplice sogno, quando scopriremo che l'Anima è infinitamente migliore di ciò che la circonda. In questa lotta attraverso ciò che chiamiamo "contesti", arriverà un momento in cui scopriremo che questi contesti erano quasi nulla in confronto al potere dell'Anima. È solo una questione di tempo, e il tempo non è nulla nell'infinito. È una goccia nell'oceano. Possiamo permetterci di aspettare e di rimanere sereni.

Sri Sathya Sai Ashtottarashata Namavali

OM SRI SAI MAHIMATMANE NAMAH

Mahima significa gloria. Questo nome significa “Colui che è la gloria personificata”. Sri Sathya Sai Baba è la gloria personificata. La sua Mahima, ovvero la sua gloria, è testimoniata ogni istante, in ogni terra, da coloro che ne beneficiano con gratitudine. Adorate la Sua immagine nella vostra casa; Egli vi riversa la Vibhuti direttamente dall’immagine stessa. Egli dona Kumkum, zafferano, granelli di Akshata, polvere di sandalo, Amritam, miele, zucchero candito, profumi – tutte cose di buon auspicio provenienti dalle Sue immagini (non necessariamente nella forma di Sri Sathya Sai) presenti nella vostra casa. Egli annuncia la Sua presenza attraverso segni, fragranze, lampi di luce, il dondolio delle immagini e delle ghirlande, la formazione del Pranava sulle immagini, impronte lasciate sul pavimento. Ad esempio, per venire incontro alle persone che trovavano difficile o costoso compiere il viaggio a Puttaparthi, Egli si è manifestato chiaramente all’interno del Lingam di marmo di un antico tempio di Shiva a Kothanaghatta. La fede in Dio e la disciplina necessaria per realizzarlo sono rafforzate da tali Mahima. Egli appare nella Sua forma fisica in terre lontane e istruisce coloro che anelano a una guida. Concede segni della Sua presenza ogni volta che assicura che sarà Presente. La Sua voce si ode mentre consiglia, insegna, benedice, consola – alle orecchie che sono in sintonia con Lui. Egli è unico tra tutte le manifestazioni divine. È libero, è pieno.

ABBIATE UNA FEDE SALDA IN DIO

Questa è una forma umana in cui si manifestano ogni entità divina, ogni principio divino, vale a dire tutti i nomi e le forme attribuiti dall’uomo a Dio. Non lasciate che il dubbio vi distraiga; se solo instillerete, nell’altare del vostro cuore, una fede salda nella Mia Divinità, potrete ottenere una visione della Mia Realtà. Se invece oscilli come il pendolo di un orologio, un momento nella devozione, un altro nella scetticismo, non riuscirai mai a comprendere la Verità e a raggiungere quella Beatitudine. Sei molto fortunato ad avere la possibilità di sperimentare la beatitudine della visione del *Sarva Daivatwa Swarupam* (la forma che è tutte le forme di tutti gli Dei) ora, proprio in questa vita.

– Sri Sathya Sai

UNA VITA GUIDATA DALLA GRAZIA DIVINA

Kumar Rai

La Grazia di Swami è stata la mia compagna costante per tutta la vita. Ho sperimentato la Sua Mano protettrice che mi ha difeso da situazioni pericolose, grazie alla Sua immensa Grazia.

Grazia salvifica

A diciotto anni mi arruolai nell'esercito e fui assegnato al confine tra il Ladakh e la Cina. Durante un viaggio da Leh a una postazione militare vicino al confine, stavamo viaggiando a un'altitudine di 15.000 piedi. L'aria rarefatta ci aveva lasciati semicoscienti quando, all'improvviso, lo sterzo del camion si è guastato. Invece di precipitare lungo il versante sinistro della valle, il camion ha virato bruscamente contro la parete rocciosa della montagna, scaraventando noi e i nostri bagagli sulla strada. Di solito, un veicolo con lo sterzo guasto ci avrebbe trascinati verso il basso, ma ci è sembrato che una forza invisibile spingesse il camion verso l'alto, contro la parete della montagna. Sono stato salvato da Swami.

Sai Seva – Un nuovo percorso di dedizione

Nel febbraio 1972, dopo tre anni di servizio, fui sollevato dai miei incarichi e rimandato a casa. Una volta tornato, mi dedicai alle attività del Samithi locale e accettai un lavoro di insegnante in una scuola privata, con un modesto stipendio mensile di 60 rupie. Nel dicembre 1972 giunse una chiamata da Prasanthi Nilayam che invitava volontari da tutto il Paese ad aiutare nei lavori di costruzione a Prasanthi Nilayam. Non avevo soldi, ma il mio desiderio di servire era travolgente. Per Sua Grazia, un devoto anziano mi offrì un biglietto ferroviario gratuito per accompagnarlo a Bengaluru.

Il nostro gruppo di cinquanta volontari provenienti da Darjeeling intraprese un estenuante viaggio di quattro giorni, a bordo di diversi treni e di un autobus, per raggiungere Puttaparthi. Al nostro arrivo, posammo i bagagli sotto un albero e ci sedemmo sul terreno sabbioso fuori dal Mandir. Quando Swami uscì, ci guardò e chiese: «Darjeeling?». Rispondemmo in coro: «Sì, Swami!». Con un sorriso radioso, si allontanò.

Prasanthi Seva

Ci fu affidato il compito di aiutare nella costruzione dell'Auditorium Poornachandra, passando il cemento ai muratori. Per proteggerci le mani, le avvolgevamo in sacchi di iuta, che ben presto si ricoprirono di uno spesso strato di cemento. Fin dal primo giorno, Swami ci metteva amorevolmente una caramella direttamente nelle mani, dicendo: «Khawo, Khawo!» (Mangiate, mangiate!). Distribuiva anche personalmente la Vibhuti. L'amore e la compassione di Bhagavan ci liberavano da ogni stanchezza fisica. Grazie alla Grazia di Swami, riuscimmo a completare i pilastri della parete nord prima della nostra partenza.

Dopo il ritorno da Prasanthi, ci siamo dedicati alle attività di Seva. Nel luglio 1974 ho trovato lavoro in una banca, dedicando gli anni successivi al lavoro e agli studi pur continuando a svolgere i miei compiti organizzativi. Per grazia di Swami, ho ricevuto tre promozioni in un periodo in cui l'avanzamento di carriera era estremamente difficile. Ogni anno mi impegnavo a tornare a Prasanthi per il Seva, a volte anche due volte all'anno.

Durante uno dei periodi di Seva a Prasanthi, quando Swami mi si avvicinò mentre mi concedeva il Padanamaskar, osai chiedergli in hindi: «Swami, Aap Kab Hamare Darjeeling Mein Ayenge?» (Swami,

quando verrai a Darjeeling?) Swami rispose in hindi: «Aaunga, Aaunga» (Verrò, verrò), dandomi una pacca sulla spalla.

In seguito, quando Swami lasciò la Sua spoglia mortale, rimasi profondamente deluso. Una volta aveva affermato che una persona la cui condotta è pura non ha bisogno di istruzioni esterne; la Volontà Divina sarebbe sempre stata con lei. Ho preso a cuore queste parole, sforzandomi di mettere in pratica i Suoi insegnamenti senza desiderare la vicinanza fisica. Mantenendo la Sua promessa, nel 2025 è venuto sotto forma del Ratha Yatra, benedicendo l'intera Darjeeling due volte nell'arco di più di un mese.

Nel 1998, una coppia di devoti donò un terreno a Kolabari, Darjeeling, per un Samithi Bhawan. Durante il nostro Prasanthi Seva del 2001, portai con me il progetto preliminare per un nuovo Sai Bhawan, pregando per la Sua benedizione. I giorni passarono e la frenesia dei festeggiamenti di Capodanno mi tenne lontano da Lui.

Il Sai Bhawan a Darjeeling

Finalmente, il 2 gennaio 2002, il giorno della nostra partenza, mi misi in fila per il Darshan nelle prime ore del mattino, assicurandomi un posto in prima fila. Swami apparve per concedere il Darshan e, mentre camminava lentamente verso di me, posò il Suo Palmo Divino di Benedizione sul progetto, benedicendo l'iniziativa proposta. Tutto procedette senza intoppi, con il pieno sostegno dei devoti più anziani. Ogni provvista sembrava arrivare senza sforzo, come se fosse guidata dalla Sua Mano Invisibile, realizzando la Sua Volontà. Oggi, il magnifico Sai Bhawan ospita una sala principale per 2.000 devoti, una splendida residenza per Swami, una sala da pranzo per 400 persone e una casa di riposo pienamente funzionante.

Un'eredità duratura di servizio

Questa impresa, preceduta da un edificio Samithi a tre piani a Siliguri, dove da 45 anni ogni domenica si svolge il Narayana Seva, è una testimonianza di ciò che la fede può manifestare. Con campi medici mensili, formazione professionale e molte altre attività, l'eredità del servizio disinteressato continua a prosperare in tutta Darjeeling.

Ho compreso una verità profonda: se ci si propone di compiere qualsiasi opera, tenendo Swami nel proprio cuore e offrendola a Lui, essa sarà portata a termine senza sforzo grazie alla Sua Grazia.

– L'autore è uno degli amministratori fiduciari dello Sri Sathya Sai Nepali Books and Publications Trust, Darjeeling, Bengala Occidentale.

COME CI SI DEVE IMPEGNARE NEL SEVA

La prima lezione sul Seva va appresa proprio all'interno della cerchia familiare. Padre, madre, fratelli, sorelle: in questo gruppo ristretto e affiatato, bisogna dedicarsi al servizio amorevole e prepararsi al Seva più ampio che ci attende fuori casa.

– Sri Sathya Sai

CHINNA KATHA

LA LEZIONE L' OCEANO INSEGNA

Una volta, Dakshinamurthi giunse sulla riva dell'oceano. Si sedette sulla spiaggia e si mise a meditare. In quel momento un po' di sporcizia cadde nell'oceano. L'oceano inviò immediatamente un'onda dopo l'altra per respingere quella sporcizia verso la riva. Dakshinamurthi pensò tra sé e sé: «Questa sporcizia è una cosa molto piccola e l'oceano è molto vasto. Non può forse contenere questo piccolo granello di sporcizia al suo interno? Quanto è egoista questo oceano?». Poi rifletté che, poiché l'oceano va rispettato, avrebbe dovuto scoprire se desiderasse trasmettergli qualche messaggio.

L'oceano parlò così: «Sono molto vasto e molto grande e in me nascono moltissimi animali e creature. Pertanto, desidero sempre che la mia forma sia molto pulita. Se do spazio allo sporco, per quanto piccolo, renderà tutta la mia forma impura. Perciò non volevo quel piccolo granello di sporco e volevo respingerlo verso la riva».

Dakshinamurthi paragonò questo alla famiglia. Se, in famiglia, diamo spazio a un'idea meschina o a una qualità meschina, essa crescerà sicuramente e coprirà e intrappolerà l'intera famiglia. Pertanto, chi conduce una vita familiare dovrebbe cercare di fare in modo che non vi entri nemmeno una piccola qualità meschina.

L' ATTUALITÀ DEI BHAJAN

Nello scenario moderno

Rendetevi conto che non c'è nulla di più grande del Bhajan... Quando cantate la gloria di Dio, le vibrazioni negative, i germi nocivi presenti nell'aria, inquinata da pensieri e sentimenti negativi, vengono distrutti e l'atmosfera viene purificata come se fosse trattata con antibiotici divini.

– Sri Sathya Sai

Il vero significato dei bhajan

I bhajan sono ben più che semplici canti devozionali. Sono una tecnologia spirituale di trasformazione.

Quando il Nome del Signore viene cantato con devozione:

La mente diventa calma e concentrata

Il cuore si addolcisce e diventa compassionevole

L'ambiente si carica di vibrazioni positive

Come ci ha ricordato Bhagawan, non c'è nulla di più grande del bhajan nel Kali Yuga. Il Nome Divino ha il potere di purificare non solo l'individuo, ma anche l'atmosfera stessa, rimuovendo la negatività e riempiendola di energia sacra.

Bhagawan e i Bhajan

Fin dai suoi primi anni a Puttaparthi, Bhagawan ha dimostrato il potere della devozione collettiva. Da ragazzino, Sathya guidava il gruppo di Pandhari Bhajan per le strade del villaggio, riempiendo i cuori di coraggio e fede.

Nel 1940, Bhagavan rivelò la Missione Divina attraverso l'immortale Bhajan:

Manasa Bhajare Guru Charanam.

Dai tempi del vecchio Mandir fino alla fondazione di Prasanthi Nilayam nel 1950, i bhajan sono diventati il fulcro della vita quotidiana. Bhagavan stesso li guidava, creando un'atmosfera di devozione, disciplina e gioia.

Egli fece in modo che il Nagar Sankirtan e i bhajan continuassero senza interruzioni, dimostrando che i bhajan non sono semplicemente un'attività, ma una necessità spirituale per l'elevazione individuale e collettiva.

Il potere del bhajan collettivo

Ogni angolo della Sai Kulwant Hall è pervaso dalle vibrazioni divine create da anni di canto ininterrotto dei bhajan.

Bhagawan ricordava spesso agli studenti e ai devoti: «Quando si canta da soli, il cuore è immerso nella devozione. Ma quando molti cantano insieme, ciò diventa una forza divina». Questa forza collettiva trasforma non solo gli individui, ma anche l'intera atmosfera, rendendo il luogo una dimora di pace, armonia e risveglio spirituale.

Bhagawan spiegava che l'Om è il suono primordiale da cui è emersa l'intera creazione. Allo stesso modo, il canto di "Santhi" per tre volte alla fine del canto devozionale dei Bhajan invoca la pace a tutti i livelli dell'esistenza: fisico, mentale e spirituale. La preghiera universale "*Samasta Lokah Sukhino Bhavantu*" espande ulteriormente questo spirito, ricordandoci che la vera devozione abbraccia sempre il benessere di tutti gli esseri.

Bhajan per un mondo senza confini

Bhagawan ha reso i bhajan universali. I bhajan di Sai includono nomi di Dio provenienti da tutte le tradizioni, riflettendo la verità che tutti i sentieri conducono alla stessa realtà Divina. In un mondo spesso diviso da religione, lingua e identità, i bhajan diventano un ponte di unità. Insegnano silenziosamente che l'amore per Dio trascende tutte le differenze e unisce l'umanità in un unico ritmo sacro.

I bhajan a casa: una sadhana familiare

Bhagavan ha sottolineato che la spiritualità deve iniziare a casa e diventare un'esperienza viva per ogni membro della famiglia. In un'epoca di continue distrazioni, i bhajan offrono un modo semplice e gioioso per avvicinare i bambini al Nome Divino e coltivare l'armonia e la pace.

Ricordava spesso ai genitori che i bambini imparano di più dall'esempio che dall'insegnamento. Quando i genitori partecipano con sincerità alla preghiera e ai bhajan, i bambini assorbono naturalmente devozione e disciplina.

Anche solo mezz'ora trascorsa insieme a cantare il Nome del Signore può creare un'atmosfera sacra in casa. I semplici bhajan namavali, a cui i bambini possono partecipare facilmente, contribuiscono a rendere la devozione una parte naturale della vita quotidiana.

Quando le famiglie cantano insieme, l'armonia cresce all'interno della casa. Quell'armonia si estende poi verso l'esterno, nella società. Pertanto, i bhajan non sono una pratica spirituale personale; sono un potente mezzo per promuovere l'unità, la purezza e la pace nel mondo.

Bhajan: dalla casa alla società

Una casa serena diventa il fondamento di una società serena. Quando molte case sono piene di amore, comprensione e devozione, la società stessa diventa stabile e compassionevole. E quando la società è armoniosa, la nazione prospera in forza, unità e valori morali.

Pertanto, i bhajan sono di fatto una forza sociale di trasformazione.

Un passo avanti nel progresso umano

Nel complesso mondo di oggi, cantare i bhajan rappresenta un passo avanti nell'evoluzione umana. Arricchisce la vita dell'uomo armonizzando mente, cuore e spirito. Porta equilibrio alle routine frenetiche, rafforza le relazioni in un mondo frammentato ed eleva la coscienza collettiva in un'epoca di distrazioni esterne.

Abbracciamo e mettiamo in pratica, quindi, questa verità senza tempo: **quando cantiamo insieme, cresciamo insieme. Quando cresciamo insieme, la società si trasforma in una dimora di pace e prosperità.**

DIVENTA PRIMA DI TUTTO UN ESSERE UMANO

Bishu Prusty

«La disciplina non consiste nel diventare "più spirituali" degli altri. Consiste nel diventare più umani».

C'è stato un tempo in cui diventare uno studente di Bhagawan Sri Sathya Sai Baba era di per sé un sogno a cui molti giovani aspiravano. Per uno studente proveniente dal nord-est dell'India, quel sogno si trasformò in una determinazione che lo preparò fin prima di entrare al college di Bhagawan.

Rinunciò al cibo non vegetariano, iniziò a svegliarsi presto, ridusse il tempo trascorso con gli amici e rese la sua vita il più disciplinata e semplice possibile. Il suo unico desiderio era quello di diventare degno di essere uno studente di Sai. Per grazia di Bhagawan, fu ammesso al Suo college a Brindavan.

«Quando varcai i cancelli di Brindavan, non trovai l'orario difficile o rigoroso perché provengo da una famiglia di contadini ed ero abituato a svegliarmi presto», ha ricordato. «Così mi sono adattato alla routine del dormitorio come un pesce nell'acqua. Anzi, mi sono assunto il compito di suonare la campana per il Suprabhatam, la preghiera del mattino, ogni giorno. Molti ragazzi lasciavano bigliettini vicino al mio letto per farsi svegliare a diverse ore del mattino e io lo facevo volentieri. Avevo persino trasformato il mio armadio in un altare e ogni giorno recitavo la Puja con fiori, incenso, ecc.» Passarono sei mesi. Il ragazzo era felice e si era ambientato. Sentiva di essersi adattato magnificamente alla vita disciplinata del convitto e, cosa ancora più importante, era diventato spirituale.

Un giorno, Bhagawan lo chiamò e gli chiese: «Come stai? Come va la vita in ostello?». Con grande entusiasmo, il ragazzo rispose: «Sto bene, Swami. Sono diventato spirituale».

«Oh, e allora cosa fai nel convitto?», chiese Bhagawan con curiosità, con un sorriso malizioso e sommessissimo. Estremamente emozionato, il ragazzo disse: «Swami, mi sveglio presto la mattina e suono la campana del Suprabhatam ogni giorno».

«Lo fai ogni giorno?», chiese Bhagawan con la stessa intensità. «Sì, Swami, partecipo al Suprabhatam con tutto il cuore». Il ragazzo era in piena forma.

«Va bene, e il Nagar Sankirtan?» chiese di nuovo Bhagawan. «Swami, partecipo anche a quello senza mai mancare.» Il ragazzo rispose con grande entusiasmo.

A quei tempi, i ragazzi uscivano dall'Ashram di Brindavan per recarsi nei villaggi vicini nelle prime ore del giovedì e della domenica, cantando i Bhajan.

Bhagawan guardò il ragazzo con attenzione e gli rivolse la domanda successiva: «Quanto parli?» Il ragazzo, per natura, era un po' loquace. Rispose: «Ho ridotto, Swami, ora parlo molto meno». Bhagawan disse immediatamente: «A che serve? Il contatore è sempre acceso, è solo il volume che è abbassato». Il ragazzo si rimpicciolì un po', ma rimase comunque risoluto.

«E che mi dici della puntualità a pranzo e a cena? Ti aspettano?» Le domande di Bhagawan continuarono. «Swami, sono sempre puntuale.» Il ragazzo ritrovò il suo vigore.

«E il latte della sera e la preghiera serale?» chiese di nuovo Bhagawan. «Li prendo ogni giorno, Swami, e recito la preghiera serale con grande diligenza». Ora era l'immagine stessa della sicurezza.

Il ragazzo aveva fornito a Bhagawan quello che riteneva essere un resoconto impressionante dei suoi progressi. Ora attendeva con impazienza, chiedendosi in che modo Bhagawan avrebbe potuto riconoscere i suoi sforzi. Per gli allievi, anche il più piccolo gesto da parte di Bhagawan aveva un valore inestimabile. Un anello, una catena, un ciondolo, la vibhuti o il padanamaskar: ciascuno di essi era custodito come un segno della Sua grazia.

Il ragazzo guardò Bhagawan con aria trepidante. Bhagawan, forse intuendo esattamente cosa gli passasse per la mente, lo guardò negli occhi, sorrise dolcemente e disse:

«Ora sei diventato un essere umano. Continua così», e si allontanò.

Per il ragazzo, all'epoca fu una delusione enorme. Ma quelle parole gli rimasero impresse. Con il passare degli anni e man mano che continuava a crescere alla presenza di Bhagawan, iniziò a comprendere la profondità di ciò che Swami gli aveva detto. Le pratiche spirituali, la disciplina, la preghiera e il servizio non avevano lo scopo di far sentire qualcuno superiore o spiritualmente realizzato. Avevano lo scopo di rendere una persona un essere umano migliore.

«Da allora ci ho riflettuto tantissime volte e questo mi ha guidato immensamente nel mio percorso spirituale», ricorda 40 anni dopo. Aggiunge: «Ancora oggi mi sveglio presto al mattino e conduco una vita molto in sintonia con l'orario del convitto che seguivo allora. Questo mi ha dato una forza straordinaria e tanta pace». Ciò che Bhagawan gli insegnò quel giorno andava ben oltre una lezione di disciplina nel convitto. Era una lezione di prospettiva.

Possiamo svegliarci presto, pregare, cantare i bhajan, partecipare al Nagar Sankirtan, osservare le routine e regolare le nostre abitudini. Tutto questo ha un valore. Ma la vera prova sta in ciò che queste pratiche fanno di noi.

Ci rendono più gentili? Più responsabili? Più premurosi? Più sinceri? Più disciplinati nel pensiero, nella parola e nell'azione? Oppure ci fanno semplicemente sentire più spirituali di qualcun altro?

Le semplici parole di Bhagawan hanno smontato quel sottile ego con il suo caratteristico umorismo: «Ora sei diventato un essere umano. Continua così».

Questo è forse il cuore della disciplina: non limitarsi a imparare a seguire un orario, ma imparare a vivere con consapevolezza, moderazione e responsabilità. Diventare veramente umani è di per sé una conquista spirituale.

E forse è per questo che la lezione impartita a un giovane studente a Brindavan, decenni fa, rimane così attuale oggi. In un mondo che ci incoraggia costantemente a metterci alla prova, Bhagavan ci ricorda gentilmente qualcosa di più fondamentale: prima di cercare di diventare straordinari, impariamo a diventare veramente umani.

Non lasciamo che le pratiche spirituali o gli esercizi devozionali che compiamo ci facciano sentire più evoluti degli altri.

Questo è, infatti, il minimo che dobbiamo fare, poiché non siamo animali con la coda né uccelli con le piume.

Tuttavia, un essere umano meraviglioso è Divino nel pensiero, nella parola e nell'azione.

Anche il Divino discende per essere davvero un bellissimo essere umano.

– L' autore, ex allievo della SSSIHL, presta servizio presso lo Sri Sathya Sai Media Centre, a Prasanthi Nilayam.

DALLA PERCEZIONE ALLA PROSPETTIVA

UN' ESPERIENZA DI VITA REALE

Sridevi Chebolu

Quante volte l'uomo impara ad accettare la vita e le sue stranezze con ottimismo, anziché ricorrere all'opposto, traendo il meglio dalle sue lezioni e andando avanti? Le prove della vita non hanno lo scopo di spezzare una persona, ma di raffinarla e ricostruirla, approfondendo la fede e l'affidamento a Dio e dissolvendo le percezioni umane nel Divino.

Un recente incidente che ha causato una lesione cerebrale traumatica a mio figlio Soham ha cambiato per sempre le nostre vite. L'incidente e tutto ciò che ne è seguito mi hanno scosso nel profondo. Ha distrutto la mia compostezza, messo alla prova la mia fede e mi ha fatto mettere in discussione la mia forza spirituale.

In quei momenti bui, continuavo a tornare a alcuni temi olistici che pensavo di comprendere bene: fede, spiritualità, compostezza, abbandono, grazia e intervento divino. Forse non ne avevo colto il vero significato e ne conoscevo solo il significato intellettuale. Quando tutto è sfuggito completamente al mio controllo, quando mi sono sentita impotente e senza speranza, ne ho compreso il significato più profondo.

Fede

Ciò in cui credevo: la fede in Dio. Accettavo Swami come mio Dio.

Ciò che ho sperimentato: fiducia in Dio. Ho sperimentato che Swami è la Divinità.

Spiritualità

Ciò in cui credevo: mettere più “spirito” nei rituali, sperando che mi aiutassero a concentrare la mente e mi avvicinassero a Dio.

Ciò che ho sperimentato: la spiritualità è diventata meno una questione di rituali e più una questione di riconoscere il Divino dentro di noi e intorno a noi.

Compostezza

Ciò in cui credevo: la capacità di mantenere la calma.

Quello che ho sperimentato: l’equanimità. Non un semplice comportamento calmo, ma il ritrovare la quiete nella mente anche quando la vita intorno a te sta andando in pezzi.

Abbandono

Ciò in cui credevo: affidare tutto a Dio senza esitare.

Ciò che ho sperimentato: Accettare tutto ciò che Dio ci dona, senza opporre resistenza.

Grazia

Ciò in cui credevo: una benedizione o compassione – Daya, qualcosa che si può estendere ai propri simili.

Ciò che ho sperimentato: Kripa – la Misericordia Divina, che può essere concessa solo dal Divino.

In che modo Bhagawan ha trasformato le mie percezioni in prospettive più profonde?

Senza entrare nei dolorosi dettagli del percorso medico di mio figlio, c’è stato un momento decisivo in cui ci siamo trovati di fronte a una scelta inimmaginabile. Mio figlio era rimasto in coma oltre il periodo previsto e ci era stata data la possibilità di interrompere il supporto vitale o di portarlo a casa in stato vegetativo. Avevamo solo un giorno per decidere. Nessun genitore dovrebbe mai trovarsi a dover fare una scelta del genere.

Avevo sempre creduto che le benedizioni di Bhagawan fossero con noi, ma che le nostre vite fossero governate dal karma e che nemmeno Bhagawan avrebbe interferito con il suo corso naturale. Il mio istinto materno gridava: «Prega affinché il bambino torni». Ma se quello non fosse stato il suo destino? Qual era il suo karma, e qual era il karma dei genitori? Come potevo scegliere tra la morte e una vita incerta in stato vegetativo?

Ho cercato di mantenere la calma. Esteriormente, forse ci sono riuscita; interiormente, invece, ero completamente distrutta. Non riuscivo più a seguire i rituali che in passato mi avevano dato forza. Quando provavo a recitare i mantra, non riuscivo a concentrarmi. Alla fine, mi sono rivolta a Lui, mi sono inginocchiata e ho pregato. Non è stata una preghiera elaborata, ma solo una semplice supplica:

«Bhagavan, ti prego, non costringermi a scegliere. Sono completamente impotente. Tu sei il mio unico Salvatore. Se vuoi portarlo via, lo accetterò. Se vuoi mantenerlo in vita in stato vegetativo, lo accetterò. Qualunque cosa tu mi dia, la accetterò. Ma ti prego, resta con me e dammi il coraggio di superare questa prova».

Dopo quella preghiera, qualcosa cambiò dentro di me. Il tumulto si placò. Il peso sul mio petto sembrò sollevarsi. Per la prima volta, smisi di preoccuparmi di ciò che avrebbe portato la mattina seguente.

Credo che quello sia stato il mio momento della Verità – il momento in cui la percezione si è trasformata in prospettiva. Non c’è stata alcuna trasformazione drammatica; nessuna rivelazione da

film, ma solo un semplice atto di abbandono. La mattina seguente, mentre il sole del mattino portava la luce nel mondo, l'incommensurabile Grazia di Bhagawan ha operato attraverso Soham.

Pochi minuti prima che i medici arrivassero per il loro giro di visite quotidiano, e prima della conversazione che temevamo tanto, mio figlio, Soham, aprì gli occhi. Chiamatelo Intervento Divino o Miracolo, qualunque nome gli diamo, accadde qualcosa di straordinario.

Ciò che seguì nelle settimane e nei mesi successivi non ci lasciò altra spiegazione se non la Sua abbondante grazia, Kripa. I medici che avevano quasi perso la speranza che si riprendesse dal coma rimasero sbalorditi dalla rapidità dei suoi progressi. Nonostante le numerose contusioni cerebrali, una frattura del cranio, emorragie interne, numerose lesioni esterne e diversi interventi chirurgici, la sua guarigione fu rapida.

Nel giro di due settimane dal risveglio, è stato trasferito in un centro di riabilitazione intensiva. Due settimane dopo, è tornato a casa. Il bambino che era stato trasportato in elicottero all'ospedale in stato di incoscienza, e che in seguito era stato spostato su una barella nel reparto di riabilitazione, è tornato a casa a piedi in meno di due mesi!

E quando non ci resta altro che arrenderci, forse è proprio allora che scopriamo veramente che Bhagawan non ci chiede mai di camminare da soli; è Lui che ci porta con sé per tutto il tempo.

– L' autrice vive in Virginia, negli Stati Uniti, e lavora come professionista nel settore IT.

LA PAZIENZA NELL' ERA DELL' INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Soumya Chakraborty

Quando tutto sta diventando più veloce, la pazienza potrebbe essere la forza che ci mantiene umani.

Viviamo in un mondo in cui «tutto è immediato». Basta toccare uno schermo e il cibo ci viene consegnato a domicilio. Questo è il mondo in cui crescono i giovani di oggi: veloce, intelligente e pieno di possibilità. Eppure, in mezzo a tutta questa velocità, qualcosa di silenzioso e prezioso rischia di scomparire: la pazienza.

Molto prima che gli smartphone e l'intelligenza artificiale entrassero nelle nostre vite, Bhagawan parlava della pazienza come di una forza vitale. Le sue parole assumono oggi un significato particolare:

«Non c'è penitenza più alta della fermezza d'animo, né felicità più grande della contentezza, né buona azione più santa della misericordia, né arma più efficace della pazienza.»

– *Sathya Sai Speaks, Vol. 4, 16 maggio 1964*

Quando tutto è immediato

Una generazione fa, l'attesa era semplicemente parte della vita. Una lettera impiegava giorni per arrivare. Fare ricerca significava sfogliare i libri. Imparare significava dedicarsi a una materia finché la comprensione non emergeva lentamente.

Oggi, anche pochi secondi di ritardo possono renderci irrequieti.

La vera domanda è: la velocità dei nostri strumenti sta cominciando a dettare il ritmo delle nostre menti?

L'intelligenza artificiale può darci una risposta veloce. Non può darci la pazienza di comprendere quella risposta.

Le relazioni non crescono alla velocità di un motore di ricerca. Le competenze non si sviluppano con un clic. La saggezza non arriva come un download. Il carattere non può essere generato da un comando. Alcune cose devono ancora crescere – e la crescita richiede tempo.

La pazienza è forza

La pazienza viene spesso scambiata per debolezza o passività. Bhagawan la presenta in modo diverso. Nel **Prema Vahini**, Egli colloca la pazienza tra le qualità più elevate della vita spirituale e la definisce un'arma potente.

La vera pazienza non significa rifiutarsi di agire. Significa agire senza agitazione; continuare senza scoraggiarsi; aspettare senza perdere la fede. Questa distinzione è importante nell'era dell'intelligenza artificiale. Uno studente può usare l'intelligenza artificiale per comprendere una materia difficile. Questo è un uso intelligente della tecnologia. Ma se lo studente la usa semplicemente per evitare di pensare, di impegnarsi e di imparare, si è perso qualcosa di prezioso. La scorciatoia può far risparmiare tempo, ma può anche privarci proprio del processo attraverso il quale si sviluppa l'abilità.

La pazienza non si coltiva con un unico grande gesto. Si forma attraverso centinaia di scelte ordinarie. Bhagawan ci offre una visione profonda di questo processo:

Ciò che l'IA non può darci

L'intelligenza artificiale può ampliare enormemente le nostre capacità intellettuali. È in grado di raccogliere informazioni, generare idee e svolgere compiti complessi. Ma l'informazione non è saggezza, e l'intelligenza non è carattere. È qui che l'insegnamento di Bhagawan su **Testa, Cuore e Mani** assume particolare rilevanza.

«Testa, cuore e mani dovrebbero cooperare e funzionare in armonia. Non c'è valore umano più grande di questo».

– S.S. Speaks, Vol. 33, 29 settembre 2000

La testa può acquisire conoscenza. La mano può tradurre il pensiero in azione. Ma il cuore deve fornire i valori e la capacità di discernimento che guidano entrambi. Una vita guidata dalla tecnologia senza la guida del cuore può facilmente diventare efficiente ma vuota.

Uno studente che chiede all'IA di scrivere ogni compito potrebbe finire più in fretta, ma imparare meno. Una persona che si aspetta soluzioni immediate nelle relazioni potrebbe sentirsi frustrata quando gli esseri umani non si comportano come macchine. Chi permette alla tecnologia di prendere ogni decisione potrebbe perdere gradualmente l'abitudine al pensiero indipendente e alla capacità di discernimento.

La domanda, quindi, non è se dovremmo usare l'IA. La domanda è che tipo di esseri umani stiamo diventando mentre la usiamo. La tecnologia dovrebbe rimanere al nostro servizio, non diventare il nostro padrone.

Le tre P

Bhagawan ha ripetutamente sottolineato l'importanza della Purezza, della Pazienza e della Perseveranza. Queste tre qualità hanno un significato particolare oggi. La Purezza dà una direzione ai nostri pensieri. La Pazienza ci mantiene saldi quando i risultati tardano ad arrivare. La Perseveranza ci permette di andare avanti quando l'entusiasmo di un nuovo inizio si è affievolito. L'IA può velocizzare il nostro lavoro, ma non può coltivare queste qualità al posto nostro.

Imparare a suonare uno strumento richiede pratica. Sviluppare la forza fisica richiede disciplina. Costruire una relazione significativa richiede comprensione. Il progresso spirituale richiede la Sadhana. Non esistono vere e proprie scorciatoie per diventare esseri umani migliori.

Il tempo non è il nemico

La pazienza non va confusa con lo spreco di tempo. Bhagavan ci ricorda: «Pazienza non significa rimandare l'azione. Significa compiere lo sforzo giusto senza preoccuparsi dei risultati immediati». Dobbiamo lavorare, ma non dobbiamo essere irrequieti. Dobbiamo imparare, ma non dobbiamo scoraggiarci perché la padronanza richiede tempo. Dobbiamo agire, ma non dobbiamo esigere un successo immediato.

Il vantaggio umano

Il futuro potrebbe benissimo appartenere a macchine sempre più intelligenti. Potrebbero calcolare più velocemente, elaborare più informazioni e svolgere compiti che un tempo richiedevano un enorme sforzo umano. Le parole di Bhagawan offrono un monito senza tempo: **«Non c'è penitenza più alta della forza d'animo... né arma più efficace della pazienza».**

– L' autore, ex allievo della SSSIHL, è uno specialista dell' apprendimento e negli ultimi 23 anni ha ricoperto ruoli sia in istituzioni accademiche che in aziende.

COS' È IL VERO SILENZIO

Manav Sai Bikkineni

Bhagawan Sri Sathya Sai Baba sottolineava spesso l'importanza di parlare solo quando necessario. Eppure, in un mondo digitale moderno guidato dai social media, dagli smartphone, dalla televisione e dalla pressione dei coetanei, praticare il silenzio sembra sempre più difficile. Molti provano un forte bisogno di parlare costantemente per ottenere visibilità e riconoscimento. La società spesso ci insegna che essere chiassosi, estroversi ed esuberanti è necessario per raggiungere i nostri obiettivi. Assistiamo persino quotidianamente al fatto che chi parla e chiacchiera molto è spesso favorito dai propri coetanei e dagli insegnanti.

Man mano che crescevo, io per primo ho cominciato a dubitare che il silenzio fosse davvero pratico. Ho osservato che le persone più loquaci sembrano spesso godere delle cerchie sociali più ampie e delle vite sociali più attive, almeno in apparenza. In ogni momento della nostra vita, tutti noi diventiamo dei "Tommaso scettici" in un modo o nell'altro. Eppure, l'unico modo per dissipare i nostri dubbi è vivere e sperimentare direttamente i Suoi insegnamenti, il che porta alla vera chiarezza su se stessi. Tutto ciò

che Swami pronuncia è di per sé Veda, e nulla di ciò che dice, sia che venga condiviso di persona o in un discorso, va mai perduto.

Una svolta è avvenuta durante una delle mie lezioni di Bal Vikas, quando la mia insegnante ha spiegato il vero valore di limitare il nostro parlare e di controllare la lingua. Ha condiviso una riflessione che mi ha colpito e mi è rimasta impressa: più una persona parla, meno valore hanno le sue parole. Prestando maggiore attenzione a questo concetto dopo la lezione, mi sono reso conto che, sebbene le persone loquaci possano avere molti contatti sociali e conoscenti, le loro parole sono spesso date per scontate. La vera influenza deriva solo dal parlare intenzionale.

Ma scegliere il silenzio invece delle parole significa chiudersi in se stessi e diventare invisibili, oppure significa rifiutarsi di parlare per paura o per semplice mancanza di fiducia in se stessi?

Queste erano alcune delle domande che mi passavano per la mente. Per trovare le risposte, è essenziale riporre una fede incrollabile nelle parole di Swami e mettere in pratica i Suoi insegnamenti. Ho imparato che il messaggio di Swami non consiste nell'adottare un silenzio estremo e rigido, ma nella moderazione. Il vero silenzio è semplicemente un autocontrollo consapevole contro le chiacchiere inutili; è sempre utile fermarsi un attimo e chiedersi se le nostre parole apportino un valore. Stare in silenzio non ci rende isolati o asociali e possiamo comunque rimanere cordiali, coinvolti e pienamente presenti con amici e colleghi senza esaurire le energie mentali o perdere la calma. Col tempo, i colleghi riconoscono che la tranquillità è davvero un segno di serenità interiore e capiscono che ti piace stare in loro compagnia.

Una delle citazioni di Swami recita: «Accetta il fallimento e la vittoria con equanimità», il che sottolinea ulteriormente questo principio. Praticare il silenzio significa evitare l'impulso di mettersi in mostra o di sfogare la frustrazione, indipendentemente dai nostri successi o fallimenti, rispettivamente. Infatti, il silenzio ci insegna l'umiltà e tiene a bada il nostro ego. Questa quiete esteriore, con il tempo e la pazienza, alla fine si coltiva interiormente, placa la mente e crea un'atmosfera di solitudine interiore; a quel punto diventa più facile lasciar andare i pensieri irrequieti e le ansie sul futuro e ci mantiene nel momento presente, come consiglia Swami.

In fin dei conti, *tutto ciò che facciamo per compiacere Swami finisce per salvare solo noi stessi*. Quindi, se compiaciamo Swami parlando meno, ne trarremo profondi benefici personali: si risparmia energia, si evitano i conflitti, si affina la concentrazione e si è in grado di ascoltare di più e reagire di meno. Ci permette inoltre di onorare *l'ottavo punto del Codice di condotta, che impone di astenersi dal parlare male degli altri*. In questo modo, adempiremo ai nostri doveri in modo più efficiente e finiremo per creare lo spazio interiore necessario per un continuo Namasmarana (ricordo del Nome Divino). Il silenzio non solo è praticabile, ma è anche essenziale. Nel "Sai-lence", Egli parla, permettendoci di ascoltare la voce interiore di Dio.

– L' autore, uno studente dell' undicesimo anno, fa anche parte del Gruppo 4 del Bal Vikas presso lo Sri Sathya Sai Center di Baltimora, Columbia, Maryland, Stati Uniti.

DIO PUÒ ESSERE CONTEMPLATO NEL SILENZIO ASSOLUTO

Nelle profondità del silenzio totale si nasconde un sacro potere divino. La lingua vi è stata data non per indulgere in vani pettegolezzi. Ecco perché gli antichi saggi e veggenti praticavano il Mounam (silenzio). È possibile sperimentare Dio solo nelle profondità del silenzio. Tuttavia, dovremmo comprendere il vero significato del silenzio. Il silenzio non significa semplicemente astenersi dal parlare. È molto più elevato

di questo e coinvolge anche la mente. La natura trascendentale della Divinità non può essere descritta a parole. È al di là della comprensione della mente.

Tutto ciò che vedete in questo mondo è la manifestazione della verità. Se la Divinità è onnipervadente, come può esserci falsità? Ma voi non siete in grado di realizzare l'onnipresenza della Divinità. Rivolgete lo sguardo verso l'interno e osservate il silenzio assoluto. Solo allora potrete realizzare la Divinità onnipervadente. Il mero esercizio intellettuale non vi aiuterà in questo senso. Tutto ciò che vedete, udite e sperimentate è la manifestazione della Divinità. Solo Dio esiste ovunque.

– Sri Sathya Sai

ELEMENTI ESSENZIALI PER LA VITA

DIECI TIPI DI PUREZZA PER LA FORZA MORALE E MENTALE

LA STORIA DELLA VITA DI UN UOMO È COSTITUITA DALLA sua infanzia, DALLA sua crescita, dai suoi successi, dai suoi pensieri e dai suoi ideali. Ma ciò che è fondamentale nella vita di un uomo è la sua statura morale. Neeti significa “condotta retta”. È il sentiero che conduce alle vette sublimi. Il buon carattere, la purezza di pensiero e il sacrificio disinteressato rientrano tutti nel concetto di Neeti. Esso comprende tutte le buone azioni... Gli antichi consideravano la Neeti fondamentale, senza la quale la società sarebbe andata in rovina. Per promuovere la Neeti, la divinità che è in ciascuno deve manifestarsi. A tal fine, anche il corpo deve essere reso puro e quindi una buona salute è essenziale.

La parola “salute” significa Paripurnamu (integrità) o spirito interiore. Qual è l'integrità che si deve raggiungere? Il corpo è costituito dagli organi di senso, dalla mente, dall'intelletto, dalla coscienza e dallo Spirito che dimora in noi. “Integrità” significa che tutti questi elementi devono essere integri. La mente deve trovarsi in uno stato di pienezza. Non deve esserci spazio per la confusione o la depressione.

Pratica la sadhana per disciplinare la mente

Per raggiungere tale stato d'animo, è necessario comprendere il significato di ogni cosa e di ogni situazione. Ad esempio, se uno studente non ha superato un esame, non dovrebbe lasciarsi abbattere. Dovrebbe invece analizzare le ragioni del proprio insuccesso, chiedendosi se non abbia studiato a sufficienza o se non abbia compreso correttamente le materie. Se scopre che il suo insuccesso è dovuto a una preparazione inadeguata, dovrebbe decidere di impegnarsi di più in futuro.

Per sviluppare la propria forza morale e mentale, è necessario esercitarsi a disciplinare la mente. A tal fine, occorre coltivare dieci tipi di purezza (Sattwa).

In primo luogo: la purezza del luogo in cui si vive è di fondamentale importanza. È necessario riempire la stanza in cui si vive o si studia con un'atmosfera sattvica. Le immagini o gli altri oggetti che si vedono dovrebbero infondere pace e pensieri puri. Gli oggetti che suscitano agitazione e pensieri negativi non dovrebbero avere spazio. La stanza dovrebbe essere pulita e libera da qualsiasi cosa impura.

Secondo: nella famiglia in cui vivi dovrebbero esserci comprensione reciproca, collaborazione e un senso di armonia. Non dovrebbero esserci discordie in famiglia che possano creare un'atmosfera negativa. Un'atmosfera armoniosa ti regalerà la vera serenità.

Terzo: bisogna assumere solo cibo sattvico. Ciò significa che nessun alimento dovrebbe essere eccessivamente acido, amaro o piccante. Si dovrebbero evitare i cibi rajasici come il pesce o la carne. Anche il buon cibo sattvico non dovrebbe essere consumato in eccesso. Alcune persone consumano così tanto cibo sattvico che, pur essendo sattwa, esso sviluppa qualità tamasiche. È sattvico solo quando ci si siede a tavola con lo stomaco leggero e ci si alza da tavola con lo stomaco leggero!

Quarto: qualsiasi bevanda si beva, dovrebbe essere di natura sattvica

Quinto: i pensieri e i sentimenti sattvici rivestono grande importanza. Gli studenti tendono a trascurare questo fattore. Solo se i tuoi pensieri e i tuoi sentimenti sono puri, potrai trarre il massimo beneficio da un ambiente pulito, da una buona famiglia e da un'alimentazione sana.

Sesto: se vuoi sviluppare sentimenti e pensieri sattvici, la tua visione deve essere pura. Tutta la Srishti (creazione) si basa sul Drishti (sguardo). È solo quando hai una visione impropria che hai pensieri impropri. Dovete considerare ogni donna anziana come vostra madre e tutte le donne più giovani come vostre sorelle. Quando sarete pervasi da pensieri così puri, proverete sentimenti puri. È proprio perché siete studenti che vi viene detto questo.

Settimo: Qualunque libro leggete o qualunque cosa scriviate, dovrebbe essere puro. Questa è la Sadhana relativa allo studio. Se leggete o scrivete qualcosa che non è puro, ciò distorce la vostra mente.

Ottavo: Andiamo a pulire le strade, a costruire strade nei villaggi o a scavare pozzi, e facciamo tutto questo come servizio alla comunità. Ma il tipo di servizio che prestiamo dovrebbe portare vera felicità alle persone. Chiunque voi desideriate servire, dovrete considerarlo come l'incarnazione del Divino. Andare in aiuto dei bisognosi e degli emarginati significa rendere servizio a Dio...

Nono: Sadhana. Si tratta della disciplina spirituale. Questa deve essere Sattwa. L'individuo è Chit (Coscienza), Dio è Sat (l'Assoluto Eterno). Quando Sat e Chit si uniscono, si ottiene Ananda. Solo la Sadhana intrapresa per realizzare Satchidananda è vera Sadhana. Dove si trova questo Sat? Questo Sat, il Divino, è in ognuno di noi. Pertanto, dovete essere pronti a servire tutti, considerando ciascuno come Divino. Potete avere rapporti normali con i vostri cari e i vostri parenti. Non c'è nulla di sbagliato in questo. Dovete praticare la Sadhana con lo spirito che l'Uno pervade i molti. In questo processo, dovete coltivare il sentimento dell'Amore. Non c'è Sadhana più elevata della coltivazione dell'Amore! ...

Decimo: la vostra occupazione o professione. Che tipo di lavoro dovrete intraprendere? Dovrebbe essere un lavoro che possa andare a beneficio della nazione e della comunità. È la nazione che vi permette di guadagnarvi da vivere. Dovete capire cosa potete dare alla nazione in cambio. Dovete chiedervi: «Qual è il servizio, quale aiuto posso offrire alla comunità?». Dovete assicurarvi che in ogni lavoro che svolgete non ci sia falsità, ingiustizia, frode o cattiva intenzione.

Tenere sotto controllo i sensi

Queste sono le cose pure che dovete osservare nella vostra vita. Se vi impegnate nell'azione retta senza alcuna aspettativa, non sarete vincolati dalle conseguenze del karma. È grazie al karma passato che avete ottenuto questa vita presente. Con il vostro karma presente potete assicurarvi la liberazione dal ciclo delle nascite. Attraverso l'amore sviluppate la fede; attraverso la fede e la serietà acquisite la conoscenza; attraverso la conoscenza sviluppate la sadhana e, attraverso la sadhana, raggiungete la meta. Quindi, per praticare la Sadhana, avete bisogno di saggezza; per acquisire saggezza, avete bisogno di Sraddha (fede incrollabile); e per la Sraddha dovete coltivare l'amore. L'amore è il mezzo e dovete acquisire il controllo dei sensi. Se riducete gradualmente i vostri desideri, sarete in grado di tenere sotto controllo i sensi.

Ogni studente dovrebbe prepararsi a diventare un modello per la comunità. Non dovrebbero esserci discordie tra i vostri compagni di università, né spazio per l'odio o l'astio. Dovreste adempiere ai vostri doveri e rendere felici i vostri genitori con la vostra condotta. Impegnatevi a rendere onore al vostro istituto scolastico. Soprattutto, cercate di guadagnarvi la grazia di Dio aiutando il prossimo. Solo questo costituisce la vera educazione.

Le diverse discipline del sapere sono come fiumi, mentre la conoscenza spirituale è l'oceano. Proprio come i fiumi sfociano nell'oceano, così ogni tipo di conoscenza confluisce nella conoscenza spirituale.

Dovete tenere a mente le compagnie che frequentate. Kabir disse: «Rendo omaggio sia ai cattivi che ai buoni!» A Kabir fu chiesto: «Possiamo capire che tu renda omaggio ai buoni, ma che senso ha rendere omaggio ai cattivi?» Egli rispose: «Quando rendo omaggio ai cattivi, lo faccio dicendo loro: "Per favore, allontanatevi dalla mia presenza". Rendo omaggio ai buoni dicendo: "Per favore, venite da me!"»

Dovete evitare la compagnia dei malvagi e coltivare quella dei buoni. Frequentare i buoni è puro yoga! Desidero che voi perseguiate questo tipo di yoga e che portiate felicità a tutte le persone con cui entrate in contatto!

Dovreste sforzarvi di liberarvi da tutti i pensieri negativi, abbandonare tutti i vostri difetti, adempiere ai vostri doveri verso i genitori, prestare servizio disinteressato alla comunità e, in tal modo, redimere le vostre vite e guadagnarvi la grazia di Dio. Questa è la Mia benedizione per tutti voi.

– **Estratti dal discorso di Bhagawan a Brindavan, il 29 dicembre 1985.**

PRASANTHI SAMACHAR

Un resoconto

CONFERENZA GLOBALE DEGLI INSEGNANTI DEI BAL VIKAS SRI SATHYA SAI

Oltre 3.000 Bal Vikas Guru, coordinatori ed educatori provenienti da sedici paesi si sono riuniti per partecipare alla Conferenza Globale dei Bal Vikas Guru Sri Sathya Sai, tenutasi il 31 luglio 2026 a Prasanthi Nilayam sul tema *"Difendere la Verità, Coltivare i Cuori, Far Fiorire l'Eccellenza"*.

Nel suo discorso di benvenuto, Sri Nimish Pandya ha descritto i Bal Vikas come uno dei più grandi doni di Bhagavan al mondo e ha invitato a una comprensione globale unitaria della sua filosofia. Rivolgendosi ai presenti, la signora Sai Priya Vijayraghavan ha affermato che la più grande qualità di un insegnante non è il successo accademico, bensì l'amore incondizionato per i bambini, la fede incrollabile in Bhagavan e una sincera pratica spirituale personale (Sadhana).

Nella sessione serale, Sri Krishnamurthy Naidoo, coordinatore didattico della Zona 3, ha sottolineato che il successo dei Bal Vikas risiede nella collaborazione armoniosa tra la famiglia e la classe, sostenuta da un'educazione regolare basata sui valori.

Il tema dei lavori della seconda giornata era *"Coltivare i cuori"*. La sessione mattutina è iniziata con un'introduzione della dott.ssa Pushpalata, proveniente dallo Jharkhand. Ella ha esortato gli educatori a coltivare i cuori attraverso l'amore incondizionato, il servizio disinteressato e l'esempio personale. Il discorso di apertura è stato tenuto dalla dott.ssa Sai Lakshmi Yogeshwaran dello Sri Lanka, che ha

definito i Bal Vikas come il “Fiorire dell’Eccellenza Umana” e ha spiegato che i Guru sono strumenti privilegiati scelti per forgiare un rapporto duraturo tra il bambino e il Divino.

Nella sessione serale, la signora Padma Ayygari, dall’Australia, ha sottolineato l’importanza di trasmettere gli insegnamenti di Bhagawan nella loro incontaminata purezza. Il discorso principale è stato tenuto dalla dottoressa Punita Upadhyay, vice coordinatrice nazionale per l’istruzione. Attingendo alla guida di Bhagawan, «Prima sii, poi agisci, poi racconta», ha spiegato che la più grande qualifica di un Guru è la trasformazione personale attraverso una sincera Sadhana.

L’ultimo giorno della Conferenza Globale dei Guru dei Bal Vikas Sri Sathya Sai 2026 si è svolto all’insegna del tema “*Il fiorire dell’eccellenza*”.

La sessione mattutina è iniziata con un discorso ispiratore della signora Lakshmi Suresh, ex allieva dei Bal Vikas e Guru, che ha riflettuto sull’influenza trasformativa del programma Bal Vikas nel plasmare vite radicate nei valori umani, nel servizio disinteressato e nella devozione.

A questo è seguito un intervento ricco di spunti del dottor Mahesh Narayanan, Guru dei Bal Vikas e formatore di insegnanti proveniente dal Regno Unito, che ha illustrato come ogni Guru dei Bal Vikas svolga le tre funzioni sacre di risvegliare le qualità nobili, coltivarle con amore ed eliminare le tendenze negative.

Nel pronunciare il discorso di chiusura, Sri Nimish Pandya, presidente nazionale della SSSSO, ha esortato i Guru a continuare a fungere da strumenti dell’amore divino.

PELLEGRINAGGI A PRASANTHI NILAYAM

Delhi-NCR: Rivolgendosi ai presenti il 4 agosto, Sri L.V.M. Kishore, presidente statale, ha messo in evidenza le iniziative spirituali, di servizio ed educative intraprese in tutta l’organizzazione durante le celebrazioni per il centenario di Bhagawan.

Distretto di Eluru: l’8 agosto oltre 1.500 devoti hanno intrapreso un Parthi Yatra di due giorni. Una colorata processione di bambini dei Bal Vikas e di anziani è stata seguita da un toccante recital di veena e flauto. La sessione conclusiva ha visto in scena il dramma danzato *Kavim Kaveenam (Il poeta dei poeti)*, che descrive la trasformazione del cuore attraverso le parole di Bhagawan e la sua espressione attraverso il servizio disinteressato.

Jammu e Kashmir: l’11 agosto, i devoti provenienti da Jammu e Kashmir hanno intrapreso il loro primo pellegrinaggio a Prasanthi Nilayam. Il dottor M.K. Turki, presidente dello Stato, ha parlato dei due viaggi che caratterizzano ogni pellegrinaggio: il viaggio dei piedi e il viaggio del cuore.

Haryana e Chandigarh: Il 12 agosto, le ragazze dei Bal Vikas di Yamunanagar hanno presentato lo spettacolo teatrale **Ashtavakra: Journey from Advaita to Sai Prema**, sottolineando che la vera bellezza e grandezza risiedono nel Divino che dimora in noi. Il dottor R.B. Kharb, presidente dello Stato, ha inoltre ricordato la storica visita di Bhagawan a Kurukshetra nel 1972.

Odisha: Più di 2.000 devoti hanno celebrato il Giubileo d’oro dello Sri Sathya Sai Trust dell’Odisha con un pellegrinaggio il 16 agosto. I relatori hanno sottolineato gli ideali di servizio e sacrificio e le iniziative del Centenario nei settori dell’Educare, del Medicare e del Sociocare. Il programma culturale ha visto l’esibizione dello Siva Tandava da parte degli studenti della Sai Anandam School di Bhubaneswar, seguita da “*Thank You Swami*”, uno spettacolo teatrale che ritrae il profondo legame di Bhagawan con la popolazione dell’Odisha.

Visakhapatnam: Più di 2.000 devoti hanno intrapreso un pellegrinaggio di tre giorni il 3 settembre. I bambini dei Bal Vikas e i giovani del Sai Youth hanno presentato “*Janani*”, una rappresentazione suggestiva dell’amore disinteressato di una madre e della gratitudine di un bambino. Anche Sri P.R.S.N. Naidu, presidente distrettuale, ha illustrato alcune delle attività di servizio svolte nel distretto.

PELLEGRINAGGIO A PRASANTHI NILAYAM – MALESIA

I devoti provenienti dalla Malesia, SSSGC, Zona 5, sono giunti in pellegrinaggio della durata di una settimana a partire dal 1° settembre. In serata, Sri Mahendran Arumugam, presidente della Zona 5, ha condiviso le sue riflessioni con i presenti, soffermandosi sul significato del pellegrinaggio dei devoti a Prasanthi Nilayam.

A seguire, il dottor Lau Keen Lee, segretario di Sai Grace Muar (Malesia), ha tenuto un discorso ispiratore, parlando a lungo delle varie attività di servizio intraprese in Malesia.

Il 2 settembre i bambini e gli ex allievi della SSSE hanno messo in scena una bellissima rappresentazione teatrale intitolata *“Il profumo eterno della bhakti”*. Lo spettacolo ha dato vita a tre storie senza tempo di amore e abbandono tratte dalle vite di Sabari e del Signore Rama, di Andal e del Signore Vishnu, e di Radha e del Signore Krishna.

All’inizio della serata, la signora Sunitha Samudram, coordinatrice educativa della Zona 5 e vicepresidente dell’Istruzione in Malesia, si è rivolta ai presenti. Parlando del ruolo trasformativo dell’istruzione, ha condiviso alcune riflessioni sugli sforzi intrapresi in Malesia per rafforzare lo Sri Sathya Sai Educare e plasmare le giovani menti con valori, carattere e uno spirito di servizio disinteressato.

CELEBRAZIONI PER L’ 80° ANNIVERSARIO DELL’ INDIPENDENZA

L’80° Giorno dell’Indipendenza dell’India, celebrato all’interno dei sacri recinti dell’Ashram, ha riunito i residenti e i membri del personale che prestano servizio in vari uffici e dipartimenti, uniti dall’amore e dalla venerazione per la Patria.

La cerimonia è iniziata con il canto del *“Vande Mataram”*. Successivamente, Sri R.J. Rathnakar ha issato la bandiera nazionale.

La sera del 15 agosto, gli studenti della SSSIHL, Campus di Prasanthi Nilayam, hanno presentato uno spettacolo teatrale patriottico intitolato *“Heaven of Freedom”*. Lo spettacolo ha tratto ispirazione dalle parole immortali di Gurudev Rabindranath Tagore e dalle vite dei grandi combattenti per la libertà dell’India.

PROGRAMMA DI RINGRAZIAMENTO STUDENTI DEL CORSO MBA

In occasione del 40° anniversario del programma MBA della SSSIHL, il 21 agosto gli studenti hanno offerto uno spettacolo culturale intitolato *“Mind on Baba Always”*, esprimendo la loro gratitudine al Cancelliere Fondatore, Bhagawan Sri Sathya Sai Baba.

Il 22 agosto, l’ensemble musicale *Mystik Vibes* ha unito una ricca esperienza musicale e il talento giovanile attraverso la propria esibizione.

RAFFORZARE LA MISSIONE DI BHAGAWAN IN TUTTA LA ZONA 5 DELLA SSSGC

Sri R.J. Rathnakar ha effettuato una visita ufficiale di due giorni a Singapore a partire dal 22 agosto, offrendo una preziosa opportunità ai devoti e ai responsabili dei paesi della Zona 5 di riunirsi nello spirito di unità, amore e impegno condiviso verso la missione di Bhagawan.

Il 23 agosto, Sri Rathnakar ha avuto un incontro con i responsabili e i membri della SSSGC, seguito da una speciale sessione interattiva con i giovani adulti e gli adolescenti.

Durante la sua visita, Sri Rathnakar si è recato allo Sri Sathya Sai Centre in Moulmein Road, dove ha condiviso le sue riflessioni sul rafforzamento dell’opera e della missione di Bhagawan Sri Sathya Sai Baba.

Sri Rathnakar ha inoltre trascorso del tempo con i giovani adulti e gli adolescenti in una coinvolgente sessione interattiva.

La visita ha segnato anche l'inaugurazione ufficiale della Sri Sathya Sai Global School di Singapore, alla presenza dei dirigenti scolastici, dei devoti e degli ospiti. La scuola internazionale segue il programma didattico CBSE, integrando al contempo lo Sri Sathya Sai Vidya Vahini nel proprio approccio educativo.

CELEBRAZIONI DELL' ONAM

Le celebrazioni dell'Onam, della durata di tre giorni, sono iniziate la sera del 24 agosto. All'inizio, il duo di violini composto dalla signora S. Gayathri e da Sri S. Vaidyanathan ha offerto una melodiosa esibizione musicale intitolata "*Sai Bhavarasam*".

La seconda mattinata è stata caratterizzata da un'esecuzione sacra della composizione sanscrita "*Sri Raghuvēera Gadyam*" di Sri Vedanta Desika, a cura degli Sri Sathya Sai Young Messengers del Kerala.

Nella sessione serale si sono tenuti discorsi eruditi della signora Priya Prakash e dell'Onorevole Giudice Soumen Sen, Presidente della Corte Suprema del Kerala. Dopo gli interventi, la signora S. Mahathi e il suo gruppo hanno tenuto un concerto musicale che ha toccato l'anima.

La mattina del 26 agosto, giorno sacro di Thiruvonam, l'acclamato cantante carnatico Sri Kavalam Sreekumar ha presentato un concerto musicale melodioso. Nella sessione serale, i bambini dei Bal Vikas del distretto di Ernakulam hanno messo in scena lo spettacolo teatrale "*Prana Sakha Bhagawan*".

INAUGURATE NUOVE STRUTTURE PRESSO LO SSSIHMS – PG

Il 27 agosto, presso lo Sri Sathya Sai Institute of Higher Medical Sciences di Prasanthigram, sono stati inaugurati un centro protesi all'avanguardia, un laboratorio di simulazione e di studio delle ossa in vitro, un centro per la banca dei tessuti e l'orto-biologia, nonché un braccio a C e un apparecchio radiografico mobile. Le nuove strutture sono state inaugurate da Sri R.J. Rathnakar alla presenza di personalità di spicco.

Intervenendo in occasione dell'evento, Sri Rathnakar ha affermato che i nuovi centri e sistemi medici rafforzeranno in modo significativo la capacità dell'ospedale di fornire un'assistenza completa, avanzata e compassionevole.

CELEBRAZIONI DEL GIUBILEO D'ARGENTO DEL SSSMC

Lo Sri Sathya Sai Media Centre ha celebrato il suo 25° anniversario il 29 agosto. La mattinata è iniziata con le riflessioni di due volontari di lunga data, Sri Shashidhar Shankara e la signora Nirmala Dinesh. A seguire, i bambini dello Sri Sathya Sai Kids World hanno eseguito una presentazione di Bharatanatyam a titolo di invocazione. Il momento clou della mattinata è stato "*Pancha Amrutam*", un'offerta musicale devozionale dei volontari dello SSSMC, che celebrava i cinque doni preziosi della Divina Venuta di Bhagawan: Nama, Rupa, Sandesha, Charitra e Kshetra.

La sessione serale è iniziata con un discorso di Sri Sundar Swaminathan, direttore della SSSMC. Sri Sundar ha osservato che, mentre la tecnologia è in continua evoluzione e il Centro Multimediale continuerà ad aggiornarsi per stare al passo con i tempi, il messaggio di Bhagawan rimane immutato ed è responsabilità del Centro Multimediale trasmetterlo ai devoti di tutto il mondo.

A ciò ha fatto seguito una presentazione audiovisiva che ha ripercorso il percorso venticinquennale dell'istituzione. Il momento clou della serata è stato un tributo musicale dedicato al bhajan "*Hari Bhajana Bina Sukha Santhi Nahin*". La presentazione è iniziata con interpretazioni del bhajan in diverse lingue indiane, intervallate da brevi narrazioni che ne evidenziavano il significato attraverso le vite di santi fonte di ispirazione.

La serata si è conclusa con la consegna dei premi. Nel corso dell'anno si erano tenuti concorsi in occasione del Giubileo d'Argento in categorie quali recitazione, realizzazione di cortometraggi e realizzazione di video musicali.

CELEBRAZIONI DEL 54° ANNIVERSARIO DELL' SSSCT

Lo Sri Sathya Sai Central Trust ha commemorato il suo 54° anniversario con un programma di ringraziamento organizzato dai membri del proprio personale. Attraverso un fresco medley di canzoni in diverse lingue indiane, intrecciato con brevi e toccanti testimonianze, il personale ha espresso la propria più profonda gratitudine per l'incommensurabile benedizione di aver vissuto nella stessa epoca dell'Avatar e, soprattutto, per la sacra opportunità di servire come strumenti nella Sua Missione Divina.

CELEBRAZIONI DELLO SRI KRISHNA JANMASHTAMI

In occasione della sacra festività dello Sri Krishna Janmashtami – il 4 settembre – il Prasanthi Bhajan Group ha offerto uno spettacolo musicale.

Uno dei momenti più belli della mattinata è stato l'arrivo delle mucche e dei vitelli provenienti dal Gokulam in una processione colorata. Le personalità presenti hanno reso omaggio dando da mangiare alle mucche, ai cani dell'ostello, ai conigli, ai cervi, agli uccelli – tutti gli animali accuditi con amore all'interno del campus.

Installazione e inaugurazione della statua di Sri Krishna allo Sri Sathya Sai Gokulam: il 4 settembre lo Sri Sathya Sai Gokulam si è animato di devozione e nostalgia quando una nuova statua del Signore Krishna è stata inaugurata da Sri R.J. Rathnakar e Sri K. Chakravarthi, presidente della SSSGC, alla presenza dei funzionari e del personale del Gokulam.

Intervenendo in occasione dell'evento, Sri Rathnakar ha richiamato l'attenzione su una bellissima coincidenza che abbraccia cinque decenni. Ha ricordato che oltre 50 anni fa Bhagawan aveva scelto Sri K. Chakravarthi per inaugurare i locali del Gokulam. Oggi, dopo cinque decenni, egli era nuovamente presente al Gokulam, rendendo con riverenza gli onori alla nuova statua.

REVISIONE DELLE TARIFFE DI ABBONAMENTO PER SANATHANA SARATHI (INGLESE E TELUGU)

Sai Ram!

Sanathana Sarathi, la rivista mensile spirituale, fu lanciata da Bhagawan Sri Sathya Sai Baba il 16 febbraio 1958, in occasione della festività di Maha Sivaratri. Con le Sue benedizioni, questo "Eterno Auriga", il "ponte" tra Lui e i Suoi devoti, funge da faro di saggezza e diffonde i Suoi insegnamenti divini, i Suoi discorsi e i principi fondamentali di Verità, Rettitudine, Pace e Amore per l'elevazione morale e spirituale dell'umanità.

Desideriamo portare alla gentile attenzione degli abbonati che, in considerazione del sostanziale aumento dei costi della carta, della stampa e delle spese postali registrato negli ultimi anni, siamo costretti a rivedere le tariffe di abbonamento per le edizioni in inglese e in telugu, con effetto dal 1° ottobre 2026. Le nuove tariffe di abbonamento sono riportate di seguito:

Category	English	Telugu
Inland – Print	₹180	₹180
Overseas – Print	US \$40	US \$40
Inland – eCopy	₹180	₹180
Overseas – eCopy	US \$4	US \$4

Gli abbonamenti ricevuti entro il 30 settembre 2026 rimarranno validi per il periodo per il quale è stato effettuato il pagamento.

– Editore

DIVINE LOVE – Agenda formato Executive 2027

È disponibile l'agenda "Divine Love" 2027 in formato executive. L'

agenda di 258 pagine contiene un articolo principale di 12 pagine sulla Vita Divina e la Missione di Bhagawan Sri Sathya Sai Baba. Presenta 40 pagine in carta patinata, tra cui quattro splendide immagini di Bhagawan, del Divya Sannidhi e del Prasanthi Bhajan Mandir sulle pagine di apertura e chiusura, e quattro collage fotografici che immortalano momenti memorabili delle storiche celebrazioni del Centenario, oltre a cinque articoli informativi relativi alla Sua Missione Divina. Nelle pagine interne a due colori sono riportati oltre 180 Messaggi Divini. Altre informazioni utili includono dettagli sulla pubblicazione della letteratura Sai, sul *Sanathana Sarathi* e sui luoghi importanti da visitare all'interno e nei dintorni dell'Ashram.

Specifiche: Agenda formato Executive (17,6 x 25 cm): la copertina rigida con laminazione opaca presenta una maestosa fotografia di Bhagawan, impreziosita da goffratura, cucitura con dorso curvo, lamina UV a texture abrasiva e lettere in lamina d'oro, il tutto confezionato in pellicola termoretraibile. Prezzo unitario: `215/- (spese di imballaggio e spedizione escluse).

CALENDARI MULTICOLORI 2027

Sono disponibili anche calendari multicolori con bellissime fotografie di Bhagawan.

Specifiche: Calendari da parete (13,5" x 19,5"
– 3 fogli / 6 pagine a `30/-*)

Calendari da tavolo (6,5" x 8,5" – 8 fogli a `80/-*).

(Nota: *spese di imballaggio e spedizione escluse.)

Diary 2027 Code: P-31500

No of units	5	6	7	8	9	10	Additional 1 unit
Ind. Rupees	1310	1525	1775	1990	2240	2455	295

Calendars 2027

Code	Calendar 2027 description	Qty.	₹	Qty.	₹
P-31274	Wall Calendar 13.5"x19.5" - 3 sheets 6 pages	5	240	10	420
P-31273	Table Calendar 6.5"x 8.5" - 8 sheets	5	520	10	1000

Per ordini dall'estero e altre richieste, inviate un'e-mail a orders@sssbpt.org oppure visitare il sito www.srisathyasaipublications.com

Prenotate le vostre copie in anticipo.

Il significato del culto di Vinayaka

L'elevata intelligenza viene comunemente definita "Gaja Thelivi – l'intelligenza dell'elefante". Vinayaka è l'incarnazione dell'intelligenza. Vinayaka significa "leader senza pari". È il capo dei Rudra Ganas, dei Bhadra Ganas e di altri Ganas (eserciti di semidei) e per questo è conosciuto come Ganapati. Ganapati è descritto come "Buddhi Pradayaka" e "Siddhi Vinayaka" (colui che dona intelletto e saggezza). L'uomo si trova ad affrontare molti Vighna (ostacoli) nel suo cammino di vita. Si rivolgono preghiere a Ganapati, noto anche come Vighneswara, affinché rimuova tali ostacoli e impedimenti. È una divinità importante per le persone di tutte le confessioni. È la divinità a cui viene offerto il primo culto in ogni rituale.

– Sri Sathya Sai.

