



Sathya Sai Organisation Zone 6

*MOTHER SAI HOUSE - DIVIGNANO - 1 /2 MAGGIO 2010*

*Preconferenza mondiale*

# *Ama tutti, servi tutti*

*Dedicato con amore e venerazione*

*ai Divini Piedi di Loto di*

*Bhagavan Sri Sathya Sai Baba*

© 2010 SRI SATHYA SAI WORLD FOUNDATION

(Traduzione: SSO Italy)

*Love All  
Serve All*

DEDICATED WITH LOVE AND REVERENCE  
AT THE DIVINE LOTUS FEET OF

*Bhagavan Sri Sathya Sai Baba*

# Ama Tutti – Servi Tutti



## Capitoli:

Gli Avatar – Eccelsi Esempi di Servizio Disinteressato .....	6
L’Opportunità Unica di Partecipare alla Divina Missione di Swami .....	7
Ama Tutti, Servi Tutti .....	8
La Grazia di Dio .....	16
Legge del Karma e Servizio Disinteressato.....	17
Amore e Servizio Disinteressato .....	21
Il Controllo della Mente Attraverso il Servizio.....	22
La Rimozione dell’Egoismo.....	23
Nishkama Karma .....	24
Nishkama Karma e Anasakti Yoga .....	25
La Nascita Umana per Servire la Società .....	27
L’Unità Atmica Attraverso il Servizio.....	28
Opportunità di Servizio: Un Dono di Dio .....	30
Promuovete Amore e Compassione.....	31
Carità e Compassione.....	31
Sapersi Accontentare.....	31

Sacrificio .....	32
Mente e Cuore Puri .....	32
Pure Motivazioni nel Rendere Servizio... ..	33
Purezza di Cuore .....	33
L'Organizzazione Sathya Sai .....	33
Servite Daridra Narayana .....	35
Sathya, Dharma, Shanti, Prema e Ahimsa .....	36
Il Servizio nella Vita Quotidiana .....	37
Il Servizio all'Uomo è Servizio a Dio .....	38
I Nove Gradini della Disciplina Spirituale.....	38
Beatitudine .....	39
Altruismo .....	39
Non Cercate Pubblicità .....	40
L'Atteggiamento nel Rendere Servizio .....	40
Espandete il Cuore .....	41
Distacco .....	41
Non Egoismo, ma Altruismo .....	42
Mani che Servono Sono più Grandi di Labbra che Pregano .....	42
Umiltà .....	42
L'Ingratitudine è un Grave Peccato .....	42
La Religione Sviluppa la Personalità Umana .....	43
Il Servizio è l'Unico Sentiero per l'Autorealizzazione .....	43
Templi .....	43

La Storia di Abou Ben Adhem .....	44
Trasformate il Lavoro in Adorazione .....	45
Conclusione .....	46
Bibliografia .....	47



## *Gli Avatar – Eccelsi Esempi di Servizio Disinteressato*

### **Il Servizio È la Più Grande Disciplina Spirituale**

Gli Avatar (incarnazioni divine) di Dio sono impegnati nel *seva* (**servizio**); questo è il motivo per cui si manifestano gli Avatar. Perciò, quando offrite *seva* all'umanità, gli Avatar saranno ovviamente compiaciuti e voi potrete ottenere la Grazia.<sup>1</sup>

Il *seva* è la più elevata *sadhana* (disciplina spirituale), giacché Dio Stesso prende forma umana e scende in terra per servire l'umanità e condurla agli ideali che essa ha trascurato. Quindi, immaginate quanto Dio sia felice quando l'uomo serve l'uomo!<sup>2</sup>

Noi abbiamo familiarità col concetto di Avatar — quando Dio assume forma umana per ripristinare il *dharma*, ovvero riportare la rettitudine al suo alto rango — rendendo così **servizio** al mondo. L'onnipotente Signore, nella forma di Krishna, servì Arjuna come auriga. Non solo, ma dopo che il suo giornaliero lavoro di auriga era terminato, Egli portava i cavalli stanchi al fiume e li lavava. Così facendo, era pronto a lavorare anche come pulitore. A quel tempo, Vyasa guardò il Signore e pensò che molte grandi persone non avevano la stessa fortuna dei cavalli di essere in mani divine.<sup>3</sup>

### **Il Signore dà un Esempio da Seguire ai Devoti**

Quando il *Rajasuya yaga* (sacrificio) era in corso, Krishna arrivò e chiese a Dharmaraja di assegnargli un lavoro. Dharmaraja si voltò verso Krishna e disse che non c'era un lavoro adatto a Lui e di indicare Egli Stesso quale lavoro fosse idoneo; Gli sarebbe sicuramente stato assegnato quello. Krishna si avvicinò a Dharmaraja, gli dette un colpetto sulla schiena e disse ci avere una qualifica speciale e che Gli sarebbe piaciuto fare un lavoro adeguato a essa. Dharmaraja non poté fare diversamente e quindi Gli chiese di dirgli quale fosse la Sua speciale qualifica in modo da poter trovare un lavoro adatto a Krishna.

Egli disse di essere adatto a togliere le foglie usate in cui la gente aveva mangiato il proprio cibo, poiché, dopo essere state utilizzate a quello scopo, esse sono sporche e creano disgusto nella mente delle persone. Krishna, quindi, si assunse tale compito per poter dare piacere e buoni sentimenti alla gente.<sup>4</sup>

Il Signore offre l'esempio che i devoti devono seguire. Egli insegna che il **servizio** fatto a ogni essere umano è offerto solo a Lui ed è da Lui accettato con suprema gioia.<sup>5</sup>

### **L'Amore si Esprime come Servizio**

La vita umana continua a trascorrere in modo sempre peggiore: soggiogata, spezzata, malata, angosciata, sconfortata. Io sono venuto per nobilitare questa vita e rendere degno il retaggio umano. Sto manifestando tutto questo entusiasmo per insegnarvi il giusto atteggiamento nel *seva*, giacché **l'Amore** si esprime come *seva*; **l'Amore** cresce attraverso il *seva*; **l'Amore** nasce nel grembo del *seva*. E Dio è **Amore**. L'Avatar (Incarnazione Divina) è un Bambino per i bambini, un Ragazzo per i ragazzi, un Uomo fra gli uomini, una Donna fra le donne, in modo che il Suo messaggio possa raggiungere ogni cuore e ricevere, come *ananda* (beatitudine), una risposta entusiastica. È la compassione dell'Avatar a sollecitare ogni Sua attività.

Gli uccelli, le bestie e gli alberi non deviano dalla Natura; essi la considerano ancora preziosa. Solo l'uomo l'ha deturpata nel suo rozzo tentativo di migliorarla. Così, l'Avatar è

venuto come uomo fra gli uomini e si muove come amico, come sostenitore, parente, guida, insegnante, guaritore e partecipante. È venuto per ripristinare il Dharma; quindi, quando l'uomo segue il Dharma, Egli è compiaciuto e soddisfatto.<sup>6</sup>

Le azioni di Sai sono altruistiche, sacre e benefiche. Sai non ha mai fatto del male. Egli ha fissato il cammino della Verità, il sentiero della Moralità, il Sacro percorso della realizzazione di Dio. Pertanto, il lavoro di Sai proseguirà trionfalmente.<sup>7</sup>

Voi potete credermi o no. Io devo dirvi che la completa aderenza alla verità, all'altruismo assoluto, all'universalità e all'effusione spontanea dell'**Amore** devono essere cercati solo in Sai e in nessun altro luogo. Sai non ha un briciolo di interesse personale.<sup>8</sup>

### **Desiderate Sempre il Bene Altrui**

Dovete comprendere il potere dei buoni pensieri. I pensieri viaggiano da una persona all'altra. Se pensate male degli altri, il male verrà a voi dieci volte di più. Alcuni indulgeranno nel pensiero di danneggiare altri e desidereranno che tali persone vadano in rovina. Tali pensieri ci danneggeranno dieci volte tanto. Non permettete mai loro di avvicinarsi. Desiderate sempre il bene degli altri. Amate tutti. Io sono un esempio di ciò. **Amo** tutti; **amo** persino le persone malvagie. **Amo** ancor di più chi mi critica. **Amo** quelle persone che si fanno gioco di Me. Perciò, Io sono sempre felice, estremamente felice. Questo è il motivo per cui dico: "La Mia Vita è il Mio Messaggio." Sono sempre pieno di senso di sacrificio, di rinuncia e dono agli altri. Non nutro mai egoismo.<sup>9</sup>

### **La Mia Vita è il Mio Messaggio**

Il Principio dell'**Amore** non ha traccia di ego o difetto. È del tutto libero da attaccamenti egoistici. Qualunque cosa Sai faccia, qualunque cosa Sai pensi, qualunque cosa Sai dica, qualunque cosa Sai osservi, è tutto per il vostro bene, non per quello di Sai. Il Mio solo desiderio è la vostra gioia, la vostra *ananda* (beatitudine). La vostra *ananda* è la Mia *ananda*; non ho *ananda* oltre la vostra.<sup>10</sup>

Dovreste seguire Swami, il capo. Questo perché, da mattina a sera, Swami compie anche il più piccolo compito da Sé e tutto il Suo lavoro è per il bene del mondo. È in tale contesto che dico spesso: "La Mia Vita è il Mio Messaggio." Dio e la voce di Dio sono la medesima cosa. Quindi, fare ciò che Swami fa, come pure ciò che Swami ordina, significa fare ciò che Lo compiace. Il lavoro fatto senza il pensiero di sé e rifuggendo dal desiderio di fama o potere è ciò che Lo compiace maggiormente.<sup>11</sup>

« »

## ***L'Opportunità Unica di Partecipare alla Divina Missione di Swami***

### **Io Non Vi Abbandonerò**

La totalità dell'Energia Divina è venuta fra gli umani come Sathya Sai per risvegliare la Divinità latente di ogni essere umano. Io non vi abbandonerò. Sono venuto per aiutarvi, per accompagnarvi e per condurvi. Io non potrò mai abbandonarvi. Non verrò mai meno al Mio dovere nei confronti dei Miei figli, ma sarò molto grato a chi Mi aiuterà nel Mio compito.<sup>1</sup>

## **Adempiere il Mio Ruolo come Sathya Sai**

Quando un devoto cerca, con umiltà e purezza, di fare *seva* e dare *prema* (**amore**) alle Mie creature che hanno bisogno di tale **servizio** disinteressato e di **amore** sublime; quando egli considera tutte le creature come Miei figli, come suoi amati fratelli e sorelle, come benedette manifestazioni della Mia Immanenza, allora, come adempimento del Mio ruolo come Sathya Sai, Io discendo per aiutare, accompagnare e sostenere quello yogi. Gli sono sempre vicino per guidarlo e dispensare il Mio **amore** nella sua vita.<sup>2</sup>

Colui che, altruisticamente, rende **servizio** alle Mie creature addolcito di *prema*, colui che Mi vede in tutti e in tutto, colui che Mi ricorda in ogni momento è lo yogi a Me più vicino.<sup>3</sup>

————— « » —————

## ***Ama Tutti, Servi Tutti***

### **Questo Corpo è Stato Impegnato nel Servizio fin dalla Nascita**

Questo Corpo è stato impegnato nel **servizio** fin dalla nascita. Anche voi dovrete passare la vita nel servizio agli altri. Questo è il Mio Messaggio. Io metto in pratica qualunque cosa predichi. **Amo tutti** e **servo tutti** e vi esorto a fare altrettanto. Voi non riuscite a comprendere il Mio **amore** poiché i vostri sentimenti sono ristretti. L'errore è vostro, non Mio. Oggigiorno, i conflitti crescono poiché non c'è adeguata comprensione e accordo fra le persone. L'accordo sarà possibile solo quando ci sarà adeguata comprensione.<sup>1</sup>

### **Servi Tutti con Compassione**

In tutte le religioni, si celebra il compleanno di grandi personalità, ma non si ricordano né si seguono gli ideali per i quali essi vissero. Se non vi preoccupate di seguire i loro insegnamenti, le celebrazioni perdono di significato e diventano ricorrenze artificiali. Ciò non rende giustizia alle persone buone di cui si celebra il compleanno. Cristo insegnò alla gente ad **amare** e **servire tutti** gli esseri con compassione. Solo mettendo in pratica tali ideali si può davvero celebrare il Suo compleanno. In ogni azione dovrebbe essere riflessa la Divinità interiore. La sede della Verità è il vostro cuore. Adorazione significa amare gli altri con tutto il cuore. Voi dovrete vivere nell'**amore** e condurre una vita di **servizio** disinteressato basato sull'**amore**. È questo l'unico giusto modo di celebrare la nascita di Cristo.<sup>2</sup>

### **Conducete una Vita Pura e Sacra**

Bisognerebbe considerare l'**amore** per Dio come il più grande tesoro che si possa avere. Quando **amate** Dio, nutrirete **amore** verso tutti, perché il Divino è in ognuno. Perciò, ricordate: **Amate tutti, servite tutti**. Il modo migliore per **servire** Dio è **Amare tutti** e **servire tutti**. La vostra devozione si indebolirà se alimenterete differenze fra le persone. La devozione verso Rama e Krishna diviene priva di senso se non mettete in pratica i Loro insegnamenti. L'adorazione del Signore dovrebbe essere accompagnata da una pia condotta di vita. Solo allora si potrà sperimentare la beatitudine.

Oggi, le persone compiono una lettura abitudinaria dei testi sacri come la Gita o la Bibbia. Questo non serve a nulla se non vivono in modo puro e sacro. Esse dovrebbero colmare il proprio cuore d'**amore** per Dio e condividere quell'**amore** con gli altri.<sup>3</sup>

### **Tutto Può Essere Ottenuto Attraverso l'Amore**

Oggi, l'uomo visita templi e centri di pellegrinaggio in cerca di pace, ma essa non si trova in tali luoghi. La pace non si trova all'esterno: è dentro di voi. Voi siete incarnazioni di pace, verità e **amore**. Perciò, cercate all'interno, lungo il sentiero dell'**amore**: solo allora potrete essere in pace. Attraverso l'**amore**, potete ottenere ogni cosa. Dio è **Amore**; vivete nell'**Amore**. Senza **amore** non potete avere successo. L'**amore** vi aiuta a conoscere il vostro Sé. Per sperimentare l'**amore**, non dovete avvicinare nessuno né dovete esercitarvi. Volgete la vostra visione all'interno.

Krishna ha detto: "*Mamaivamso jeevaloke jeevabhutha sanathana*" (gli esseri umani sono scintille della Mia Divinità). **Servite** tutti; ciò equivale a servire Dio. Il miglior modo di **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Se conducete una tale vita, tutte le vostre azioni saranno apprezzate da Dio.

Voi avete bisogno di cibo, abiti, un tetto e un po' di denaro per procurarvi medicine se doveste ammalarvi. Questo è il motivo per cui, all'inizio, ho detto: "O uomo! Non essere mai troppo ambizioso; conduci invece una vita nobile, facendo uso appropriato dell'intelletto." La felicità consiste nell'accontentarsi. L'insoddisfazione vi condurrà all'infelicità. Per sperimentare la pace, tenete sotto controllo i vostri desideri.<sup>4</sup>

### **Abbate un Cuore Puro Colmo d'Amore**

Tutti i vostri *bhajan*, le penitenze e cose simili sono inutili se non avete un cuore puro colmo d'**amore**. È come preparare del cibo in un recipiente non stagnato: è destinato a guastarsi. È per sviluppare un cuore amorevole che avete intrapreso il cammino spirituale. Questo **amore** puro è la via diretta verso Dio. L'**amore** è illimitato e divino.

L'**amore** per Dio non dovrebbe dipendere dal fatto che le vostre preghiere trovino o meno soddisfazione. Ricordate quali prove affrontarono i saggi e i santi nella loro devozione a Dio. Essi fronteggiarono tutte le difficoltà e guadagnarono durevole fama come grandi devoti. La vita è una sfida: affrontala! La vita è un gioco: giocalo! La vita è **amore**: godine! La vita è Consapevolezza! Il modo migliore per **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**.<sup>5</sup>

### **Il Servizio Vi Guiderà alla Devozione**

La vostra vita è un lungo viaggio e i vostri desideri sono il bagaglio. "Meno bagaglio, più comodità rendono il viaggio un piacere." Quindi, riducete i desideri. La nascita umana viene donata per **servire** gli altri. Non solo per mangiare, bere dormire e divertirsi. Il modo migliore per **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Il dovere principale dell'uomo è servire i suoi simili e renderli felici. La vostra vita sarà redenta solo quando sarete impegnati nel **servizio** alla

società. La più elevata *sadhana* (pratica spirituale) è trasformare l'**amore** in **servizio**. Il **servizio** vi condurrà alla devozione.<sup>6</sup>

### **Pregate per il Benessere di Tutti**

Rinunciate all'egoismo e lavorate per l'unità del vostro Paese. Pregate per il benessere di tutti e conducete una vita esemplare. La vita umana non vi è stata data per desiderare spasmodicamente gli oggetti del mondo. Dovete offrire un esempio al mondo. Qual è tale ideale? Dovete aiutare tutti al massimo delle vostre capacità. Il modo migliore per **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Facendo del **servizio** e dell'**amore** i vostri ideali, dovete, da questo momento, iniziare una nuova vita: questo è il Mio augurio e la Mia benedizione per voi.<sup>7</sup>

### **Il Denaro Viene e Va, mentre la Moralità Viene e Cresce**

Non odiate nessuno: tutti sono vostri fratelli e sorelle. Coltivate lo spirito di Fratellanza dell'Uomo e Paternità di Dio. **Servite tutti** con **amore**.

“Non con le penitenze, né con i pellegrinaggi, lo studio delle Scritture, o la recitazione del Nome di Dio (*Japa*) si può attraversare l'oceano dell'esistenza. Ciò si può ottenere solo servendo le persone pie.” (Verso sanscrito). Nessuna somma di denaro può procurare la beatitudine che potete ottenere servendo gli altri. Il denaro viene e va, mentre la moralità viene e cresce. Su questa terra, ci sono stati molti uomini benestanti, ma, alla fine, che ne è stato di loro? Essi dovettero lasciare il mondo a mani vuote. Al momento della dipartita dal mondo, nessuno può portare neppure una manciata di povere; diversamente, anche la polvere sarebbe stata razionata nel Paese. Quando voi lasciate il corpo, portate con voi solo ciò che di buono e cattivo avete fatto nella vostra vita.<sup>8</sup>

### **Dio è Interessato Solo all'Amore e al Servizio**

Dovreste impegnarvi nel **servizio**. Infatti, le mani vi vengono date per **servire** l'umanità. Mani che **servono** sono più sacre di labbra che pregano. Quindi, impegnatevi nel **servizio** disinteressato e otterrete grandezza. Quando svolgete un buon lavoro, godete di pace nella vita. Oggi, i ragazzi che cantano i *bhajan* sono ex studenti dell'Istituto. Essi si sono impegnati in parecchi servizi per compiacere Swami. Dio non è interessato all'adorazione o ad altre *sadhana* (discipline spirituali). Egli è interessato solo al **servizio**. Perciò, fate **servizio**, e ancora **servizio**. Il modo migliore per **amare** Dio è **Amare tutti** e **Servire tutti**. Dio è interessato solo all'**amore** e al **servizio**. Se potete riconoscere l'importanza di queste due *sadhana* e adeguarvi a esse, non può esserci migliore *sadhana*.

Non è necessario spendere molti soldi nel **servizio**. Santificate la vostra vita impegnandovi nel **servizio** amorevole: otterrete eterna gioia.<sup>9</sup>

### **Dove c'è Purezza, c'è Divinità**

Fra pensieri, parole e azioni deve esservi armonia. Quando fra questi tre c'è unità, ci sarà purezza. Dove c'è purezza, c'è Divinità. Qualunque cosa vi venga fatta dagli altri, consideratela buona per voi. Fate attenzione, in ogni circostanza, a non perdere la vostra umanità. Di fatto, l'umanità è la vostra proprietà più preziosa.

“**Amate tutti e servite tutti.**” Solo allora potete condurre una vita sana e felice. Non mangiate cibo scadente o sconsigliato. Dovete consumare cibo buono, *satvico* (puro) e offrirlo prima a Dio. Voi non offrite a Dio qualunque cibo, non è vero? Viene offerto a Dio il cibo *satvico* che viene preparato, con sentimenti puri, in un recipiente pulito. Il cibo così offerto a Dio deve essere consumato come *prasadam* (cibo benedetto). Buon cibo porta a buona salute e, dalla buona salute, scaturiscono buoni pensieri. Sfortunatamente, oggi c'è disarmonia fra i nostri pensieri, le parole e le azioni. Diciamo una cosa e ne facciamo un'altra.<sup>10</sup>

## **Amate Tutti, Non Odiare Nessuno**

**Amate** tutti, ma non fidatevi di chiunque senza discriminazione. Chi pone la sua fiducia interamente negli altri è destinato alla rovina. **Amate tutti, Servite tutti**, ma riponete fiducia in voi stessi; sviluppate fiducia in voi stessi. Abbandonate i desideri mondani. Alimentate sentimenti divini e abbandonate quelli mondani. Questo è il *dharma* (retto sentiero) dell'umanità. Studenti! Voi studiate nelle istituzioni Sai; avete studiato bene e superato gli esami. Prendete il giusto sentiero; sviluppate buone qualità. **Amate tutti**, non odiate nessuno. **Amate** anche coloro che nutrono ostilità verso di voi. Questa è la caratteristica di Sai. Ci sono molti che Mi sono ostili; molti Mi ridicolizzano o Mi criticano. Se lo dicono ad alta voce, ciò si perde nell'aria; se lo dicono interiormente, ritorna a loro. Nulla di ciò Mi raggiungerà. Quindi, non si dovrebbe dare importanza alla lode o al biasimo. Fate in modo che il principio dell'**amore** sia installato saldamente in voi. Questo è ciò che Madre Easwaramma praticava e insegnava.

Affrontate le vicissitudini della vita con fiducia. Io non sono mai scoraggiato dalle difficoltà e dagli ostacoli. Se in voi non ci sono mancanze, perché dovrete aver paura? **Amate** anche coloro che vi criticano. Questo è l'ideale che Swami si aspetta quando dice: “La Mia Vita è il Mio Messaggio.” Se conducete la vostra vita in stretto accordo con il Mio ideale, potrete raggiungere lo stesso livello. Perciò, sviluppate buone qualità e aiutate chi è in difficoltà.<sup>11</sup>

## **Timore del Peccato e Amore per Dio**

Ogni devoto deve coltivare **amore** e compassione. È detto: *Thyagenaike amruthathwamanasuh* (solo con il sacrificio è possibile ottenere l'immortalità). Solo una persona con la qualità del sacrificio può sperimentare la beatitudine. Chi ha i sentimenti egocentrici di “io” e “mio” non può mai essere felice nella vita. Dove c'è il sentimento di “io”, sorge l'ego. Chi coltiva il sentimento di “mio” e di “mia gente” sviluppa attaccamento.

Non si deve mai alimentare il sentimento secondo cui solo il proprio Paese dovrebbe prosperare. Sviluppate una visione più ampia e pregate *Lokah samasthah sukhino bhavanthu* (Possa tutto il mondo essere felice!).

Coloro che alimentano i sentimenti ristretti di “io” e “mio” vanno incontro a numerose sofferenze. Ciò è dovuto all'educazione mondana che hanno ricevuto. L'istruzione mondana non va oltre al proprio interesse egoistico. Dovremmo **amare tutti** e **servire tutti**. Oggi i ricchi hanno perso le qualità di *papa bheeti* e *daiva preeti* (timore del peccato e **amore** per Dio). Se coltivate solo queste due qualità, potrete ottenere tutto nella vita.<sup>12</sup>

## Usate la Vostra Conoscenza per il Bene degli Altri

Ogni uomo dovrebbe riconoscere che il corpo gli è stato dato per rendere **servizio** agli altri. Dovete usare il corpo per promuovere il benessere della società. A che serve lo studio interminabile di libri se non usate la vostra conoscenza per il bene degli altri? Una mente che non è utilizzata per dare gioia agli altri, o un corpo che non viene usato per l'altrui **servizio** sono del tutto inutili. Il modo di **amare** Dio è di **amare tutti** e **servire tutti**. Gli studenti dovrebbero assimilare pienamente questo ideale. L'uomo dovrebbe impegnarsi a fondo per diventare buono e virtuoso: solo quando egli sarà colmo di buoni pensieri e buoni sentimenti, e compirà buone azioni, la sua vita diverrà ricca di significato. Queste buone qualità serviranno a fare di voi un uomo migliore.<sup>13</sup>

## Pensate Solo a Dio

Oggi, la pace non si trova da nessuna parte nel mondo. Ovunque si trovano solo "pezzi" (divisioni). La pace si trova solo qui: portatela con voi. Questo è un luogo santificato dalle vibrazioni di numerosi buoni devoti. Molte nobili anime hanno trascorso la loro vita qui. Riempite i vostri cuori dei loro nobili pensieri. Non preoccupatevi di ciò che possono dire gli altri. Sviluppate fiducia in voi stessi e procedete verso l'autorealizzazione spirituale tramite il vostro sacrificio. Ignorate i problemi inevitabili della vita, che sono nuvole passeggere. Pensate solo a Dio; non esiste nulla di più importante. Cercate di ottenere l'**Amore** Divino. L'**Amore** è Dio, vivete nell'**Amore**. Il modo migliore per **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Tutti sono incarnazioni di Dio. Alimentate l'**Amore**, aderite alla Verità, seguite la Rettitudine, ottenete la Pace: questa è, in questo giorno, la speciale benedizione di Swami per tutti. Ovunque siate, parlate soffusamente e dolcemente. In tal modo, guadagnerete la stima della società. Questa è la ricompensa più preziosa che avete per trascorrere il Nuovo Anno.<sup>14</sup>

## Intelletto Senza Ego

Gli innumerevoli interessi mondani in cui indulgete vi danno solo piaceri effimeri e non una beatitudine vera e durevole. Quindi, dovete sviluppare la visione interiore; quella esterna è degli animali. Non dovete scendere al loro livello; non è questa la vera natura dell'uomo. Dovreste purificare i vostri sentimenti e sviluppare un intelletto puro, saldo e senza ego: solo allora sarete in grado di **amare tutti** e **servire tutti**.

## Amate Tutti Perché Dio è in Ognuno

È inutile cercare Dio; in verità, voi siete il Divino. Impegnatevi a fondo a comprendere questa verità. Esiste un modo semplice e facile: credete fermamente che ogni essere umano è un'incarnazione del Divino. **Amate** tutti, **servite** tutti. Il modo migliore per **amare** Dio è **amare tutti, servire tutti**.<sup>15</sup>

Dovete **amare** tutti perché Dio è in ognuno. Ogni essere umano è una manifestazione di Dio. Nel palcoscenico cosmico ogni uomo identifica se stesso con la forma e il nome datigli, ma non comprende quali siano la sua vera forma e il suo vero nome.<sup>16</sup>

## Non Fate del Male agli Altri

Dio è in voi e in tutti; quindi, far del male agli altri equivale a farlo a Dio. Non criticate né trovate colpe nel prossimo. **Amate tutti, Servite tutti**. Rispettate, adorare e venerare i vostri genitori; essi costituiscono la vera ricchezza della vostra vita. Le loro benedizioni vi conferiranno salute e ricchezza. Quando **amate** e **servite** i vostri genitori, Dio viene da voi personalmente.<sup>17</sup>

## Non Sempre si Possono Fare Cortesie, ma si Può Sempre Parlare Cortesemente

Voi attribuite a Dio varie forme e nomi per vostra personale soddisfazione, ma Dio è essenzialmente uno solo. Che si tratti di Rama, Krishna, Allah o Gesù, tutti i Loro insegnamenti sono mirati all'emancipazione dell'uomo. Nessuna religione predica la violenza o di far del male a qualcuno. Alcune persone dalla mente maligna stanno interpretando male i sacri insegnamenti e indulgono in azioni malvagie. Tutte le anime nobili hanno insegnato cose sacre. Esse affermavano: "**Amate tutti**", e non predicavano l'odio. Dio non dice mai a nessuno di uccidere gli altri. Nessuno ha il diritto di uccidere l'altro perché lo stesso *Atma* è presente in tutti. Nel nome di Dio, la gente commette crimini efferati; ciò non è bene per nessuno. **Amate tutti, Servite tutti**. Non sempre si possono fare cortesie, ma si può sempre parlare cortesemente. Non esiste Dio più grande dell'**amore**. L'**amore** è Dio, vivete nell'**amore**. Distruggete le qualità malvagie.<sup>18</sup>

## L'Amore è l'Interruttore Principale

Voi avete l'idea errata di rendere **servizio** agli altri. Dovreste abbandonare tale sentimento: solo allora il **servizio** che compite diventa autentico **servizio** nel vero senso del termine. **Servizio** non significa semplicemente aiutare gli altri. Il modo migliore di **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Le vostre azioni di **servizio** dovrebbero essere soffuse dello spirito dell'**amore**. Senza l'aspetto positivo dell'**amore**, tutto il **servizio** diventa di natura negativa.

Tutti i corpi sono come lampadine e l'**amore** è l'interruttore principale. Solo quando questo viene premuto, i corpi irradiano luce e felicità verso tutti. Voi spegnete l'interruttore principale e cercate di sperimentare la felicità. Ciò è impossibile. *Hrid + daya* (compassione) = *Hridaya* (cuore). Il vostro cuore dovrebbe essere colmo di compassione. Tutte le vostre attività devono essere soffuse d'**amore**. Non esiste forza superiore all'**amore**.<sup>19</sup>

## Non Considerate Nessuno come un'Altra Persona

Tutti gli attaccamenti mondani sono il risultato del vostro pensare illusorio. Non c'è realtà in ciò. Quando i vostri pensieri e sentimenti non sono nella giusta direzione, siete destinati a soffrire. Invece di impelagarvi nelle cose del mondo, dovrete impegnarvi nel **servizio** alla società.

Quando vi dedicherete al **servizio**, i vostri problemi diminuiranno. **Amate tutti, Servite tutti**. Non considerate nessuno come un'altra persona: sviluppate il sentimento che voi e quella persona siete una cosa sola. L'umanità intera è una. Ciò che vedete nel mondo è solo la reazione, il riflesso e la risonanza dell'unica realtà. Una volta compresa questa verità, troverete la pace e solo così la vostra mente sarà stabile e unidirezionale nello studio e nella professione. Pertanto, innanzitutto, impegnatevi nel **servizio** alla società.<sup>20</sup>

## **Tutti Sono Uno; Siate Equanimi con Tutti**

Quando qualcuno vi chiede il nome, voi ne dite uno. Di fatto, quel nome vi è stato dato dai vostri genitori; non siete nati con quel nome. Al momento della nascita, voi siete solo un piccolo corpo; i nomi vengono dati successivamente. Sfortunatamente, oggi, si indulge in dispute anche nel caso di Dio, sulla base dei nomi e delle forme. In verità, chiunque incontriate, è un'incarnazione della Divinità. Incontrate, ad esempio, un mendicante; anch'egli è Dio. Dio è in quella forma. Quindi, offriteGli i vostri reverenti omaggi. Nel fare ciò, non c'è nulla di sbagliato. Tutti sono uno; siate equanimi con tutti. **Amate tutti** e **servite tutti**, che si tratti di un mendicante o di un milionario.<sup>21</sup>

## **Dio Illumina la Vita di Ognuno**

Lo stesso *Atma* è presente in tutti. Quando prendete in considerazione il Principio Atmico, tutti sono uno. In questa Sala sono presenti tanti individui. L'*Atma* in tutti loro è uno e il medesimo. C'è un unico sole nel cielo: esso dà luce a tutto il mondo. Allo stesso modo, Dio è come il sole che illumina la vita di ciascuno. Quando criticiamo gli altri, ci facciamo travolgere dalle tenebre. Perciò, **amate tutti** e **servite tutti**.

Se qualcuno vi insulta, lasciatelo fare: l'offesa si disperderà nell'aria. Perciò, pensate sempre che nessuno può criticarvi. Abbiate fiducia che Dio vi proteggerà sempre. Sviluppate salda fede in Dio. Molte persone negano l'esistenza di Dio. Se non c'è Dio, da dove siete venuti voi? Qual è il luogo della vostra origine? Se non avete fede in Dio, tutta la vostra vita è sprecata.

Quindi, Incarnazioni dell'**Amore**, sviluppate verità e **amore**. Quando avrete entrambi, verità e **amore**, allora avrete la pace. Quando avete pace, potete condurre un'intera vita felice. Non nutrirete odio per nessuno. Avete odio solo quando vi mancano **amore** e verità. Nella vostra vita, dovrete tenere assieme **amore** e verità. Quando avrete **amore** amerete tutti; renderete tutti felici. Perciò, custodite gelosamente nel vostro cuore l'**amore** e la verità e non dimenticateli mai, nemmeno nei vostri sogni.<sup>22</sup>

## **Il Dovero è Dio, il Lavoro è Adorazione**

L'istruzione dovrebbe riempire il cuore d'**amore** e compassione. Per formare l'acqua, si uniscono due parti di idrogeno e una di ossigeno. La grandezza consiste nel dividere equamente l'acqua, non nel farla. Ognuno ha uguale diritto all'acqua. Oggi, tutti combattono per i diritti, ma che dire delle responsabilità?

Non è necessario lottare per i diritti. Assumetevi le vostre responsabilità e i diritti seguiranno. Fate il vostro dovere. Il dovere è Dio; il lavoro è adorazione. Qual è il vostro diritto? Il vostro diritto è di rendere tutti felici. **Servite** tutti e rendete tutti felici senza aspettarvi nulla in cambio. Il **servizio** è Dio. Il modo migliore di **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Parlate piano e dolcemente. Non sempre si possono fare cortesie, ma si può sempre parlare cortesemente.<sup>23</sup>

## Servite la Vostra Madrepatria

Smettete di smaniare per i Paesi stranieri dopo aver terminato i vostri studi. **Servite** la vostra Madrepatria. Il Signore Rama disse: “*Janani janmabhoomischa swargadapi gareeyasi*” (madre e madrepatria sono più grandi del paradiso). Quindi, lavorate per la vostra Madrepatria e **servite** i poveri. Il modo migliore di **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Quando è necessario, **servite** gli altri. Siete nati per sperimentare l'**amore**. La vostra vita è piena d'**amore**, ma voi siete incapaci di comprendere questo principio d'**amore**. A questo mondo, non c'è nulla di più grande dell'**amore**. L'**Amore** è Dio, Dio è **Amore**; perciò, vivete nell'**amore**.<sup>24</sup>

## Se Solo C'è Amore, Potete Ottenere Qualunque Cosa

Io desidero che tutti voi viviate una vita di **amore** reciproco. “**Ama tutti! Servi tutti!**” Questa è la Mia esortazione per voi. Se solo c'è **amore**, potete ottenere qualunque cosa. L'**amore** è tutto. “L'**amore** è vita, la vita è **amore**.”

La vita è associata all'**amore**, non all'odio. Oggi, ovunque guardiate c'è odio, odio, odio! Questo non è un buon segno. Essendo nati come esseri umani, non è appropriato possedere qualità animali, gettando al vento le qualità umane. A tal riguardo, a volte gli animali sembrano migliori degli uomini. Sembra che essi possiedano qualità umane. Oggi, gli animali si stanno trasformando in esseri umani e gli esseri umani stanno degenerando in animali. Ciò non è giusto. Gli esseri umani dovrebbero condurre la loro vita come tali: essi dovrebbero rafforzare le proprie qualità umane.<sup>25</sup>

## Non c'è Nessuno a Questo Mondo Che Possa Darci Più Amore di Dio

Qualcuno mostra grande **amore** per degli estranei, ma, in casa sua, non mostra lo stesso **amore** per sua madre e suo padre. Prima di tutto dobbiamo **amare** i nostri genitori, poi le altre persone. Non dovremmo però limitare il nostro **amore** solo ad amici e parenti; dobbiamo **amare tutti**. Solo allora Dio riverserà il Suo **amore** su di noi.

Quando vedete qualcuno in difficoltà o una persona ferita sulla strada, non mostrate indifferenza verso di loro. Qualunque lavoro urgente stiamo compiendo, dobbiamo cercare di rimuovere la loro sofferenza: allora Dio si manifesterà davanti a noi e ci riempirà di energia. A questo mondo, non c'è nessuno che possa darci più **amore** di Dio.

Noi facciamo *bhajan* e compiamo attività di **servizio** solo per ottenere l'**amore** di Dio. L'**amore** di Dio ci colma di grande energia. È solo Dio a darci questa energia. Perciò, **amate** Dio e **amate** tutte le persone che sono veramente figli di Dio.

Alcuni bambini diventano orfani. Voi dovrete alleviare le loro sofferenze. Allora, la vostra vita come esseri umani diverrà degna di essere vissuta. Voi vedete una persona in difficoltà e andate via senza mostrarle alcuna gentilezza. Non c'è peccato più grande di questo. In seguito, quando potreste voi trovarvi in difficoltà, anche i vostri amici vi ignoreranno e derideranno. Perciò, dovete **amare** gli altri e ricevere il loro **amore**. Benevolenza e gentilezza sono una parte molto importante del *dharma* (rettitudine).<sup>26</sup>

## Dio Non Prova Odio Per Nessuno

Tutti sono figli di Dio. Dio è il loro solo padre. Quindi, dobbiamo **amare tutti**. Gli altri potrebbero non **amarci**, ma noi dobbiamo **amare tutti** e **servire tutti**! Le persone tengono le

distanze da noi fintantoché non comprendono il potere dell'**amore**. Una volta compreso e sperimentato l'**amore**, esse diventano una cosa sola con noi. Io attenderò tale trasformazione nel cuore della gente.<sup>27</sup>

### **Godete la Beatitudine Eterna**

A questo mondo, l'uomo esegue vari compiti e vive molte esperienze, ma che gli serve tutto ciò che fa se non è in grado di godere la beatitudine eterna? L'uomo non può ottenerla né con la ricchezza, né con l'azione, né con lo studio dei testi, né con *darshan*, *sparshan* e *sambhashan* (visione, tocco e conversazione) di anime nobili. Egli può visualizzare la manifestazione di Dio e sperimentare la beatitudine solo quando purifica il suo cuore. **Amate tutti**. Abbiate fede nel fatto che Dio è presente in tutti. Rendete tutti felici: solo allora potrete ottenere la beatitudine; è impossibile per voi ottenerla senza rendere felici gli altri.<sup>28</sup>

### **Dio è Ovunque**

Ciò di cui oggi il mondo ha bisogno è il **servizio**. Dovremmo **amare** tutti. **Amate Tutti, Servite Tutti**: questo è ciò che si presume noi facciamo. Qualunque lavoro possiamo compiere, dovremmo eseguirlo con il sentimento che stiamo facendo il lavoro di Dio. Non c'è luogo, a questo mondo, ove Dio non sia presente. Egli pervade tutto. Non dubitate mai del fatto che Dio sia qui e non là; Egli è dappertutto. Dio è in voi, con voi, sopra di voi, sotto di voi e intorno a voi.<sup>29</sup>

« »

## ***La Grazia di Dio***

### **Meritate la Grazia di Dio**

Dio è l'Incarnazione della Compassione. Egli vigila attentamente per trovare un granello di bontà o umiltà, così da poterle ripagare con tonnellate di Grazia.<sup>1</sup> Meritatevi la Grazia di Dio aiutando i deboli e i poveri, i malati e i disabili, gli afflitti e gli oppressi.<sup>2</sup>

Alimentate le qualità divine di **amore**, compassione, umiltà e rispetto per tutti gli esseri viventi, rispetto verso la terra e tutti gli altri elementi. Potete così attirare su di voi la Grazia di Dio e rendere la vostra vita utile e fruttuosa.<sup>3</sup> Più che ascoltare cento lezioni o farle agli altri, con l'offerta di un solo atto di autentico **servizio** attirerete la Grazia di Dio.<sup>4</sup>

### **Un'Importante Lezione del Ramayana**

Molte persone si lamentano che le loro difficoltà non sono finite e che Dio non ha mostrato compassione per loro. Esse farebbero bene a imparare una lezione da un episodio del Ramayana.

Dopo che Vibhishana era diventato amico di Hanuman, un giorno gli chiese: "Hanuman! Sebbene tu sia una scimmia, sei stato il beneficiario della grazia del Signore. Nonostante io sia stato incessantemente impegnato nella contemplazione di Rama, come mai non ho ottenuto la Sua grazia? Hanuman rispose: "Vibhishana! È vero che canti incessantemente il nome di Rama, ma in quale misura sei impegnato nel **servizio** a Rama? Attraverso la semplice contemplazione del nome di Rama non puoi ottenere la Sua grazia. Quando tuo fratello Ravana ha rapito

Sitadevi, quale aiuto le hai dato? Hai forse fatto qualcosa per alleviare anche solo un po' il dolore di Rama?"

I devoti devono comprendere che semplicemente pronunciando "Rama, Rama!" non ci si può guadagnare la grazia del Signore. In quale misura state attuando le ingiunzioni di Rama, Krishna o Baba? Fino a che punto state mettendo in pratica gli insegnamenti della *Bhagavad Gita*? Se non si mettono in pratica i precetti, qualunque quantità di ripetizioni del nome del Signore non servirà a nulla. Sarà semplicemente come far suonare un disco in un grammofono. Il nome del Signore deve impiantarsi nel vostro cuore. Oggi, a causa delle particolari caratteristiche dell'Era di Kali, la gente pensa che sia sufficiente la sola ripetizione del nome del Signore per raggiungere lo scopo della vita, ma ciò è un errore. Potete ottenere la corrente con il semplice cavo negativo? Essa fluirà solo quando il filo positivo e quello negativo sono combinati. La devozione deve trovare espressione nel dedicare il **servizio** a Dio.

Incarnazioni dell'amore! Quando recitate con **amore** il nome del Signore, quando mettete in pratica le Sue ingiunzioni e guardate al mondo come a una manifestazione del Divino, siete destinati a ricevere la grazia del Signore. Abbiate questa ferma convinzione. Non fate le cose nell'errata concezione che il mero canto del nome di Dio sia da solo utile e adeguato; assieme a esso, dovete prendere parte ad attività sacre. Non dovete badare a nessun ostacolo possiate incontrare. Questa è la lezione trasmessa da Hanuman quando superò ogni ostacolo che incontrò allorché si mise alla ricerca di Sita. Hanuman si distingue come supremo esempio di devoto e determinato **servizio** al Divino.

Dedicate, ogni giorno, almeno cinque minuti alla recita del nome del Signore e alcuni minuti a qualche tipo di **servizio** offerto alle persone bisognose e derelitte. Nelle vostre preghiere giornaliere, includete una preghiera per il benessere di tutte le persone del mondo. Non siate preoccupati solo del vostro benessere e della vostra salvezza. Cercate di condurre una vita libera da malanimo e offesa agli altri. Considerate ciò come una sorta di disciplina spirituale e redimete la vostra vita.<sup>5</sup>

————— « » —————

## ***Legge del Karma e Servizio Disinteressato***

### **Ogni Karma ha una Conseguenza**

Esiste una legge di causa-effetto; ogni *karma* (azione) ha una conseguenza, che vi piaccia o no, che ve lo aspettiate o meno. Un buon *karma* produce buoni risultati; un cattivo *karma* è destinato a produrre risultati negativi. La nascita è il risultato del *karma* creato prima della morte. Se vi viene chiesto che cosa avviene dell'uomo dopo la morte, potete indicare voi stessi e dichiarare: "Questo è ciò che accade": si nasce nuovamente. Questa non è la religione della disperazione; è la religione della speranza, della fiducia, dell'incoraggiamento a condurre una vita attiva, utile, benefica.<sup>1</sup>

Un significato di *karma* ampiamente accettato è che esso è il proprio destino, o fato, l'inevitabile "scritta" in fronte che deve trovare attuazione e a cui non si può sfuggire. La gente, però, dimentica che ciò non è scritto da qualche altra mano. È tutto scritto di proprio pugno e la mano che lo ha fatto può anche cancellarlo.<sup>2</sup>

Lo stato della vita presente è stabilito in base alle attività di vite precedenti. Quando il Preside rilascia una certificazione con le note caratteristiche con cui voi fate la richiesta di

lavoro, egli struttura il giudizio facendo riferimento alla vostra condotta degli anni antecedenti, quando eravate nelle classi precedenti. Voi siete responsabili del tipo di certificato. Se la vostra condotta è stata buona, avrete un buon giudizio e un buon lavoro; se è stata cattiva, avrete un giudizio negativo e un lavoro mediocre. Siete voi che scrivete, voi che cancellate la scritta sulla testa, ovvero al “destino”.<sup>3</sup>

### **Dio Riflette, Riecheggia e Reagisce Solamente**

Dio non ha niente a che fare né con i premi né con le punizioni. Egli riflette, riecheggia e riflette solamente! Egli è l'Eterno Imparziale Testimone. Siete voi a decidere del vostro destino.<sup>4</sup>

Dio non ha desideri o bisogni. Egli non conferisce né toglie: è l'eterno testimone. Per dirla in un linguaggio che potete comprendere, Egli è come il postino che non si occupa del contenuto delle lettere che recapita ai vari indirizzi; una lettera può comunicare la vittoria, un'altra la sconfitta. Voi ricevete ciò per cui avete lavorato. Fate il bene e avrete in cambio il bene; se fate il male, accettate che esso vi ritorni. Questa è la legge, e non esiste davvero aiuto o impedimento.<sup>5</sup>

### **Non Siete Costretti nella Gabbia di Ferro del Destino**

Dire che Dio è la causa prima di tutto è vero fino a un certo punto; ma voi non siete costretti da Lui nella gabbia di ferro del destino a cui non si sfugge. Egli vi ha dotato di *viveka* e *vairagya* (discriminazione e distacco) e, con un sentimento di deferenza e ammirazione, dovete usarli per raggiungerLo. Sebbene legati, non siete del tutto impossibilitati. Una mucca che viene legata a un palo con una corda può muoversi attorno a esso e brucare nella zona che la corda le consente; quando l'erba è stata tutta mangiata, il padrone può sciogliere il nodo e legare la mucca a un palo più lontano. Pascolate liberamente nella zona che la corda vi consente, ma non allontanatevi troppo dal palo tirando la corda e facendovi male al collo.

Nella terra che vi appartiene, potete far crescere gli alimenti di cui avete bisogno oppure potete sedere pigramente e tenerla a riposo. Voi siete la causa della vostra rovina o del vostro successo. Gli strumenti sono nelle vostre mani: potete diventare abili, spezzare le manette e fuggire, ma se vi abbassate alla schiavitù e ai legami, chi potrà salvarvi? Non incolpate della vostra condizione il fato o *siro-likhitham* (la scritta sul capo). *Likhitham* (la scritta) l'avete creata voi stessi.<sup>6</sup>

### **Una Vita di Buone Azioni Riscatta una Moltitudine di Passati Peccati**

Se coperto da troppa terra, un seme non germinerà. Allo stesso modo, i semi della cattiva condotta non germineranno né matureranno in eventi dolorosi della nostra vita se vengono abbondantemente coperti dal **servizio** amorevole a coloro che hanno bisogno di sostegno, coraggio, **amore** e aiuto. (...) Una vita di buone azioni riscatterà una moltitudine di passati peccati. Il costante impegno nel **servizio** amorevole agli altri copre i semi di peccaminose e dannose azioni passate, in modo che esse si neutralizzino e non sfocino in un nuovo ciclo di sofferenze.<sup>7</sup>

Il **servizio** amorevole ai bisognosi è la forma di devozione che più compiace il Divino. (...) Se, in verità, **amiamo** Dio, allora Egli sarà direttamente davanti a noi come realtà insita nei nostri simili. Il **servizio** amorevole ai sofferenti è un'eccellente espressione di devozione a Dio.<sup>8</sup>

## **Non Dovete Soffrire a Causa del Karma**

Potreste dire che il *karma* della vita precedente deve essere bruciato in quella attuale e che nessuna quantità di grazia può salvare l'uomo da ciò. Evidentemente qualcuno ve lo ha insegnato, ma Io vi assicuro che non dovete soffrire in questo modo a causa del *karma*. Quando un forte dolore vi affligge, il dottore vi prescrive un'iniezione di morfina e voi non lo sentite più sebbene esso sia ancora nel corpo. La grazia è come la morfina: il dolore non viene più avvertito sebbene lo abbiate.<sup>9</sup>

## **Sfuggire alle Conseguenze del Karma**

Studenti! Potreste chiedervi se esista una via di scampo alle conseguenze del *karma*. Sì, è possibile per coloro che ottengono la grazia di Dio. Una volta divenuti contenitori della grazia di Dio, non sarete più esposti al *karma phala* (i frutti dell'azione). Pertanto, dovrete sforzarvi di ottenere la grazia divina. Gli eruditi dicono che è possibile sfuggire al *karma*. Ciò che essi dicono è vero fino a un certo punto; però, una volta guadagnata la grazia divina, anche se dovrete subire le conseguenze del *karma*, non ne avvertirete il dolore.

Prendete, ad esempio, un flacone di medicina. Su di esso trovate la data di scadenza. Dopo tale data, la medicina perderà la sua efficacia. Allo stesso modo, la grazia di Dio farà "scadere" il *karma phala*, annullerà cioè gli effetti del *karma*. Dunque, è possibile sfuggire alle sue conseguenze. Per meritare la grazia divina, l'uomo deve coltivare la forza necessaria e la forza di volontà. Una volta ottenuta la grazia divina, sarete liberi dalle manette del *karma*.

Il Signore Easwara aveva concesso a Markandeya solo sedici anni di vita, ma egli non lo sapeva. Una sera, trovò i genitori immersi nel dolore. In seguito alle sue domande, essi rivelarono che la sua fine era vicina, che quella era la causa del loro dispiacere e dissero: "Il Signore Easwara ha ordinato che tu vivessi solo sedici anni e oggi è proprio il tuo ultimo giorno di permanenza sulla Terra. Domani i tuoi legami terreni saranno sciolti."

Markandeya fu sorpreso di udire ciò. Fu anche dispiaciuto di non averlo saputo prima e disse: "Avrei fatto un uso adeguato del mio tempo se avessi saputo di dover vivere solo sedici anni." Senza perdere nemmeno un minuto, si recò nel tempio di Easwara, abbracciò lo Siva Linga e cominciò a cantare appassionatamente *Om Namah Sivaya*. All'ora stabilita, il Signore Yama (il Dio della morte) gettò il suo cappio al collo del giovane Markandeya. Poiché egli stava abbracciando il *Linga*, il cappio avvolse anche quello.

Easwara, allora, si manifestò e rimproverò Yama: "Come osi lanciare il cappio attorno a Me?" Compiaciuto della devozione di Markandeya, Egli lo benedì col dono dell'immortalità. Era stato infatti Easwara ad aver stabilito sedici anni di vita per Markandeya, ma, per la sua intensa devozione e il suo completo abbandono, Easwara dovette cambiare la Sua decisione. L'episodio di Markandeya testimonia ampiamente che si può sfuggire anche al Dio della morte se si diventa contenitori della grazia del Signore Easwara. Pertanto, contemplate Dio e cantate incessantemente il Suo Nome.

Una volta, mentre il Signore Yama stava girando per il mondo, notò che tutti cantavano il nome di Dio. Ovunque andasse, trovava devoti che contemplavano il Signore. "Se tutti cantano il nome di Dio, come riuscirò ad assolvere i miei compiti? Come potrò lanciare il cappio attorno a un devoto?" - egli si chiese, cominciando a pregare in tal modo il Signore Easwara. Allora Questi

gli comparve dinnanzi e disse: “Tu puoi lanciare il tuo cappio su chiunque nel momento stabilito, ma ricorda che solo coloro che hanno fatto esperienza dei frutti dell’azione saranno intrappolati dal cappio. Esso non potrà avvolgersi attorno a coloro che non hanno traccia di *karma phala* (frutti dell’azione). Ecco perché Markandeya è diventato Mia proprietà e Io ho riversato su di lui la Mia grazia.”

Questo è il motivo per cui la gente, non appena si avvicina la fine, canta i nomi divini come “Rama, Krishna, Govinda”. Come dimostrato da Markandeya, i devoti, attraverso le loro preghiere sincere, possono mutare la volontà di Dio. Per quanto riguarda la Divinità, la parola “impossibile” non esiste. Dio può compiere qualunque cosa. Se vi abbandonate completamente a Lui, Egli può cancellare le conseguenze delle vostre azioni e conferirvi la Sua grazia. Non bisogna sentirsi depressi o avviliti pensando che si è legati al *karma phala*. Se le vostre preghiere sono sincere, Dio può cancellarlo. Egli, in risposta alle preghiere di molti devoti, protesse la loro vita e alleviò le loro sofferenze.

Alcune persone, a causa dell’ego, dubitano del potere di Dio e cercano di metterlo alla prova. Esse pensano: “Vediamo come se la caverà.” Tuttavia, Dio non può essere compreso o sperimentato da simili prove: esse sono un inutile esercizio. Le qualità malvagie, come l’ego, la gelosia e l’odio, rovinano la vita dell’uomo. Occorrerebbe fare ogni sforzo per guadagnarsi la grazia di Dio. *Sarvada Sarva Kaleshu Sarvatra Hari Chintanam* (ovunque, in ogni momento e in ogni circostanza, contemplate Dio).

Questo è il motivo per cui Swami vi esorta a intraprendere la *sadhana* spirituale. Il *nagar sankirtan* è una delle *sadhana* prescritte per i devoti. Nessuno sa quando la fine si avvicina. Yama non prende in considerazione ciò che di buono o cattivo uno sta facendo nel momento in cui gli getta il cappio al collo. Si possono lasciare le spoglie mortali anche mentre si sta facendo il *nagar sankirtan*. Pertanto, bisognerebbe essere sempre pronti ad affrontare Yama, cantando il Nome di Dio. Dovreste intraprendere la pratica spirituale e ottenere la grazia di Dio in modo da liberarvi del *karma phala*. Non bisogna sentirsi avviliti e rassegnarsi al proprio destino. Con delle preghiere sincere si può facilmente superarlo. La storia di Markandeya testimonia ciò oltre ogni dubbio. Tutto dipende dalla grazia di Dio.<sup>10</sup>

### **Pensate Costantemente a Dio**

Ognuno deve affrontare le conseguenze delle proprie azioni. Nessuno può predire quando e come, ma siete destinati a fronteggiarle. Tuttavia, se pensate costantemente a Dio, non incorrerete mai nel dolore. Egli sarà sempre con voi, in voi, attorno a voi, proteggendovi. Potete adorarlo con qualunque nome: Gesù, Rama, Krishna ecc., ma ricordate che Dio è uno, la meta è una, la verità è una e l’amore è uno. L’amore è Dio. Custodite scrupolosamente nel vostro cuore questo principio di unità e riponete in esso salda fede. Allora Dio si prenderà sicuramente cura di voi ovunque siate, in una foresta, in cielo, in una città, in un villaggio, sulla cima di una montagna o in alto mare.<sup>11</sup>

Qualunque cosa facciate, fate in modo che piaccia al Signore. *Sarva karma bhagavad preethartham* (fate ogni azione per compiacere Dio). Allora, non ne deriverà alcun peccato. Per sperimentare il Principio Atmico, non c’è sentiero più facile di questo.<sup>12</sup>

## *Amore e Servizio Disinteressato*

### **Il Segreto della Nascita Umana**

Quali esseri umani, dovrete desiderare, cercare e gioire di una sola cosa, cioè l'**amore** per Dio. Quando avrete **amore** per Dio, non indulgerete mai in cattive azioni. Una volta che avrete gustato il nettare, sentirete forse il desiderio di cose amare? Allo stesso modo, solo una persona che non ha mai provato **amore** per Dio cercherà piacere negli oggetti materiali. Se si realizza la verità – la purezza e l'immortale natura dell'**amore** per Dio – non si potranno poi mai perseguire piaceri mondani falsi e transitori.

L'uomo deve comprendere che la nascita umana non viene donata semplicemente per i piaceri mondani, ma per sacrificare tutto e trarre piacere dalla rinuncia e dal sacrificio. Questo è il segreto della nascita umana. Compilate attività che portino del bene a tutti. Non odiate nessuno né causate dolore ad alcuno. Sviluppate qualità virtuose, perché solo così fiorirà in voi l'umanità. Indulgere in azioni demoniache mentre si ha forma umana significa degradare la natura umana.

Nel mondo, ci sono molte persone ricche e anche persone con alte posizioni di grande potere. Tuttavia, godono tutte di pace mentale? No, no! Possono fingere di essere felici, ma la pace risiede solo nel cuore di quelle persone che non hanno desideri. Solo questa pace è la corona dell'uomo, il suo gioiello più prezioso e una spada affilata nelle sue mani. Tale pace è come un dolce nettare nel cuore. Se volete goderne, dovete dominare i vostri desideri, sviluppare **amore** per Dio e intraprendere attività di **servizio**.

### **Dove c'è Amore, Dio si Manifesta Sicuramente**

Considerate sempre voi stessi come servitori e non capi. La vera gioia si trova nell'essere servitori. Non esiste felicità nell'essere capi. A dire il vero, non si tratta di comando: è schiavitù. Entrate in società, servite i poveri, aiutate i derelitti e considerate tali azioni **servizio** a Dio. Questa è una grande opportunità. Installate Dio nel vostro cuore e siate pronti a fare **servizio**.<sup>1</sup>

L'**Amore** è Dio, Dio è **Amore**. Dove c'è **Amore**, Dio sicuramente si manifesta. **Amate** sempre più persone; **amatele** con intensità sempre maggiore. Trasformate l'**amore** in **servizio**; trasformate il **servizio** in adorazione: questa è la suprema *sadhana*. Non esiste essere umano senza la scintilla dell'**amore**; persino un pazzo ama intensamente qualcosa o qualcuno. Dovete riconoscere, però, che questo **amore** non è che un riflesso del *Premaswarupa* (incarnazione dell'**Amore**) che è la vostra realtà, quella del Dio che risiede nel vostro cuore. Senza la sorgente dell'**Amore** che trabocca nel vostro cuore, non sarete affatto indotti ad **amare**. Riconoscete quella sorgente, confidate sempre più in essa e sviluppatene le possibilità; provate a irrorarne il mondo, eliminate da essa ogni traccia di ego, non cercate per essa nulla in cambio da coloro a cui la estendete. Non create fazioni nei vostri affari quotidiani, né provate gusto nell'odiare. Vedete il bene negli altri e gli errori in voi stessi. Rispettate gli altri come esseri in cui Dio dimora; rispettate anche voi stessi come sede del Divino. Rendete puro il vostro cuore in modo che Egli possa risiedervi.<sup>2</sup>

È solo *prema* (l'**amore**) a poter concretizzare con successo programmi di servizio ed elevare. L'**amore** crea comprensione; l'**amore** mostrerà la strada là dove l'odio può solo confondere.<sup>3</sup>

Tutti sono bramosi di prendere, nessuno zelante nel dare. Il motivo è l'assenza d'**amore**, **amore** che trascende casta, credo, colore e gli steccati eretti fra uomo e uomo. Riempitevi il cuore d'**amore** e distribuitelo a tutti. L'**amore** aumenta con ogni dono d'**amore**; il cuore che riversa **amore** è sempre pieno. Dio è lì come **amore** e, quando condividete l'**amore** con gli altri, voi lo state attingendo da Lui.

L'espansione è **amore**, è vita; la contrazione è morte, è odio. Pregate per il bene di tutti, desiderate ardentemente la prosperità di tutti, non di una sola persona, di un partito o di una nazione. Se affligge una persona, la smania di potere degenera in mania e, nella sua scia, porta grande confusione e calamità. Siate servitori, non padroni.<sup>4</sup>

### **L'Amore è Dio; Vivete nell'Amore**

Di tutte le virtù, l'**amore** è la principale. Se si alimenta l'**amore**, tutte le altre virtù fluiscono da esso. In ogni forma di *sadhana*, l'**amore** ha il primo posto. L'**amore** è il più alto simbolo dell'umanità. L'**amore** è Dio; vivete nell'**amore**. Iniziate il giorno con **amore**, riempite il giorno d'**amore**, terminate il giorno con **amore**. Dovete impegnarvi nel *seva*, eliminando ogni traccia di *ahamkara* (presunzione). Il nostro degrado è il risultato dell'aver dimenticato Dio. Quando ricordiamo Dio, la nostra vita si colma di pace e felicità.<sup>5</sup>

Il giorno in cui decidete di mettere in pratica i Miei consigli, di seguire le Mie direttive, di tradurre in azioni il Mio Messaggio di **servizio** e di impegnarvi nella *sadhana*, quel giorno è, per voi, il Mio compleanno. Il 23 novembre, che voi ora onorate come giorno della Mia nascita, è come qualunque altro giorno se lo celebrate come un'abitudine, un rituale di moda. Se adorate l'uomo, l'adorazione Mi raggiunge; se lo trascurate, trascurate Me. A che serve adorare il Signore e annullare l'uomo, la Sua controparte? L'**amore** per Dio deve manifestarsi come **amore** per l'uomo, e l'**amore** deve esprimersi come **servizio**.

Solo attraverso l'**amore**, l'**amore** acquisito attraverso la *sadhana* e, come tale, condiviso con tutti, tanto l'individuo quanto la nazione possono ottenere la pace. La Mia Vita è il Mio Messaggio, e il Mio Messaggio è l'**amore**. Questo spiega il motivo per cui vi siete qui riuniti a centinaia di migliaia.<sup>6</sup>

————— « » —————

### ***Il Controllo della Mente Attraverso il Servizio***

#### **La Pace è nella Vostra Mente**

Ogni essere umano vuole avere la pace. Essa non si trova in un luogo distante. È una perdita di tempo cercarla nella religione. Chi aspira alla pace deve abbandonare la sua ricerca nella religione e cercarla nella propria mente. La pace è nella vostra mente e non nella vostra religione. Poiché stiamo cercando questa pace all'esterno, stiamo solo facendo confusione. Dobbiamo sviluppare la pace all'interno di noi stessi. Tale pace dovrebbe essere alimentata in famiglia; dalla famiglia dovrebbe essere diffusa nei villaggi; dal villaggio allo Stato e da lì alla nazione.

Se non c'è pace nell'individuo, come può esserci nella nazione? Purtroppo, oggi, in nome della diffusione della pace del mondo, stiamo creando caos e procurando dolore alla famiglia, al

villaggio e al Paese. Dovremmo pertanto diventare messaggeri di pace e non *yamaduta* (messaggeri di morte) diffondendo violenza e odio. Ognuno dovrebbe cercare di perseguire la pace individualmente. Da dove possiamo avere questa pace? La si ottiene solo attraverso il **servizio**.

### **Incrementate l'Amore Attraverso la Dedizione e il Servizio**

La mente di una persona non impegnata nel *seva* è l'officina del diavolo. Chi non lavora è immobile come un oggetto inerte. Una simile persona non riesce neanche a dormire e, chi non dorme, comincia a pensare a cose negative. Formula pensieri inutili; in seguito impazzisce. Quando si svolge un lavoro, non c'è posto per tali pensieri indesiderabili. La pace è lo stato libero da pensieri. L'**amore** si sviluppa con tale pace. Questo **amore**, in noi, è innato. Se vogliamo nutrire una pianta, dobbiamo concimarla e annaffiarla. Allo stesso modo, dobbiamo incrementare l'**amore** che abbiamo dentro di noi attraverso la dedizione e il **servizio**.

Il **servizio** nutre la pianta dell'**amore**. L'**amore** è una cosa molto sacra. L'**amore** è il tempo (l'immortalità). Chi desidera tale **amore** non cerca null'altro. La nostra vita è l'incarnazione dell'**amore**. Noi godiamo di questo **amore**, che è realmente fondamentale per la nostra esistenza, in maniera differente. Si tratta solo di egoismo. Si dovrebbe sviluppare questo **amore** nella società; condividetelo con gli altri. L'**amore** si sviluppa attraverso tale reciprocità. Con questo **amore**, i pensieri ristretti cedono il passo all'apertura mentale. In questo vasto mondo, dovremmo sviluppare apertura mentale.<sup>1</sup>

Le tentazioni della mente sono le cause principali del dolore e del piacere, dell'**amore** e dell'odio, e dei desideri materiali. "Questo è mio; quello è tuo." I sentimenti duali sono gli unici motivi dei desideri o delle tentazioni della mente. La ragione di tale dualità è l'egoismo. L'uomo è diventato così egoista da non curarsi del prossimo o di nient'altro che il proprio benessere. La ragione principale di questi sentimenti dualistici di **amore** e odio è l'egoismo.

Chi pensa costantemente al proprio corpo, alla propria famiglia, alla propria ricchezza e alle proprie comodità è davvero un egoista. Il solo modo di purificare un uomo dal cuore così insensibile è il **servizio** all'umanità. È necessario riconoscere che la vita dell'uomo è destinata a essere spesa nel **servizio** disinteressato e nel **servizio** al Sé. Lo scopo di tale vita di **servizio** non è guadagnarsi nome o fama, far sì che il proprio ego si manifesti o perseguire fini personali. Il **servizio** che viene svolto per interesse egoistico non è affatto **servizio**.<sup>2</sup>

---

« »

### ***La Rimozione dell'Egoismo***

#### **Come Rimuovere il Male dell'Egoismo**

I frutti dell'albero della vita umana sono dolci, ma racchiusi nella scorza amara dell'egoismo e dell'ignoranza, e contengono i semi duri e immangiabili del desiderio, dell'ira, dell'orgoglio ecc. Occorre esercitare la propria intelligenza per togliere la scorza dell'ignoranza, gettare via i semi del vizio e della malvagità, e consumare la dolce essenza della vita.

Il **servizio** è lo strumento più efficace per rimuovere il male dell'egoismo. Il **servizio** imprimerà anche, nelle persone che lo fanno, il sentimento di Unità del genere umano. Chi dedica tempo, capacità e forza al **servizio** non potrà mai conoscere sconfitta, angoscia o

delusione, giacché il **servizio** è la sua ricompensa. La sua parola sarà sempre dolce e gentile, i suoi gesti sempre rispettosi e umili. Non avrà nemici, stanchezza, né paura.<sup>1</sup>

L'uomo deve liberarsi dell'idea di essere colui che agisce. Fintantoché l'ego è predominante, non si potrà comprendere l'*Atma* o Consapevolezza Divina. L'egoista non può riconoscere l'*Atma*. Perciò, prima schiacciate il vostro ego. È l'egoismo la causa di tutti i problemi dell'uomo.<sup>2</sup>

### **L'Umiltà di Hanuman**

Come vostro esempio di **seva** prendete Hanuman. Egli servì Rama, Principe della Rettitudine, nonostante ostacoli di ogni genere. Benché fosse forte, istruito e virtuoso, non aveva traccia di orgoglio. Quando a Lanka, dove era entrato così audacemente, i *rakshasa* (demoni) gli chiesero chi fosse, egli si descrisse, in tutta umiltà, come il "servo di Rama". Questo è un mirabile esempio di estirpazione dell'ego che il **seva** deve determinare. Nessuno può servire gli altri mentre il suo ego predomina. Gli atteggiamenti di mutuo soccorso e **servizio** disinteressato sviluppano la "vera natura" umana e favoriscono il manifestarsi nell'uomo della divinità latente.<sup>3</sup>

Questi piccoli atti di **seva** possono conferirvi un grande beneficio spirituale. Per prima cosa, esso distruggerà il vostro egoismo. L'orgoglio trasformerà gli amici in nemici, terrà lontani anche i parenti, sconfiggerà tutti i buoni propositi. Il **seva** svilupperà in voi la qualità dell'umiltà. Essa vi renderà in grado di lavorare in felice unione con gli altri.<sup>4</sup>

Ci sono molti che si fanno avanti quando c'è una chiamata per il **servizio** sociale, ma la maggior parte di essi smaniano per avere pubblicità, cercando visibilità ogni volta che aiutano gli altri e rimangono molto delusi quando non sono menzionati sui giornali! Tali uomini propongono se stessi e scalano posizioni autorevoli solo per fare sfoggio della loro importanza davanti alla gente. Dimenticano che il **servizio** è adorazione, che ogni atto di **servizio** è un fiore posto ai Piedi del Signore e che, se l'azione è contaminata dall'ego, è come se il fiore fosse infestato di viscidetti nocivi! Chi contaminerà i Piedi con tali disgustose offerte? Non siate egocentrici mentre servite le persone del vostro distretto.<sup>5</sup>

« »

## ***Nishkama Karma***

### **Il Vero Significato delle Azioni "Prive di Desiderio"**

A questo mondo, con il proprio corpo, i sensi e la mente, l'uomo non riesce a essere libero dai desideri. Ma come può diventare *Anapeksha* (libero da aspettative)? Quando egli fa qualcosa, considerando se stesso come colui che agisce, le azioni diventano catene che lo legano. Tutte le azioni che vengono compiute con il sentimento di offrirle a Dio per compiacerLo, non porteranno alla schiavitù. Esse diventano *anapeksha* (azioni prive di desiderio). Si deve comprendere che è il principio divino in tutti gli esseri a far sì che tutte le azioni siano compiute attraverso gli esseri umani come strumenti. Fintantoché l'uomo considera se stesso come *karthruthva* (colui che compie l'azione) e *bhokthruthva* (colui che ne usufruisce), non potrà sfuggire alle conseguenze delle sue azioni.

Quando l'uomo considera un certo pezzo di terra come suo, le messi ivi cresciute gli apparterranno. La *Gita* insegna che, quando le azioni vengono compiute come offerta a Dio, esse

diventano azioni “prive di desiderio”. L’uomo è nato per compiere i suoi doveri e non per godere di potere o far valere i suoi diritti. Quando si compie il proprio dovere, come conseguenza naturale ne derivano i diritti. Oggi, l’uomo combatte per i suoi “diritti” e dimentica i doveri. Pertanto, il compimento del dovere viene per primo. Attraverso di esso, l’uomo comprende Dio.<sup>1</sup>

### **Il Nishkama Karma Promuove il Principio dell’Amore**

Il *nishkama karma* (l’azione priva di desiderio) dimostra e promuove il principio dell’**amore**. Non c’è *sadhana* spirituale più grande del **servizio**. La tendenza a distinguere fra il sentiero spirituale, il sentiero del **servizio** e quello della conoscenza, e considerarli separati, è un errore. I tre non sono distinti; essi sono uno. Il *seva* (**servizio**) è conoscenza spirituale. Il *seva* è il mezzo principale per ottenere la Grazia Divina. Se non ne siete devoti seguaci, non potete diventare degni capi. Se non siete *kinkara* (chi è pronto a fare qualunque lavoro), non potete diventare *Sankara* (il Divino). Ognuno deve comprendere questa verità. Il **servizio** alla società è il bene supremo: aumenta la gioia della vita e ne esalta il sapore come il sale.<sup>2</sup>

### **Come Raggiungere il Successo Spirituale?**

Il metodo più diretto per raggiungere il successo spirituale è il *nishkama karma*, l’azione senza alcuna attenzione o attaccamento ai frutti che ne derivano, l’azione come dovere, l’azione dedicata, l’azione come adorazione.<sup>3</sup>

### **Offrite Tutte le Azioni al Divino**

L’uomo è legato al *karma*. Quando le azioni vengono compiute come offerta al Divino, esse si santificano. Tutte le azioni che per l’uomo sono naturali dovrebbero essere convertite dall’aspirante spirituale in *karma yoga*. Si dovrebbe chiaramente capire la distinzione fra *karma* e *karma yoga*. Le azioni compiute con egoismo e desiderio di ricompensa sono *karma* (vincolanti). Quelle svolte altruisticamente, senza ego e aspettativa di ricompensa, diventano *karma yoga*. Ognuno può capire da solo se è un *karma yogi* o un *karma-brashta* (chi agisce in modo errato) oppure un *karmaadhikari* (chi ha qualifica per compiere azioni). La vita di ogni uomo è piena di azioni, ma, assieme alle attività associate all’interesse personale, ogni uomo dovrebbe anche prendere parte ad attività di **servizio**. L’obiettivo primario di ogni uomo dovrebbe anche essere quello di dedicarsi ad attività altruistiche. L’uomo è stato dotato di un corpo umano per rendere **servizio** agli altri. Questa è una vecchia massima. Attraverso il **servizio** agli altri, può essere sperimentata la divinità.<sup>4</sup>

————— « » —————

### ***Nishkama Karma e Anasakti Yoga***

Sia che lavoriamo attivamente nel mondo o che ci siamo ritirati da esso, la considerazione più importante non è il lavoro che facciamo o meno, ma come siamo stati effettivamente capaci di distruggere le *vasana* (tendenze profondamente radicate) celate nel nostro cuore. Il principale scopo della *sadhana*, o pratica spirituale, è la rimozione di tali impurità che si sono radicate così profondamente. Questo è anche l’obiettivo di ogni *Yoga*, quello cioè di purificare noi stessi da ogni traccia di *raga* e *dvesha*, i mali gemelli dell’attaccamento e dell’odio, che hanno trovato alloggio dentro di noi.

La *Gita* ha rivelato che, se riusciamo a sradicare le inveterate tendenze che aderiscono al nostro cuore, saremo liberi di compiere qualunque azione senza preoccuparci dei risultati. Da quel momento non saremo vincolati ad alcun *karma* (azione) in cui ci impegneremo; in altre parole, ci affrancheremo completamente dagli effetti delle nostre azioni. La gente che non comprende questa verità e finisce col rinunciare a ogni attività esterna, si impantana nell'indolenza e nella pigrizia. La *Gita*, però, ci ha ripetutamente avvertito che, nel mondo dello Spirito, non c'è assolutamente spazio per la pigrizia. Ciò che la *Gita* insegna è *anasakti yoga*, lo yoga del distacco o delle azioni impersonali, in cui, nel lavoro che facciamo e nei risultati che ne derivano, rimaniamo totalmente indifferenti a ogni interesse personale. Ciò significa lavorare per l'eccellenza con piena concentrazione al limite delle nostre capacità, dedicando però tutte le nostre azioni al **servizio** di Dio e rimanendo stabili nella consapevolezza divina.

### ***Nishkama Karma e Anasakti Yoga***

L'*Anasakti yoga* va oltre la pratica del *nishkama karma*, che è stato messo in luce nel secondo capitolo della *Gita*. Il *nishkama karma* è lo stadio in cui tutte le nostre azioni sono compiute senza desiderare o aspettarsi alcun frutto dal nostro impegno. Nessuno sarà in grado di raggiungere lo stadio di *nishkama karma* fintantoché le sue *vasana* (impressioni), che derivano da azioni passate, saranno ostacoli al progresso spirituale. Per prima cosa, una persona deve rimuovere le cattive qualità che sono associate a cattive azioni, rimpiazzandole con buone qualità che sono associate a buone azioni. Poi, quando essa sarà fermamente stabile nello stadio del **servizio** disinteressato, in cui compie solo buone azioni, potrà giungere allo stadio di *nishkama karma* (azioni libere dal desiderio), in cui rinuncerà ai frutti di ogni sua azione; da lì, salirà allo stadio di *anasakti yoga*. La *Gita* dichiara che solo attraverso le buone azioni, attraverso il *sat karma*, le cattive tendenze possono essere rimosse e i nostri cuori purificati. Ma va oltre. Essa asserisce che la vera purezza del cuore può essere ottenuta solo dedicando tutte le nostre azioni al Signore. Ad esempio, quando il cibo viene consumato dopo essere stato cucinato e preparato in molti modi diversi, è ancora semplicemente cibo e noi siamo soggetti agli effetti buoni o cattivi derivanti dal suo consumo. Tuttavia, se tale cibo, prima di essere assunto, viene offerto a Dio, diventa *prasadam* (cibo benedetto), che diventa un sacro dono del Signore. Allo stessa maniera, tutte le azioni da noi compiute durante il giorno rientrano nella categoria del *karma* ordinario. Quando però svolgiamo queste stesse azioni, anche se sono semplici atti, con l'intenzione di farne un'offerta a Dio, dedicandone i risultati non al nostro personale piacere, ma a quello del Signore, esse, allora, diventano *karma yoga* (comunione attraverso l'azione disinteressata), nonché *yajna*, un santo sacrificio. È solo attraverso questo *karma yoga* che saremo in grado di liberarci delle tendenze malvagie e rendere puro il nostro cuore.

### **Le Offerte a Dio Dovrebbero Essere Pure e Sacre**

Quale dovrebbe essere la qualità delle azioni che offriamo ai Piedi di Loto del Signore? Prima di offrirGli qualunque cosa dobbiamo assicurarci che essa sia pura, adatta e sacra. Allora sarà un'offerta degna per il Signore. Per esempio, se vogliamo offrirGli una rosa, prima scegliamo un fiore molto bello e profumato. Poi togliamo gli insetti da quel fiore. Successivamente rimuoviamo le spine o le foglie imperfette dallo stelo e facciamo la nostra offerta più bella e pura possibile. Tutte le azioni dovrebbero essere come questa. Esse devono essere colme del profumo dell'**amore** e della sacralità, ed essere buone e pure. Questo è il vero *yoga* dell'azione, come sta scritto nella *Gita*.<sup>1</sup>

## *La Nascita Umana per Servire la Società*

### **Il Dono di Dio**

Avete preso nascita proprio per questa missione: la missione di crocifiggere l'ego sulla croce della compassione. L'opportunità di rendere qualche **servizio** ai vostri simili vi viene offerta in dono da Dio. Servite con senso di gratitudine, perché è Dio che lo accetta da voi. Preparatevi a servire gli altri non solo imparando le tecniche del pronto soccorso, le regole stradali e il modo di donar sangue, l'arte di maneggiare i microfoni e gli altoparlanti, installare e cablare cavi elettrici ecc., ma, quando non siete occupati in tali attività, impegnatevi anche con *japam*, *dhyanam* o *nama smaranam*; riempitevi di Dio per non diventare aridi e crudeli.

Tenete la mente occupata con queste cose, perché, se essa devia nelle strade secondarie del mondo, sarà infettata dal male. Custodite, con viva partecipazione, la minuscola fiamma della comprensione dalle raffiche di vento del cinismo e della meschina avidità. Il **servizio** agli altri è l'impegno che dovete alla società che vi ha dato la cultura di cui vi nutrite, il respiro di cui vivete, il calore che anelate e la sicurezza che cercate. L'uomo nasce indifeso e viene messo in grembo alla società che gli dà un nome e un'identità, una personalità, una corazza di credo, un campo di gioco di dubbi e diversivi. L'uomo è l'unico animale che sa di dover morire e ciò gli fa desiderare ardentemente di sopravvivere alla morte e di aggirarne le grinfie. Solo l'uomo ha la singolare sete del nettare che conferisce l'immortalità. È il suo compito particolare, la sua speciale ricerca, la ricerca della verità che emancipa.

### **Lasciate che le Vostre Mani Diano**

Comprendete il profondo significato del **servizio**; vi condurrà a essere capi esemplari di cui, oggigiorno, c'è grande bisogno nel mondo. Voi vi colmate condividendo; vi svuotate afferrando. Non comportatevi in modo tale che la gente sospetti di voi; siate aperti, senza occhi malevoli, orecchie impudiche, lingua falsa, mente impura e mani dannose. I vostri occhi vi tradiscono facilmente; guardate tutto senza l'errore della concupiscenza e della maldicenza; parlate a tutti di tutto con l'**amore** che sboccia dall'adorazione; lasciate che le vostre mani diano e non prendete mai ciò che non è vostro. Trattate i derelitti, i malati, i vecchi, gli indifesi, i bambini con grande rispetto e intelligente considerazione.<sup>1</sup>

### **Un Compito Formidabile**

Gli anni di vita assegnati all'uomo sono molto pochi. Il mondo in cui vive è estremamente ampio e il tempo si estende da molto prima che egli esistesse a molto dopo. Ciò che un piccolo uomo deve fare qui deve essere compiuto in fretta, nel luogo che gli è stato assegnato e nel tempo a lui concesso. E l'uomo ha un compito così formidabile davanti a sé. È per realizzarlo che egli è venuto come uomo, scambiando, per questo habitat umano, tutto il merito che ha accumulato nelle molte vite passate. Non si tratta di un compito inferiore alla manifestazione della Divinità latente nell'uomo. Il mezzo più facile e più piacevole con cui è possibile realizzare ciò è il *seva*, il **servizio** dell'uomo fatto con spirito di dedizione e devozione.<sup>2</sup>

## **Io Sono con Voi**

Qualunque cosa facciate, ovunque siate, ricordate che Io sono con voi, in voi; ciò vi salverà dalla presunzione e dall'errore. Questo renderà il vostro *seva* degno delle persone che servite.<sup>3</sup>

Dedicate questa vita al *servizio* degli altri, perché essi sono solo rappresentanti visibili del Signore che risiede in voi. Io sono venuto per riparare l'antica strada maestra che porta l'uomo a Dio. Diventate sinceri, abili sovrintendenti, ingegneri e operai, e unitevi a Me. I *Veda* le *Upanishad* e le *Sastra* sono le strade a cui Mi riferisco. Sono venuto per rivelarle e farle tornare in uso.<sup>4</sup>

————— « » —————

## ***L'Unità Atmica Attraverso il Servizio***

### **Dio Esiste Dentro di Noi**

Ogni essere umano è una manifestazione di Dio. Ogni oggetto manifesta il Divino. Non c'è nulla al mondo che non sia una manifestazione di Dio. Non abbiate dubbi del fatto che il cosmo è permeato di Hari (Dio) e che tutto è contenuto in LUI. Non esiste atomo, nell'universo, che non sia permeato del Divino.<sup>1</sup>

Noi stiamo cercando di scoprire Dio cercandoLo in tutto l'Universo, ma trascuriamo di indagare sulla Sua esistenza dentro di noi come fulcro vero e proprio e chiave di volta del nostro Essere. Quando scoprite voi stessi, ogni lamento cessa e raggiungete la beatitudine suprema. Questa è vera conoscenza di sé; venite a conoscenza di essere una scintilla della Fiamma divina. Molto presto comprenderete che anche gli altri sono scintille dello stesso fuoco. Come potranno sopravvivere l'odio, l'ira, l'invidia o l'avidità alla splendente luce di una simile Visione?<sup>2</sup>

### **Ampliate la Vostra Visione**

Il *seva* può instillare, più intensamente di qualunque altra attività, il sentimento che è alla base dell'UNO.<sup>3</sup> Il *servizio* vi salva dall'angoscia che provate quando un altro soffre; esso allarga la vostra visione, amplia la vostra consapevolezza, rende più profonda la vostra compassione. Tutte le onde sono dello stesso mare, provengono dallo stesso mare e in esso si fondono. Il *seva* vi insegna a essere saldi in questa conoscenza.<sup>4</sup>

Nessun'altra *sadhana* può portarvi all'incessante contemplazione dell'Unità di tutti gli esseri viventi. Sentite il dolore dell'altro come fosse il vostro, condividete il suo successo come vostro. Vedere chiunque altro come voi stessi e voi stessi in ognuno è l'essenza della *sadhana* del *seva*. E ancora: il *seva* indebolisce l'ego per mancanza di cibo. Vi rende umili di fronte alla sofferenza altrui e, quando accorrete per prestare aiuto, non considerate quanto alto o basso sia il suo stato sociale o economico. Il cuore più duro viene lentamente ammorbidito fino a raggiungere la consistenza del burro dalle opportunità che offre il *seva dhal*.<sup>5</sup>

Il modo migliore per compiacerMi è di vederMi in tutti gli esseri e servirli proprio come vorreste servire Me. Questa è la forma migliore di adorazione che Mi raggiungerà. Il Signore può fare due o duecento promesse; questa è la Sua Volontà. Il *bhaktha* (devoto), però, deve farne solo una per salvarsi: la promessa di abbandono totale, di *saranagathi*. Se avete piena fede nella

divinità di ogni essere, l'atteggiamento di abbandono si fisserà automaticamente in voi. Non trattate gli uomini (*nara*) come tali: trattateli come Narayana, il Signore Stesso. Non state alleviando le pene di qualcun altro: state offrendo adorazione al Signore, in quella Forma, in quel corpo.<sup>6</sup>

### **Purificate la Consapevolezza Attraverso il Servizio**

Attraverso l'attività, l'uomo ottiene la purezza della consapevolezza. Di fatto, egli deve accogliere l'attività con in vista tale fine. Perché lottare per la pura consapevolezza? Immaginatevi un pozzo con dell'acqua fangosa e inquinata, tanto da non intravederne il fondo. Allo stesso modo, all'interno del cuore umano, nel profondo della sua consapevolezza, c'è l'*Atma* (lo Spirito Divino). Esso, però, può essere conosciuto solo quando la consapevolezza viene purificata. Le vostre supposizioni, le deduzioni, i giudizi e pregiudizi, le vostre passioni, le emozioni e i desideri egoistici intorbidiscono la consapevolezza e la rendono opaca. Come si può, allora, diventare consapevoli dell'*Atma* che è il vero fondamento? Attraverso il *seva* (*servizio*) reso senza il desiderio di soddisfare il proprio ego e con in prospettiva solo l'altrui benessere, è possibile purificare la consapevolezza e ottenere la rivelazione dell'*Atma*.

Pertanto, per il bene di chi state facendo *seva*? Lo fate per il vostro bene. Siete impegnati nel *seva* per diventare consapevoli dell'*Atma* al vostro interno, in modo da poter allontanare le lusinghe del vostro ego al fine di conoscere voi stessi e avere la risposta alle domande che vi tormentano, vale a dire: "Chi sono Io?" Voi non servite gli altri, ma voi stessi; non servite il mondo, ma il vostro maggior interesse.

Voi potete chiedere: "Com'è possibile trascendere l'ego attraverso il *seva*? Colmandosi d'*amore*, il lavoro può trasformarsi in adorazione. Quando il lavoro è offerto a Dio, viene santificato in *puja* (adorazione consacrata). Ciò lo rende libero dall'ego e lo affranca anche dal desiderio terreno di successo e dalla paura terrena di sbagliare. Sentirete che, quando avete svolto il lavoro nel modo migliore, la vostra *puja* è compiuta. A quel punto, sta a Colui che ha accettato la *puja* conferirvi ciò che Egli meglio ritiene. Questo atteggiamento renderà il lavoro *nish-kama* (privo di attaccamento). La pratica regolare di tale disciplina renderà chiara e pura la consapevolezza. Ciò favorirà *chitthasuddhi* (la pura consapevolezza). Senza questa dotazione primaria, come potrà l'uomo mai sperare di scalare le vette spirituali?

Quasi tutti i grandi saggi del passato hanno trascorso i primi anni di vita nella *sadhana* che avrebbe assicurato una consapevolezza pura. Qualunque ipotetica carriera personale possiate fare, per quanto possiate accumulare per una vita confortevole, qualunque livello di autorevolezza possiate aver conquistato attraverso l'esercizio della vostra intelligenza, i vostri risultati non saranno nulla se ogni vostra attività non sarà soffusa della purezza divina insita nella consapevolezza.<sup>7</sup>

### **Coltivate l'Amore, Rinunciate all'Odio**

Siate un'ape che beve il nettare di ogni fiore, non zanzare che bevono sangue e, in cambio, distribuiscono malattie. Per prima cosa, considerate tutti come figli del Signore, come vostri stessi fratelli e sorelle; sviluppate la qualità dell'*amore*, cercate sempre il bene dell'umanità. *Amate* e, in cambio, sarete *amati*. L'odio non sarà mai il vostro destino se promuovete l'*amore* e guardate a tutti con *amore*. Questa è l'unica lezione che Io insegno sempre; è anche il Mio segreto. Se volete raggiungerMi, coltivate l'*amore*, rinunciate all'odio, all'invidia, all'ira, al cinismo e alle calunnie. Io non vi chiedo di essere un erudito o un eremita o

un asceta specializzato nel *japa* (la recitazione del sacro Nome) e in *dhyana* (la meditazione). “Il vostro cuore è colmo di *prema* (amore)?” Questo è tutto quanto Io verifico.<sup>8</sup>

« »

## ***Opportunità di Servizio: Un Dono di Dio***

### **Riconoscete il Dono di Dio e Servite gli Altri**

Non avete ragione di insuperbirvi quando siete in grado di aiutare un altro, giacché la vostra abilità, la vostra ricchezza, la forza, oppure il coraggio o la posizione che vi hanno dato l’opportunità di servire sono stati un dono di Dio, che lo riconosciate o no. Voi state solo offrendo questo dono di Dio a un altro dono di Dio, cioè ai poveri, gli analfabeti, i deboli, i malati, gli afflitti, i disperati, che cercano il vostro aiuto.<sup>1</sup>

Egli vi ha donato questo splendido corpo, questa dolce lingua, questo straordinario strumento chiamato mente. Vi ha concesso l’intelligenza, il potere di analisi e sintesi, la capacità di accettare e rinunciare, di ricordare e dimenticare. Riconoscete tutto ciò con gratitudine e utilizzatelo per il miglior profitto. Usatelo per vederLo ovunque in ogni essere, per cercarLo attraverso tutti gli alti e bassi, le gioie e i dolori, i dubbi e le certezze della vita.<sup>2</sup>

Nella Sua Commedia, tutti sono attori sul palcoscenico del mondo. Ogni atomo è saturo della Sua Forza, della Sua Potenza, della Sua Grandezza. Ogni essere è colmo della Sua Beatitudine, della Sua Bellezza, della Sua Bontà. Non arrogatevi qualche abilità o potere asserendo che li usate come vostra specifica prerogativa; essi provengono dalla Sua Grazia, dalla Sua Compassione.

### **Porre un Dono di Dio nelle Mani di un Altro Dono di Dio**

Le persone si ritirano in solitudine e tentano di prendere contatto con Dio, ma è meglio usare la solitudine per scoprire e correggere i difetti del carattere e del comportamento. Per contattare Dio, si devono aprire gli occhi e servire il fratello uomo. Egli è il Dio incarnato che si può adorare e venerare a sazietà. La gioia più grande scaturisce dal sommo sacrificio.<sup>3</sup>

Quando offrite del latte a un bambino affamato, o una coperta a un fratello tremante sul marciapiede, non state facendo altro che mettere un dono di Dio nelle mani di un altro dono di Dio! State ponendo il dono di Dio nel deposito del Principio Divino! Dio serve; Egli però vi consente di sostenere che siete voi ad aver servito! Senza il Suo Volere, neppure un singolo filo d’erba può fremere al vento. Riempite ogni momento di gratitudine per il Donatore e il Destinatario di tutti i doni.<sup>4</sup>

### **Offrire Gratitudine a Dio**

Voi fate riferimento al cibo che donate come *anna-dana* (offerta di cibo), ma nessuno è autorizzato a dare in carità ciò che ha ricevuto da Dio o a essere orgoglioso di ciò, oppure anche a credere di aver dato qualcosa in carità. Dio ha dato le piogge, ha nutrito la pianticella e fatto maturare il grano: che diritto avete voi di chiamare ciò vostro e darlo in carità? Non è *dana* (la carità) che fate; state solo offrendo gratitudine a Dio. State santificando il grano che avete

mietuto offrendo il cibo da esso ricavato a questi Narayana (Dei in forma umana). Chiamatelo Narayana *seva*! Così sarà più corretto.<sup>5</sup>

Ogni minuto che passa è un prezioso dono di Dio che si deve usare per il beneficio migliore e più durevole. Siate felici di poterlo fare servendo gli altri e provvedendo alle loro pressanti necessità. Non sprecate i minuti parlando a briglia sciolta, riferendo pettegolezzi, immergendovi nella lettura di romanzi debilitanti, assistendo a film, o mescolandovi a compagnie frivole. Non diventate schiavi dei sensi, ma resistete coraggiosamente alle loro richieste di libertà incondizionata. Voi avete, nell'*Atma*, un'inesauribile sorgente di *ananda*, che è la vostra realtà. Perché allora rovinarvi la salute, la pace mentale, inseguendo i sensi che vi trascinano, attraverso il mondo oggettivo, alla ricerca di banali gioie temporanee?<sup>6</sup>

————— « » —————

### ***Promuovete Amore e Compassione***

Quando denaro, istruzione, abilità e intelligenza sono possedute da persone nelle quali predomina *rajas* (passione, emozione, qualità di estroversione), esse alimentano odio, ambizione e cupidigia. Quando sono possedute da persone nelle quali predomina *thamas* (pigrizia, indolenza, presunzione), esse alimentano avarizia, avidità e invidia. Quando sono possedute da persone nelle quali predomina *sathwa* (equanimità, equilibrio, purezza), esse alimentano **amore**, compassione, forte desiderio di servire, unità di tutto il genere umano e Pace Mondiale.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***Carità e Compassione***

#### **Dio Considera Sempre i Vostri Sentimenti**

Anche un piccolo atto di carità assumerà immenso significato agli occhi di Dio se fatto con purezza di cuore. Un cucchiaino di latte di mucca è migliore di barili di latte d'asina. Dio è compiaciuto perfino se, con **amore**, offrite un cucchiaino di latte. Dio considera sempre i vostri sentimenti. Le valutazioni di Dio sono sempre perfette; nessuno può eguagliarlo a tal riguardo.<sup>1</sup>

#### **La Vera Compassione Deve Provenire dal Cuore**

Che cos'è *karuna* (la compassione)? Vedere una persona in difficoltà ed esprimere solidarietà a parole non è compassione. Essa deve esprimersi nell'azione per alleviare chi soffre. Non dovrete neppure adottare un atteggiamento di distacco o indifferenza con la scusa che ciascuno soffre per la propria condotta sbagliata. Sebbene la sofferenza possa essere dovuta ai propri errori - errori a cui tutti sono inclini - dovremmo cercare di porre rimedio a tale sofferenza proprio come cerchiamo di liberarci della nostra. Alcune persone cercano di ostentare la loro solidarietà fondando istituti di beneficenza, come ospedali ecc.

La vera compassione deve emanare dal cuore. Non deve trovare espressione in manifestazioni esterne che mostrano solo la vanità di una persona. Nelle Organizzazioni Sathya Sai non c'è posto per tali dimostrazioni di vanità. Ogni cosa che viene fatta per aiutare i poveri o i sofferenti deve basarsi sui sentimenti provenienti dal cuore e che si rivolgono al cuore di coloro che vengono aiutati.<sup>2</sup>

## *Sapersi Accontentare*

### **Chi è l'Uomo Più Ricco del Mondo?**

**Servite tutti con amore.** Considerate il **servizio** all'uomo come **servizio** a Dio. Quando arriva il momento di fare **servizio**, non considerate le diversità. Non tenete conto del fatto che voi siete ricchi e l'altra persona è povera. Chi è l'uomo più ricco del mondo? Colui che sa accontentarsi è l'uomo più ricco del mondo. Chi è l'uomo più povero? Colui che ha molti desideri è l'uomo più povero. Riducete al minimo i vostri desideri. È detto: "Meno bagaglio, maggior comodità per un viaggio piacevole." Voi potete avere un viaggio della vita confortevole solo quando riducete il bagaglio dei vostri desideri. Quanto minori saranno i desideri, tanto maggiore sarà la forza di volontà. Il corpo muore, ma non la mente: essa è responsabile di ogni cosa. Perciò, riempite la vostra mente di pensieri puri e altruistici: allora raggiungerete lo stadio di Illuminazione della Mente. Gradualmente, attraverserete quello stato e arriverete alla Mente Superiore. Nel linguaggio vedico, questo è conosciuto come lo stato di *amanaska* (assenza della mente). Quando la mente si è ritirata, esiste solo il principio dell'*Atma*, ovvero la Supercoscienza.<sup>1</sup>

## *Sacrificio*

### **Rinunciate all'Orgoglio**

*Thyaga* (lo spirito di sacrificio) è essenziale per svolgere **servizio** amorevole. L'orgoglio è il primo tratto malvagio a cui occorre rinunciare. È vero sacrificio liberarsi delle cattive qualità; è anche *yoga* (comunione spirituale). Questo è il messaggio della cultura *Bharathiya* (indiana). Poiché ciò non viene adeguatamente trasmesso alle persone, esse tendono ad andare fuori strada e a prendere sentieri sbagliati. Non comprendono che, a chiunque stiano offrendo **servizio**, lo stanno facendo, a tutti gli effetti, al Divino nelle varie forme umane. Coloro che servono devono custodire nel cuore questo sublime e sacro sentimento. Esse devono impegnarsi fino in fondo a vedere Dio in ognuno.<sup>1</sup>

## *Mente e Cuore Puri*

Quando esaminerete le qualifiche necessarie per il **seva**, saprete che è indispensabile avere un cuore puro, non inquinato da presunzione, avidità, invidia, odio o rivalità; è inoltre essenziale anche la fede in Dio, quale sorgente di vitalità, virtù e giustizia. Il **seva** è l'adorazione offerta a Dio nel cuore di ognuno. Non chiedete a nessuno a quale nazione o casta appartenga, o quale credo professi.

Vedete nell'altra persona la Forma di Dio che voi preferite. Di fatto, essa non è assolutamente l'"altro"; è la Sua immagine, tanto quanto voi. Voi non state aiutando un "certo individuo"; state adorando Me in lui. Io sono davanti a voi in quella Forma; allora, quanto spazio c'è in voi perché l'ego alzi la testa? Il dovere è Dio; il lavoro è adorazione. Anche il più piccolo lavoro è un fiore posto ai Piedi di Dio. Avvicinate i pellegrini che vengono qui per la Festività con il cuore colmo del tesoro dell'**amore**.<sup>1</sup>

Come preliminare al **seva**, dovete ottenere la purezza di cuore. Dovete indagare sulle vostre motivazioni e capacità, le vostre intenzioni e le qualifiche, e scoprire che cose sperate di ottenere per voi attraverso il **seva**.<sup>2</sup>

————— « » —————

### ***Pure Motivazioni nel Rendere Servizio***

Non è sufficiente dare l'impressione di fare azioni giuste. Anche le motivazioni e gli stimoli che vi animano devono essere puri e altruistici. È solo quando le vostre motivazioni sono pure che il Divino concede la Sua grazia. Qualunque **servizio** facciate, deve essere adamantino. La motivazione è di essenziale importanza; non conta la forma dell'azione. Senza motivazioni pure, le azioni vengono contaminate alla sorgente. Se siete una persona buona, le vostre azioni saranno necessariamente buone.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***Purezza di Cuore***

Per la purificazione del cuore, ognuno deve compiere **servizio** disinteressato. Gli attaccamenti e le avversioni, che inquinano la mente, devono essere evitati concentrandosi sul **seva**. È solo quando il cuore è puro che si può svolgere **servizio** disinteressato. Quindi, per un buon devoto, la purezza mentale e corporea sono entrambe essenziali.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***L'Organizzazione Sathya Sai***

#### **Voi Nascete per Servire la Società**

Il **servizio** è l'alito di vita dell'Organizzazione Sathya Sai. Ricordate la verità secondo cui voi nascete per servire la società.

Nel compiere **servizio** non fate distinzioni di alcun tipo: servite allo stesso modo i vostri genitori, i fratelli, gli amici e anche i mendicanti. La grazia divina fluirà copiosamente solo quando servirete con spirito di umiltà ed equanimità.

Per ottenere la grazia divina, il **servizio** è il sentiero più facile. Offrite **servizio** e ricevete l'**amore** di Dio. **Amore** e **servizio** sono come due ali con le quali l'uomo può innalzarsi a livelli di consapevolezza superiori. Se avete spirito d'**amore** e **servizio**, la grazia divina vi seguirà come un'ombra ovunque siate, nella foresta o nel cielo, nel villaggio o in città, al fiume o su una montagna.<sup>1</sup>

## Unicità dell'Organizzazione Sathya Sai

I membri del *Seva Dhal* devono superare il sentimento di “mio” e “tuo”. Quando intraprendono attività di **servizio**, essi devono considerarle un privilegio per servire gli altri e una forma di adorazione del Divino. Devono reputare il **servizio** alla società il mezzo per trovare, nella vita, la propria realizzazione e affrontare qualunque problema possa sorgere con fede e coraggio e proseguire le attività di **servizio** senza fanfare, in uno spirito di umiltà e dedizione.

## Bharath Deve Diventare la Terra di *Thyaga*

Nell'Organizzazione Sai non c'è spazio per distinzioni di razza, religione, casta, livello sociale, o collettività. Tutti dovrebbero considerare se stessi come figli dell'unico Dio. Quando si è uniti da tale sentimento di divina parentela, si agirà con **amore** verso tutti. Si dovrebbero rigettare tutte le idee ristrette e limitate, e impegnarsi nel **servizio** con il cuore pieno d'amore per tutti. Il vero *seva* (**servizio** disinteressato) può provenire solo da un cuore puro e amorevole.

Nel mondo, esiste un numero imprecisato di organizzazioni di **servizio**. L'unicità dell'Organizzazione *Seva Sathya Sai* consiste nel fatto che essa considera il *seva* una forma di **servizio** alla Divinità che dimora in ogni essere. La beatitudine che deriva da tale **servizio** è ineguagliabile. È un'esperienza spirituale.

Voi non dovete essere soddisfatti di ciò che avete compiuto finora. Dovreste fare molto di più per rendere il Paese un esempio, per il mondo, dei grandi ideali dei suoi santi e saggi. Bharath deve diventare la terra di *thyaga* (sacrificio) e non di *bhoga* (cupidigia) *Thyaga* è *yoga*. *Bhoga* è *roga* (malattia). Il vostro attuale dovere è vivere all'altezza dell'ideale di *thyaga*.<sup>2</sup>

## Il Primo Requisito è Costituito dall'Amore e dalla Solidarietà

Nel rendere *seva* (**servizio** disinteressato), i membri del *Sai Seva Dhal* non dovrebbero pensare che i loro servizi debbano essere limitati ai poveri e agli indigenti. Nel campo del **servizio** non c'è alcun bisogno di fare distinzioni artificiose fra ricchi e poveri. Ciò che conta è il **servizio** reso a una persona che ne ha bisogno. Possono esserci servitori che si occupano delle necessità di persone agiate. Quando però siete fuori a fare **servizio**, dovreste preoccuparvi solo di quale tipo di **servizio** è richiesto, quando e dove, e non del livello sociale o posizione della persona interessata. Il primo requisito è un autentico spirito d'**amore** e solidarietà. Se non ci sono sentimenti di gentilezza e compassione, qualunque **servizio** svolto diviene un esercizio inutile, fatto solo per ottenere pubblicità o riconoscimento. Ai *sevaka* (volontari) Sai non occorrono nome o posizione. L'ostentazione nel compiere **servizio** è del tutto fuori luogo; gonfierà solo l'ego. Dovete rendere **servizio** al meglio delle vostre capacità, né più né meno.

La prima qualità che ogni membro dell'Organizzazione *Seva Sathya Sai* dovrebbe possedere è una salda fede in Dio. Tale fede deve basarsi sulla consapevolezza che Dio è onnipresente. Il Divino pervade tutto nell'universo. Non tutti possono comprendere ciò. Qualcuno potrebbe non essere d'accordo sul fatto che il Divino è onnipresente, ma, che questo si accetti o meno, la verità è che, ovunque ci si giri, si può trovare la prova della presenza di Dio.<sup>3</sup>

## Nessun Coinvolgimento Finanziario

Oggi, anche organizzazioni dichiaratamente spirituali sono coinvolte in affari. Le Organizzazioni *Sathya Sai* non devono mai essere istituti commerciali. Il solo genere di commercio in cui esse possono indulgere è da *cuore a cuore*, da **amore ad amore**. È a tale

sublime scambio che esse devono prendere parte, senza avere coinvolgimenti finanziari o altri interessi materiali. Le organizzazioni che sono invischiate nel denaro o nelle proprietà non crescono. Noi dovremmo essere interessati a relazioni autentiche, orientate a Dio, cuore a cuore. Il *seva* deve essere fatto mano nella mano, con solidarietà. Ciò dimostrerà l'unità dell'Essere Cosmico. Il cuore non fiorisce attraverso il mero studio di libri o ascoltando dissertazioni. È solo coltivando l'*amore* che si sciolgono i nodi che legano il cuore. Chi non serve se stesso non ha alcun diritto di richiamare gli altri a servire; il diritto di parlare si guadagna facendo *servizio*. Il *seva* deve essere considerato come *sadhana* e il *servizio* reso a chiunque deve essere visto come *servizio* a Dio. Il principale obiettivo delle Organizzazioni Sai dovrebbe essere di sviluppare tale atteggiamento d'*amore* spontaneo verso quelli che si servono.<sup>4</sup>

### **Tutto è Gratuito nell'Organizzazione Sathya Sai**

Quando i capi sono buoni e competenti, tutto girerà per il verso giusto. Sfortunatamente, oggi, il mondo è giunto a questo triste stato per la mancanza di guide adeguate. Ci dovrebbero essere buoni capi in tutti i campi, educativo, politico, religioso, spirituale ecc., ma, oggi, in ogni settore, se ne trovano raramente. Ovunque si guardi, ogni iniziativa umana è inquinata dalla smania di denaro. Tutto è un affare.

Le Organizzazioni Sri Sathya Sai, comunque, non hanno tali problemi. Nelle nostre Organizzazioni, tutto è gratuito. L'istruzione, dalla prima elementare al PhD (Doctor of Philosophy), è totalmente gratuita. Lo stesso vale per i nostri ospedali. I nostri ospedali generali e quelli di alta specializzazione mettono a disposizione servizi medici senza spesa alcuna. Gli ospedali esterni chiedono tre o quattro lakh di rupie per effettuare un'operazione cardiaca. Come possono le persone povere disporre di tale ingente somma? È oltre le loro possibilità. Nei nostri ospedali, i servizi medici, inclusi quelli specialistici, sono del tutto gratuiti. La povera gente viene nei nostri ospedali per le cure senza neppure una rupia in tasca e torna a casa completamente guarita dalla propria malattia. Dovremmo offrire tutti i servizi senza alcun costo. Io desidero che tutti i nostri *Seva Dal* e gli studenti del college rendano *servizio* gratuito: solo allora potranno ottenere la grazia di Swami. Una parola d'avvertimento: voi potete dimenticare tutto, ma non dimenticate mai di cantare il nome divino.<sup>5</sup>

« »

### ***Servite Daridra Narayana***

#### **Il Servizio a Daridra Narayana è la Più Elevata Sadhana**

Dio ha due forme: Lakshmi-Narayana e Daridra-Narayana. La maggior parte delle persone preferisce adorare Lakshmi-Narayana per assicurarsi prosperità e benessere, ma pochi scelgono di adorare Daridra-Narayana (il Signore nella forma del povero e del miserabile). I membri dell'Organizzazione Sai devono pensare solo al *servizio* a Daridra-Narayana. Se si dà da mangiare agli affamati, essi si saziano facilmente. Il *servizio* a Daridra-Narayana non può mai andare sprecato; esso è la più elevata forma di *sadhana*. L'uomo è il prodotto della società e il *servizio* alla società è vero *servizio* a Dio. Tale *servizio* deve essere reso senza tener conto di casta, credo, razza o nazionalità. L'essenza di tutte le religioni è una e la medesima, come la corrente che serve a molti scopi differenti, ma è la stessa energia.<sup>1</sup>

## **Le Persone Dovrebbero Aver Coscienza di Servire Narayana**

Quando sfama i poveri, la gente ricca pensa di offrire **servizio** a Daridra- Narayana. Chi è Daridra-Narayana? La gente pensa che, chiunque sia senza cibo, abiti o riparo, sia un Daridra-Narayana, ma, nel rendere **servizio** ai poveri, essa dovrebbe aver coscienza di stare servendo il Narayana (il Signore) che dimora nel cuore dei poveri. Attribuire questa forma (di Daridra Narayana) al Divino senza forma e servire gli uomini in tale modo è la maniera di santificare l'azione e redimere la propria vita. Dio dimorerà nel cuore di coloro che sono colmi di pensieri premurosi per i poveri e sono desiderosi di servirli.

Il tempo è infinitamente prezioso. Quindi, compiere buone azioni non dovrebbe essere rimandato a un altro giorno. Il tempo non aspetta nessuno. Perciò, il corpo e il tempo devono essere entrambi utilizzati per compiere azioni sacre.

Nel compiere **servizio**, non deve esserci sentimento di condiscendenza. Considerate voi stessi come un devoto dedito, pronto a qualunque compito. Le attività di **servizio** fatte in tale spirito porteranno alla realizzazione di Dio con l'annullamento dell'ego.

Non ha senso predicare la spiritualità a un uomo che muore di fame. Date da mangiare agli affamati. Offrite conforto e incoraggiamento a chi è angosciato e disperato. La persona istruita dovrebbe cercare di ammaestrare gli illetterati e aprire la mente degli incolti a visioni di conoscenza più ampie. Le persone istruite possono essere medici, avvocati o uomini d'affari. I medici dovrebbero essere pronti a prestare, ai poveri, **servizio** medico gratuito. Gli avvocati dovrebbero aiutare coloro che necessitano di assistenza legale, ma che non possono permettersi di pagare il servizio. Gli uomini d'affari dovrebbero accontentarsi di amministrare una rendita ragionevole per i loro bisogni e utilizzare il surplus per scopi caritatevoli. È raro trovare tali persone. I ricchi dovrebbero capire che il denaro deve essere guadagnato con mezzi onesti e usato per giusti scopi. La vera felicità può essere ottenuta solo da una ricchezza acquisita con mezzi onesti. Il denaro ottenuto attraverso lo sfruttamento degli altri condurrà, in un modo o nell'altro, alla sofferenza.<sup>2</sup>

## **Non Date Mai Denaro ai Mendicanti**

Oggi, se troviamo mendicanti in strada, è perché li abbiamo incoraggiati dando loro denaro. Non date mai denaro ai mendicanti. Se hanno bisogno di cibo o vestiti, potete certamente donarli loro, ma non incoraggiate l'accattonaggio.<sup>3</sup>

————— « » —————

## ***Sathya, Dharma, Santhi, Prema e Ahimsa***

### **Non Fatevi Sopraffare dalle Difficoltà**

Nel servire la società, occorre tenere a mente i quattro ideali di *sathya, dharma, santhi e prema*. Il **servizio** è come una lampadina che non può accendersi se non c'è il filo di connessione alla corrente. *Sathyam* è la corrente. *Dharma* è il filo attraverso il quale fluisce la corrente. Quando il filo di *dharma* è connesso alla lampadina di *santhi*, avete allora la luce dell'**amore**. Potreste incontrare delle difficoltà nel fare **servizio**, ma non fatevene sopraffare.<sup>1</sup>

Abbiate la salda convinzione che il **servizio** è la più elevata pratica spirituale. Non può esistere esercizio spirituale più grande del **servizio**. Non dovete mettervi a criticare ed esprimere giudizi sulle cose negative degli altri. Tale critica è un peccato molto grave; è come una grave malattia ed è una malattia incurabile. Non c'è alcuna medicina per essa. La critica agli altri è come un cancro: non criticate mai, né esprimete giudizi o fate commenti sugli altri. Criticandoli si va incontro a diverse difficoltà. State alla larga dalla critica agli altri.<sup>2</sup>

« »

## *Il Servizio nella Vita Quotidiana*

### **Lavorate Coscienziosamente Ogni Minuto della Giornata**

È mera debolezza avanzare lo sciocco pretesto di non aver tempo per il **servizio** perché si è molto occupati con i propri compiti. Pulire le strade nei villaggi non è il solo **servizio** a vostra disposizione. Assolvere i propri compiti in maniera retta è, di per sé, un **servizio**. Compiere adeguatamente i propri doveri e lavorare a sufficienza, per giustificare la paga che si guadagna, si dovrebbe considerare **servizio**.

Se una persona lavora coscienziosamente ogni minuto della giornata, facendo il lavoro per cui è stata assunta, si tratta di **servizio**. Oggi, tuttavia, è quasi impossibile trovare qualcuno, dall'operaio al dirigente, che valga la paga che riceve. Gli impiegati chiedono sempre più denaro, ma non domandano mai se stanno lavorando abbastanza per la paga che già ricevono. Questo è un tradimento alla fiducia. Di chi è questo denaro? È denaro della gente. È un peccato ingannare le persone in questo modo.

### **Non Sfruttate le Persone**

Quando un insegnante istruisce gli studenti in modo autentico e adeguato, si tratta di **servizio**. Non occorre che un uomo d'affari pulisca le strade. Se egli gestisce i suoi affari con moralità, si tratta ugualmente di **servizio**. Se non sfrutta le persone per ottenere maggior profitto, è sempre **servizio**. Quando una persona nutre tale sentimento altruistico, automaticamente diventa "servitore". Si dovrebbe vivere la vita per la propria soddisfazione mentale e controllare il comportamento personale per verificare se si è all'altezza di tale soddisfazione.

Potete compiacere Sai soltanto compiendo appieno i vostri doveri, servendo la società ogniquale volta e ovunque ne abbiate l'opportunità. Il **servizio** non si limita a servire gli individui; anche servire la società è **servizio**. Qualunque azione da cui il Paese tragga beneficio è **servizio**. Si dovrebbe sperimentare la Divinità nel **servizio**. Per servire, non occorre riparo, protezione o consulenza di alcuno. Servite ovunque ne avvertiate la necessità. Non esiste differenza fra le azioni di **servizio**. È irrilevante chi stiate servendo, se il povero o il ricco. Dovreste essere in grado di servire chiunque, in ogni luogo, in qualunque circostanza.<sup>1</sup>

## *Il Servizio all'Uomo è Servizio a Dio*

### **Usate il Corpo per Compire Giuste Azioni**

La cosa più importante a cui rivolgere attenzione oggi è che il corpo è stato dato all'uomo per compiere azioni giuste. Ogni persona deve assolvere, nella vita, i propri compiti. Ignorare tali doveri è un peccato.

Quando ognuno compirà i propri doveri, la nazione prospererà. Svolgete i vostri compiti senza badare a ciò che gli altri dicono o fanno. Impegnatevi in attività di **servizio**. Considerate il **servizio** sociale come **servizio** a Dio. Questo è il modo più facile per guadagnare l'**amore** di Dio. Il modo migliore di **amare** Dio è **amare tutti** e **servire tutti**. Così facendo, la vostra vita sarà santificata.<sup>1</sup>

### **Trasformate la Vita Attraverso il Servizio**

Dovete trasformare la vostra vita attraverso il **servizio**. Nelle vostre attività di **servizio** non date minimamente spazio all'arroganza o all'interesse personale. Installate nel vostro cuore il sentimento che il **servizio** da voi reso a chiunque è **servizio** a Dio: solo allora il **servizio** all'uomo diventa **servizio** a *Madhava* (Dio).<sup>2</sup>

### **Io Sono in Tutti**

Voi nutrite il forte desiderio di servirMi. Lasciate che vi dica che, servire coloro che Mi servono, Mi soddisfa esattamente come fossi Io a essere servito. Servire chiunque equivale a servire Me, giacché Io sono in tutti. Il conforto e la gioia che voi date ai malati e agli afflitti giunge a Me, poiché Io risiedo nei loro cuori e sono Colui che essi implorano. Dio non ha bisogno del vostro **servizio**; soffre forse di male alle gambe o allo stomaco? Cercate di servire le persone pie; siate *dasanudasa*, servitori dei servi di Dio. Il **servizio** all'uomo è il solo modo con cui potete servire Dio.<sup>3</sup>

## *I Nove Gradini della Disciplina Spirituale*

Come indicato nel *Bhakti Sutra* (composizione letteraria in stile aforistico sulla devozione), dei nove gradini della *sadhana* spirituale, che conducono alla realizzazione del Sé, *dhasyam*, ovvero l'atteggiamento del servitore nel compiere **seva**, è molto vicino alla meta finale; è l'ottavo gradino. Lo studio dei testi, la rinuncia alla ricchezza a favore di opere di carità, la ripetizione del nome o il canto di salmi o inni possono essere buoni esercizi per santificare la mente, evitare di imboccare strade sbagliate e indulgere in divertimenti deleteri, ma raramente purificano la coscienza dell'uomo. Invece, essi servono soprattutto a gonfiare l'ego, alimentare l'orgoglio e favorire una smania competitiva di superiorità. Potete essere seduti nella sala dei *bhajan* e cantare ad alta voce in coro, ma la vostra mente può essere ansiosamente impegnata a pensare ai sandali che avete lasciato fuori. In un angolo della mente c'è sempre la paura di perderli; ciò rovina i *bhajan* e li rende un vano esercizio.

La *sadhana* del **seva** è del tutto diversa. Nel **seva** voi impegnate tutta la vostra energia e attenzione al compito che avete sottomano, poiché esso richiede dedizione; dimenticate il corpo e ignorate le sue esigenze; mettete da parte la vostra individualità, il suo prestigio e i benefici accessori; sradicate l'ego e lo gettate via; rinunciate allo stato sociale, alla vanità, al nome e alla forma e mantenete puro ogni *chitha* (pensiero). Qualunque sia il compito che svolgete, rinunciate alla vostra individualità e condividete con Dio le fatiche e le difficoltà, i frutti e i benefici. Non occorre portare dentro Dio da qualche luogo al di fuori di voi; Egli è in voi, sempre. Questa verità deve essere la vostra scoperta, il vostro tesoro, la vostra forza. Questo è l'importante scopo del *Seva Dhal*. Ecco la ragione per cui al *Seva Dhal* viene assegnata un'alta posizione nell'Organizzazione Sathya Sai.<sup>1</sup>

————— « » —————

## ***Beatitudine***

### **L'Amore Disinteressato è la Sorgente della Vera Beatitudine**

Nell'uomo, non c'è miglior qualità dell'**amore** disinteressato che si esprime nel **servizio** agli altri. Tale **amore** può essere la sorgente della vera beatitudine. La relazione fra *karma* e *karma yoga* deve essere correttamente compresa. Il *karma* (azione) ordinario, fatto con attaccamento e desiderio, causa schiavitù, mentre l'azione disinteressata, priva di desideri, diviene *karma yoga*. La nostra vita dovrebbe diventare *yoga* (Comunione Divina) piuttosto che *roga* (malattia).

Oggi, la maggior parte delle nostre azioni finisce in *roga* (malattia), perché esse sono in relazione con i piaceri legati ai sensi. Perseguendo il sentiero spirituale, è possibile ottenere la libertà da tale malattia. Il sentiero spirituale non consiste nel semplice canto dei *bhajan* (canti devozionali) o nella recita di inni. Queste sono buone azioni. Solo le azioni compiute quale completa offerta al Divino possono essere considerate spirituali. L'uomo che è in uno stato di ignoranza in merito al Sé è come il bocciolo di un fiore che non è ancora fiorito. Quando esso si schiude, sparge la sua fragranza tutt'intorno. Allo stesso modo, l'uomo che ha realizzato la Divinità in sé diviene una sorgente di luce ed energia.<sup>1</sup>

————— « » —————

## ***Altruismo***

La realizzazione della vita umana consiste nel **servizio** reso senza alcun pensiero di contraccambio, con un atteggiamento d'altruismo. Il **servizio** reso in tale spirito illumina il buio interiore dell'uomo, allarga il cuore, purifica gli impulsi e conferisce *Anandha* duratura.<sup>1</sup>

Vero **seva** è il **servizio** reso ai propri simili con gentilezza e altruismo. La giusta strada regale per la casa della pace è svolgere **seva** con un senso di affetto e benevolenza.<sup>2</sup> Se ci siamo riempiti di egoismo, gelosia e sentimenti malefici simili, non saremo in grado di fare nessun buon **servizio**. Se in un vaso non c'è nulla, è possibile riempirlo con qualche cosa buona. Perciò, in primo luogo, svuotatevi di tutti i cattivi sentimenti e riempite il vostro cuore d'**amore** e altruismo. Solo un cuore imbevuto d'**amore** è un cuore sacro. Qualunque **servizio** compiamo

deve essere fatto con un sentimento di altruismo: possiamo allora raggiungere, nella vita, il più alto livello. Il **servizio** fatto può essere piccolo, ma quando è svolto con magnanimità può produrre grandi risultati.<sup>3</sup>

————— « » —————

### *Non Cercate Pubblicità*

Non pensate alla fama e alla lode che ottenete; pensate al bene che la gente ricava. Non smaniate per avere pubblicità; anelate alla gioia che risplende sui volti delle persone che aiutate. Il **seva** (**servizio** disinteressato) vi porta più vicini a Me. Il fiore che è il vostro cuore ottiene fragranza per mezzo del **seva** che fate e in tal modo esso Mi diventa più accettabile. L'**amore** è l'essenza di quella fragranza.<sup>1</sup> Mentre svolgete **servizio**, non deve esservi alcuna vanagloria. Sviluppate un cuore compassionevole e alimentate in esso l'**amore**.<sup>2</sup>

Non servite per amore della ricompensa, per attrarre l'attenzione o per ottenere gratitudine, oppure per un senso di orgoglio per la vostra superiorità quanto a capacità, ricchezza, posizione sociale o autorità. Servite perché siete spinti dall'**amore**. Quando avete successo, attribuitelo alla Grazia di Dio, che vi ha spronato ad andare avanti, quale **amore** dentro di voi. Quando fallite, ascrivete l'insuccesso alla vostra inettitudine, alla mancanza di sincerità o all'ignoranza. Esaminate le sorgenti dell'azione e depuratele di ogni traccia di ego. Non date la colpa ai beneficiari del **seva**, o ai vostri collaboratori e compagni di lavoro, oppure a Dio.<sup>3</sup>

Non fate pubblicità a tali atti di solidarietà; fateli spontaneamente senza fanfare. Ciò è più prezioso che dare prova del proprio **servizio** con l'aiuto di articoli e fotografie. Essi riducono il valore degli atti di compassione.<sup>4</sup>

————— « » —————

### *L'Atteggiamento nel Rendere Servizio*

Il vostro **seva** sarà giudicato in relazione all'atteggiamento mentale che lo accompagna. Quindi, qualunque lavoro assegnatovi fatelo con fervore, comprensione e rispetto. Nel **seva** non possono esserci servizi alti o bassi, giacché Sai è in tutto. A chiunque possiate offrirlo, Sai riceve il vostro **seva**. Non siate tristi perché vi è stato assegnato qualche compito che vi tiene lontani da Me. Sappiate che Io sono vicinissimo a colui che Mi invoca e Mi vede in tutti gli esseri.<sup>1</sup>

È l'atteggiamento a essere essenziale. Il tipo di **servizio** potrebbe essere piccolo. Potete non avere la possibilità di prendere parte a qualche progetto di **servizio** gigantesco del quale milioni di persone possono beneficiare; potete tuttavia far superare uno steccato a un agnello zoppo o guidare un bambino cieco in una strada trafficata. Anche tutto ciò è un atto di adorazione.<sup>2</sup>

Un *sevaka* non deve esaltarsi né abbattersi; deve aderire alla via di mezzo. Quando Rama domandò a Hanuman di procedere verso la regione del sud e descrisse i pericoli lungo il percorso, egli non si abbatté. Quando gli dette l'anello da consegnare a Sita, egli non si esaltò per essere stato scelto per quel compito elevatissimo e per la grande opportunità. Semplicemente

obbedì. Per lui, fu sufficiente l'ordine del suo Maestro: "Vai!" Hanuman è il volontario esemplare: efficiente, umile, silenzioso, servizievole, intelligente, entusiasta, devoto.<sup>3</sup>

« »

### ***Espandete il Cuore***

Il **seva** fa emergere tutto quanto c'è di grande nell'uomo. Allarga il cuore e amplia la visione. Colma di gioia, promuove unità, proclama la verità dello Spirito ed espelle, nell'uomo, tutte le cattive qualità. Deve essere considerato come la più grande disciplina spirituale. Voi nascete per servire, non per dominare. Ognuno, nel mondo, è un servitore e non un maestro. Tutte le relazioni, marito e moglie, madre e figlio, datore di lavoro e impiegato, si basano sul mutuo **servizio**. Il mondo progredisce per tale reciproco **servizio**. Se il principio del **servizio** non funzionasse, il mondo si fermerebbe. Considerate un "responsabile" come un superiore? Non è così. Anche lui è un servitore. È solo quando l'uomo è colmo di spirito di **servizio** che la sua natura divina si rivela. Egli allora sperimenta la pace che va oltre la comprensione.

Qual è, oggi, il motivo della mancanza di pace nel mondo? È che, nella vita delle persone, non c'è armonia tra pensieri, parole e azioni. La pace deve cominciare in famiglia, in casa. Quando c'è comprensione e armonia in famiglia, la pace si espanderà alla comunità e da lì alla nazione e al mondo. Perciò, oggi, l'unità è la necessità primaria. L'unità conferisce gioia e pace. La trasformazione deve partire dall'individuo. Quando l'individuo cambia, il mondo cambierà. Questa trasformazione deve avvenire nella mente degli uomini. Pensieri giusti guideranno ad azioni giuste. Questo è il motivo per cui le Scritture hanno affermato che la mente è la causa della schiavitù o della liberazione dell'uomo.<sup>1</sup>

« »

### ***Distacco***

#### **Garantitevi l'Amore Divino Attraverso il Distacco**

Dedicate ogni azione al Divino in uno spirito di distacco. L'**amore** divino può essere ottenuto solo per mezzo di un **servizio** amorevole a Dio. Egli risponde con generosità a ciò che Gli offrite. Kuchela ebbe, in cambio di una manciata di riso battuto dato a Krishna, un'infinita prosperità. Draupadi fu ricompensata allo stesso modo. Come potete aspettarvi l'**amore** di Dio se non Gli date **amore**? La grazia di Dio è come una banca. Potete attingere denaro da essa solo nella misura in cui avete costituito dei depositi attraverso *thyaga* (il sacrificio). Guadagnate la grazia di Dio attraverso l'**amore** e il sacrificio.<sup>1</sup>

#### **Seguite i Suoi Insegnamenti**

Se oggi il nome di Gesù è glorificato in tutto il mondo, è grazie al Suo sconfinato **amore**. Egli servì gli umili e i peccatori e, alla fine, offrì la Sua stessa vita in sacrificio. Quanti di coloro che si definiscono devoti di Gesù seguono i Suoi insegnamenti? Coloro che pretendono di adorare Rama, fino a che punto seguono il Suo esempio? Quanti devoti dichiarati di Krishna vivono all'altezza dei Suoi insegnamenti? Ci sono molti che si dichiarano devoti di Sai, ma

quanti di essi seguono il Suo messaggio? Se ognuno cerca le risposte dentro di sé, scoprirà di essere uno zero. Chiunque pretenda di essere un devoto di Sai, dovrebbe dedicare la propria vita agli ideali di Sai: questa è vera devozione e reale penitenza. È il segno distintivo di un essere umano autentico e si rifletterà nell'**amore** che troverà espressione nella compassione che genera vera *ananda* (beatitudine).

La qualità più grande in ogni uomo è l'**amore**. Quando l'**amore** è assente, qualità malvagie, come odio e gelosia, alzano il capo. Fate dell'**amore** il respiro della vostra vita.<sup>2</sup>

————— « » —————

### ***Non Egoismo, ma Altruismo***

Una vita senza **amore** non ha senso. Più amate, più l'**amore** cresce. Il vero **amore** dovrebbe distinguersi dall'attaccamento sia alle persone sia alle cose. L'attaccamento si basa sull'egoismo, mentre l'**amore** sull'altruismo. L'**amore** è il frutto che nasce dal fiore delle vostre buone azioni. Solo quando ci impegniamo nel **servizio** disinteressato, possiamo sperimentare l'essenza del puro **amore**.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***Mani che Servono Sono più Grandi di Labbra che Pregano***

*Incarnavazioni dell'Amore!* Ricordate che mani che servono sono più grandi di labbra che pregano. Dedicatevi al **servizio** verso tutti. La vera umanità consiste nello spirito di **servizio**. La quantità non ha importanza; è la qualità del **servizio** che conta.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***Umiltà***

Quando il lavoro è sublimato nell'adorazione, la sconfitta e la delusione non ci scoraggeranno. Il successo non alimenterà l'orgoglio; condurrà all'umiltà e alla gratitudine per tale grazia. Il lavoro, compiuto come dovere, in quanto da noi dovuto alla società, reca la ricompensa della gioia, poiché abbiamo utilizzato la conoscenza e le capacità forniteci da Dio, attraverso la società stessa, per servirla.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***L'Ingratitudine è un Grave Peccato***

Se desiderate un futuro sicuro e pacifico, dovete forgiare le vostre azioni nel presente. In ciò, il **servizio** svolge un grande ruolo. Che compiate o no un qualche tipo di servizio, se lo fate disinteressatamente, potrete sperimentare la beatitudine dell'**amore** del Divino. Il **servizio** evidenzia l'unità che sottende all'apparente diversità. Per realizzare la propria divinità interiore, il **servizio** alla gente è la miglior forma di *sadhana*. Che cosa c'è di tanto grande nel vivere per il proprio tornaconto? Si può dire che solo l'uomo che vive per gli altri vive veramente.

L'uomo è una creatura della società, alla quale deve tutto. Pertanto, le deve essere grato per tutto ciò che da essa ha ricevuto. La gratitudine è una virtù suprema, mentre l'ingratitude è un grave peccato e priverà l'uomo della visione donatagli da Dio. Non c'è mezzo di espiatione per la persona ingrata. Se volete salvaguardare il vostro futuro dovete essere riconoscenti a coloro che vi hanno aiutato nelle difficoltà e nei bisogni del presente.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***La Religione Sviluppa la Personalità Umana***

Unità, solidarietà e devozione sono indispensabili per ogni essere umano. Per promuovere queste sacre qualità nel genere umano, alcune grandi anime cercarono di fondare religioni diverse. Quello di religione non è un concetto restrittivo. La religione è concepita per sviluppare la personalità umana e indica le linee guida fondamentali per il retto vivere. Essa fa emergere nell'uomo la vera natura umana e lo rende capace di vivere in armonia con i suoi simili. Fornisce il collegamento fra l'individuo e il Divino ed evidenzia l'unità che sottende alla diversità del mondo.

L'**amore**, il sacrificio, il **servizio** e la rettitudine sono le quattro membra della religione. Essa fa emergere nell'uomo i sentimenti sublimi e divini, e gli fa servire la società; evoca quanto negli uomini c'è di grande, beatifico e buono, e dimostra l'unità del genere umano.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***Il Servizio è il Solo Sentiero per l'Autorealizzazione***

L'uomo giustifica se stesso e dimostra il suo diritto di essere un individuo meritevole attraverso il **seva (servizio)**, compiuto con onestà, altruismo e senza alcuna aspettativa di ricompensa terrena. Il **seva** è il solo sentiero per l'autorealizzazione. È la più alta espressione dell'**amore** e del sacrificio che l'**amore** comporta. Dovete spendervi nel **seva** proprio fino all'ultimo respiro. Non dovete ritirarvi dopo un dato numero di anni di **seva** o quando raggiungete una certa età. Dal momento che avete un Signore e Maestro di tale portata, non dovrebbe esserci penuria di *sevaka* (servitori). Essi sono la gloria del Signore.<sup>1</sup>

————— « » —————

### ***Templi***

#### **Il Vero Tempio è il Proprio Corpo**

Non c'è alcun dubbio che sia un bene costruire dei templi, ma il vero tempio è il proprio corpo. Senza purificare se stessi, a che serve erigerli? Quelli che vengono costruiti al costo di crore di rupie non vengono correttamente curati; sciame di mendicanti ne rovinano i dintorni.

#### **Il Servizio alla Società è il Primo Dovero di Ciascuno**

Quanto meglio sarebbe se le crore di rupie spese per costruire templi fossero usate per migliorare le condizioni dei poveri, degli indigenti e degli indifesi? Le istituzioni che aiutano gli

sfortunati indigenti sono più utili degli edifici che servono per adorare le divinità. Aiutare gli indifesi è vero **servizio**. L'**amore** verso i propri simili è la miglior disciplina spirituale. Il cattivo uso del denaro è davvero un male. La ricchezza deve essere usata solo per buoni fini. Il denaro è in grado di condurre l'uomo in qualunque posto, buono o cattivo. Pertanto, egli deve far bene attenzione che la ricchezza non lo conduca su una strada sbagliata o porti una cattiva fama a questo grande Paese.

Limitando i desideri e riducendo le comodità necessarie per una vita agiata, i ricchi dovrebbero dedicarsi al servizio dei poveri e dei derelitti. Cercate di ricavare felicità dal **servizio** ai vostri simili. La felicità è unione con Dio. Le Organizzazioni Sathya Sai non dovrebbero accontentarsi di condurre *bhajan* (canti devozionali di gruppo). In ogni momento, il loro motto dovrebbe essere **seva** (**servizio** disinteressato). Dovrebbero intraprendere ogni forma di attività e darle un significato spirituale. Solo coloro che sono imbevuti di questo spirito di **servizio** disinteressato sono idonei a diventare capi della nazione.<sup>1</sup>

### **I Templi Sono Utili Solo come Promemoria**

Perché costruire templi? L'ideale è fare dei vostri cuori i templi perché il Divino vi dimori. Ciò, però, non è possibile per tutti. I templi di pietra sono promemoria dell'esistenza di Dio. Quando vedete un avvocato, vi ricordate dei vostri problemi legali. Quando vedete un medico, pensate alla vostra malattia. Allo stesso modo, quando vedete un tempio, vi ricordate di Dio.

I templi sono utili solo come promemoria, ma la vera adorazione consiste nella profonda devozione per Dio dentro ognuno. Purificando il tempio del vostro cuore, dovete dedicare la vostra vita al **servizio**. È tale dedito **servizio**, fatto con spirito di *sadhana*, che distingue le Organizzazioni Sathya Sai da ogni altra organizzazione spirituale. Innumerevoli devoti Sai – uomini e donne, giovani e vecchi – stanno rendendo **servizio** in vari modi per il loro **amore** verso Sai. La gente parla della *vibhuthi* (cenere sacra) di Swami e dei Suoi miracoli, ma il vero miracolo è lo sconfinato **amore** di Swami. È questo **amore** a ispirare innumerevoli devoti a intraprendere il **servizio** disinteressato.<sup>2</sup>

————— « » —————

### ***La Storia di Abou Ben Adhem***

È probabile che gli studenti abbiano udito la storia di Abou Ben Adhem che offrì sempre *sarva bhuta daya pushpam* (la compassione per tutti gli esseri) al Signore. Era solito, ogni giorno, andare in giro per le strade a servire gli indigenti e i disabili, tornando a casa a tarda notte. Una volta, tornato a casa, trovò in camera da letto un angelo che stava scrivendo qualcosa. Quando chiese che cosa stesse scrivendo, l'angelo rispose che stava facendo l'elenco di quelli che amavano Dio. Quando domandò se il suo nome figurasse nell'elenco, l'angelo rispose di no. La notte seguente, al suo rientro, lo trovò ancora lì a scrivere. Allora chiese: “Madre, che cosa avete scritto adesso?” L'angelo rispose: “Figliolo, ho scritto i nomi di coloro che sono cari a Dio.” Abou Ben Adhem volle nuovamente sapere se il suo nome figurasse nella lista e l'angelo replicò che il suo nome era in cima a quell'elenco.

Il sunto e la sostanza di questa storia è che Dio si compiace quando servite il vostro prossimo. Le Scritture hanno prescritto nove sentieri di devozione, cioè *sravanam* (l'ascolto delle

storie di Dio), *kirtanam* (il canto della Sua gloria), *vishnusmaranam* (il ricordo del nome del Signore), *pada sevanam* (il **servizio** ai Piedi di Loto del Signore), *archanam* (l'adorazione), *vandanam* (l'atteggiamento di rispetto per tutte le forme di vita), *dasyam* (l'atteggiamento di servo dedito e fedele verso Dio), *sneham* (l'amicizia con Dio), *atmanivedanam* (l'offerta di se stessi al Signore), ovvero la completa resa a Lui. Tuttavia, il sentiero del **servizio** è il più grande di tutti.

*Né con la penitenza, né con i pellegrinaggi  
né con lo studio dei testi sacri  
è possibile attraversare l'oceano della vita terrena.  
Solo attraverso il **servizio** è possibile redimere la propria vita.  
(Versi Sanscriti)*

Abou Ben Adhem divenne il beneficiario dell'**amore** di Dio perché spese tutto il proprio tempo al **servizio** del suo prossimo. Dio ama tutti perché è l'incarnazione dell'**amore**, ma dona Se Stesso a coloro che mostrano compassione per tutti gli esseri.<sup>1</sup>

————— « » —————

## ***Trasformate il Lavoro in Adorazione***

### **Fate Servizio con Sentimenti Divini**

Lavoro, adorazione e saggezza cominciano tutti con il **servizio**. Non importa di quale **servizio** si tratti; se è reso con **amore** e sentimenti divini esso diventa *upasana* (adorazione).<sup>1</sup>

### **Solo il Servizio Può Conferire Beatitudine**

Incarnazioni dell'Amore! La gente adora Dio con devozione e sincerità, ma Egli non è soddisfatto dell'adorazione esteriore. Dovreste servire la società. Solo il **servizio** può conferirvi beatitudine. Rendendo **servizio** alla società, non solo potete alleviare le sofferenze delle persone, ma apportare anche una trasformazione nella vostra vita. *Yad bhavam tad bhavati* (com'è il sentimento, così è il risultato). Se servite con sentimenti sacri, ciò produce sacri risultati. Servite la società al meglio delle vostre capacità.<sup>2</sup>

### **La Mia Vita è Amore**

Alimentate l'**amore** nel cuore e condividetelo con gli altri. Questa è la miglior forma di adorazione. L'**amore** è la sola proprietà di Sai. La Mia vita è **amore**. Questo è ciò che offro a tutti. Io continuo sempre a dare, a dare, ma fino a che punto mettete in pratica gli insegnamenti di Swami? Praticate il silenzio per almeno dieci minuti al giorno; in quel momento, meditate sugli insegnamenti di Swami. Comprendete che in questo mondo transitorio l'Eterno è immanente. Tenetevi stretti a Dio e sperimentate la beatitudine dell'unione con il Divino. Fate che l'**amore** diventi il vostro respiro vitale. Con l'**amore** di Dio nel cuore, gli antichi saggi riuscirono persino a trasformare gli animali selvatici della foresta.<sup>3</sup>

### **Trasformate le Attività Quotidiane in Atti d'Adorazione**

Si può trasformare ogni azione giornaliera in adorazione per il Divino. I lavori giornalieri, come preparare i *chappati*, possono essere trasformati in azioni d'adorazione per il

Divino. Poiché il corpo è uno strumento, attraverso di esso potete rendere felice Dio e, nel contempo, essere felici. In tal modo, praticate meditazione durante i vostri doveri quotidiani.<sup>4</sup>

« »

## *Conclusion*

### **Il Sentiero dell’Azione Disinteressata**

La *Bhagavad Gita* afferma che il **servizio** a *sanga* (la società) è il più alto **seva** (**servizio**) e anche la *sadhana* (disciplina spirituale) più benefica. Non potete sfuggire a tale obbligo; dovete usare la collettività umana in cui nascete al fine di sublimare il vostro egoismo e salvarvi.<sup>1</sup>

La *Bhagavad Gita* ha proclamato che il sentiero dell’azione disinteressata è la strada regale alla perfezione. Esorta l’uomo a non smaniare per i frutti dell’azione e a compiere semplicemente i propri doveri in modo distaccato lasciando i risultati delle stesse a Dio. Egli non ingiunge all’uomo di fare qualche lavoro in particolare: è solo il dispensatore dei risultati delle azioni degli esseri umani. Dona i frutti delle azioni a seconda del tipo di lavoro che l’uomo ha compiuto. Se, senza compiere buone azioni, pregate per il profitto personale, Dio ascolterà semplicemente le vostre suppliche, ma non vi onorerà della Sua benedizione.<sup>2</sup>

### **Raggiungete più Velocemente la Meta**

Quali sono i motivi degli atti sleali e crudeli di questo mondo? Essi sono dovuti al declino del **servizio** disinteressato, all’aumento di sentimenti senza senso e al moltiplicarsi di desideri inutili. Seguite l’esempio degli uccelli che volano nel cielo con l’aiuto delle loro ali. Fate dell’**amore** e del **servizio** le vostre due ali e volate come un uccello: ciò vi renderà in grado di raggiungere più velocemente la meta.<sup>3</sup>

Servite le persone senza tener conto della loro importanza; nessun **servizio** è di alto o di basso livello: ogni atto di **servizio** è identico agli occhi del Signore. Ciò che conta è la prontezza, la gioia, l’efficienza e la capacità con le quali vi impegnate a farlo.<sup>4</sup> Il **servizio** sincero e altruistico deve pertanto essere favorevolmente accolto e messo in pratica. Ogni atto di **servizio** è un passo verso la Meta della Liberazione.<sup>5</sup>

### **Guadagnatevi la Compassione e l’Amore di Swami Attraverso il Servizio**

Incarnazioni del Divino *Atma*, voi potete non essere in grado di rendervene conto, ma ciò è chiaro ai Miei occhi. A mano a mano che i giorni passano, perfino quelli che ora non sono in grado di riconoscere la verità di Swami dovranno avvicinarsi con lacrime di pentimento e sperimentarMi. Molto presto, tutto ciò sarà di portata mondiale. Swami sta ora contenendo questo sviluppo. Quando sarà concesso che ciò avvenga, il mondo intero si trasformerà in una Prasanthi Nilayam. Pertanto, tutti voi fatevi avanti ben decisi a mettere in pratica nella vita quotidiana gli ideali che avete dinnanzi. Negli anni a venire, potreste non avere le opportunità di cui godete ora: non saranno così a portata di mano. A milioni correranno in questo luogo e vi si raduneranno: ciò accadrà presto e, perciò, guadagnatevi la compassione di Swami e il Suo **amore** attraverso le attività di **seva** e date un senso pieno alla vostra vita.<sup>6</sup>

« »

## ***Bibliografia***

### **Chapter: Avatars – Fine Examples of Selfless Service**

1. Sathya Sai Speaks, Volume XIII; Chapter 29: Quenching the Thirst
2. Sathya Sai Speaks, Volume VII; Chapter 5: Not Loka but a Lokesa
3. Summer Showers in Brindavan 1973; Chapter: Service to Man Is Service to the Lord
4. Summer Showers in Brindavan 1973; Chapter: Service to Man Is Service to the Lord
5. Sathya Sai Speaks, Volume XV; Chapter 31: Lessons on Seva Sadhana
6. Sathya Sai Speaks, Volume X; Chapter 23: The Crucial Years
7. Sathya Sai Speaks, Volume XIII; Chapter 21: Expand the Heart
8. Sathya Sai Speaks, Volume 17, Chapter 30: Secure God's Love
9. Advaita through Seva; Volume 2: Divine Discourse of Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, November 19-24, 1987
10. Sathya Sai Speaks, Volume XV: Chapter 55: Your Birthday Gift
11. Summer Showers in Brindavan 1979; Chapter: Nishkama Karma

### **Chapter: Unique Opportunity to Participate in Swami's Divine Mission**

1. My Baba and I (by Dr. John Hislop); Chapter: Seva; Page 170
2. My Baba and I (by Dr. John Hislop); Chapter: Seva; Page 170
3. My Baba and I (by Dr. John Hislop); Chapter: Seva; Page 170

### **Chapter: Love All – Serve All**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 32, Part 2; Chapter 12: Youth Should Transform the World
2. Sathya Sai Speaks, Volume 25; Chapter 39: Unity Based on Divinity
3. Sathya Sai Speaks, Volume 27; Chapter 22: Devotion is Pure Love for God
4. Sathya Sai Speaks, Volume 31; Chapter 34: Entire Universe Is Within You
5. Sathya Sai Speaks, Volume 30; Chapter 9: The Saints of Thamilnaad
6. Sathya Sai Speaks, Volume 32, Part 2; Chapter 12: Youth Should Transform the World
7. Sathya Sai Speaks, Volume 33; Chapter 1: Unity and Divinity in the New Year
8. Sathya Sai Speaks, Volume 34; Chapter 14: Love Can Unite the Entire World
9. Service to Man is Service to God (Divine Discourse on January 1, 2004 in Prasanthi Nilayam. Occasion: New Year)
10. "Cultivate Good Thoughts and Noble Feelings in your Heart" (Divine Discourse on March 7, 2008 in Prasanthi Nilayam. Occasion: Sivarathri)
11. Sathya Sai Speaks, Volume 35; Chapter 9: Mother is Your First God
12. "Develop Educare and Be United" (Divine Discourse on July 20, 2008 in Prasanthi Nilayam. Occasion: Sri Sathya Sai World Education Conference)
13. Sathya Sai Speaks, Volume 30; Chapter 2: Be Prepared for a Life of Sacrifice
14. Sathya Sai Speaks, Volume 31; Chapter 3: Buddha's Gospel of Good Life
15. Sathya Sai Speaks, Volume 33; Chapter 6: Sanctify Your Life with Sacred Feelings
16. Sathya Sai Speaks, Volume 28; Chapter 2: Prema and the Triple Purity
17. Sathya Sai Speaks, Volume 31; Chapter 41: Serve Parents, Serve God
18. Sathya Sai Speaks, Volume 34; Chapter 24: God Never Forsakes His Devotees
19. "Strive for unity, purity, and divinity" (Divine Discourse on January 1, 2003 in Prasanthi Nilayam. Occasion: New Year 2003)
20. "Service to Society is Service to God" (Divine Discourse on November 23, 2006 in Prasanthi Nilayam. Occasion: Sai Baba's Birthday)
21. "All are One; Be alike to Everyone" (Divine Discourse on January 1, 2008 in Prasanthi Nilayam)

Nilayam. Occasion: New Year's Day)

22. "Man without morality is verily a demon" (Divine Discourse on May 1, 2008 in Brindavan)
23. Sathya Sai Speaks, Volume 31; Chapter 43: Fuse Spirituality with Education
24. Sathya Sai Speaks, Volume 32, Part 2; Chapter 1: Human Values and Education
25. "Earn Eternal Peace with Eternal Truth" (Divine Discourse on December 25, 2006 in Prasanthi Nilayam. Occasion: Christmas)
26. "God helps those who help Others" (Divine Discourse on January 27, 2007 in Thiruvanmiyur, Chennai. Occasion: Ati Rudra Maha Yajna)
27. "All Are One -- Be Alike to Everyone" (Divine Discourse on October 9, 2008 in Prasanthi Nilayam. Occasion: Dasara)
28. Sathya Sai Speaks, Volume 35; Chapter 6: Celebrate Ugadi by Purifying Your Heart
29. "Bhagavan Blesses the Book Trust Office" (Divine Discourse on August 24, 2007 in Prasanthi Nilayam. Occasion: Visit to SSSBPT)

#### **Chapter: Grace of God**

1. Sathya Sai Speaks, Volume XII: Chapter 16: The Garden of God
2. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 4: Narayana Seva
3. Sathya Sai Speaks, Volume XIV: Chapter 13: He Too Is He
4. Sathya Sai Speaks, Volume XV; Chapter 31: Lessons on Seva Sadhana
5. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 2: Devotion in Action

#### **Chapter: Law of Karma and Selfless Service**

1. Sathya Sai Speaks, Volume VII: Chapter 39: The Wet Wick
2. Sathya Sai Speaks, Volume III: Chapter 29: Loka Kalyanam
3. Sathya Sai Speaks, Volume II: Chapter 26: Destiny is no Iron Cage
4. Sadhana the Inward Path, Quote Number 68
5. Sathya Sai Speaks, Volume IX: Chapter 17: The Spider in the Same Web
6. Sathya Sai Speaks, Volume II: Chapter 26: Destiny is no Iron Cage
7. My Baba and I (by Dr. John Hislop); Chapter: Karma; Page 83
8. My Baba and I (by Dr. John Hislop); Chapter: His Life Is His Message; Page 148
9. Sathya Sai Speaks, Volume 29, Chapter 50: The Glory of Bharath's Women
10. Divine Discourse on July 21, 2005: Everything Depends on God's Grace
11. Sathya Sai Speaks, Volume 33, Chapter 23: Overcome Jealousy with Love
12. Divine Discourse on March 1, 2003: Experience of Unity is Real Satsang

#### **Chapter: Love and Selfless Service**

1. Sathya Sai Newsletter (USA), Volume 12, Number 4, Page 33-34
2. Sathya Sai Speaks, Volume V: Chapter 17: This Joy and That
3. Sathya Sai Speaks, Volume VI: Chapter 32: Poorna Minus Poorna is Poorna
4. Sathya Sai Speaks, Volume XI: Chapter 7: Love and Serve
5. Sathya Sai Speaks, Volume 22: Chapter 6: Live up to Your Role
6. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 19: The Message of Love

#### **Chapter: Control of the Mind through Service**

1. Advaita through Seva; Volume 3: Divine Discourse of Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, November 19-24, 1987
2. Sathya Sai Newsletter (USA), Volume 13, Number 3, Page 2

**Chapter: Removal of Egoism**

1. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 22: Hospitals and Health
2. Sathya Sai Newsletter (USA), Volume 12, Number 4, Page 30-31
3. Sathya Sai Speaks, Volume XV; Chapter 31: Lessons on Seva Sadhana
4. Sathya Sai Speaks, Volume XV: Chapter 32: The Fingers Five
5. Sathya Sai Speaks, Volume XI: Chapter 16: 'Mind'irs, Not Mandirs

**Chapter: Nishkama Karma**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 26, Chapter 1: Purity – The Path to Divinity
2. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 22: Practise What You Preach
3. Sathya Sai Speaks, Volume 29, Chapter 13: Heroic Mothers and Noble Sons
4. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 30: Service as Duty

**Chapter: Nishkama Karma and Anaasakti Yoga**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 20, Chapter 11: Developing the Inner Vision

**Chapter: Human Birth for Service to Society**

1. Sathya Sai Speaks, Volume XI: Chapter 5: Thirst and Quest
2. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 4: Narayana Seva
3. Sathya Sai Speaks, Volume IX: Chapter 12: Mirror and Comb
4. Sathya Sai Speaks, Volume II: Chapter 36: Proceed Beyond Thriputi

**Chapter: Atmic Unity through Service**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 22: Chapter 37: The Cosmic Indweller
2. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 10: Beside, Behind, Before
3. Sathya Sai Speaks, Volume XI: Chapter 28: Radiate Rays of Love
4. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 16: Labels are Libels
5. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 18: No bumps, No Jumps
6. Sathya Sai Speaks, Volume VIII: Chapter 33: The Creeper and the Tree
7. Sathya Sai Speaks, Volume XIII; Chapter 29: Quenching the Thirst
8. Sathya Sai Speaks, Volume I: Chapter 11: Nara and Narayana

**Chapter: Service Opportunity – A Gift from God**

1. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 35: Truth of Truth
2. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 35: Truth of Truth
3. Sathya Sai Speaks, Volume XI: Chapter 28: Radiate Rays of Love
4. Sathya Sai Speaks, Volume IX: Chapter 10: The Will to Will Not
5. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 4: Narayana Seva
6. Sathya Sai Speaks, Volume IX: Chapter 19: Counsel for the Chosen

**Chapter: Promote Love and Compassion**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 25: I Will Be Closer to Devotees

**Chapter: Charity and Compassion**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 33, Chapter 13: Ganapathi Confers Buddhi and Siddhi
2. Sathya Sai Speaks, Volume 17, Chapter 16: Ceiling on Desires

**Chapter: Contentment**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 33, Chapter 19: God Incarnates To Serve Mankind

**Chapter: Sacrifice**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 21, Chapter 31: The Spirit of Service`

**Chapter: Pure Mind and Heart**

1. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 6: A Flower at His Feet
2. Sathya Sai Speaks, Volume XIV: Chapter 13: He Too Is He

**Chapter: Pure Motives While Rendering Service**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 17, Chapter 13: Make Adoption Meaningful to Villagers

**Chapter: Purity of Heart**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 31: The Devotee Dear to the Lord

**Chapter: Sathya Sai Organisation**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 32, Part 2, Chapter 9: Human Values and Service
2. Sathya Sai Speaks, Volume 17, Chapter 27: Service without Distinctions
3. Sathya Sai Speaks, Volume 17, Chapter 13: Make Adoption Meaningful to Villagers
4. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 22: Practise What You Preach
5. Divine Discourse on August 9, 2006: Athi Rudra Maha Yajna Fosters the Divine Nature of Humans

**Chapter: Serve the Daridra Narayana**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 2: Seva Is the Highest Sadhana
2. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 30: Service as Duty
3. Divine Discourse on October 22, 2004: Uphold the Dignity and Honour of Bharat Matha (Mother India)

**Chapter: Sathya, Dharma, Santhi, Prema and Ahimsa**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 2, Seva Is the Highest Sadhana
2. Advaita through Seva; Volume 2: Divine Discourse of Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, November 19-24, 1987

**Chapter: Service in Daily Life**

1. Sathya Sai Newsletter (USA), Volume 13, Number 3, Page 4-5

**Chapter: Service to Man is Service to God**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 22: Chapter 23: Love All, Serve All
2. Sathya Sai Speaks, Volume 22: Chapter 6: Live up to Your Role
3. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 6: A Flower at His Feet

**Chapter: Nine Steps in Spiritual Sadhana**

1. Sathya Sai Speaks, Volume XIII; Chapter 29: Quenching the Thirst

**Chapter: Bliss**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 16, Chapter 8: “Build Temple in Your Hearts”

**Chapter: Selflessness**

1. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 39: Bring Me the Pain
2. Advaita through Seva; Volume 1: Divine Discourse of Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, November 19-24, 1987
3. Advaita through Seva; Volume 1: Divine Discourse of Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, November 19-24, 1987

**Chapter: Do Not Seek Publicity**

1. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 18: No Bumps, No Jumps
2. Advaita through Seva; Volume 1: Divine Discourse of Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, November 19-24, 1987
3. Sathya Sai Speaks, Volume IX: Chapter 10: The Will to Will Not
4. Sathya Sai Speaks, Volume VII: Chapter 47: Spontaneous Service

**Chapter: Attitude While Doing Service**

1. Sathya Sai Speaks, Volume XIII: Chapter 18: No Bumps, No Jumps
2. Sathya Sai Speaks, Volume X: Chapter 6: A Flower at His Feet
3. Sathya Sai Speaks, Volume VII: Chapter 14: Limbs of the Divine Body

**Chapter: Broaden the Heart**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 31: The Devotee Dear to the Lord

**Chapter: Detachment**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 7: Give Up Selfishness: Cultivate Unity
2. Sathya Sai Speaks, Volume 26, Chapter 37: Let Love Prevail

**Chapter: Not Selfishness, Rather Selflessness**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 28: Equality through Love

**Chapter: Hands that Serve are Greater than the Lips that Pray**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 7: Give Up Selfishness: Cultivate Unity

**Chapter: Humility**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 19: The Yoga of Samathvam

**Chapter: Ingratitude Is a Grievous Sin**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 30: Service as Duty

**Chapter: Religion Develops the Human Personality**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 23, Chapter 36: Love: Sacrifice: Unity

**Chapter: Service Is the Only Path to Self-Realisation**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 18, Chapter 25: I Will Be Closer to Devotees

**Chapter: Temples**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 17, Chapter 12: Combine Morals with Business
2. Sathya Sai Speaks, Volume 16, Chapter 8: Build Temple in Your Hearts

**Chapter: The Story of Abou Ben Adhem**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 33, Chapter 12: Flowers That Never Fade

**Chapter: Transform Work into Worship**

1. Sathya Sai Speaks, Volume 32, Part 1, Chapter 6: Put Ceiling on Your Desires
2. Sathya Sai Speaks, Volume 33, Chapter 12: Flowers That Never Fade
3. Sathya Sai Speaks, Volume 29, Chapter 11: The Triple Transformation
4. Sathya Sai Speaks, Volume 26, Chapter 13: Sparks from the Divine Anvil

**Chapter: Conclusion**

1. Sathya Sai Speaks, Volume VIII: Chapter 1: Ask the Right Questions
2. Summer Showers in Brindavan 1979; Chapter: *Nishkama Karma*
3. Sathya Sai Newsletter (USA), Volume 13, Number 3, Page 1

4. Sathya Sai Speaks, Volume VII: Chapter 31: Moving Temples
5. Sathya Sai Speaks, Volume XII: Chapter 23: Nearer and Nearer
6. Sathya Sai Speaks, Volume XV: Chapter 55: Your Birthday Gift

————— « » —————