

Gocce di Luce

**Quarantacinque Messaggi**

*Gocce di Luce*

**Bhagavan Sri Sathya Sai Baba**



© 2014 Catherine Kapahi, Ph.D.

ISBN 978-1-927762-06-6

Tutti i diritti sono riservati inclusi i diritti di traduzione e di riproduzione del libro o di parti di esso o di estratti, ad eccezione di brevi citazioni.

Prima Edizione, 2014 – 100 Copie

Pubblicato da: Kapahi Books  
60 Walter Havill Drive, Unit 1208  
Halifax, N.S., Canada B3N 0A9

Stampato da:  
48hrbooks  
3349 14th St.  
S.W. Akron O.H. 44314  
U.S.A

Illustrazione di copertina:  
Maja Wizer [maya.veezor@gmail.com](mailto:maya.veezor@gmail.com)

Gocce di Luce

*Dedicato*

*ai Piedi di Loto di*

*Bhagavan*

*Sri Sathya Sai Baba*

*l'Eterno Testimone*

*Il Guru Pieno di Grazia*

*e La Divina*

*Madre e Padre*

*di Tutti*



Gocce di Luce



## INTRODUZIONE

Il 25 novembre 2013 Sri Sathya Sai Baba mi disse che voleva iniziare un nuovo libro. Mi sono seduta sulla mia sedia di meditazione davanti alle Sue foto, nella mia stanza di preghiera, con il blocco e la penna in mano. Non ho mai saputo di giorno in giorno quale fosse l'argomento. È sempre una sorpresa anche per me. Ho ascoltato in silenzio le Sue parole nel profondo della mia coscienza e le ho tra-scritte come le ho ricevute. Questo libro include molti degli Insegnamenti di Sathya Sai Baba. Egli desidera che i Suoi devoti continuino a leggere i Suoi libri per integrare e mettere in pratica costantemente i Suoi insegnamenti in ogni momento. Di volta in volta l'Amato Baba parla anche della Sua nuova incarnazione, Prema Sai Baba.



Gocce di Luce



1

Ho notato che non viene data abbastanza attenzione ai Miei insegnamenti, contenuti nei molti libri disponibili della Sri Sathya Sai Books and Publications Trust. Questo non è un bene. Queste parole vi sono state donate dal più Alto dei Cieli. Esse contengono la conoscenza più pura espressa nel modo più semplice. Continuate a leggere e assimilare questi Insegnamenti. C'è sempre qualcosa da imparare per quel che riguarda i metodi di Dio in questo universo e l'apprendimento di tutto quello che c'è da sapere del Divino. Continuate a studiare, contemplare, concentrarvi e meditare. Questo libro approfondisce quello che i devoti hanno bisogno di studiare, contemplare, comprendere e su cui dovrebbero concentrarsi. Sarà una specie di riepilogo delle basi dei Miei Insegnamenti che ho condiviso, più o meno negli ultimi 60 anni, in termini semplici da capire. Grazie alla mente pura e semplice di Catherine, posso facilmente canalizzare nella sua mente quello che voglio dirvi. Lei non è complicata e, al tempo stesso, è molto saggia. Grazie a questo, Io posso mettere dei concetti complessi in parole semplici. Così molti devoti potranno comprenderli. La Verità è semplice, anche se gli studenti spesso la complicano. Un altro problema è dato dal fatto che ci sono molti possibili significati diversi per la stessa parola. Ad

esempio, alla parola “anima” sono stati dati molti significati, nessuno dei quali corretto. Desidero chiarirlo per i Miei devoti e per quelli che potrebbero leggere questo libro. Allora, iniziamo. Quale dei Miei Insegnamenti volete leggere e comprendere? Il più importante è la distinzione tra Verità e inganno. La verità è immutabile, rimane la stessa in ogni espressione. Cosa è Verità? Come riconoscere la Verità? Essa è la Consapevolezza in voi. Anche nel buio più scuro in cui non riuscite a vedere né udire nulla, voi siete coscientemente consapevoli. Questa cosciente consapevolezza è la Verità o Atma. Questa consapevolezza è sempre presente, anche quando il corpo fisico si dissolve. Anche se la mente, con i suoi pensieri, le emozioni e i sentimenti, può mascherare, coprire e nascondere la consapevolezza, la consapevolezza è sempre lì sotto, presente. La natura di questa pura consapevolezza è non-attaccamento, pace e beatitudine. Non ha bisogno di motivi. Essa basta a sé stessa, è immersa in sé stessa. Non ha bisogno di alcuna ragione d’essere esterna, esteriore. Questa pura consapevolezza è di per sé pienezza e realizzazione. La Verità è Consapevolezza immutabile, pace e beatitudine. Qualunque altra cosa è inganno, poiché è soggetta al cambiamento e destinata a dissolversi. Tutte le forme rientrano nella categoria dell’inganno. Perciò, quando una persona è consapevole di questo, la mente non si attacca alla forma e non viene confusa dall’inganno,

non esiste nessun problema, nessuna sofferenza, nessun dolore.

2

Miei Amati Devoti, come sapete vi amo profondamente e desidero il massimo bene per voi. Dovete crederci e avere fiducia in questo, allora diventerà la vostra realtà. Infatti è reale e vero. Abbiate fede, fidatevi, fidatevi, fidatevi del vostro Baba e siate il meglio che riuscite ad essere.

Oggi vedremo un altro insegnamento fondamentale da comprendere e praticare. Si tratta del parlare. Le vostre parole sono un riflesso della vostra mente e del vostro stato interiore. Per essere autentici dovete pronunciare parole che rispecchiano il vostro Essere, Atma. Se non avete purificato la vostra mente, allora le vostre parole non rifletteranno il vostro essere interiore, ma piuttosto lo stato della vostra mente e coscienza. Non potete fare molto riguardo a questo, solo proseguire a purificare la vostra mente attraverso l'osservazione interiore della mente stessa, mantenendola focalizzata su pensieri e idee nobili e ricordando i Nomi e le qualità di Dio, mettendole in pratica e facendole diventare vostre. Gradualmente allo stesso modo in cui si purifica l'acqua in un contenitore di acqua torbida, l'acqua nel contenitore diventerà

pura. Nel frattempo evitate di pronunciare parole prive di significato, solo perché gli altri lo fanno. Fate attenzione alle vostre compagnie, perché vi influenzano. Questo vale in particolare per i giovani che, sentendo il bisogno di "appartenenza", acquisiscono da altri cattive abitudini e modi di parlare. Quando questo accade, poi non è facile modificarle. I genitori hanno il compito di proteggere il loro figli dalle influenze immorali. Crescere i figli in purezza e nobiltà di pensiero e di parola, può essere difficile in questi tempi, a causa delle influenze negative che provengono dal Kali Yuga, ma non è impossibile. Perfino negli Stati Uniti (USA) ci sono scuole private che cercano di elevare le menti dei giovani indirizzandole su nobili idee e propositi. Le Scuole Sathya Sai nel mondo sono quelle che lo fanno meglio. Io mi congratulo con tutti gli insegnanti, i genitori e i bambini che partecipano nelle Scuole Sathya Sai. Stanno coltivando i valori Divini nei bambini che saranno i cittadini esemplari dell'Età Dorata (Golden Age). Il Mio desiderio è che scuole di questo genere si diffondano in tutte le città e i Paesi del mondo.

Le vostre parole vengono notate dagli altri e li influenzano. Se parlate gentilmente, in modo rispettoso, intelligente, saggio, senza egoismo, senza giudizio né orgoglio, con amore, gentilezza e fiducia in voi stessi, gli altri certamente se ne accorgeranno. Il vostro dire

dovrebbe nascere dalla consapevolezza interiore che voi siete Dio e che anche tutti gli altri sono incarnazioni di Dio. Se interiormente, nella vostra mente, rivolgete le vostre parole e i vostri sentimenti al Divino che dimora in ogni forma, allora sarete sicuri di non offendere nessuno con le vostre parole e, al tempo stesso, sarete sinceri e veri. E, per favore, non parlate troppo. Molto può essere comunicato silenziosamente attraverso l'aspetto, i sentimenti, i gesti e il tocco: un piccolo tocco sulla mano, un sorriso amorevole, una mano che aiuta. Impegnatevi per fare in modo che le vostre parole siano il riflesso del vostro Essere, dell'Atma. Condividete gli insegnamenti spirituali e la saggezza con grande discrezione. La persona deve essere aperta per ascoltare, imparare e avere rispetto per questi insegnamenti. Non tutti sono pronti ad ascoltare e assorbire gli insegnamenti spirituali. Il loro livello di consapevolezza/coscienza può essere troppo basso e impedire loro la comprensione dei sottili insegnamenti spirituali. Usate il discernimento e l'intuizione per capire chi è pronto e chi no. Modulate, adattate, le vostre parole alla situazione in cui siete ed alle persone con cui siete. Nel dubbio rimanete in silenzio.

Miei Amati Devoti, oggi vedremo un altro insegnamento importante, assolutamente necessario per la realizzazione di Dio. Vivere una vita virtuosa. Cosa intendo per "virtù"? Significa essere consapevoli dei valori e degli ideali più alti, puri e sublimi, che sono anche enfatizzati nelle scritture più importanti al mondo. Esaminiamo i valori morali che vorrei veder sviluppati ed espressi dai Miei devoti. Vi farò una lunga lista di valori morali, dopodiché andremo ad approfondirne alcuni.

Bisogna coltivare questi valori se, dall'esame di voi stessi, emerge che non ne avete alcuni e che altri di energia più bassa hanno preso il loro posto. Io do molta enfasi e importanza all'onestà e alla purezza di pensiero, parola e azione; e questi tre devono essere allineati tra loro. Se non sono allineati, non c'è purezza. Se non sono allineati, c'è disonestà. Ad esempio, se dite a qualcuno che meditate ogni giorno per un'ora ma non lo fate. In questo caso i vostri pensieri e azioni non sono allineati, coerenti. Se dite a voi stessi che non volete mangiare carne e invece la mangiate, non c'è purezza e non c'è onesta nel vostro essere. I pensieri buoni e puri arrivano a voi ma voi non li manifestate nella vostra vita. Perché non lo fate? Ci sono molte ragioni. Pensate di essere troppo deboli;

rimandate alla prossima volta; non avete il controllo sui vostri sensi e siete tentati; l'abitudine è molto forte e continuate a perpetuarla. Se sviluppate la capacità di seguire gli Insegnamenti del vostro Satguru/Dio sempre e comunque, se siete determinati a padroneggiare i vostri sensi, la mente, le emozioni, ecc., se siete convinti che Dio vi ha dato il potere, la volontà e la forza per seguire la più alta vita morale, allora lo farete. Dovete fare in modo che questa moralità sia la vostra priorità, invece di farvi guidare dal pilota automatico delle abitudini che avevate nel vostro stato non illuminato e grossolano. Quindi, ricapitolando, unità, onestà e purezza attraverso l'allineamento coerente di pensieri, parole e azioni. Perché fare questo? Perché così conoscerete facilmente la vostra natura Divina, Atma, e il Divino si manifesterà in modo puro e liberamente attraverso tutti i vostri corpi. Altre virtù che devono essere coltivate e mantenute sono l'amore incondizionato, la gentilezza, il rispetto, la rettitudine (corretta azione, parola e pensiero) e la pace in tutti i corpi (pensieri, parole e azioni), la carità, la pazienza, la tolleranza, la rinuncia e il sacrificio. Anche se ne esistono altre ancora, queste sono le più importanti per la realizzazione del Sé.

Se vi guardo tutti, cosa vedo? Luci scintillanti disseminate su tutta la terra. È la luce dell'Atma nel cuore spirituale di ciascuno di voi, quella Che viene sul piano terrestre per creare il paradiso in terra. Come fare a comprenderlo? Sapete, anche se l'Atma è ovunque, è stata bloccata nella sua manifestazione sul piano terrestre per molto tempo. L'ego ha regnato attraverso l'uomo per millenni. Solo ora la coscienza Atmica sta iniziando a subentrare sul pianeta terra. Quando l'avrà fatto, le virtù morali saranno rispettate e praticate come unico modo di vivere. Dipende da voi conoscerle e praticarle adesso in modo da entrare a far parte della nuova onda di esistenza.

Adesso occupiamoci di un altro insegnamento essenziale che un devoto, ricercatore della realizzazione di Dio, deve conoscere ed integrare in sé. L'onestà. Solo attraverso l'onestà avrete integrità e la fiducia degli altri. L'onestà è una virtù morale elevata. Non dovete mai mentire o ingannare gli altri, né voi stessi, né Dio. Naturalmente non è possibile ingannare Dio anche se molti ci provano. Imbrogliare, mentire, ingannare e rubare sono peccato. Quando fate queste azioni, o avete questi pensieri, o pronunciate parole di disonestà, state separando voi stessi dagli altri e da Dio. State mancando di rispetto e disonorando l'altro. Molti

cercano di mercanteggiare il prezzo più basso per un oggetto, al punto di privare una persona povera del proprio sostentamento. Dov'è il vostro senso di carità e gentilezza nei confronti degli altri quando agite così? Questa è una cattiva abitudine, priva di attenzione verso la persona che sta cercando di guadagnarsi da vivere. Trovate un accordo imparziale in cui siete entrambi contenti. Così non leverete nulla agli altri. Molti raccontano bugie. È meglio rimanere in silenzio piuttosto che dire bugie. Evitate di mettervi in situazioni in cui pensate di dover dire qualcosa che non è vero. Mantenete uno stile di vita moralmente virtuoso in modo da poter sempre dire gentilmente la verità. Se mantenete l'onestà nei pensieri, parole e azioni, gli altri si fideranno di voi, vi rispetteranno e vedranno che avete un buon carattere e buone virtù.

5

Quando ero ragazzo, sognavo di aiutare migliaia di devoti in tutto il mondo a eliminare la loro sofferenza. Si è avverato. Ancora adesso Mi muovo sul pianeta alleviando la sofferenza di molti. Sognavo anche (e sto parlando di sogni in stato di veglia), che grandi folle di devoti venivano da Me, e anche questo si è avverato. Ora voglio dirvi che non ho mai avuto l'intenzione di interrompere la Mia missione come Sathya Sai Baba. Desideravo totalmente rimanere fi-

no al Mio 96-esimo anno di età. Come molti di voi hanno appreso leggendo le Mie conversazioni con Catherine, il Mio corpo fisico diventò molto malato e Io ho lasciato che questo accadesse. Mi resi anche conto sempre di più che i Darshan fisici non vi facevano progredire velocemente nel cammino della realizzazione del Sé. Così ho deciso di lasciare il piano terrestre in anticipo rispetto a quando era pianificato, per darvi l'opportunità di entrare nella vostra interiorità e trovare la Verità interiore. L'avete trovata? O state ancora rimandando, ritardando la pratica che vi svelerà la Verità che voi siete? Vi supplico per il vostro bene di accogliere i Miei insegnamenti e praticarli sinceramente.

Ho deciso di prendere una nuova forma fisica che si chiamerà Prema Sai Baba prima del previsto. Perché? Perché vi amo e ho a cuore il vostro sviluppo spirituale e desidero darvi gioia e beatitudine.

Adesso veniamo all'argomento di oggi. Parleremo di un altro Insegnamento importante necessario per la realizzazione del Sé. È la purezza a tutti i livelli. Quando volete elevare il vostro livello energetico, il vostro livello vibrazionale il più alto possibile, questo implica elevare la vibrazione di tutti i vostri corpi, quello fisico, emozionale, mentale, eterico e spirituale. Come fare questo? Attraverso la pratica della purezza

e la pratica spirituale. Occupiamoci della purezza per prima cosa. La purezza a livello fisico implica mantenere il più pulito possibile il vostro corpo, i vestiti e l'ambiente in cui passate la maggior parte del vostro tempo. Mi riferisco principalmente alla pulizia energetica. Il cibo deve provenire da attività oneste e da fonti oneste. Deve essere pulito e cucinato da una persona pura. Il cibo deve essere offerto a Dio prima di mangiarne e deve essere sattvico, non rajasico né tamasico. I medicinali devono essere ridotti al minimo perché hanno un effetto tossico, ad eccezione di quelli alternativi come quelli omeopatici e ayurvedici. Fate molto esercizio e bevete acqua pura. Questo è fondamentale per elevare la vibrazione del corpo fisico. Ma non è sufficiente. Dato che i corpi mentale, fisico, emozionale e spirituale si influenzano l'uno con l'altro, devono essere tutti purificati.

Date al corpo mentale musica sacra e mantra sacri; astenetevi dal pensare o dall'ascoltare qualsiasi negatività o violenza. Non preoccupatevi; abbiate fiducia e fede nel Divino, pregate e meditate regolarmente. Leggete e seguite regolarmente gli Insegnamenti del Guru o Insegnante spirituale. Mantenete sempre un atteggiamento positivo, assolvete i vostri doveri, il vostro dharma e offritelo al Divino. Non abbiate mai sentimenti negativi; inquinano i corpi mentale, emozionale e fisico. Trasmutate, trasformate, i pensieri e i sentimenti negativi attraverso l'amore per voi stessi,

il perdono di voi stessi e degli altri. Ascoltate musica sacra elevante, questa sostituirà la negatività con una mente serena, amorevole e pacifica. Ringraziate, siate colmi di gratitudine per tutte le benedizioni che sono presenti nella vostra vita. Eliminate il giudizio, la mente che fa paragoni, la critica, ecc. Concentratevi nel dire, pensare e fare solo ciò che è buono, di aiuto, gentile. Questo innalzerà la vibrazione energetica di tutti i corpi e la manterrà elevata. L'Amore Incondizionato in pensieri, parole e azioni manterrà una vibrazione elevata se anche tutte le altre istruzioni vengono messe in pratica.

State in compagnia di persone sante e sacre il più possibile. L'energia che emanano in tutti i loro corpi vi aiuterà a purificare la vostra energia. State alla larga il più possibile dai luoghi che hanno una bassa vibrazione. Se dovete andarci perché ci lavorate, chiedete regolarmente a Dio di avvolgervi con la Sua protezione per proteggervi da tutte le energie e influenze negative, non importa da dove vengano, e visualizzate voi stessi avvolti nella luce bianca. Quindi, la purezza di tutti i corpi è importante per elevare la vostra vibrazione energetica. Non potete polarizzarvi sul livello Atmico se non conducete una vita pura e sacra.

6

Miei Amati Devoti, vi chiedo di avere un po' di pazienza mentre vi parlo ancora della Mia nuova incarnazione come Prema Sai Baba. Il Mio nuovo corpo è nato. È bellissimo, con grandi occhi scuri e pelle chiara. Questo corpo sarà più abbondante e robusto della forma che aveva Sathya Sai Baba, ma non di molto. Naturalmente questo bambino sarà molto intelligente e saggio rispetto alla sua età. Sarà riconosciuto come il nuovo Sai Avatar a soli tre anni di età, grazie alla sua conoscenza precoce e alla capacità di conoscere molte cose che vanno oltre la sua età.

Vi sto anticipando queste cose della nuova incarnazione di Sai, così da esserne al corrente e gioire per il fatto di vederMi ancora manifestato in una forma fisica. Voi riuscirete a conoscerMi in questa nuova forma corporea molto prima rispetto ai devoti della forma di Sathya Sai. Questa è una vera fortuna dato che la maggior parte dei devoti della forma Sathya Sai sono anziani o comunque adulti già maturi. Loro ci metteranno un po' di più a riconoscere il loro Signore nella forma Prema Sai.

Oggi vi voglio parlare di un insegnamento importante che desidero che integriate in voi. Si tratta di impa-

rare ad ancorare voi stessi sulla terra. Molti di voi desiderano andarsene e vivere nei cieli con Me, o unirsi con Me per sempre, a causa della grande devozione che hanno per Me, ma lasciate che vi spieghi come vedere questo nella giusta ottica. Prima di venire qui in un corpo fisico avevate già deciso di essere qui, e avevate già pianificato molte cose come ad esempio il matrimonio, i figli, la professione, il karma da esaurire, le cose da imparare, ecc. Anche se tutto questo sembra molto meno importante del cammino spirituale, tutte queste cose sono incorporate nel vostro cammino, ne fanno parte e lo attraversano. Non potete alzarvi e andare via, dovete compiere il vostro dharma, il vostro compito. L'intenzione è di ancorare le energie spirituali nel piano fisico, mentale ed emozionale della vostra esistenza. Tramite la purezza di pensieri, parole e azioni, pensando, parlando e agendo correttamente, state ancorando le energie spirituali in questi piani di esistenza che hanno una frequenza più bassa. Più conoscete voi stessi come Atma, come Maestosa Presenza Io Sono, lasciando che queste vibrazioni elevate si irradiano attraverso i tre corpi inferiori, più ancorate il Cielo in Terra e contribuite ad innalzare le vibrazioni del Pianeta Terra e di tutti quelli che lo abitano. Questa è la vostra missione spirituale sulla terra. Tutti possono fare questo lavoro, o per dirlo in un altro modo, tutti possono prepararsi seguendo i Miei Insegnamenti. Così elevate voi stessi

e tutto ciò con cui entrate in contatto. Naturalmente la pratica del non-attaccamento, dell'amore incondizionato, della pace, della gioia interiore, della equanimità e di tutte le altre virtù per perfezionare il vostro carattere, contribuisce ad elevare la vostra vibrazione al massimo grado possibile mentre siete qui, incarnati sulla terra nei vostri corpi fisico, mentale, emozionale, eterico e spirituale.

Come fare per ancorare le energie Divine? Visualizzate un flusso di Luce Divina sopra la sommità della vostra testa, che fluisce in voi entrando dal chakra della corona e fluendo giù attraverso tutti gli altri chakra, fino nelle gambe e nei piedi, e ancora dalla pianta dei piedi giù fino nel centro della Madre Terra. Fate questo molte volte al giorno. Sentite questa Pura Luce Divina che fluisce attraverso di voi, e che vi circonda, e circonda tutti i vostri corpi, avvolgendoli e proteggendoli da qualunque e da tutte le energie negative. Mentre fate questo sentite che siete un essere Divino che sta santificando la Madre Terra e i suoi abitanti, ovunque va.

7

Miei Amati Devoti, non saprete mai quanto vi amo. Come potreste saperlo se non diventando come Me?

E questo non sarà possibile ancora per molto tempo. Tuttavia potete fare l'esperienza per brevi attimi della Mia Divinità avvicinandovi il più possibile a Me ed unendovi con Me a livello di Atma, in cui siamo un solo Amore, un solo Essere, nell'unione pura e immacolata. Amare il Sé, Dio, è il compito più importante della vostra vita. Amare il Sé vi porta a diventare il Sé immutabile. Cercate questo più di qualunque altra cosa e troverete la pienezza. Anche dopo aver trovato questo pieno appagamento, sarete ispirati ad espandervi sempre più per includere e accogliere in voi sempre più Divinità, all'infinito.

L'argomento di oggi è "Come andare d'accordo con le persone quando ci sono grandi differenze". La parola chiave in questo caso è "accettazione". Accettate le persone per quello che sono, così come sono. Non giudicatele e non criticate. Nel momento in cui siete consapevoli che Dio è la consapevolezza / energia / materia in loro, farete del vostro meglio per essere una persona ideale. È difficile per voi vedere Dio negli altri se prima non vedete voi stessi come manifestazione di Dio. Quindi trattate gli altri così come vorreste essere trattati voi, significa con gentilezza, rispetto e tolleranza. Potete non trovarvi d'accordo con loro, con il loro stile di vita, con quello che dicono, con le loro idee, religione, guru, con le loro maniere, e via dicendo. Decidete voi quanto tempo passare con

loro. Forse è solo per pochi minuti. In quei pochi minuti siate un buon ascoltatore e siate rispettosi. Non alzate gli occhi al cielo, non guardateli male o in modo minaccioso, non parlate in modo scortese. Se siete molto a disagio, congedatevi scusandovi e solo dopo aver loro augurato buona giornata. Sorridete e, se è in linea con la vostra cultura, salutateli con un saluto divino come Namaste.

Se l'incontro è relativo al lavoro e dovete passare diverso tempo con altri, ricordatevi sempre che Io Sono il motivo interiore in loro, la coscienza/energia. Focalizzatevi, concentratevi sulla vostra gentilezza, sul rispetto e sorridete a Me che sono in quella persona, rimanendo focalizzati sul lavoro da fare. Non avete bisogno di entrare in rapporti personali con gli altri. Fate il vostro lavoro e procedete oltre.

Con i membri della propria famiglia ci sono più possibilità di conflitto, per via del fatto che interagite con loro più spesso. Tuttavia rimanete nella coscienza di evitare il più possibile i conflitti. Cercate l'armonia, permettendo le differenze di opinione, visione e mentalità. Accettate le differenze, fate compromessi, cercate il bene e la felicità di tutti; non criticate e non giudicate. Ricordatevi che la vita è un gioco, una partita e anche una sfida, una prova. Cercate l'amore e non gli errori. Permette alle differenze di esistere, ma

rimanete ben saldi e fermi nelle vostre virtù e nel vostro carattere che vi rende unici e vi rende insegnanti e fonte di ispirazione per gli altri componenti della famiglia. Siate pazienti, tolleranti, distaccati, gentili, amorevoli e generosi. Parlate dolcemente e parlate solo quando è necessario. Non sprecate le vostre parole; scegliete le parole che veicolano meglio quello che volete esprimere. Cercate sempre l'armonia con gli altri attraverso permettendo alle differenze di esistere, e cercate l'amore che c'è tra voi.

8

Miei Amati Devoti, eccoci di nuovo insieme, cuore a cuore e mente nella mente. Oggi voglio ricordarvi un altro insegnamento importante di cui essere consapevoli durante le vostre giornate. Parleremo dell'importanza di avere un atteggiamento amorevole. Quando avete un atteggiamento amorevole, siete Atma o molto vicini all'Atma, se l'amore è incondizionato. Come fate a sapere se il vostro amore è incondizionato? Perché non vi aspettate nulla in cambio. Siete amorevoli solo per amore dell'amore. Esso sgorga da voi non per un motivo in particolare, ma perché è il vostro stato naturale dell'essere.

Alcune persone hanno coltivato una “maschera” sociale di apparente amorevolezza, sorridenti, in accordo, ecc. Anche se questo non è vero è sempre meglio di negatività e discordia. Queste persone probabilmente non hanno mai guardato in sé stesse, nel Chi Sono Io, e non conoscono l’Atma o Verità. In ogni caso la capacità di essere positivi e amorevole, almeno nella vita sociale, le può aiutare a mantenere un atteggiamento positivo nelle varie situazioni, anche nei momenti difficili. Da qualche parte, in qualche momento, hanno imparato che essere amorevoli e positivi funziona. Sono più fortunati di quelli che sono sempre depressi e pessimisti.

L’Amore sgorga dalla Verità. La Verità che l’Esistenza, la Coscienza, è Una. Tutto è Uno, una cosa sola; siete tutti simili, nel senso che qualsiasi cosa fai ad un altro, la stai facendo a te stesso. Quando qualcuno è offensivo e ferisce, provate compassione e vorreste alleviare il dolore. Sentite che è anche il vostro dolore. Al tempo stesso, se avete una vera consapevolezza, sapete che la sofferenza psicologica appartiene all’ego, il sé illusorio che crede che i suoi pensieri e le sue sensazioni siano vere, che siano parte di lui, e che crede in esse e nel fatto di doverci avere a che fare. Crede che il mondo delle immagini, sensazioni, sentimenti e pensieri sia reale e di essere in balia di tutto questo. Mentre per la persona risvegliata, che è

Consapevolezza al centro del Sé, nulla di tutto questo è vero.

Anche se provate compassione, che è una espressione di amore per chi soffre, il dono più grande che potete offrire loro e aiutarli a risvegliarsi al proprio vero Sé, l'Atma, per mezzo del quale potranno liberare sé stessi dal dolore e dalla sofferenza. Naturalmente, anche in chi è risvegliato, può esserci sofferenza fisica, ma non ha lo stesso impatto. Chi è risvegliato non si identifica in esso come 'mio' dolore. Fa parte della condizione umana di vivere in un corpo fisico. Io sconsiglio di vivere per molti anni con il dolore fisico. Oggi esistono molti modi per ridurre o eliminare la sofferenza fisica, e se necessario vanno utilizzati, per ridurre lo stress e l'irritabilità collegati ad una sofferenza fisica di lungo periodo.

Anche prima che sia diventato il vostro stato naturale di essere, potete coltivare un atteggiamento amorevole in ogni momento, astenendovi dal giudizio, e dal condannare, dalla gelosia, dall'odio, dalla rabbia e simili. Abbiate un'espressione allegra e siate felici senza alcuna ragione precisa. Nel vostro vero Sé voi siete gioia, contentezza ed equanimità. Svuotate la vostra mente dai pensieri negativi e inutili, e siate il Dio che siete. La parola chiave in questo caso è "essere". Voi siete sempre un essere amorevole e gioioso.

Al momento della nascita siete diventati esseri “umani”, entrando in un corpo umano, ma siete sempre stati semplicemente “esseri”, senza attaccamenti, puri e gioiosi. Irradiate il puro essere. Risplendete, affinché gli altri possano riconoscere il loro Sé in voi. Il mondo ha bisogno della vostra Luce Divina. Voi siete un faro per indicare ad altri la via della libertà e della beatitudine.

9

Miei Amati Devoti, sto condividendo con voi l'essenza dei Miei Insegnamenti, attraverso brevi lezioni, in modo che sia più facile per voi ricordarle e metterle in pratica nella vita quotidiana. Devono diventare la vostra seconda natura. Sapete, la trasformazione avviene gradualmente, e praticando queste lezioni, trasformerete la vostra natura nella natura Divina. Questo è il vostro destino.

In passato, gli illuminati vivevano in luoghi isolati, in solitudine, ad eccezione dei devoti che facevano loro visita. Oggi la via è quella di rimanere nella società, essere nel mondo senza essere ‘del’ mondo. Intanto che l'alba dell'Era Dorata sorge sulla terra, molti vivranno centrati nell'Atma, continuando a rimanere nel mondo e agendo quali esempi di Essere Divini in

corpi umani. Dal punto di vista fisico sembreranno come gli altri umani, tuttavia queste persone incarnano una maggiore quantità di Luce Divina rispetto agli esseri umani non ancora illuminati. Vi dico questo perché siate consci e tranquilli riguardo al fatto di rimanere nel mondo, dato che ora sapete che questa è effettivamente la via da seguire. Essere nel mondo e irradiare la Luce di Verità. Vi sto insegnando come comportarvi nel nuovo mondo che voi e molti altri state contribuendo a creare e manifestare in ogni momento.

Il prossimo argomento di cui vi voglio parlare sono le limitazioni. Sapete che in realtà non esistono limiti? Solo alla mente sembra che esistono limiti, è solo un concetto della mente. Tutto è coscienza ed energia. Sì, la pelle che avvolge il corpo sembra che definisca l'individuo, ma anche la pelle è fatta di atomi e, di fatto, non è realmente un limite, un confine. La pelle è molto porosa. Il fatto è che il corpo di una persona non termina con la pelle del cosiddetto 'corpo fisico'. Esistono corpi energetici che vanno oltre il confine della pelle, ad esempio i corpi mentale, emozionale, eterico, e spirituale, i quali fanno parte dell'energia di quello che viene chiamato 'individuo'. E questi corpi energetici si mescolano con i corpi energetici degli altri continuamente. Alla luce di questa conoscenza, vi chiedo di stare in compagnia di persone sante che

sanno mantenere una vibrazione elevata in tutti i corpi energetici, cantando il nome di Dio, e mantenere la purezza di pensieri, parole e azioni. Se questo non è possibile, a causa di situazioni di lavoro o familiari, potete in ogni caso cantare il nome di Dio, leggere libri sacri, stare nella natura e trascorrere il vostro tempo da soli o in compagnia di persone sante il più possibile. Le vibrazioni elevate trasmutano e trasformano quelle più basse. Per voi sarà una sfida più impegnativa che per gli altri, trasmutare la vostra energia in vibrazioni più elevate, ma è possibile farlo.

Quindi in Verità non esistono confini. Tutto è energia. L'energia della natura, delle foreste e degli oceani è abbastanza pura. Vi incoraggio e vi consiglio di trascorrere il maggior tempo possibile nella natura cantando il nome di Dio. Nella natura vi sarà facile sentire l'Unità di coscienza ed energia, e potrete elevare più facilmente la vostra vibrazione.

10

Miei Amati Devoti, eccoci qui nuovamente insieme in un altro tempo e forse in un altro luogo dal vostro punto di vista. Tuttavia per Me, esiste un solo momento e un solo luogo, il qui e ora. Viviamo in molte dimensioni contemporaneamente, che si compene-

trano l'una con l'altra. Riuscite a capire questo? Se per il momento non ci riuscite, lo capirete.

L'argomento di oggi è la gelosia. Se non la eradicata da voi stessi, vi affliggerà continuamente. Vediamo perché. La gelosia sorge a causa del desiderio. Desiderate qualcosa che qualcun altro ha. Poiché un altro ha quella cosa e voi la desiderate molto, diventate gelosi di quella persona. Ma chi è realmente quella persona? Chi è l'"io" in quella persona? È Dio stesso, o potreste dire il vostro "Sé", dato che in verità esiste un solo e unico Sé. Sapendo questo potreste pensare, "Ok. L'unico Sé che esiste sta sperimentando attraverso questo corpo anziché attraverso quell'altro corpo", ma se il desiderio è di vecchia data e riguarda qualcosa che desiderate molto e che non avete potuto realizzare, mentre altri lo realizzano facilmente, vi sarà difficile non essere gelosi e potrebbero esserci anche sconforto e dispiacere per il mancato appagamento di quel desiderio. A volte Dio vi accontenta, realizzando il vostro desiderio, per farvi andare oltre ed evitare che rimaniate bloccati lì.

Ad ogni modo, per la pace della mente, la cosa migliore è rinunciare al desiderio e liberarsene, però non tutti riescono a farlo facilmente. Ci sono due aspetti della saggezza che possono aiutarvi a lasciar andare il desiderio e la gelosia nei confronti di coloro che han-

no ciò che voi desiderate. Il primo aspetto è riconoscere che l'Atma, il vero Sé, che voi siete, è libero e non ha alcun desiderio; l'altro aspetto è vedere Dio in ogni persona. Rimanere coscienti che l'unica cosa che esiste realmente è l'Atma, la Divina Presenza, Coscienza e Beatitudine, Satchitananda, la "persona" non è reale.

Questo livello di consapevolezza è molto elevato e la maggior parte delle persone non lo ha realizzato stabilmente. Allora, che fare nel frattempo? Come eliminare la gelosia? Chiedetevi se preferite essere felici, in pace e contenti, oppure gelosi. Sentite l'energia della gelosia e osservate se davvero volete perpetuare quel tipo di energia in voi, o se invece preferite essere felici e soddisfatti con quello avete nel momento presente. Nella maggior parte dei casi preferirete la pace e la contentezza. Allora fate la vostra scelta con decisione. Anche se in questo momento i vostri desideri non sono soddisfatti, fate una lista di ciò che desiderate veramente (se non potete rinunciare ai desideri), e mettetela davanti alla Mia fotografia, oppure semplicemente affidatela al Supremo Potere dell'Universo e mettetela su un altare, o in un tempio o in una chiesa, se preferite. Non siate impazienti e ansiosi riguardo alla realizzazione del vostro desiderio, rimanete semplicemente fiduciosi che sarà esaudito nei modi che Dio sceglierà.

Quindi, potete vedere che la gelosia in realtà non riguarda un'altra persona, la quale in realtà, non esiste. Riguarda qualcosa che è nella vostra mente, un'immagine di qualcosa, un oggetto, un'idea, che voi credete vi renderà felici e più soddisfatti, più amati o amabili di quanto siete ora. È generata da un'identificazione errata. Voi siete già l'incarnazione dell'amore, dell'amato, e dell'amabile. Dio vi ama quanto Sé Stesso. Svegliatevi e rendetevi conto che non avete bisogno di desiderare quello che hanno altri. Potete ammirarne la bellezza. Tutto è manifestazione dell'unica Divina energia cosmica che assume molte forme. Anche voi siete Creatori. Anziché creare energia di gelosia, siate originali e create voi stessi secondo l'immagine più Elevata di Dio che siete in grado di manifestare sulla terra.

11

Miei Amati Devoti, eccoci qui, mente a mente e, spero, anche cuore a cuore. Quando leggete le Mie parole, Io lo so. Ricordatevi che tutto è energia, le mie parole contengono la firma energetica di Sathya Sai Baba. Perciò, leggere le Mie parole o contemplare amo-

revolmente una Mia fotografia, cantare bhajan, parlare di Me, Mi collega con voi. Davvero, è così facile, perché tutto è una sola cosa. All'inizio basta esserne consapevoli e credere nel fatto che l'Unità del Tutto è la Verità. La realizzazione dell'Unico Sé è la vostra vera natura. Dovete solo riconquistarla, riscoprirla.

Oggi voglio parlarvi del bisogno che molti di voi hanno di essere accettati dagli altri. Non essere accettati dagli altri crea in molti la sensazione di angoscia. Queste persone tirano avanti con la sensazione che in loro c'è qualcosa che non va se gli altri non li accettano, e questa energia negativa agisce in modo sottile minando la loro autostima e la fiducia in sé stessi. Non è un bene per i devoti sentirsi e pensare in questo modo. Allora, che fare? Qual è il rimedio? È quello di attivare l'amore per sé stessi in qualsiasi situazione e circostanza. Al tempo stesso essere anche consapevoli degli errori, delle manchevolezze, e dei difetti in sé stessi, porvi rimedio e scusarsi. Il fatto che troviate degli errori in voi stessi non è una ragione per dispiacervi di voi stessi e rimproverarvi. Semplicemente prendetene atto e prendete la decisione di correggerli, fate quello che occorre per porre rimedio. Ad esempio, potreste parlare ad altri di voi, dei vostri risultati, etc. Quelle persone potrebbero pensare che siete vanitosi, orgogliosi, e nella loro mente potrebbero sentirsi gelosi e inferiori a voi. Di conseguenza po-

trebbero prendere le distanze da voi, e voi vi sentite non accettati. In questo caso, prendete atto di questa vostra tendenza e evitate di parlare di voi stessi, piuttosto dimostrate invece interesse per gli altri e siate buoni ascoltatori. Siate gentili e amorevoli con gli altri perché questa è la vostra natura, essere così, senza aspettarvi nulla in cambio.

Per un devoto, la popolarità, non ha importanza. Lavorate su voi stessi allo scopo di purificarvi dall'identificazione con l'ego, con l'"io" e "mio", sviluppando le virtù e correggendo gli errori. Non badate a quello che gli altri pensano di voi. Quelli sono affari loro, sono le loro proiezioni. Se siete ad un elevato grado di consapevolezza, la maggior parte delle persone con cui vi troverete ad interagire, avranno interessi, pensieri, parole ed azioni diverse dalle vostre, e queste persone potrebbero credere di non avere molto in comune con voi. Siete pieni di pace, avete la mente libera, senza desideri, né ambizioni, non vi interessano più i pettegolezzi, le cose futili, i programmi televisivi, gli sport. Spesso quando siete centrati nella Coscienza Atmica non avete molto in comune con gli altri che hanno la mente chissà dove. Perciò non preoccupatevi se gli altri non vi accettano nel modo in cui vorreste essere accettati. Amateli comunque e accettateli così come sono.

Se non avete persone a voi affini, devoti con cui tra-

scorrere del tempo, potreste sentirvi soli. Ma questa solitudine passa quando raggiungete la consapevolezza che tutti sono incarnazioni di coscienza / energia e tutto il resto: le forme, le personalità, i drammi, le proiezioni, ecc., non sono reali ma solo rappresentazioni passeggere. Allora non siete più toccati dalle rappresentazioni di maya, perché conoscete la Verità e dimorate nella Pace, nella Beatitudine e nell' Eterna Vita.

12

Miei Amati Devoti, voglio dirvi quanto vi amo, tutti. Voi siete parte di Me, del Mio Essere. Quando dico "Mio" mi sto riferendo all'Unico e Solo Sé in cui ogni Atma ha la sua radice e origine. Io sono la vostra dimora, il vostro Sé. Realizzatelo e siate liberi.

Oggi parleremo della libertà. Dico "noi" perché quando leggete le Mie parole, vedo che la vostra mente si pone domande, concorda o disapprova, e via dicendo. Dicevamo, cos'è la vera libertà? Libertà da cosa? È la libertà dalla mente e dai pensieri. I pensieri possono esistere ma voi siete distaccati da loro e non reagite, e non ne siete intaccati. Come gli aerei volano nel cielo senza che il cielo sia modificato dal loro passare, così i pensieri passano nel cielo della vostra con-

sapevolezza senza intaccarvi, e lo stesso vale per le sensazioni ed emozioni. Passano nel cielo della vostra consapevolezza senza avere alcun effetto su di voi. Questa è la libertà. Anche la Pace della vostra Atma è libertà. Niente disturba la pace Atmica, il disturbo è solo a livello della mente.

Libertà significa anche la libertà da maya, dall'illusione. Una persona libera non viene coinvolta dalle circostanze, situazioni, condizioni o avvenimenti, essa è solo il testimone, e sa che ogni cosa al mondo è temporanea, tutto è sempre in continuo cambiamento e transitorio. Ho detto che tutto è compenetrato di nithya - l'eterna Atma, maya shakti - energia ingannevole, e mithya - l'illusione. Quando conoscete profondamente questa verità, siete liberi. La Verità è immutabile per sempre, ciò che è illusorio è destinato a scomparire. La Libertà è anche la capacità di essere in ogni luogo in qualunque momento e vivere l'esperienza che desiderate fare, con la consapevolezza di chi siete veramente. Gli esseri spirituali più evoluti sono in grado di essere in ogni luogo, in qualunque dimensione con i loro corpi sottili e anche di manifestare un corpo fisico. Questi esseri fanno questo principalmente per aiutare altri, sollevandoli dalle sofferenze o fornendo loro un insegnamento o qualche altro tipo di grazia. Gli adepti spirituali possono entrare nei sogni degli altri per fornire loro consigli e

grazia. Come potete vedere, un livello così elevato di libertà che permette di fare tutte queste cose è sempre nei confini delle leggi e dei principi spirituali di amare tutti e servire tutti e non devono essere usati per i propri fini personali. Coloro che hanno un tale livello di libertà, vivono la volontà di Dio e secondo le leggi Divine, e spesso si prendono grandi responsabilità nell'universo per portare avanti il Piano di Evoluzione della Coscienza a livelli più elevati. Per loro è una grande gioia, quando la sofferenza degli altri diminuisce ed essi si rendono conto di essere, in realtà, Luce e Amore.

A che punto siete voi rispetto alla libertà? Siete liberi dalle reazioni dei vostri pensieri ed emozioni? Siete liberi dalle opinioni degli altri? Siete liberi dal giudizio e dalla critica sia vostra che degli altri? Siete liberi da quello che accade nel mondo, oppure state ancora reagendo? Siete sempre ancorati nella pace, equanimità e amore? Se non lo siete, non avete ancora raggiunto la piena libertà.

Miei Amati Devoti, oggi parliamo ancora di gelosia. È talmente in aumento anche nella Sai Organization. Durante i bhajan, un devoto giudica, si fa

un'opinione riguardo alle capacità dei cantanti che guidano, magari facendo paragoni tra la loro voce e la sua. Questo non è giusto comportarsi così per un ricercatore di Dio. Non fate paragoni tra voi e gli altri. Tutti vi manifestate in modo diverso l'uno dall'altro. Alcuni sono bravi in alcune cose, altri hanno a loro volta i loro talenti unici. Quando fate paragoni, provate spesso gelosia per quello che gli altri hanno. State attenti a questa abitudine della vostra mente. Dovreste pensare solamente a Dio continuamente e non avere alcun interesse per questo tipo di pensieri.

Molti di voi pensano che alcuni devoti siano in qualche modo superiori a voi perché ricevono delle attenzioni da Me sotto forma di interviste, vibuthi, kumkum, etc. sulle Mie foto nelle loro case. E potreste essere gelosi, sentendovi inferiori a loro. Da che punto di vista sareste meno amabili e amati? Non dal Mio. È la vostra immaginazione. Io offro quello che è necessario per risvegliarvi, guidarvi e per utilizzare come strumenti coloro che sono puri e che desiderano fortemente prender parte della Mia Missione. Non c'è alcun bisogno di fare paragoni mentali che esaltano uno e denigrano l'altro. Questo è uno spreco dell'energia e del potere Divini. C'è un solo Dio e tutti sono Sue manifestazioni. Non siamo separati. Solo nella vostra mente potreste sentirvi separati, Non nella Mia Consapevolezza.

Quindi la gelosia non serve a nulla. Sempre a causa

dei vostri desideri, potreste abbattervi quando vedete che non si realizzano.

Se potete, lasciate cadere i desideri, e siate semplicemente nel momento presente. Il presente è il luogo in cui noi siamo una cosa sola, un solo Essere, una sola Coscienza. Per la maggior parte di voi, questo è l'obbiettivo più elevato, rimanere come Satchidananda. Nella vostra reale essenza profonda, nel vostro Sé innato profondo, lo siete già, come tutti gli altri. Tutto viene e va, continuo mutamento. Quello di cui siete gelosi può scomparire domani, quando un corpo muore e non serve più come veicolo per esprimere un talento specifico, un'abilità o la manifestazione di una specifica bellezza. Se riuscite a vedere voi stessi in tutti, allora tutti sono una vostra espressione. Quindi che ragione ci sarebbe di fare paragoni o essere gelosi, dando credito alla dualità?

Se Mi amate come vostro Dio, state certi che il Mio Amore è liberamente disponibile per tutti. Purificatevi e immergetevi in Me, l'Incarnazione dell'Amore Atmico Puro. Rimanete ancorati a Me, cantando il Mio Nome, ricordandovi della Mia gloria e delle Mie Qualità, mentre fate qualsiasi cosa con Me e per Me. Non preoccupatevi degli eventi esterni e delle cose che vanno e vengono nella vita mondana. Concentratevi su di Me e realizzate il Sé - l'Atma, e allo stesso tempo saprete che voi siete quello stesso Sé, l'Unico e

solo Sé. Non abbiate alcun interesse per i paragoni, le gelosie e le rivalità. Naturalmente il mondo è pieno di differenze e varietà, ma perché concentrarsi su di esse dal momento che non danno alcuna gioia o soddisfazione? L'appagamento sotto forma di gioia, pace e felicità, sono dentro di voi nel vostro vero Sé / Atma. Non avete alcun bisogno di cercare tanto fuori di voi e diventare mentalmente e emozionalmente disturbati. Rimanete nello stato di testimone, e rimanete liberi dalla mente.

14

Miei Amati Devoti, è con grande gioia che Mi rivolgo ancora a voi oggi. Sì, voi siete tutti i Miei Amati Sé, le Mie Emanazioni, che velocemente stanno ritornando a casa da Me, Madre e Padre di questo universo.

Qual è l'argomento di oggi per portarvi illuminarvi ed arricchirvi un po' di più? Oggi parlerò dell'importanza di avere un carattere esemplare. Per quale motivo questo è importante? Alcuni dicono che la vita nel mondo è tutta maya, illusione. Quindi perché il carattere dovrebbe essere importante? Ve lo dico. Voi siete nel cammino della perfezione. Cercate l'amore perfetto incondizionato, la pace perfetta, pen-

sieri perfetti, parole e azioni che sono in allineamento perfetto. Cercate di essere altruisti, di sacrificare il vostro ego, di vedere tutto come l'Unico Spirito che dimora in tutte le forme. Per poter realizzare questa Unità con la Divinità, ci vuole purezza. Come coltivare la purezza? Io ho tempo e vi ripeto di vedere solo il bene, ascoltare, dire e fare solo il bene. Cosa intendo per "bene"? Intendo ciò che è pieno di verità, pace e amore, giusto e non violento; quello che riflette i cinque valori di pace, amore, verità, giustizia e non violenza. Non fatevi coinvolgere da nient'altro che questo.

Quindi una buona parte di tutto quello in cui siete coinvolti oggi, deve andarsene se volete vivere nella purezza. Vi ho detto che non dovete prestare attenzione e ascoltare tutto quello che si presenta sul vostro cammino. Rivolgete la vostra attenzione alla vostra interiorità e allontanatevi dal resto, come ad esempio il parlare degli altri in modo negativo e disquisitorio, fare pettegolezzi, guardare negatività, violenza e falsità alla televisione, nei film e nei luoghi di ritrovo.

Praticando invece i cinque valori e ciò che è incluso in essi, vi conduce alla purezza e perfezione di carattere, diventando, col tempo, un esempio vivente delle cinque virtù in pensieri, parole e azioni. Un buon carattere è pieno di Verità, Amore, Dharma (la corretta

azione che emana dall'allineamento di Sathya-Verità and Prema-Amore), Pace e Non-violenza. La persona con un carattere così fine e puro è una cosa sola con Sathya, Prema, Dharma e Shanti.

Se invece manca questa coerenza e allineamento, allora c'è caos e incoerenza nel carattere della persona. I pensieri vanno in una direzione, le parole in un'altra e le azioni in un'altra ancora. Di conseguenza non c'è purezza. Inoltre quando manca l'allineamento ai cinque valori, l'ego prende il sopravvento insinuando il senso di separazione dagli altri, e così la purezza e l'unità vengono nuovamente a mancare. Perciò, un carattere virtuoso, fine, perfezionato, è il risultato della purificazione dai condizionamenti e dai vizi, dall'ignoranza e dalle illusioni. Continuate a fare la vostra sadhana, distinguendo sempre il Vero dal falso e abbandonando tutto quello che non è Verità. Fate come il Cigno Hamsa, prendete solo il latte e lasciate l'acqua (la menzogna). Il latte è bianco puro, come la purezza della coscienza di Dio, Satchitananda. Un carattere perfezionato vi permetterà di realizzare il Sé ed Essere il Sé. Quindi, purificate, purificate, purificate e siate l'Essere perfetto che siete veramente.

Miei Amati Devoti, quanto vi amo e vi adoro! Sono pieno di amore senza limiti e voi, Miei Amati Devoti, siete l'oggetto del Mio Amore. Voi desiderate Me ed Io desidero voi e ci incontriamo a metà strada, nel cuore, trovando l'Unità. Che meraviglia! Quanto amore! Da amore ad amore in un unico amore. Che tesoro! Che delizia! Non c'è nulla di tanto appagante per un devoto quanto l'espansione nell'Amore di Dio e il diventare questo stesso Amore per sempre. Questo è quello che desidero per tutti voi, la vostra libertà e Amore in Dio.

Oggi l'argomento chiave è l'espansione. Come fare per espandere la coscienza per includere e comprendere sempre più? Per la maggior parte delle anime o jivatmas, l'obbiettivo della coscienza e principalmente limitato allo spazio della mente e questo spazio è soffocato da una infinità di pensieri, idee, opinioni, giudizi e da un continuo commentare senza fine. Non c'è alcun spazio per essere consapevoli. Quindi, la prima cosa da fare è creare spazio nel proprio essere. Non è semplice fare questo di punto in bianco, ci vuole pratica e stare allerta per diventare consapevoli e creare spazio. Naturalmente lo spazio c'è, solo che è occupato, bloccato. Immaginatevi una grande stanza o anche un campo da baseball pieno di mobili, oggetti

e persone, a tal punto che non c'è alcun spazio libero. Se levate tutto, rimane lo spazio aperto. C'è sempre stato, solo che prima non era disponibile. La stessa cosa vale per il vasto spazio della coscienza chiamato Satchitananda. Per questo si pratica la calma della mente, lo stare seduti in silenzio, il semplificare la propria vita il più possibile, per fare più spazio, eliminando tutto quello che non è necessario.

Il vostro vero ed eterno Sé è in questo spazio. Non vale quindi la pena cercarlo? È la Presenza, Coscienza, Quietè, il Testimone, l'Atma. Man mano che lasciate perdere e rinunciate sempre più al senso dell'ego, ai pensieri, emozioni, opinioni, giudizi, e man mano che avete più controllo sulla vostra mente ed emozioni potete sperimentare e divenire la Presenza, Sé, Atma, il Testimone. Riuscite a sopportare l'esperienza del nulla, in cui esistete non come corpo / mente / personalità come fate di solito? Per alcuni sperimentare il nulla è spaventoso; tuttavia il nulla è anche la pienezza. Tutti i santi e gli esseri realizzati in Dio riconoscono sé stessi in questa assenza di sé, anche chiamata Sé Superiore. Essa è eterna, incorruttibile, piena di pace, beatitudine, amore e molto altro. Non c'è nulla da temere, nulla di cui preoccuparsi, ne esiste il tempo e nemmeno esistono i problemi.

La Presenza o Atma è anche vastità, ampiezza. Si espande all'infinito senza confini né limiti; include e

abbraccia ogni cosa in ogni tempo. Al principio iniziate a percepire questa vastità nel vostro corpo, nella vostra mente/consapevolezza, dopodiché essa espande la vostra coscienza in ogni direzione attraverso la pratica. Sappiate che tutto fa parte ed è incluso nella stessa unica coscienza e che voi siete questa unica Consapevolezza, Esistenza, e Coscienza. Questa è la realizzazione del Sé.

16

Eccoci ancora insieme, mentre leggete le Mie parole che ho scelto di condividere con voi. L'argomento di oggi è la pienezza. Includete, abbracciate tutto nel vostro cuore, nello spazio del vostro cuore. Se pensate che il vostro cuore sia troppo piccolo, ingranditelo. Il vostro cuore non è solo per i vostri amici e parenti. Dio include e abbraccia ogni cosa. Se comprendete il fatto che la vostra coscienza, il vostro cuore è unità, allora potete abbracciare tutto. Dico abbracciare per dire includere. Non pensate che ci sia qualcosa che è al di fuori di Dio, non c'è nulla che è al di fuori di Dio. La creazione di Dio e anche in Lui, è parte di Lui. Egli non è disturbato dalle buffonate dell'ego nella Sua creazioni, perché sa che sono false. Anche voi dovrete rimanere distaccati da ciò che è falso e illu-

sorio. Vedere che è solo la rappresentazione che ha un inizio e una fine e che è in continuo mutamento. Allora sarete liberi, e non sarete coinvolti dalle rappresentazioni degli altri e non le vedrete come solide. In realtà tutto è un flusso di energia, innocente energia che assume un modello vibrazionale o più modelli vibrazionali che, prima o poi, torneranno ad essere nuovamente puri, dissolvendosi e ritornando alla Sorgente di tutto.

Ho detto che “il cuore è una poltrona singola in cui c’è spazio solo per Dio”. Cosa significa? Intendo dire che Dio è Verità. Realizzate questa Verità immutabile e siate questa Verità. Allo stesso tempo lasciate perdere ciò che è falso e illusorio, vedetelo per quello che è, siate distaccati, non ospitate nel vostro cuore ciò che è falso e illusorio, come fate invece per la Verità. Sapete che i fenomeni, gli accadimenti del mondo continuamente cambiano. Nuovi aspetti sembra che emergano, mentre altri scompaiono. Ricordatevi, nella vostra mente, di osservare e includere nel senso che tutto questo fa parte della danza della creazione, nutrimento e dissolvimento. Il gioco dell’Energia Cosmica sotto il controllo di Shiva, la coscienza Cosmica. Quando nella vostra mente decidete che qualcosa non fa parte di Dio, la state separando da voi stessi. Perciò, nella vostra mente soltanto, avete perso una parte di voi. In realtà tutto è Uno. Molte persone ve-

dono le cose in bianco e nero, nel senso che metà dell'esistenza per loro è il diavolo o tabù. Queste persone vivono in un piccolo mondo costruito da loro stesse. Perché ha importanza? Non ha importanza. Dipende tutto da quanto volete essere Dio. È una vostra scelta. Ci vuole coraggio e saggezza per accogliere, includere ogni cosa come se stessi. Conoscendo la differenza tra il grano e la pula, vivendo in Pace, Amore, Beatitudine e Unità!

17

Amati, è con grande piacere che vi parlo nuovamente. Oggi voglio parlarvi dei metodi per avvicinarvi a Dio, Atma, nella vostra consapevolezza. Molti devoti oggi stanno ancora cercando Dio fuori da sé stessi. Naturalmente Dio è sia dentro che fuori. In ogni caso, il modo più semplice ed anche l'unico per trovare Dio è guardare nel vostro Sé. Vedete Dio con la vostra propria consapevolezza, non attraverso quella degli altri o attraverso le parole degli altri. Anche se le sacre scritture giocano un ruolo come indicatori della Verità, tuttavia non possono condurvi molto lontano. Dovete scoprire Dio per voi stessi; con il vostro occhio interiore della saggezza.

Moltissimi devoti e ricercatori stanno ancora guar-

dando al di fuori di sé, attendendo un Salvatore che arrivi a salvarli. Nessuno può "salvarvi", possono indicarvi la via, ma siete voi che dovete percorrerla, che dovete seguire il vostro cammino unico verso la realizzazione di Dio. Dio è già il vostro Sé, che aspetta di essere scoperto da voi, in voi e intorno a voi. Egli è senza forma, quindi ci vuole una vista "sottile" per vederLo e sentirLo, per questo è necessario purificare la mente, la visione e anche la consapevolezza deve diventare "sottile". Quando conoscete Dio, diventate Dio. Non c'è altro modo possibile, perché voi siete Dio nella vostra essenza. Conoscete la vostra essenza, la vostra sostanza più sottile, l'Atma e avrete scoperto il vostro Dio, il vostro Sé.

I ricercatori spirituali hanno molta difficoltà a scoprire la loro essenza. Come mai? Troppa attività mentale, troppi desideri della mente e attaccamenti a cose del mondo esteriore. La gente vuole i soldi, essere influente, avere potere, diamanti, cose di lusso e comodità di ogni tipo, desidera molto di più queste cose di quanto desideri la Verità. Le religioni hanno insegnato loro che non possono conoscere adesso la Verità, devono andare prima in paradiso per conoscere Dio. Le moltitudini di gente credono a queste cose, sebbene i fondatori stessi di queste religioni sono persone che avevano realizzato Dio in sé stesse; questo è stato dimenticato per secoli. Ora molti hanno totalmente perso il loro contatto inte-

riore con il loro Dio-Sé, sono depressi, molto ansiosi e pieni di paure, collerici e violenti. Quando sono venuto nel mondo come Avatar Sathya Sai Baba, ho continuato a dire alle persone che loro stesse sono Dio, ma pochissime Mi hanno preso sul serio. Molti adoravano la Mia forma, ma non sono andati oltre per scoprire il Sé, Me, nel loro stesso corpo. Vi ripeto e continuo a ripetervi sempre e sempre che voi siete l'incarnazione dell'Atma e del Divino Amore, di iniziare, riempire e terminare le vostre giornate con l'Amore. Se credete sinceramente fino in fondo alle Mie Parole, scoprirete la vostra Divinità.

18

Oggi parleremo del significato di arrendersi, affidarsi. Molti temono la parola "arrendersi" e quello che potrebbe implicare. Il primo pensiero è, "Cosa perderò?", "Mi mancherà qualcosa? Se mi arrendo, diventerò triste o povero come i mendicanti, i monaci nei monasteri o in santi nelle grotte delle montagne?", e così nelle menti di molti c'è paura rispetto alle parole "arrendersi al Guru o a Dio", di conseguenza la mente non accetta l'idea di arrendersi, poiché pensa: "ho lavorato sodo per ottenere tutto quello che ho e mi si chiede di lasciarlo andare. Per cosa?". Questo pensiero non è corretto. Prima di

tutto, non è che vi "arrendete" a Dio per Lui, ma per voi stessi, per la vostra felicità, pace e soddisfazione. L'arrendersi è per sollevare voi stessi da tutte le preoccupazioni e le ansie, e da tutti i luoghi comuni e pregiudizi riguardo alla natura di Dio, dell'uomo e del mondo.

Arrendersi significa riconoscere e fare l'esperienza che Dio è Verità e che voi siete Verità. Che c'è una parte di voi, l'Atma o Spirito, che è eterna, che è pace e beatitudine, consapevolezza ed esistenza pura. Arrendersi è la coscienza di questa Verità in voi. Non avete bisogno di rinunciare alle cose materiali. Avete le cose materiali, ma non siete attaccati alle cose materiali. La Pace e la pienezza sono in voi, sono la natura stessa della vostra Esistenza, la vostra Essenza, che non potete trovare all'esterno di voi, nel mondo esteriore delle cose e delle forme. Pertanto arrendersi è un'attitudine, una consapevolezza, una conoscenza e una coscienza con cui affrontate la vostra vita. Riconoscete e siete consapevoli che un Potere Superiore, una Intelligenza Superiore, dirige l'universo. Pertanto, invece di portare avanti le cose dal punto di vista del vostro piccolo sé, vi aprite alla guida del Potere Superiore che è il Dio-Sé Superiore che voi siete. Perciò, questo tipo di "arrendersi" renderà la vostra vita molto più semplice. Potete affidarvi totalmente al vostro Dio-Sé, Atma, per ricevere guida e aiuto. Solo voi potete portare più moralità e virtù nella vostra vita,

nei vostri pensieri, parole e azioni, in modo che siano allineati con il Dio-Sé che voi siete. Quindi, in conclusione, non c'è nulla da temere riguardo all'arrendersi a Dio. Potete continuare ad avere vostra moglie, la famiglia, la casa, l'automobile, etc. Solo non siate attaccati a tutto questo, perché, col tempo, è destinato a cambiare e dissolversi. Abbiate Fiducia nell'eterna coscienza, esistenza, immutabile che è la sorgente da cui tutte le cose si manifestano.

19

Miei Amati Devoti, devoti di Dio in tutte le Sue forme e in tutti i Suoi nomi, sono qui per guidarvi, darvi informazioni e illuminarvi con le Mie Parole ed il Mio Amore. Anche se l'illuminazione è ben oltre le parole, nella consapevolezza silenziosa, le parole possono aiutare per chiarire i dubbi, le interpretazioni erranee e per conoscere le leggi e i metodi di Dio e del Suo Universo. A tale scopo, oggi vi parlerò della necessità di saper rinunciare. Cosa significano le parole "rinuncia" e "sacrificio" in contesto spirituale? Quali sono la loro ragione e significato? Occorre averne chiara e corretta comprensione e consapevolezza. Se quello che vi sta a cuore riconquistare è la Verità ed il

Sé Divino, allora tutto quello che non è verità deve essere lasciato andare. Nel gergo spirituale, questo lasciar andare ciò che non è verità, viene detto appunto “rinuncia”, “sacrificio”.

Che cos'è che dovrete lasciar andare? L'Attaccamento. Utilizzate e godete delle cose che vi servono ma siate sempre consapevoli che gli oggetti cambieranno e scompariranno. Soltanto la Verità è immutabile e stabile. La vostra consapevolezza, coscienza, è eterna. Rimanete fermi in questa consapevolezza. Che essa sia sopra ogni altra identificazione. Rimanete consapevole che tutte le altre identificazioni sono illusorie ed in definitiva, false, non reali - l'identificazione con il vostro corpo fisico, la vostra professione, educazione, religione, ecc. Tutte queste cose cambiano da un'incarnazione all'altra. Quando siete stabilmente convinti in questa consapevolezza, che voi stessi siete solo Verità e non siete nessuna di quelle altre cose, allora in modo del tutto naturale c'è la rinuncia.

Quello a cui bisogna rinunciare, che bisogna sacrificare, è il proprio senso di ego. Vediamo perché si utilizzano due parole: rinuncia e sacrificio. Sembrano strettamente collegate. Qual è la differenza, se c'è, tra rinuncia e sacrificio? La parola “sacrificio” implica che state rinunciando a qualcosa che vi è caro, qualcosa a

cui siete ancora attaccati, qualcosa che per voi ha un valore. Non c'è nulla di valore in quella che dovete sacrificare. Dovete sacrificare soltanto quello che, in realtà, non ha alcun vero valore, quindi si tratta davvero di un sacrificio? A molti sembra un sacrificio, solo perché sono ancora invischiati nel velo dell'illusione e delusione con attaccamenti e desideri erronei. Quindi vedono la rinuncia alla delusione e all'illusione come un sacrificio. Il Sacrificio significa anche rinunciare a qualcosa per amore degli altri. Quello che occorre sacrificare, principalmente, è il senso di ego e le cattive qualità. Amare tutti e servire tutti, non dovrebbe essere visto come un sacrificio del vostro tempo, energia e risorse, dato che tutto è Uno. Quello che fate per gli altri, lo fate anche per il vostro Sé, l'Unico Sé. Rinunciate all'ego e a tutte le qualità basse, perfide e cattive. Eliminate risolutamente dalla vostra vita tutti i pensieri, le parole e le attività inutili. Questa è la rinuncia. Pensate a Dio costantemente, fate ogni cosa per dare gioia a Dio; questa è la rinuncia, perché avete scelto di distaccarvi mentalmente da tutto il resto. Fate il vostro lavoro, svolgete i vostri impegni e doveri, sentendo sempre la Presenza di Dio al centro della vostra attenzione, in voi e intorno a voi, nei vostri pensieri, parole e azioni. Più vi avvicinate alla realizzazione di Dio e più la rinuncia e il sacrificio accadono spontaneamente da soli, come naturale processo in cui ciò che non è reale perde la sua attrat-

tiva ed importanza per la mente/consapevolezza. Più diventate consapevoli e più la vostra capacità di discernimento tra ciò che è Vero e ciò che non è reale, diventa più sottile e acuta. Grazie a tutto questo, la rinuncia e il sacrificio, avvengono del tutto naturalmente e spontaneamente.

20

Miei Amati Devoti, oggi parliamo di “totalità”. Se Dio è totalità, significa che include tutto. Non esiste niente al di fuori di Dio. Se voi siete Dio, ed infatti lo siete, significa che voi siete la totalità, che non esiste nulla al di fuori del Sé. Vediamolo più in dettaglio.

Ormai avete smesso di identificarvi con il vostro corpo, nome, personalità, ecc. Adesso vi identificate nello Spirito, o Atma, coscienza. State vivendo sempre più come consapevolezza/coscienza. Pensieri, parole e sensazioni arrivano nello spazio della vostra consapevolezza, rimangono un secondo e poi se ne vanno. In quanto coscienza pura voi non siete coinvolti dai pensieri. I pensieri non lasciano più in voi residui come di solito accade, perché voi non li trattenete, non vi ci attaccate, e non avete alcun interesse per lo-

ro, pertanto non trovano nulla in voi a cui agganciarsi; non v'è alcuna attrazione né uncino a cui possono attaccarsi per rimanere in voi. Questo è un gran bene per voi.

Il passo seguente per questa consapevolezza vivente, è quello di espandersi e conoscere di più sé stessa. Com'è fa ad accadere questo? Lasciando cadere mentalmente le barriere e le divisioni, lasciando andare la paura. Nella vostra mente, abbracciate e includete gli altri con amore. Abbracciare sempre più è un esercizio per espandere la vostra coscienza. Non avete timore perché sapete che l'Amore è più forte di qualsiasi altra cosa; l'Amore è la più alta ed elevata delle vibrazioni e trasforma le vibrazioni più basse di paura e rabbia. Iniziate piano piano, se in passato siete stati maltrattati e offesi. Sarete vittoriosi ad ogni passo che fate per abbracciare e includere tutto ciò che esiste nella vostra consapevolezza. Iniziate con le persone che amate già e con cui vi sentite al sicuro. Nella vostra mente, date loro spesso il vostro benvenuto, inviategli Amore e preghiere per il loro benessere. Al vostro ritmo personale, includete sempre più persone nel vostro abbraccio amorevole. Irradiate il vostro amore, la vostra coscienza fino ad includere tutto il mondo e l'universo intero.

Dico spesso che esiste solo l'Unità, che Dio è Unità.

Come potete vivere e sentire questa Unità se mentalmente siete separati a causa della paura, del senso di ego, o per altre ragioni? Ora è arrivato il momento di avventurarsi e diventare di più ciò che siete realmente. Le altre persone, gli animali, la natura, sono principalmente energia, la stessa energia che tu sei. Pensieri, sentimenti, parole e azioni sono energia. Sono tutte manifestazioni di Dio che Si sta manifestando in modi diversi. Se davvero ami Dio e vuoi diventare una cosa sola con Lui/Lei, accettaLo/La completamente. Perdonali perché non sanno quello che fanno. La gente è accecata dall'ignoranza. Tutti voi siete stati così in un tempo o in un altro. Il giudizio, la critica, l'odio, la vergogna, sono forse vie di uscita dall'ignoranza di maya? Non credo proprio. L'Amore e la Saggezza sono la via per guarirla. Questo è il motivo per cui vi chiedo sempre di amare tutti e servire tutti; di vedere sempre che Tutto è Uno. Anche se attraverso gli organi sensoriali sembra che ci siano grandi diversità, in Verità tutto è l'Unico Sé. Le mucche possono essere di colori e razze diverse, ma il latte è sempre lo stesso; i fiori sono di tanti tipo, ma la ghirlanda è una sola.

21

Miei Amati, oggi parliamo di emancipazione o liberazione dalla mente e dalle emozioni. Avete sperimen-

tato come di volta in volta emozioni e idee vi prendono per un certo periodo di tempo. Perché succede questo? Principalmente per due ragioni: Primo, voi avete permesso che questo accadesse, per via del fatto che non sapevate come prevenirlo ed evitare che accadesse. Avete lasciato il campo libero a energie mentali ed emozionali che hanno preso il sopravvento. Potreste dire che non è così, che fate del vostro meglio per combatterle, resistergli, che cercate di trovare in voi vibrazioni più elevate con cui contrastare e liberarvi di loro. Solo che questo è un modo goffo e maldestro di fronteggiare queste energie indesiderate.

La seconda ragione per cui queste energie prendono il sopravvento è che non avete ancora sviluppato abbastanza la vostra consapevolezza. Come potete sviluppare la consapevolezza? Dovete creare spazio e quiete interiore, eliminando dalla vostra vita ogni confusione mentale, fisica ed emozionale; anche quelle religiose/spirituali, se interferiscono con lo sviluppo di una consapevolezza ampia e forte. La Consapevolezza in voi, lo Spirito Atma, dovrebbe essere il Testimone, rimanendo separata dalle energie mentali ed emozionali che si affacciano alla coscienza. Allora potete rimanere distaccati e non farvi coinvolgere da quello che transita nella vostra coscienza. La vostra sadhana, pratica spirituale, consiste nello sviluppo di questa vera consapevolezza, il più possibile, allora sa-

rete più forti di ciò che passa e va.

Anche le emozioni hanno l'abitudine di farsi sentire; esse hanno trovato risonanza nei vostri campi energetici nel corso del tempo. Mentre purificate progressivamente ed elevate i vostri campi energetici a vibrazioni più elevate, queste emozioni non desidereranno più di collegarsi a voi. C'è ogni sorta di tipo di energia in giro. Noi tutti nuotiamo, viviamo in un gigantesco campo di energia. Noi stessi siamo energia. Il simile attrae il simile. Quindi una volta che avete purificato ed elevato i vostri pensieri, emozioni e azioni, affinché siano più amorevoli, a quel punto le emozioni negative possono magari essere presenti ancora per poco, ma se continuate ad essere il Testimone e non mostrate alcun interesse per loro, e anche se le amate e dite loro "non ho più bisogno di te", "non mi servi più, addio", vi sarete liberati da loro per sempre.

Non sentite mai vittime di queste energie e non fatevi mai deprimere da esse. Non possono in alcun modo avere alcun effetto su di voi, quando avete sviluppato la vostra consapevolezza. Sentitevi forti e con il potere della coscienza Atmica, pronti ad affrontare ogni cosa con la Presenza di Maestria del Sé. Non rinunciate mai. Vincerete la battaglia con le energie più basse. Questo processo vi rafforzerà e non dovrete mai più ripassare attraverso queste esperienze e queste prove

una volta che avrete appreso a padroneggiarle. ChiamateMi per aiutarvi quando non riuscite a farlo da soli, ed Io mi unirò alla vostra coscienza per riportarvi a voi stessi quando vi sentite sopraffatti da energie negative. Fate dell'Amore e delle Libertà il vostro obiettivo. Continuate a praticare quello che vi ho insegnato e svilupperete la Maestria del Sé e la Libertà in Dio.

22

Oggi parleremo dei problemi che molti di voi hanno nelle relazioni interpersonali, specialmente con i propri familiari. Vorreste che ci fosse più amore e accettazione, con il risultato di avere più armonia e pace. Vi dico che se non trovate amore, pace, accettazione e armonia in voi stessi, sarà difficile manifestarla e viverla. Deve iniziare da voi. Non dipende realmente dagli altri il cambiamento, anche se a volte un cambiamento da parte loro può aiutare ad avere una relazione interpersonale più amorevole e armoniosa. Siete qui su questa terra per imparare come essere un Maestro, il Maestro di voi stessi, e per realizzare la vostra Divinità e quella di ogni cosa. Quando avete delle reazioni negative di pensieri ed emozioni in una relazione interpersonale, osservateli. Osservate che cosa, in voi, viene agganciato e fa scatenare la reazio-

ne. Potrebbe trattarsi di pensieri e sentimenti del passato che devono ancora essere guariti. Guardateli, prendete atto e lasciateli andare. Questo è il vostro lavoro. Potete anche pregare e chiederMi di aiutarvi a liberarvene o di farvi comprendere e vedere quello che non riuscite a vedere da soli.

In realtà, voi siete la Pura Luce della Coscienza dell'Atma che non può essere toccata da nulla, che irradia sempre Amore, Pace e Gioia. Sviluppare una comprensione ampia della natura psicologica è molto utile per comprendere da dove partono gli altri quando si esprimono in modi negativi. Spesso la negatività è la conseguenza di esperienze passate di vita e della perdita di amore per sé stessi, autostima e fiducia in sé stessi. Se riuscite a "vedere" che chi ha abbondanza di amore non agisce né si esprime negativamente, allora siete anche in grado di capire che è la mancanza di amore che produce espressioni negative. La mancanza di amore per sé stessi, per gli altri e per il mondo. Cosa fate quindi quando vi trovate in presenza della negatività? E voi invece volete vivere in amore, pace ed armonia?

Innanzitutto rimanete imparziali. Non reagite negativamente. Lasciate alla persona il tempo e lo spazio per ritrovare un atteggiamento più positivo. Ditele che voi amate la pace e l'armonia e che non sostenete la negatività né coi pensieri, né con parole o azioni.

Non rimanete alla presenza di quella persona, in modo da lasciarle il tempo di ritrovare un atteggiamento positivo. Questo potrebbe voler dire recarsi in un'altra stanza, non parlare, o uscire a fare due passi. Non siate mai ostili, non giudicate e non condannate. Non sentite superiori. L'altra persona dovrebbe sentire che c'è amore da parte vostra ma che, al tempo stesso, non tollerate e non alimentate la negatività in nessuna forma e modo.

Continuate a rafforzare la vostra maestria spirituale di giorno in giorno, osservando i pensieri, i sentimenti e le azioni, eliminando ogni traccia di negatività in voi. Coltivate costantemente pensieri e sentimenti positivi, elevanti, attraverso il canto, i bhajan, meditando, offrendo servizio disinteressato e così via. Non potete cambiare le altre persone, però potete, con il vostro esempio di amore, pace, giustizia e verità, essere di ispirazione agli altri per fare altrettanto.

A volte può succedere che voi elevate di molto la vostra vibrazione e le persone vicine a voi non fanno altrettanto e non sono interessate. Questo potrebbe rendere le relazioni meno compatibili tra loro, ma non necessariamente, se vi applicate per includere tutti nel vostro amore e vedete tutti come incarnazioni del Divino Amore, che ne siano consapevoli o no, e a prescindere dal fatto che lo stiano manifestando in

modo perfetto oppure no.

23

Come vi ho già detto, la vostra salvezza dipende da voi. Io vi sto incoraggiando a percorrere il cammino spirituale, seguendo e praticando i Miei insegnamenti. Potete, e dovrete, pregare Dio regolarmente per aiutare sia voi che gli altri in questo processo. Impegnatevi per purificarvi, elevare la vostra vibrazione ed aumentare la vostra Luce, la vostra Consapevolezza. Questo è il motivo primario per cui siete sulla terra. La vostra vera missione emergerà e si realizzerà se fate questo. Saprete cosa fare e quando farlo.

Vi dirò come fare per innalzare la vostra vibrazione. Eliminate ogni negatività dalla vostra vita. Pensate, vedete, sentite, dite e fate solo ciò che è buono e sacro. Ogni pensiero, sentimento e azione ha una vibrazione energetica. Più la vibrazione è elevata e più vicina alla Luce Pura di Dio. Perciò, se volete diventare Dio, elevate la vostra vibrazione ed aumentate la vostra Luce. Per Luce intendo Pura Coscienza, quindi expandete la vostra coscienza. La coscienza si expande quando è pura e ha una vibrazione elevata. Per quale motivo expandere la coscienza? Per poter diventare di più il

vostro Sé Divino. L'espansione è senza fine. Nel momento in cui accade diventate più forti in amore, compassione, saggezza e potere Divino di servire e proteggere. Non vale forse la pena lavorare per tutto questo, piuttosto che vivere una piccola mediocre vita dell'ego piena di paura?

Così percorrete la via spirituale. Molti aiuti, guida e istruzioni sono a vostra disposizione. Vi suggerisco di studiare la Bhagavad Geetha, tutti i Miei Insegnamenti e quelli dei Santi che hanno realizzato Dio, come Ramana Maharishi e Nissargadata Maharaj. Loro insegnano la pura "advaita", come faccio anche Io, L'Unità di Dio. Una volta che siete sinceramente nel Sentiero, non vi fermerete. Si creeranno dei momentum in cui farete grandi passi avanti, questi momentum sono una grazia che viene dalla vostra Magna Presenza Io Sono, Dio, dai Maestri Asceti e dagli Arcangeli. Vi abbracceranno nella loro Luce, l'Unica e Sola Luce di Dio, e vi faranno progredire più velocemente a livelli più alti ed espansi di coscienza. Conoscerete voi stessi come libertà, incarnazione di Pace, Amore, Purezza e Volontà Divina.

Miei amati Devoti, voglio dirvi ancora una volta che vi amo, Io sono Amore e siete Amore. Noi siamo un solo Amore e una Sola Luce. Cos'è la Luce? Essa è coscienza, consapevolezza e amore. È ovunque, in ogni cosa. Siate consapevoli della Luce e identificatevi con essa, è il vostro Sé. Lavorate per raffinare sempre più il vostro Sé, in modo da sostenere la più alta vibrazione di Coscienza.

L'argomento di oggi sono i desideri. Cosa intendo dire? Mi riferisco a quando volete assolutamente qualcosa, altrimenti siete infelici, vi sentite che vi manca qualcosa e non appagati. Alcuni desiderano il cioccolato, il caffè, tè, gli aperitivi prima di cena, il vino, sigarette e sigari, una casa grande, più denaro, o che il loro figlio diventi medico altrimenti non si sentono soddisfatti. Vogliono le attenzioni del loro Guru altrimenti non si sentono soddisfatti. Vedete? Essere sempre indaffarati a soddisfare certi desideri può tenervi occupati per tutta la vita, e assorbire la maggior parte del vostro tempo e delle vostre energie mentali e ed emozionali. Se mettete insieme tutti i vostri desideri, vi renderete conto che spendete un sacco di tempo ed energia a cercare di soddisfarli. È questo il senso della vita? Non dovrebbe esserlo.

Coloro che sono sinceramente e seriamente nel

Cammino Spirituale, si rendono conto della futilità dei desideri. I desideri vi usano, usano il vostro tempo, la vostra energia e consapevolezza, tanto per dirne alcune. Voi permettete a queste idee e condizionamenti di insediarsi nella vostra coscienza e non vi sentite più liberi. Dovete appagarli, altrimenti. Altrimenti cosa? Credete che la vostra felicità dipenda dalle cose esteriori. Sì, sono tutte esterne alla coscienza. Voi siete coscienza, il Veggente e non quello che è nella coscienza. Quando la vostra coscienza è libera? Quanti attaccamenti avete? Se vostro figlio non studia da medico, o non avete il vostro aperitivo, o i vostri programmi televisivi, gli sport e tutte le altre dipendenze, come vi sentireste? Esaminate voi stessi, per vedere quanto la vostra coscienza e la vostra mente sono libere.

Lascerate il piano di questa terra nel giro di qualche anno e non porterete niente con voi. Fate il punto della situazione e guardate cosa di quello che avete guadagnato potete portare con voi. La vostra coscienza è più libera e più espansa? Le vostre emozioni sono più pure? Avete sviluppato la maestria nella vostra mente, emozioni e desideri fisici? Il vostro amore si è espanso fino ad includere ogni cosa? Conoscete la Verità o siete ancora in ciò che è falso ed effimero? Non vi sto dicendo di rinunciare a tutti i desideri. Osservate quali vi conducono alla realizzazione del Sé e quali

no. Spero che deciderete di fare della realizzazione del Sé l'obiettivo della vostra vita. Sono venuto sulla terra per riportare la Verità e il Dharma nelle menti e nei cuori degli esseri umani, per indicarvi la via per tornare alla realizzazione del Sé. Se dite di essere Miei devoti, siate attaccati a questo e santificate la vostra vita.

25

Oggi parliamo della necessità di essere accettati dagli altri, in particolare dalla famiglia e da quelli che per voi sono importanti. Molti di voi hanno dei problemi a questo riguardo quando innalzate la vostra vibrazione mentre gli altri intorno a voi no. Voi iniziate ad avere una nuova visione, consapevolezza e comprensione della vita, mentre loro no. Loro rimangono gli stessi. Voi siete in grado di capirli e vedere in che punto loro si trovano, mentre loro non sono in grado di capire voi, perché voi siete stati nel punto in cui sono loro, mentre loro non sono ancora arrivati al punto in cui siete voi. Quindi, che fare? Come fare per andare d'accordo e restare in armonia? Voi sentite che dovete esprimere chi siete veramente, e così dovrebbe essere per tutti.

Non vi interessa andare alle feste, guardare la televi-

sione, fare shopping senza fine, ecc. Desiderate trascorrere più tempo in solitudine, in contemplazione, pregando, meditando o con i bahjan, e stare in compagnia di altri devoti che la pensano allo stesso modo. Tuttavia desiderate anche la comprensione e accettazione del vostro nuovo modo di essere, da parte della vostra famiglia. Questa può essere una transizione difficile. Il Mio consiglio di non sbandierare la differenza tra il vostro “nuovo voi” e i membri della vostra famiglia. Non parlate della vostra nuova vita spirituale se loro non sono ricettivi o se non ve lo domandano. Mantenetevi sempre sul terreno che vi accomuna quando siete insieme. Che significa? Intendo dire che tutti vogliono essere amati, accettati, desiderano essere trattati con gentilezza, rispetto e tolleranza. Quindi offrite tutto questo ai membri della vostra famiglia. Questo riguarda voi, non loro. Siate il meglio che potete essere, nel senso spirituale. Non cercate di cambiarli. Siate semplicemente un buon esempio dell’essere spirituale – siate amorevoli, tolleranti, accoglieteli come sono, siate gentili e pieni di cura, più che potete. Queste qualità cresceranno in voi e diverranno più raffinate in voi. Dovete anche sviluppare una buona dose di distacco rispetto alle opinioni ed ai pensieri degli altri, dalle loro emozioni, azioni ed energia se queste vi affliggono e vi logorano. Fatevi ogni volta un guscio di energia Cristica tutto intorno a voi, che vi avvolge completamente, invo-

candolo e cantando il nome di Dio interiormente.

Esprimendo la vostra natura Divina, coltivando il non attaccamento e il distacco, proteggendo la vostra energia, e comprendendo dove sono gli altri nella loro evoluzione, potrete mantenere delle relazioni interpersonali armoniose. Ma non potete controllare né le reazioni, né i pensieri degli altri. La vostra integrità potrebbe scatenare la reazione di alcune persone, a causa dei loro sensi di colpa o dei loro complessi di inferiorità. Potete solo dare loro in cambio amore e perdono, quando gli altri sono offensivi a causa dei loro aspetti interiori non ancora guariti - risolti. Sì, può essere difficile mantenere dei buoni rapporti quando voi state cambiando e gli altri no. Non rincorrete l'accettazione da parte degli altri. Accettate il fatto che loro stanno facendo del loro meglio, ma spesso sono bloccati dai loro stessi nemici interiori della gelosia, giudizio, non-accettazione, paura, mancanza di autostima, e così via. Lasciate alle persone il loro tempo e spazio e non aspettatevi nulla da loro; siate il più possibile autosufficienti e indipendenti. Amate, servite ed elevate quando è possibile e siate sempre colmi di pace.

Miei Amati Devoti, vorrei farvi riflettere su una cosa, "Perché siete qui sulla terra?". Potreste rispondere elencando varie ragioni come, il karma, o il mio desiderio e i miei attaccamenti mi hanno riportato sulla terra. Ma, la cosa più importante è che voi, come devoti siete qui per fare la differenza; per elevare la terra e i suoi abitanti ad un livello di vibrazione più elevato e ad uno stato di consapevolezza più elevato. Quindi non siete qui solo per voi stessi e per la vostra ascensione. Sì, mentre lavorate su voi stessi per purificarvi, l'ascensione accadrà in modo del tutto naturale. Ma è per il beneficio e il bene di tutti. Sapete, tutto è collegata, tutto è Una cosa sola, quindi quello che accade a uno influenza tutti e tutto. Quindi, più elevate e pure sono le vostre vibrazioni energetiche, e più avete un effetto sull'elevazione del mondo intero. Quando ero sulla terra, molti sono stati trasformati dalla Mia energia, dalla Mia consapevolezza. Molti si sono rivolti nuovamente verso Dio perché desideravano ciò che Io incarnavo. Vedevano e sentivano amore incondizionato, pace, saggezza, non -violenza, e Verità, e tutto questo attraeva fortemente la loro anima e le loro menti. E così Io sono stato il catalizzatore grazie al quale molti sono ritornati a cercare la realizzazione di Dio, la Presenza di Dio nel proprio cuore. Vi sto ricordando queste cose perché spero e

vorrei che vi rendeste conto che anche voi potete fare la stessa cosa, se lo volete. Attraverso la vostra Presenza, la vostra manifestazione del Divino, potete avere un effetto su molti ed essere il catalizzatore per il loro ritorno alla Divinità, a Dio. Per la maggior parte questo accade in silenzio, irradiando energia. Non sono le parole che attivano la trasformazione di energia, ma piuttosto la radianza e la vicinanza a fonti di energia più elevata. Così voi diventate una sorgente di energia vibrazionale elevata ed aiutate nella trasformazione della terra alla quinta dimensione, in cui tutti realizzeranno che esiste Un Solo Dio di cui loro stessi sono estensioni in totale Unità con l'Unico Dio.

Quindi il vostro bhajan, la vostra rettitudine in pensieri, parole e azioni, la vostra ripetizione del nome di Dio con amore, la vostra purificazione da ogni tipo di negatività, il vostro servizio disinteressato, tutto contribuisce a elevare la vostra vibrazione, che viene poi condivisa con tutti quelli che entrano in contatto con voi, e dove camminerete il suolo diventerà santificato. Voi siete l'Atma, la Maestosa Presenza Io Sono. Irradiatela e trasformate la terra alla quinta dimensione ed oltre.

Miei Amati Devoti e anche a tutti quelli che sono sul cammino della libertà spirituale, oggi vi parlerò appunto della libertà spirituale. Come si vive nel mondo mantenendo la libertà spirituale? Ve lo dirò. Prima di tutto dovete rendervi conto che voi siete liberi, dopodiché vi mescolerete nel mondo con totale libertà. Intendo dire, con questo, che una volta che vi siete identificati con l'Atma o Spirito senza alcuna ombra di dubbio e che vivete secondo il vostro vero Sé, potete essere nel mondo ma senza essere del mondo. In che modo? Attraverso la consapevolezza di ciò che è Verità e ciò che è falso ed effimero. Tutti i corpi, le forme delle cose, le idee, i concetti, i pensieri, i sentimenti e le emozioni, le strutture e le organizzazioni, tutto questo è falso, temporaneo. Tutte queste cose possono essere utili oppure nocive e controproducenti. Usate il discernimento. In accordo alla vostra vibrazione energetica sarete attirati da ciò che è buono, vero e utile per l'elevazione dell'umanità. Pertanto, discernimento, vigilanza e consapevolezza, sono necessari quando vi muovete nel mondo. Quando avete ancorato nel vostro intero essere la coscienza e l'energia Cristica, non ci sarà più alcuna preoccupazione o problema. Potete essere nel mondo con la consapevolezza che tutti gli esseri contengono il seme della coscienza di Dio, a prescindere dal fatto che

questo seme sia fiorito e manifesto oppure no. Di conseguenza potete rispettarlo ed onorarlo in tutti gli esseri, mentalmente nella vostra coscienza, a prescindere dal comportamento esteriore che stanno manifestando.

Quando siete stabilmente nell'Atma/Cristo, siete senza paura. Il mondo non è una minaccia per voi. Voi siete Spirito, eterno, che non può incorrere in nessun pericolo. Quindi non abbiate paura di essere nel mondo a svolgere i vostri obblighi professionali, il vostro lavoro, il vostro servizio di essere Divino. Così come vedete il vostro corpo fisico e le vostre forme individuali come un'ombra della Verità, allo stesso modo vedete i corpi e le personalità - ego degli altri come ombre della Verità. Non c'è nulla da temere. Essi vivono e agiscono esteriormente i vasana, condizionamenti, desideri e paure del sé ego.

Voi siete la pace imperturbabile, l'equilibrio, l'eterno essere, il Testimone. Quando siete ben saldi nella consapevolezza, che voi siete Questo, il mondo non può toccarvi. Dei disturbi passeggeri possono affacciarsi alla vostra mente e nel vostro corpo emozionale, ma voi conoscete, con la consapevolezza, che probabilmente è un residuo di una vecchia vasana o emozione che in passato avete creduto fosse importante. Il residuo che emerge non risuona più con la

vostra energia e quindi se ne va velocemente. Con il potere della vostra consapevolezza lo allontanate dalla vostra coscienza.

Voi siete colui che sceglie, il Maestro, allineato con le più elevate frequenze di Dio. Voi e Dio siete Una cosa Sola. Non c'è nessun'altra libertà che questa. Se non siete spiritualmente liberi, se non siete consapevoli di questa capacità che è in voi, di essere spiritualmente liberi, la vostra mente/coscienza può attaccarsi agli aspetti del mondo materiale. Potreste pensare che è il mondo che si è legato a voi e che vi ha afferrato, ma invece è il contrario, siete voi che vi siete attaccati al mondo. In ogni momento potete scegliere a cosa attaccarvi e da cosa rimanere distaccati, se avete la consapevolezza e la conoscenza spirituale. Gesù disse "Cercate come prima cosa il Regno dei Cieli e tutto il resto vi sarà dato in più". Stava parlando della stessa cosa di cui vi sto parlando Io. Sarete accuditi dal Divino, quando siete diventati Uno con il Divino. Il vostro Spirito è sempre al sicuro con Dio, quando vi unite a Lui. Quindi, cercate la libertà spirituale nella coscienza di Dio più di ogni altra cosa.

Miei Amati Devoti, siamo qui insieme in Una Unica

Atma, una sola mente, che condivide la saggezza delle ere. Per me è una gioia condividere e insegnare a tutti voi tutto quello che so. Per questo motivo ci saranno molti libri ancora attraverso il Mio canale, Catherine, negli anni che verranno.

Oggi parleremo della Mia prossima incarnazione come Avatar Prema Sai Baba. Come forse avete già sentito dire, la nascita in questo corpo umano è già avvenuta. Ma state certi che i Miei poteri non sono in alcun modo limitati da questa nuova incarnazione. Io sono e sempre sarò onnisciente, onnipresente e onnipotente. Potreste domandarvi come è possibile. Ve lo dirò. Se pensate che Dio incarna una parte di Sé stesso in tutte le forme umane che vedete manifestate sulla terra in questo momento, allora potete iniziare a comprendere. C'è una differenza tra il Mio assumere una forma umana e tutte le altre forme umane. La Mia forma assomiglia a tutte le altre forme umane, tutte le forme sono simili alla Mia. In ogni caso, Io sono al di sopra di ogni forma, incluso la Mia stessa forma, Io sono Onnipresente Consapevolezza Coscienza immutabile. Capite allora, che non sono in alcun modo limitato dalla incarnazione di Prema Sai Baba. Potreste avere ancora dei dubbi a questo proposito. Vedrete Prema Sai molto impegnato, attivo, con un grande ruolo da svolgere. È un ruolo e Io sono perfettamente consapevole che è un ruolo che sto

svolgendo come Avatar. La pienezza della Mia Divinità non è in alcun modo modificata dal ruolo che ho sulla terra.

Vedo che molti di voi sono entusiasti e impazienti che il vostro Sai, il vostro Baba sia di nuovo davanti ai vostri occhi fisici. Ma non illudetevi un'altra volta che Io sia solo questa forma fisica e null'altro. Per favore, decidetevi adesso e per sempre, di non attaccarvi tanto a questa forma, Prema Sai Baba, perché questo attaccamento vi causerà sofferenza mentale ed emozionale. Entrate nella vostra interiorità e trovate Prema Sai Baba nel vostro cuore. Egli è nel vostro cuore in questo momento. Non vi sto dicendo che dovete modificare la forma di Dio a cui siete devoti da Sathya Sai a Prema Sai. Vi sto spiegando che Dio è Uno e che tutti i nomi e le forme di Dio indicano lo stesso Unico Dio. Dovete evolvere e arrivare a questa consapevolezza dell'Unico Dio che non ha alcuna forma e di cui voi siete espressione diretta ed estensione, riflesso dell'Unico Dio e, in verità, quando avete questa consapevolezza, sapete anche che voi stessi siete questo stesso Unico Dio.

Io non sono mai stato la forma chiamata Sathya Sai Baba. Era solo uno strumento che ho utilizzato per at-

tirarvi verso la Divinità. Tutti voi avete creduto che Io fossi quella forma perché voi stessi credete di essere una forma. Nel momento in cui evolvete e andate oltre l'identificazione del vostro Sé con una forma, allora Mi vedrete e Mi conoscerete veramente. Continuo a ripetervi che voi siete Atma Divina, l'incarnazione del Divino Amore, tuttavia pochi di voi sono entrati profondamente nella propria interiorità per conoscere questa Verità.

Vi assicuro che molte trasformazioni si sono verificate durante l'avvento di Sathya Sai Avatar. Gli umani hanno e stanno tuttora facendo molto servizio disinteressato, e diverse pratiche spirituali. Non c'è alcun dubbio che la purificazione degli strumenti interiori sta aumentando nei devoti sinceri. Tuttavia molti sono bloccati e non fanno progressi, principalmente per il fatto che non mettono in pratica l'introspezione che è necessaria per uscire dai condizionamenti che li bloccano e li trattengono nel mondo di maya. Questa osservazione interiore e introspezione è necessaria per "vedere" cosa è "illusione di maya" e cosa è Verità. Siete nell'illusione, siete nati e vivete nell'illusione, tuttavia potete vivere nell'illusione senza appartenere all'illusione. Questo è il punto in cui il discernimento sottile è sempre presente, sveglio, per essere Atma e abbandonare tutto ciò che non è Atma. Questo è il vostro lavoro Amati. Questo osservare ed essere il Testimone di tutto ciò che accade esteriormente e in-

teriormente è un passo importante verso la realizzazione del Sé e la Liberazione. Quando dico di osservare ciò che accade esteriormente, non intendo dire che dovete guardare tutto quello che accade, intendo dire di praticare il discernimento per distinguere quello che è passeggero, privo di valore, che non merita che la vostra coscienza se ne occupi e lasciarlo andare. Mantenete la vostra coscienza unita all'Atma, la Presenza eterna di Dio. Allora siete liberi. Potete ancora avere una famiglia e un posto di lavoro, ma siete distaccati, perché sapete che siete Verità e siete Verità. In questo stato siete in grado di aiutare le persone che ne hanno bisogno senza sentirvi schiacciati dai loro problemi e dalle loro energie basse. Questo è uno stato interiore dell'essere che gli altri non sono in grado di osservare, perché non vivono al livello Atmico. Non importa. Non avete alcun bisogno di spiegare o parlarne, a meno che ci siano degli aspiranti spirituali che cercano da voi la saggezza. Kabir ha vissuto una vita avendo una famiglia anche se aveva realizzato Dio, e molti altri santi hanno fatto così. È totalmente possibile. Anche Prema Sai avrà famiglia, per essere di esempio. Esempio di cosa? Del fatto che avere una famiglia è perfettamente compatibile con la realizzazione dell'illuminazione spirituale. Questa è la Via della Golden Age (Età Dorata) che sta arrivando. La maggioranza vivrà in amore ed armonia condividendo e avendo cura gli uni degli altri.

Miei Amati Devoti, l'argomento di oggi è l'ostilità. Lo sapete che tutto quello a cui opponete resistenza persiste? Qualsiasi cosa verso cui provate una forte ostilità rimane attaccata alla vostra coscienza. Se volete essere liberi, dovete saperlo ed esserne consapevoli. È dovuto alla Legge dell'Attrazione. Quando continuate a dare la vostra attenzione e la vostra energia a qualcosa, la state attraendo a voi. Come fare allora? Vi dico spesso di non odiare nessuno. Se avete questo tipo di emozione, perdonate voi stessi e perdonate l'altra persona e perdonate tutta la situazione. Quello che è stato è stato. È passato e non si può modificare. Imparate la lezione e lasciatelo andare; andate oltre, andate avanti. Quando capite che una simile avversione ed ostilità vi trattengono e vi limitano, perdonate voi stessi per liberarvi. Non si tratta dell'altra persona o della situazione. Probabilmente l'altra persona vi ha già perdonato e non ci pensa già più.

Può anche darsi che abbiate una forte avversione per alcune cose tipo serpenti, o per certi tipo di cibo e bevande, verso i politici, le religioni e dottrine, o verso dei guru o insegnanti, o molte altre cose del mondo. La vostra forte ostilità incatena i vostri corpi emozionale e mentale e li rende impuri. Così ne rimanete di-

sturbati, queste energie distruggono la vostra pace mentale. Come potete fare? Questo genere di cose esistono al mondo. Io vi dico che, nella vostra mente, potete permettere a queste cose di esistere, ma non dovete dar loro alcuna attenzione né energia. Non dovete guardare tutto, ascoltare tutto e ricordare tutto. Usate il discernimento e scegliete quello a cui dare il permesso di entrare nella vostra mente. Le parole chiave per questo sono: tolleranza e accettazione. Se non potete modificare o eliminare queste cose dal mondo, lasciate semplicemente che esistano. Non c'è bisogno che esistano per la vostra mente, se non pensate ad esse, per la vostra mente non esistono. Così facendo eliminate le vostre avversioni mantenendo la vostra mente focalizzata su ciò che è vero, buono e bello - Sathyam, Sivam, Sunderam.

31

Miei Cari, oggi continuiamo il discorso sulle avversioni. I sentimenti e i pensieri di ostilità appartengono al mondo della dualità. Lo stato Atmico trascende il piano della dualità. Nella dualità la mente vede il mondo in termini di opposti e tutte le varie gradazioni di opposti. Ad esempio, buono e cattivo, accoglienza e rifiuto, freddo e caldo, positivo e negativo, bello e brutto, e così via. La consapevolezza della

dualità può essere utile quando si vive nel mondo fenomenico. Tuttavia occorre discernere attentamente. Per quanto riguarda buono e cattivo, vi chiedo di stare alla larga dalle “cattive” compagnie e stare in compagnia dei “buoni”. Non è che le persone cattive sono completamente cattive, affatto, anche in loro c’è l’Atma, anche loro sono fondamentalmente Esseri Divini, ma le loro azioni, parole, pensieri e abitudini potrebbero essere malvage e di bassa vibrazione, e voi potreste esserne influenzati negativamente. Scegliete di elevarvi dal vostro stato attuale ad un livello spirituale più elevato, grazie alla compagnia di persone sagge e devote. Quando vivete nel mondo della dualità, ne vedete di molti tipi. Scegliete sempre le qualità della più elevata vita Divina e lasciate tutto il resto.

Parliamo adesso dell’ostilità. Perché essere ostili? Forse a causa di condizionamenti che avete ricevuto dai vostri genitori, dalla società, religione, da “vasana” del passato, e così via. I condizionamenti potrebbero venire anche dalla paura, paura di essere feriti se non rimanete ostili. In qualche modo, credete che la vostra ostilità e avversione vi serve per proteggervi, ma non è così. La paura vi porta proprio quello di cui avete paura, lo attraete proprio verso di voi. Quindi qualsiasi sia l’avversione che avete, guardatela da una nuova prospettiva. Mentalmente lasciatela esiste-

re, siate neutrali nei suoi confronti. Pensate che Dio le permette di esistere, è arrivata nella creazione, quindi c'è un posto per lei nella creazione. È il vostro ego pieno di paure che prova avversione. L'Atma non ha alcuna avversione né ostilità. Vivete nel mondo stando però nelle dimensioni trascendenti dell'Atma e al tempo stesso permettete al mondo di essere come è in ogni momento. Potete cambiare solo voi stessi. L'ostilità non farà scomparire nulla. Serve solo a creare sofferenza per voi stessi, per la vostra mente e coscienza pura. Quindi, non disturbate la vostra pace e il vostro amore. Tutto è Dio, che sia realizzato o non ancora realizzato, perfetto o imperfetto.

32

Miei Amati Devoti, vi prego di ascoltarMi. Sono qui per aiutarvi nel vostro progresso spirituale. InvocateMi, confidate in Me, fidatevi di Me. Io sono il vostro più grande benefattore e il vostro migliore amico. Sono sempre qui con voi e per voi, a guidarvi e proteggervi. In Verità Io sono il vostro Sé più elevato in cui state progressivamente crescendo ed espandendovi. Non è facile muoversi da soli in un territorio a voi sconosciuto. Potete commettere degli sbagli, rimanere bloccati in alcuni frangenti. Ma se tenete per mano il

Signore, il vostro cammino sarà più dolce, più amovole e colmo di benedizioni, rispetto a come sarebbe se vi avventuraste da soli in ciò che vi è sconosciuto. Sta a voi scegliere, avete il libero arbitrio per scegliere se seguire la via della devozione verso il Satguru, oppure un'altra via di vostra scelta, in ogni caso tutte le vie conducono a Me.

Oggi parleremo di come liberarsi dallo stress. Cos'è lo stress? È confusione, incertezza, ansietà, frustrazione ed altre energie, tutte mescolate fra loro. Se voi sapete ciò che siete, cioè Atma, e vivete da Atma, allora non c'è alcuno stress. Sarete Pura Esistenza, Consapevolezza e Beatitudine. Quando siete nel mondo, in famiglia, o sul posto di lavoro, dedicate interiormente le vostre azioni a Dio. Tutto viene visto come qualcosa che viene fatto direttamente per il Signore. Pertanto farete del vostro meglio e non vi curerete del resto. Le vostre preoccupazioni riferite alle scadenze, ai conti da pagare ed altre cose, come la malattia di altri, tutto questo è un test per allenarvi a rimanere equanimi. Non vi viene mai chiesto più di quanto siete in grado di sostenere e sopportare. Spesso le persone si accollano più di quello che possono sostenere e di cui c'è bisogno, così si genera stress. Vi consiglio di semplificare il più possibile la vostra vita. Vivete una vita semplice, pura e sacra, senza troppi fronzoli, se riuscite a farne a meno e se non potete permetterveli. Riducete le vostre spese. Se per un periodo di tempo

avete condotto una vita più mondana, forse vi sarà più difficile chiedere alla vostra famiglia di fare qualche rinuncia per condurre una vita più semplice e libera dallo stress. Tuttavia potete iniziare.

In ogni caso, molti di voi sono molto occupati a portare avanti parecchie cose. È una buona cosa se riuscite a mantenervi equanimi, senza pensieri e mantenere la visione Atmica del Testimone interiore, mentre il corpo compie le proprie azioni, offrendole tutte a Dio. Alcuni hanno una grande capacità di servire e lavorare nel mondo mentre continuano anche a progredire spiritualmente. Queste persone non vengono coinvolte mentalmente né si stressano. Sono coraggiose, equilibrate e sanno mantenere una equidistanza in ogni momento, aiutandosi anche con il discernimento. Se questo non è il vostro caso, prendetevi spesso un attimo di pausa in cui sedete silenziosi e quieti, chiudete gli occhi, diventate interiormente silenziosi e calmi, e affermate mentalmente “Io sono Atma, Io sono Dio, la vita è un gioco e io sto semplicemente giocando un ruolo, io sono Dio che sta giocando questo ruolo, la vita è un sogno e nulla è serio”. Fate del vostro meglio e lasciate andare tutto il resto. Utilizzate la mente quando ne avete bisogno e per il resto rimanete nello stato di spazio interiore, vacuità, assenza di pensieri. Questa è la chiave per vivere una vita senza stress, libera. Essere ciò che siete, Esistenza, Consa-

pevolezza, Beatitudine ed essere liberi.

33

Oggi parleremo del significato della parola "servizio". Durante il Mio Avatar ho dato molta enfasi sul servizio. Per quale motivo? Ve lo dirò. Molti sono egoisti nella propria mente e negli atteggiamenti, focalizzate su sé stesse e pensano principalmente solo a loro stesse, cosa gli piace, cosa li fa sentire bene e soddisfatti. Tutto ciò non implica alcun servizio verso gli altri. Cos'è il servizio agli altri? Prima di tutto significa essere consapevoli dei bisogni degli altri e cercare di soddisfarli. Chi è sul sentiero spirituale ha ricevuto dagli insegnanti spirituali la regola di pensare prima agli altri e poi a sé stessi, come pratica spirituale al fine di sconfiggere l'ego che è concentrato unicamente sui propri bisogni e desideri. Questa pratica è una cosa buona da applicare regolarmente. Perché? Perché quando ti metti nei panni degli altri espandi te stesso, la tua coscienza, il tuo amore, l'attitudine del cuore di prendersi cura con gentilezza degli altri e di aiutarli. Allo stesso tempo ti dimentichi del tuo piccolo sé e entri nel Sé Infinito, in cui tutti sono Una cosa sola con Dio.

Non sto predicando il martirio. Anche la vostra sod-

disfazione e il provvedere alle vostre necessità sono importanti. Una volta che avete soddisfatto le vostre necessità quotidiane fondamentali, dedicate tempo all'espansione della vostra coscienza e consapevolezza aiutando qualcun altro che ha davvero bisogno del vostro aiuto. Così servirete Dio che si è manifestato attraverso quella persona o animale. Puoi avvicinare la tua coscienza a Dio in tanti modi diversi. La tua Divinità si manifesta grazie al tuo servizio disinteressato, senza aspettarti nulla in cambio. Attraverso il servizio disinteressato, ti purifichi a livello mentale, fisico ed emozionale ed espandi la tua consapevolezza del tuo Sé Divino. Contribuisci anche ad innalzare la consapevolezza degli altri condividendo amore, pace e armonia con loro. Al tempo stesso stai anche dissolvendo il tuo ego, il tuo senso di separazione individuale, mio e me. Ti rendi conto che tutti gli esseri sono simili - tutti hanno bisogno di nutrimento, sostegno, acqua e cibo puri, medicine, amore, educazione, ecc. Perciò attraverso il servizio nella società cresce la consapevolezza che tutti siamo Una cosa sola nella fratellanza/sorellanza in Dio Madre/Padre. È difficile che tu riesca a realizzare realmente tutto questo rimanendo centrato nell'ego. Potresti dire che stai servendo la tua famiglia. Non è sufficiente? No, non lo è veramente. L'ego infatti pensa: questi sono i "miei" parenti. Questi sono "miei" mentre gli altri non sono "miei". Così stabilisci dei confini, limitando

te stesso e il tuo amore solo a pochi. Il servizio disinteressato verso i cosiddetti "stranieri" - "sconosciuti", espande la tua consapevolezza e il tuo amore fino ad includere tutti. Otterrai questa consapevolezza. L'ego vive prendendo e dimenticando, l'Atma vive donando e perdonando. Se vuoi realizzare la consapevolezza Atmica impegnati nel servizio disinteressato e amorevole. È un modo molto semplice per fare progressi a livello spirituale.

34

Oggi è un giorno speciale. Vi parlerò un po' di più della mia nuova incarnazione come Prema Sai Baba. Dato che avete chiesto, Io rispondo. Tenente conto che questo non è un annuncio ufficiale, ma sono piuttosto parole di grazia donate ai Miei devoti più vicini, che con grande amore per Me, desiderano conoscere il più possibile circa la Mia nuova venuta come Prema Sai Baba.

Innanzitutto vi dico che non sono ancora stato riconosciuto da nessuno. Nemmeno i Miei genitore sanno chi sono. Sono persone molto devote, che conducono una vita santa. La casa è sattvica, piena di pace e armonia. Io molto spesso ricordo i Miei giorni al

Prashanti Nilayam. Quando guardo indietro alla passata incarnazione, vedo che avrei potuto fare molto di più per i Miei Devoti. Ma c'erano dei limiti di tempo e le richieste che Mi venivano fatte da parte dei devoti erano sempre così tante. L'Avatar Prema Sai Baba sarà diverso. Sarà più accessibile per un maggior numero di persone. Molti sentiranno il Mio amore direttamente dentro il loro essere e saranno molto felici.

35

L'argomento di oggi è la gelosia e la sua alleata, l'invidia. Molti pensano che sia normale essere gelosi degli altri, se gli altri posseggono cose che loro non hanno - o non possono avere - ma che vorrebbero avere. Quello che non capiscono è che questo atteggiamento riduce il loro potere senza che nemmeno se ne rendano conto. Quando invidiate qualcun altro o siete gelosi, state inviando energia negativa a quella persona, ma anche al vostro Sé superiore. State dicendo al vostro Sé superiore in modo più o meno sottile, che voi valete meno degli altri. Quindi state negando e indebolendo il vostro potere spirituale, lo state in qualche modo tagliando fuori. La vostra consapevolezza Atmica, che è ciò che siete realmente, viene tagliata fuori. La vostra capacità di manifestare

amore, gentilezza, ecc., è tagliata fuori. La vostra pace mentale viene disturbata. La gelosia è una sorta di malattia. State dando più importanza al mondo esterno anziché alla vostra Verità Atmica. Quello che gli altri hanno passerà e cambierà. Niente rimane immutato, sia che si tratti della bellezza fisica, di soldi o di altri cose materiali.

Rendetevi conto che se credete che gli altri abbiano qualcosa che desiderate per voi, vi state auto-procurando un sacco di preoccupazioni. Siate felici di quello che avete in questo momento, oggi. Perché essere infelici per cose che non potete cambiare? Perché limitare la vostra mente ed emozioni con la negatività? Cercate piuttosto le opportunità per cambiare, se volete. Per un ricercatore della Verità, la cosa migliore è seguire l'esempio dei santi e degli illuminati del passato. Loro hanno vissuto con pochissimo a livello materiale. Il loro obiettivo principale era la realizzazione di Dio. Leggete libri sulla vita di questi esseri che hanno realizzato il Sé, di questi santi, e trovate qui la vostra soddisfazione. Riducete al minimo i desideri. La felicità è Unione con Dio, realizzare che siete Atma. La felicità non si trova nel mondo esteriore. Si trova nell'amare tutti e nel servire tutti. Non desiderate quello che hanno gli altri. Vi abbassa dal livello di pura Atma che siete. Lasciate che gli altri abbiano quel che hanno. Voi avete quello che avete. Rin-

graziate per quello che avete. È quello che avete attirato a voi. Non prendetevela con Dio per quello che non avete, e che credete di avere bisogno.

Non c'è posto per la gelosia e l'invidia nella vita di un devoto di Dio. Non permettete che questi sentimenti e pensieri negativi limitino il vostro Sé. Tutti gli esseri sono emanazioni dell'Unico Dio, e sono come Dio. Questa è la vostra vera ricchezza. Il vostro buon carattere e le vostre virtù, sono la vostra vera ricchezza, che non diminuisce mai e che può solo aumentare e crescere. Sviluppate le vostre virtù, irradiate amore nel mondo, in qualunque modo possibile, e sentitevi la persona più ricca del mondo.

36

Miei Cari Devoti, voi siete le persone più ricche del mondo e non ve ne rendete conto. È la ricchezza spirituale che avete sviluppato attraverso molte incarnazioni. La vostra abbondanza di consapevolezza e virtù, e il buon carattere, vi condurranno alla completa Realizzazione del Sé. Allora saprete che siete in tutti perché siete tutti. Voi siete il mondo e l'universo. In senso impersonale, tutto quello che esiste vi appartiene. Voi sapete distinguere quello che ha un vero valore da ciò che non ha alcun valore. Quindi solleva-

tevi, e risvegliatevi in questa realizzazione, liberatevi dalle idee negative quali gelosia, invidia e cupidigia. Esiste una sola coscienza e voi siete quella unica coscienza, tutto viene dall'Unica fonte primordiale di energia, e voi siete quell'Unica fonte di energia, quindi esiste solo il bene di tutti, anche di quelli che devono ancora realizzare quello che voi avete già realizzato. "Perdona loro perché non sanno quello che fanno" disse Gesù. Loro non conoscono ancora la Verità, che tutti sono una cosa sola in Dio, a causa di questa mancanza di conoscenza quindi possono commettere degli errori, nei loro pensieri, parole, azioni, e subirne le conseguenze, a meno che il loro pentimento completo e sincero ne annulli gli effetti. Perdonateli nella vostra mente; non giudicate quelli che peccano contro di voi. Il vostro giudizio rende la vostra coscienza impura e, nella vostra mente, vi separa dagli altri. Lasciate che siano le leggi naturali e quelle fatte dagli uomini a prendersi cura della cattiveria. Voi siate ciò che siete veramente, la radiante Presenza Atmica, il Sole che risplende su tutti. Il sole non viene influenzato da nessuno e non fa nessuna distinzione su chi risplendere o no. Rimanete anche voi distaccati e imperturbabili e risplendete su tutti a prescindere da qualunque cosa. Questa è la vera realizzazione del vostro Sé, dell'Atma che sa e che non può essere né sminuita né mutata.

Vi rendete conto ora di quanto insensata sia la gelosia. È l'espressione di una mente delirante, piccola, che si intrattiene con questo genere di pensieri. Sollevatevi al di sopra di essa. Siete molto più vasti e grandi di lei. Per quanto ancora volete rimanere piccoli e gretti? Siate ciò che siete! Un Dio, unito in una cosa sola con il Padre.

37

Miei Amati Devoti, l'argomento di oggi è "Su cosa focalizzate la vostra coscienza?". Desidero parlare con voi della necessità di verificare e di discernere su cosa focalizzare la vostra attenzione ogni giorno, momento per momento. Vi ho detto spesso che lo spreco di tempo è spreco di Dio. Se non vi state focalizzando su Dio, sulla Sua Presenza, il Suo Nome e la Sua Gloria, state sprecando tempo ed energia preziosi.

In quanto ricercatori della Verità e della Realizzazione del Sé, come dovrete fare per avere il controllo della vostra mente e dei vostri sensi? Ve lo dirò. In senso generale si tratta di concentrarsi sul vedere il bene e ascoltare ciò che è buono. Se vi focalizzate riempiendo i vostri giorni di suoni e immagini sacre, questo trasforma la vostra mente purificandola, e lo

stesso vale per la vostra coscienza. Sapete già che l'Atma è pura, cristallina e che trascende il mondo materiale. Dovete cercare di essere così, come l'Atma - essere nel mondo senza però essere del mondo. Voi siete Spirito, non siete né i sensi, né il corpo fisico, non siete i pensieri, né le emozioni.

Alla luce di questo quindi, quando non avete bisogno di utilizzare la vostra mente, mantenetele nella coscienza di Dio. Quando si vive in un mondo fisico, si ha un lavoro e dei compiti da svolgere verso di sé e verso gli altri. Osservate la mente e il corpo che svolgono le azioni e rimanete consapevoli che voi siete il Testimone, l'Osservatore. Non prendete nulla a livello personale. Fate ciò che dovete fare, sapendo che non siete voi ad agire e dedicate ogni azione a Dio. Ricordatevi della Presenza di Dio, l'Atma e il Suo Nome, durante tutta la giornata. Non preoccupatevi del mondo materiali - siate distaccati. Utilizzatelo solo quando vi serve. Ad esempio per comperare o cucinare cibo, o per mangiare, per acquistare vestiti e accessori casalinghi quando vi servono. La maestà degli ambienti naturali come gli oceani, i giardini, le foreste, e gli animali, possono elevarvi e donarvi momenti di gioia, anche se non la gioia eterna della Dimensione Atmica.

Pertanto, quando permettete ai vostri sensi e alla vo-

stra mente di vagare ovunque, dai film, alla televisione, ai discorsi inutili, ai pettegolezzi, al girare per negozi o in internet, state sprecando tempo. Voi siete ricolmi di Consapevolezza Divina. Utilizzatela per la Realizzazione di Dio e per ispirare gli altri ad elevarsi. Perché sprecarla in cose transitorie che non hanno alcuna utilità? Siate vigili e attenti, osservate cosa è in voi in ogni istante e utilizzate il discernimento.

38

Miei Amati Devoti, voglio condividere con voi oggi altre informazioni circa l'ultima venuta dell'Avatar Sai. Sono un bambino adorabile. I Miei genitori Mi amano profondamente. Si occupano di Me e di ogni Mia necessità. Mi sento molto amato da loro. Vedete, conosco per esperienza diretta quanto è grande e disinteressato l'amore materno. Mia madre tiene più a meno che a lei stessa, si preoccupa prima delle Mie necessità che delle sue. Naturalmente Dio non ha alcun reale bisogno. Dio dona e dona solamente, e l'amore materno è come l'amore di Dio, da questo viene il detto che l'uomo è fatto a immagine e somiglianza di Dio.

Mi piace l'ambiente semplice che Mi circonda. Anche la Mia vita è semplice. La principale attività quotidiana

na è procurarsi il cibo e cucinarlo. Amo i profumi della cucina del riso e degli altri cibi appena preparati. Amo il latte tiepido di Mia madre ed il calore del suo corpo. L'amore e la gioia nei suoi occhi, che arrivano dal suo Spirito al Mio. Sono molto felice e ben nutrito.

Sono consapevole dei piani che ho fatto per questa Mia terza incarnazione - la Triplice Incarnazione di Dio. Naturalmente sono pieno di pace e gioia, grazie alla Presenza dell'Io Sono che Io Sono. Tutto si manifesterà secondo la Mia Volontà, il Mio Sankalpa. Gli attori nella nuova commedia Divina sono stati scelti e molti altri si uniranno. Come un potente magnete, li guiderò a Me e li ispirerò a innalzare sé stessi al livello Divino attraverso il servizio disinteressato ed in altre modalità.

Non sono ancora stati riconosciuto. Nessun concerto musicale alla Mia nascita, o cobra in casa. Vedete, ogni venuta è unica. Perché ripetere sempre lo stesso scenario? Manterrò segreta la Mia venuta il più a lungo possibile per tutelare la pace e la normalità della zona dove abito.

So che la terra sta attraversando molte traversie in questo momento. Questo continuerà ancora per un po' di tempo. Rimanete in pace. ChiamateMi per confortarvi e soccorrervi, sarò al vostro fianco, in voi e

intorno a voi. Non abbaiate mai paura; confidate sempre nel fatto che Sai c'è.

39

Amati Devoti, eccoci ancora una volta insieme mentre leggete le Mie Parole e le accogliete nel vostro cuore. Siamo una cosa sola, una sola Atma, per sempre; un solo Amore per sempre. Assaporate la sensazione di unione amorevole che siamo. Vi amo davvero molto e sono felice quando accogliete il Mio Amore nel vostro cuore e nel vostro essere, condividendolo con tutti quelli che incontrate, elevando così la consapevolezza e la vibrazione ovunque andate. Vedere i Miei Devoti mettere in pratica il Mio Messaggio e i Miei Insegnamenti è una grande gioia per Me.

Oggi parleremo della situazione apparentemente senza speranza che c'è attualmente sulla terra. Conflitti, povertà, miseria, morte prematura, avidità e imbrogli sembrano essere ovunque se seguite i notiziari alla radio, televisione o sui giornali. Se li ascoltate e prendete quello che dicono come unica verità, vi sentirete depressi, senza speranza, impauriti e negativi. Quindi il Mio consiglio è di non guardarli. Date un'occhiata veloce alle notizie per conoscere le notizie

degli eventi più importanti e rilevanti nel mondo e lasciate perdere il resto. Non fatele entrare nella vostra mente e non permettetegli di avere effetto su di voi. Perché vi dico questo? Per proteggere i vostri pensieri e sentimenti positivi, e la pace della vostra mente ad ogni costo. Questa pace è la vostra Verità, la vostra natura Atmica, il vostro Sé Divino.

Sapete già che i notiziari non riportano i fatti quotidiani positivi, le buone azioni e gli eventi positivi che accadono continuamente sulla terra. I notiziari riportano solo le notizie negative e sensazionali per innescare in voi paura e negatività, allo scopo di trattenervi in un livello vibrazionale basso, e in questo modo esercitare il controllo su di voi. Sulla terra accadono anche tante cose buone. Molte persone oggi si interessano al cammino spirituale, col desiderio di elevare la propria vibrazione, quella del pianeta e quella dei suoi abitanti. Anche se nessuno di questi argomenti è in prima pagina, esistono e stanno trasformando il mondo elevandolo ad un livello più alto. Io ho avuto una forte influenza sulla terra quando mi sono incarnato e negli 85 anni che ho vissuto in un corpo fisico. Milioni di persone sono state trasformate e continuano a trasformare sé stesse e quelli intorno a loro. Anche molti insegnanti spirituali, sia in India che all'estero, stanno avendo un grande effetto sugli esseri umani aperti agli Insegnamenti e che li mettono

in pratica. Voglio rassicurarvi sul fatto che la Grande Trasformazione di Coscienza alla Quinta Dimensione e alle dimensioni più elevate sta avvenendo silenziosamente, e tutto il pianeta è coinvolto e trasformato da questa trasformazione. Oltre a questa silenziosa trasformazione di coscienza a livelli più elevati, molte altre trasformazioni stanno accadendo simultaneamente nelle principali istituzioni e organizzazioni. Queste trasformazioni creano disturbi e disagi mentre accadono. È necessario superarli e attraversarli mantenendosi equanimi, imparziali, con pazienza e coraggio. Tu sei Atma, e lo stesso vale per tutti gli altri. Quando sai questo diventi senza paura e sei sempre felice. Quindi non preoccuparti mai per nessun motivo. Mantieni sempre positivi i tuoi pensieri, le tue parole, i sentimenti e le azioni, così sarai felice e pieno di gioia.

40

Miei Amati Devoti, Ave a voi Miei Cari. Il Mio Amore è sempre con voi e intorno a voi. Come una madre io mi prendo cura di tutte le vostre reali necessità e le soddisfo ancora prima che voi chiediate. Abbiate fiducia in Me, affidatevi a Me. Non preoccupatevi mai; la preoccupazione è dell'ego. Se pensi di avere un problema offrilo subito ai Miei piedi e me ne occupo.

rò Io. Vivi una vita semplice e sacra, praticando i Miei Insegnamenti e tutto il resto andrà bene.

L'argomento di oggi è la clemenza. Cos'è la clemenza? Clemenza significa concedere il beneficio del dubbio e vedere tutti come innocenti prima di giudicarli colpevoli. Lasciate ai tribunali il compito di emettere sentenze di colpevolezza o innocenza. Il tuo compito è vedere tutti come immagini perfette di Dio e benedirli. Se non puoi farlo con le azioni, almeno nella tua mente puoi augurare loro ogni bene, che trovino la pace, l'armonia e l'amore incondizionato dentro di loro, e che imparino ad aiutare sempre senza mai ferire né gli altri né loro stessi.

Le persone oggi fanno in fretta a trovare difetti, a giudicare e condannare, sia sé stesse che soprattutto gli altri. Come se conoscessero davvero cosa sta realmente succedendo nel mondo, nelle menti e nella vita degli altri, come se avessero il monopolio di cosa è giusto e cosa è sbagliato. Questo non è il modo per diffondere nel mondo pace, armonia, cooperazione e amore. È meglio guardare oltre ai cosiddetti 'errori' e difetti degli altri e vedere in loro il Divino che è la loro sostanza di cui sono fatti. Tutti sono Divini. L'espressione esteriori di pensieri ed emozioni negative è causato dalla sofferenza e dalla mancanza di comprensione della natura Divina dell'essere umano,

degli animali e del mondo intero. L'Amore guarisce, costruisce ponti con gli altri, non muri. Porgi la mano di fratellanza, offri una parola gentile e un sorriso. Vedi Me in tutti quelli che incontri. Nella tua mente riconosci Me in tutti quelli che incontri. Chiama tutti "mio caro/mia cara" e senti la fratellanza con loro. Non giudicare, non condannare. Non conosci il loro passato, la loro sofferenza e le difficoltà che molti di loro, la maggior parte di loro, ha dovuto sopportare.

Potresti credere che la loro sofferenza è dovuta al loro karma, quindi che se la sono meritata. Forse, ma ti chiedo di considerare se il tuo atteggiamento verso di loro li aiuta a fare progressi nello sviluppo della loro Divinità, e anche di considerare se questo atteggiamento aiuta te a riconoscere la presenza di Dio in tutti. Rinuncia a questi duri pensieri di condanna, sviluppa e coltiva invece compassione ed empatia verso chi soffre. Offrigli il tuo amore. Espandi il tuo cuore fino ad includere tutti. Tratta con rispetto e gentilezza chiunque attraversa il tuo cammino. A che serve isolarsi in sé stessi. Sei felice nella tua illusione di "avere ragione", mantenendo gli altri a distanza, separandoti da loro? Non credo. Sei sicuramente più felice quando lasci il tuo amore libero di fluire verso tutti.

L'argomento di oggi sono gli avvenimenti e le situazioni insolite che stanno accadendo nel mondo in questa epoca. Vi sarete accorti che tutto è sempre più insolito ogni giorno che passa. C'è molta incertezza ovunque. Dal punto di vista economico, è emerso che le banche e altre organizzazioni manipolano il valore del denaro e dei metalli preziosi esclusivamente per il proprio guadagno. Questo per un certo periodo di tempo è avvenuto segretamente all'insaputa di tutti, ora però sta emergendo e tutti ne vengono a conoscenza. Ci sono tantissimi smascheramenti che stanno avvenendo in tutto il mondo. Il signor Snowdon ha reso noto al mondo come i governi spiano e rubano le informazioni personali private di tutti e ovunque. Si scoprono le frodi bancarie. Sempre più inganni saranno scoperti di giorno in giorno e resi noti pubblicamente a tutti e le persone nel loro insieme decideranno che non vogliono più questo tipo di cose. Ci saranno delle insurrezioni non soltanto per rimuovere i disonesti e i truffatori dai luoghi di potere, ma anche per rendere noto lo scontento, la rabbia e la frustrazione rispetto allo stato attuale delle cose. Le persone si uniranno per chiedere insistentemente cambiamenti a favore di una maggiore uguaglianza ed equità; affinché tutti abbiano diritto al cibo, ad avere un rifugio in cui essere ospitati, alle cure mediche ed al lavoro.

Gli americani sono stufi delle operazioni dei loro governi, delle banche e dell'esercito. I giovani di tutto il mondo stanno manifestando e continueranno a manifestare ed esprimere il desiderio di cambiamento verso una società fondata su valori umani e sociali. Adesso c'è molta più sensibilità e consapevolezza per le necessità e i diritti degli altri. Molte persone lavoreranno insieme per fare in modo che si avveri. Si sta sviluppando nel mondo una grande attitudine umanitaria in conseguenza alla situazione economica attuale, unitamente alla scoperta di inganni e raggiri e anche grazie alle nuove frequenze vibrazionali di energia Divina irradiate sulla terra dai regni spirituali più elevati. È davvero un tempo di grande cambiamento positivo. Molti stanno soffrendo e soffriranno negli anni a venire mentre molto di tutto quello che era un tempo normale viene ripulito e spazzato via. Solo chi ha una grande fede nella Presenza di Dio e nei Suoi Piani, chi ha conosciuto Dio in sé e con sé, rimarrà felice e in pace. È un tempo di prove, in cui viene rimossa tutta la spazzatura dal nucleo di ogni cosa, e di conseguenza si vedrà chi rimarrà saldo rimanendo sulla terra e chi invece si sbriciolerà e se ne andrà. Molti se ne andranno.

Perché? Lasceranno il corpo per destino, per scelta o a causa di circostanze esterne? Tutte e tre le cose a secondo della persona. Vi sto dicendo queste cose per prepararvi, ma molti di voi le sanno già. Non dispera-

te. Sarete guidati e ispirati a fare le cose giuste al momento giusto se rimanete aperti a Me. Siate in pace. Voi siete pace. Io vi benedico Miei Amati Devoti.

42

Miei Amati Devoti, prima di tutto lasciate che vi dica quanto vi amo e quanto vi ho a cuore, voi siete quelli che sono una cosa sola con Me, uguale a Me in Atma, in Spirito. Siamo una cosa sola, siamo la stessa cosa, un solo Spirito per sempre, anche se in apparenza sembrano esistere delle individualità separate. Voi siete il Mio Sé reale ed Io Sono il vostro Sé. La via della devozione a Dio, dell'indagine interiore e delle azioni offerte a Dio, vi ha portato a questo stato di unità in Dio, con Dio e con l'esistenza tutta. Anche se potete pensare di non avere ancora sentito questa Unione totale, questa è la Verità e vi assicuro che succederà.

Oggi parlerò ancora della mia nuova incarnazione Prema Sai Avatar. Anche se è ancora un segreto, l'anno prossimo inizierò a manifestare la Mia Divinità nelle piccole cose. I Miei genitori penseranno di avere un figlio super intelligente che farà grandi cose nel mondo. Un figlio che avrà successo in ambito accademico e che porterà prosperità alla famiglia. Ma non

è questo ciò che accadrà. Certo, andrò molto bene a scuola, e le persone intorno a Me Mi adoreranno, come un ragazzo precoce che ha una chiara visione delle cose, amorevole e in salute. Giorno per giorno gli altri bambini si accorgeranno della Mia diversità, si accorgeranno che sono più amorevole, generoso e disinteressato, senza desideri riguardo a Me a livello personale. Usando i bhajan e dando l'esempio insegnerò ai Miei compagni di scuola i Miei insegnamenti e li ammonirò quando faranno qualche azione scorretta. Sarò allegro, spensierato e scherzoso, con aneddoti e storielle. Molto velocemente le cose per Me cambieranno quando sarò riconosciuto ancora in giovane età, più giovani di quando era stata riconosciuta l'incarnazione di Sathya Sai Baba. Molti stanno cercando l'incarnazione Mia in Prema Sai Baba, per questo tutti i bambini maschi di questa zona saranno esaminati per vedere se sono Colui che è tanto atteso. La Mia Volontà è di rimanere anonimo il più a lungo possibile durante la mia infanzia. I Miei devoti dovranno avere pazienza, aspettando fino al momento in cui deciderò di dichiarare la Mia presenza Avatar. Non siate contrariati se questo non accadrà nei tempi che voi vi aspettate. Continuate il vostro cammino interiore, e consolidate la vostra consapevolezza e coscienza in Unione a Tutto-Ciò-Che-È, la vostra relazione interiore con Me, seguite tutte le indicazioni che vi do interiormente per la vostra fioritura Divina, il

vostro servizio, la vostra vita e la vostra missione.

43

È una fortuna per Me avere tanti devoti molto qualificati al Mio servizio che Mi aiutano nella Mia Missione per elevare la coscienza della terra e dei suoi abitanti. Tra questi c'è anche Catherine che è molto preparata, leale, onesta e sincera, devota a Dio e ai Suoi Piani ed ai Suoi Metodi. Lei è sempre molto introspettiva, e pronta a eliminare ogni negatività che può comparire, prendendosi la responsabilità senza mai accusare né criticare gli altri. La sua filosofia è "Perdonali perché non sanno quello che stanno facendo". Lei vede che i loro comportamenti sono frutto dei condizionamenti e dell'ignoranza della loro vera realtà: l'Atma. Catherine è attenta a proteggere e mantenere elevata la sua vibrazione e lavora per elevarla con i bhajan, la meditazione, la preghiera e anche con il servizio spirituale. Il suo obiettivo è la realizzazione di Dio, la purificazione ed il servizio.

Ve dico questo per farvi sapere che tengo in gran conto il suo lavoro, il suo contributo al Piano Divino. Un'ampia percentuale dei Miei devoti non è capace di sentirMi quando parlo, questo perché non dedicano tempo a sufficienza per sviluppare questa capacità.

Spero che molti altri tra loro trascorrono il loro tempo in silenzio, e in meditazione, purificando le proprie menti e consapevolezza in modo da poterMi sentire quando offro loro la Mia guida e i Miei insegnamenti. Catherine è lo strumento per farvi arrivare tutto ciò che voglio dirvi, tutto quello che desidero che sappiate. Questa è la Mia Grazia per tutti voi. Potreste dire che non vi ho detto tutto nelle migliaia di Discorsi che ho fatto in molti decenni. La maggior parte di quello che c'era da sapere ve l'ho detto. Adesso però vi sto dando l'essenza dei Miei Insegnamenti senza il rivestimento Hindu delle Scritture. Quello che sto condividendo ora con voi attraverso Catherine è l'essenza, il nucleo di saggezza. Di nuovo c'è solo quello che vi ho detto riguardo al fatto di avere lasciato il corpo prima del previsto, più alcune informazioni sulla Mia incarnazione come Prema Sai Baba. Spero che i Miei devoti leggano queste parole, le integrino in loro e traggano beneficio da questo ripasso dei Miei Insegnamenti fondamentali, e anche che accolgano con gioia i nuovi aspetti che non erano mai detti prima da Sathya Sai Baba.

Come molti hanno notato, tutti i miei nuovi libri si compongono di 45 scritti. Quattro più cinque fa 9. Il

numero 9 è stato associato all'Avatar Sathya Sai Baba sin dall'inizio. Nove è l'ultima cifra prima che riappaia l'uno del 10. È l'uno che è importante, non lo zero. Lo zero senza l'uno non ha alcun valore. Senza Dio, nulla ha importanza e nulla può esistere.

Perché uso il 9? Il nove rappresenta il completamento - il compimento della vita vissuta al livello basso dell'ego, della personalità, mente/corpo come identificazione individuale. Il nove contraddistingue la Coscienza di Cristo, Sai, Krishna, Buddha, nel significato di coscienza polarizzata ad un livello elevato; significa che diventate Luce, Atma.

I corpi più densi, ad esempio quello fisico, mentale, emozionale diventano puri e vengono utilizzati come strumenti al servizio della Luce/Atma/Cristo che voi stessi siete. I Miei Insegnamenti a proposito del servizio disinteressato all'umanità erano il modo migliore per purificare questi tre copri e sublimare l'ego, trascendendo l'identificazione "io sono questo insieme corpo/mente". Attraverso il servizio disinteressato offerto a Dio, la persona realizza che non è lei che fa e che gode dei risultati come ego individuale, ma che è l'Atma che agisce e che gioisce. Attraverso il servizio disinteressato ed altre pratiche, il 9 viene trasceso, messo da parte, e tu realizzi di essere l'Uno, l'Atma, la coscienza di Cristo/Buddha/Krishna/Sai.

Sono nato nel 1926 – un nove; i numeri di targa delle macchine che ho usato erano tutti nove. I 108 e i 1008 nomi di Dio sommati danno 9. Cantandoli e conoscendoli diventate Dio, l'Uno. Leggendo e immergendovi negli Insegnamenti contenuti in questa serie di libri canalizzati attraverso Catherine, i quali hanno tutti 45 messaggi, venite influenzati dal numero 9, il numero del completamento che vi aiuta a completare e trascendere il vostro karma e realizzare l'Uno che è dietro tutte le forme e le apparenze del mondo così come lo percepite con i cinque sensi e con la mente.

45

Ora è arrivato il momento di salutarvi e ringraziarvi per aver letto questi Miei brevi discorsi, donati a voi con grande Amore, ricordandovi che non sono andato via, non vi ho lasciato. Io sono dove sempre sono stato e dove sempre sarò, nel vostro cuore spirituale. Questa è la dimensione che attraversa le dimensioni, è dove siete voi mentre vivete in un corpo fisico sulla terra. Non sono lontano in cielo, come molti credono, sono lì e sono anche qui, sono ovunque. Io dimoro ed esito come Atma. Anche voi siete Atma. Noi siamo Uno, una cosa sola. Cercate un po' più a fondo e Mi troverete, troverete la Verità, e mentre cercate a fondo scoprirete che anche voi siete Verità. Siete liberi di

cercare da soli; alcuni fanno così. Nella tradizione Hindu Indiana, si cerca sempre un Maestro spirituale illuminato o un Insegnante, per essere protetti, guidati e, ciò che più conta, per riceverne l'energia, la vibrazione di illuminazione. È davvero molto consigliabile avere un Maestro vivente, tuttavia anche un Maestro che non ha un corpo fisico è molto efficace se siete in grado di unirvi in Un solo Spirito fino al raggiungimento della Realizzazione del Sé. Anche Gesù ha avuto molti Maestri e Insegnanti che lo hanno aiutato e trasfigurato sulla Croce nella energia e coscienza di un Essere molto elevato. Non è necessario che voi facciate da soli, c'è sempre un Maestro pronto a camminare al vostro fianco lungo la via dell'Illuminazione. Seguite gli insegnamenti del vostro Maestro e siate per Lui una gioia, non sprecate la Grazia che vi è data. Questo è il modo per fare progressi nel Cammino Spirituale.

