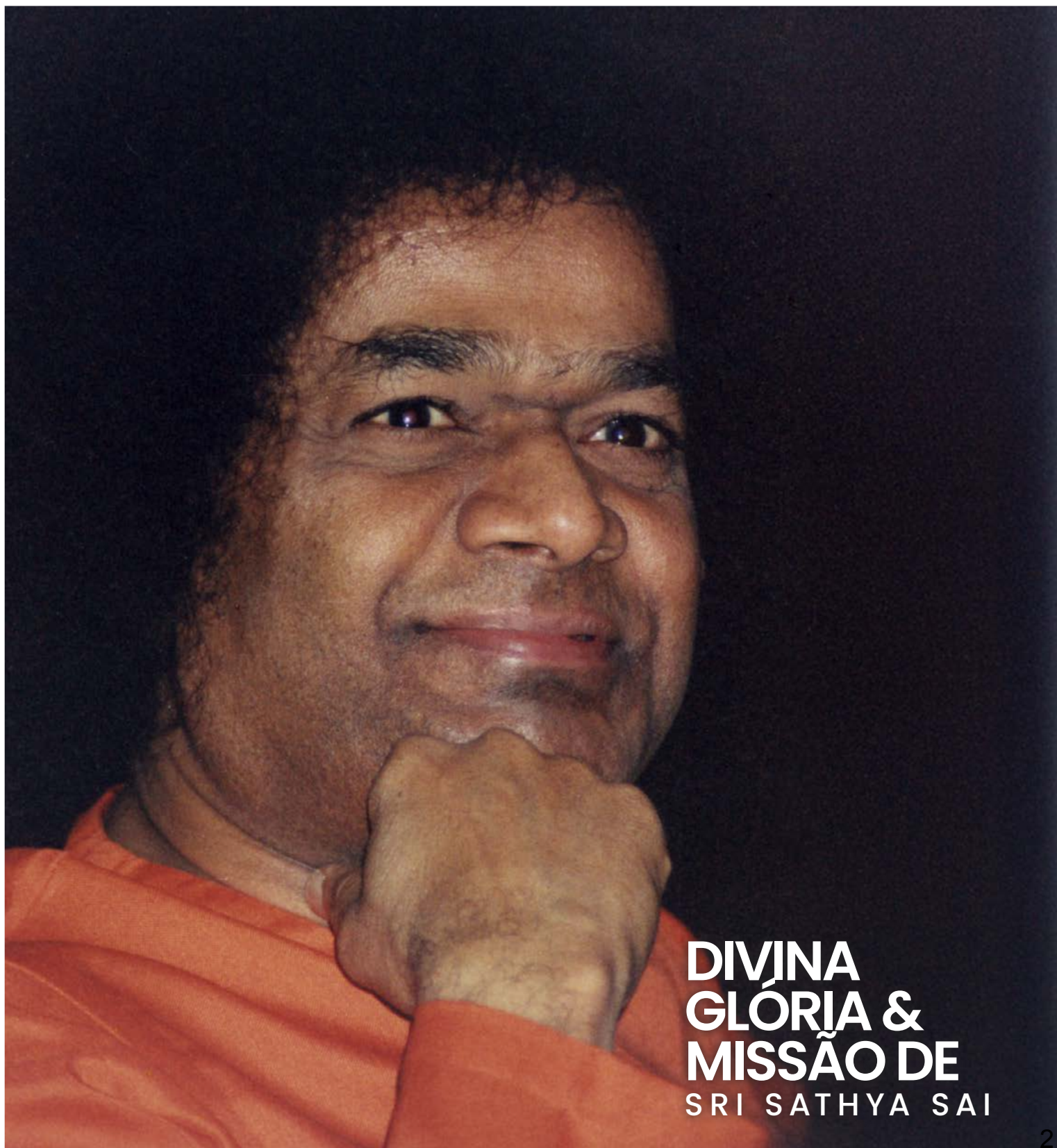


SATHYA SAI
O ETERNO
COMPANHEIRO



VOLUME 5 , NÚMERO 05
MAIO DE 2026

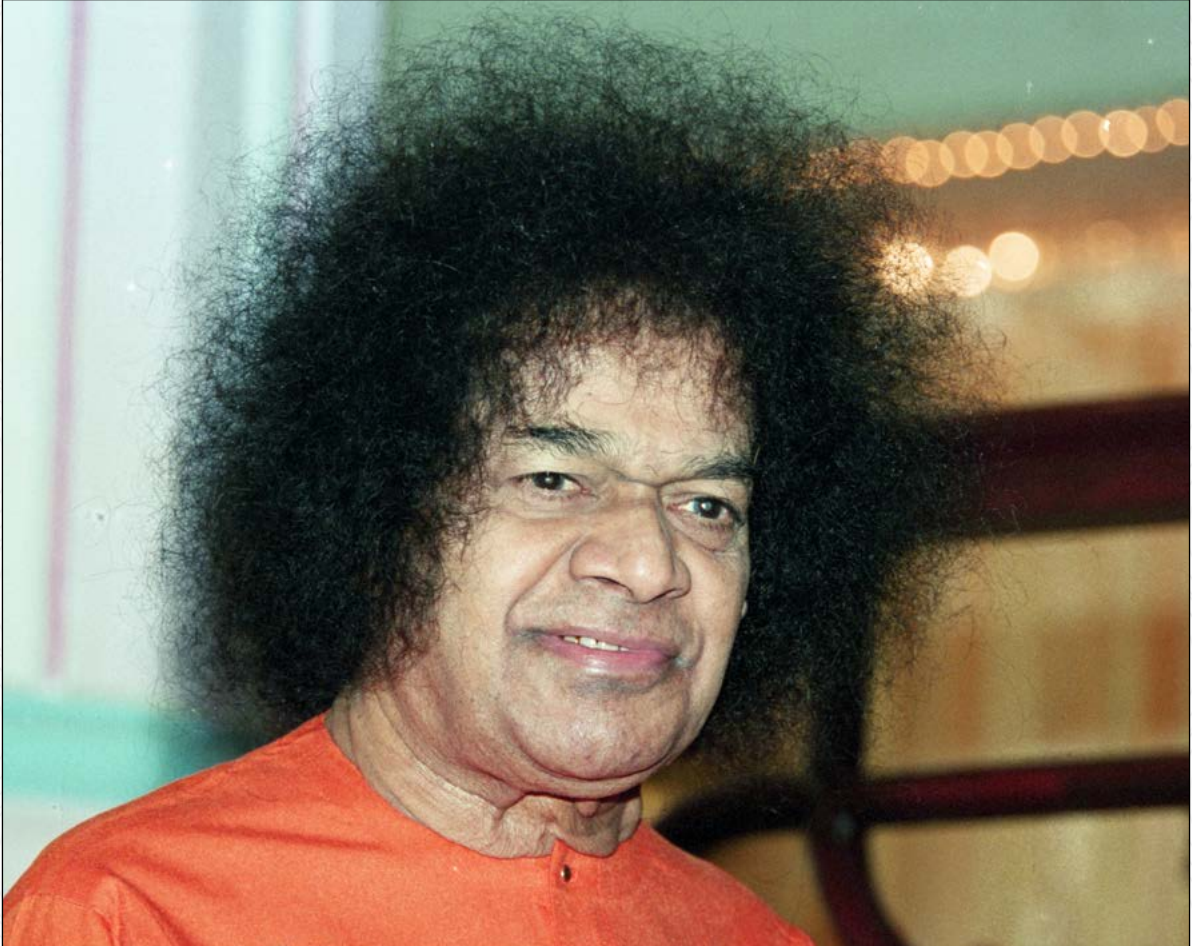


**DIVINA
GLÓRIA &
MISSÃO DE
SRI SATHYA SAI**



Hoje, celebramos o Dia de Easwaramma para difundir a glória da maternidade. O mundo é sustentado pelas orações das mães. A oração de uma mulher é mais poderosa do que mil orações de homens, pois as mulheres são puras e de coração terno. Nunca cause desgosto à sua mãe. Nunca magoe os sentimentos dela. Assim, Deus o ajudará em todos os seus empreendimentos. Chama-se o país de “pátria-mãe” e não de “pátria-pai”. Portanto, à mãe é conferida uma posição elevada no mundo. Considere o seu país sua própria mãe e trabalhe pelo progresso dele. Sob nenhuma circunstância cause qualquer dano à sua mãe ou à sua pátria. Esse é o significado e o ensinamento principal da celebração de hoje.

Sri Sathya Sai Baba
6 de maio de 2001



DEDICADO COM AMOR E GRATIDÃO A
BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA





Volume 5 | Número 5 | Maio de 2026

ISSN 2831-6908 (Online)
ISSN 2831-6916 (Impresso)

Copyright © 2026 Sri Sathya Sai World Foundation, Riverside, California, EUA

As opiniões expressas nos artigos desta publicação são de exclusiva responsabilidade dos autores e não refletem, necessariamente, a visão do editor.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida ou usada de qualquer maneira sem a permissão prévia por escrito do proprietário dos direitos autorais.

Para solicitar permissões, por favor contate o editor em info@sathyasai.org

Editor: Dr. Narendranath Reddy

Publicado por: Organização Internacional Sri Sathya Sai

sathyasai.org



Nota à edição brasileira.

Os leitores certamente vão notar que, em alguns artigos, vários termos aparecem com uma grafia bem específica: vogais com uma barra superior (ā; ī; ū) e outras letras pontuadas ou acentuadas (ṛ, ś, ṣ, ṇ, etc.). Trata-se do Alfabeto Internacional para Transliteração do Sânscrito (IAST).

A edição original da revista emprega uma grafia para o sânscrito que remete aos fonemas próprios do idioma inglês. No entanto, em artigos que tratam especificamente dos termos sânscritos e de seu significado amplo ou espiritual, não faria sentido utilizar padrões fonéticos do inglês para grafar tais palavras. Por isso, optamos por usar a convenção internacional do IAST, garantindo que os termos em destaque tenham sua grafia a mais correta possível.

O uso do IAST será, em princípio, limitado a editoriais, discursos e demais artigos em que o sânscrito tenha relevância para o assunto tratado. Nas demais ocorrências isoladas, a edição brasileira recorrerá à adaptação fonética para o português do Brasil, substituindo fonemas como “poornima” por “purnima”, “bhagawan” por “bhagavan”, etc.

No caso de alguns termos, como nomes próprios, cuja grafia a partir do inglês já está consagrada, esta será mantida. Quando o referido termo aparecer em um contexto que peça a inclusão do IAST, este virá entre parênteses, após a grafia consagrada.

Embora esteja além do escopo desta nota explicar como se pronunciam essas palavras, isso em nada impede sua correta interpretação no texto em questão.

Om Sai Ram.

6 Editorial

Perceber Brahman como Felicidade Infinita
(Taittiriya Upanishad–Brahmananda Valli), Parte 2 de 2

12 Discurso Divino

Reduza seus Desejos para Dissolver a Mente, Dasara, 1976

20 Experiências de Devotos

Traga Sai para a sua Vida, por Dr. Sunder Iyer
Amor, por Diana Baskin

32 Serviço Humanitário

Amor em Ação – Brasil, Quirguistão, Malásia e Suriname

34 A Visão Contínua de Sai: 1009 Cirurgias de Catarata no Paraguai

40 Glória de Ser Mulher

Um Novo Nascimento com Swami, por Marta

46 Jovens Adultos Sai Ideais

Servindo Famílias em Bugaba, Panamá
De uma Prece Silenciosa ao Serviço Desinteressado, África do Sul
O Exercício do Chapéu, por Sainath Satish
Sadhana é Simples, por Sanjna Srivatsa
Orações para a Paz

52 Educação Sathya Sai

Com contribuições de Aathushan, Anveegha, Devgeesh, Kanish,
Kisharikka, Likarjun, Sathisswaran, Sarmithan, Sarvashree e
Shayeisarana

54 Eventos e Sites da OISSS

A assinatura de “Sathya Sai – O Eterno Companheiro” é gratuita.
[Clique aqui para assinar](#)

Edições anteriores do Eterno Companheiro estão disponíveis em sathyasai.org e também no [Google Books](#).

RECONHECENDO BRAHMAN COMO A BEM-AVENTURANÇA INFINITA

(*Taittirīya Upanishad–Brahmananda Valli*)

Parte 2 de 2

A *Śikṣā Valli* na *Taittirīya Upaniṣad* prepara o aspirante para o conhecimento mais elevado através de disciplina, reflexão e investigação interna. Ela enfatiza a fundamentação moral e espiritual como essencial, bem como a importância da meditação *Vyāhṛti* e a *Praṇava Upāsana*. A *Brahmānanda Valli*, por sua vez, aborda a profunda declaração de que *Brahman* é *satyam*, verdade ou realidade; *jñānam*, sabedoria ou consciência; e *anantam*, infinito ou sem limites. A jornada nos conduz, então, através da *Pañca Koṣa Viveka* – a exploração interior sistemática que parte do corpo físico e vai até a sutil camada da bem-aventurança – até o reconhecimento de que o Ser real é a testemunha que se situa além de todas as camadas.

Portanto, o Ser está além de todas as cinco camadas. Essa *Upaniṣad* revela agora como *Brahman* se manifesta como o Universo e é experimentado como bem-aventurança suprema. O que se segue não é

simples filosofia, mas uma profunda imersão na criação, na consciência e na própria natureza da bem-aventurança.

***Sṛṣṭi Prakaraṇa* Ensinaamentos sobre a Criação**

A *Brahmānanda Valli* descreve o processo de criação partindo de *Brahman*. Ela declara que, a partir de *Brahman*, emergiu o espaço (*ākāśa*); do espaço veio o ar (*vāyu*); do ar, surgiu o fogo (*agni*); do fogo, a água (*āpaḥ*); da água, a terra (*pṛthvī*); da terra nasceu a vegetação; desta veio o alimento e, do alimento, surgiram os seres humanos. Esta é uma análise primorosa que demonstra que todo o universo manifesto, incluindo o corpo humano e todos os seus invólucros, provém de *Brahman*, a causa única.

Essa descrição da criação na *Brahmānanda Valli* demonstra que *Brahman* é, ao mesmo tempo, a causa material (*upādāna kāraṇa*) e a causa eficiente (*nimitta kāraṇa*) do universo. Por

O PROCESSO DA CRIAÇÃO

Brahman

(A Realidade Suprema)



do indivíduo e também tudo aquilo que vemos e experimentamos.

No estágio inicial da busca espiritual, nós negamos tudo, dizendo “*neti, neti*” – isto não, isto não; ao final, contudo, percebemos que mesmo aquilo que vínhamos negando também é *Brahman*. Swami explica o conceito de forma muito bonita, ensinando que o real sentido de “*neti, neti*” é “não somente isso, não somente isso”. Essa explicação é inclusiva porque nada existe além de *Brahman*. Swami explica lindamente: “*paśyannapi na paśyati mūḍho, mūḍho, mūḍho*” (Você enxerga e não vê, seu tolo, tolo, tolo)! **Todos nós enxergamos *Brahman*, mas não o vemos realmente por causa de nossa confusão, ignorância e identificação errônea.**

Raso Vai Sah–Brahman é a Essência da Alegria

Depois de ter nos conduzido através das cinco camadas, a *Brahmānanda Valli* declara algo de extraordinária beleza na sua sétima *anuvāka*: “*Raso vai sah*” – *Brahman* é a própria essência da alegria. **Esse verso é o cântico do coração dessa *Upaniṣad*, sua afirmação mais lírica e extática.**

Ele afirma que *Brahman* não apenas é a origem, a causa ou o resultado da alegria, mas é a própria alegria! O universo inteiro, com toda a sua diversidade, é essa alegria que se expressa em infinitas formas.

A sensação de felicidade, por mais transitória ou momentânea que seja, apenas se aproxima desse *rasa* eterno. A alegria que uma mãe sente por seu filho, o êxtase de um artista imerso na criação, a satisfação de um sábio meditando em silêncio... tudo isso são reflexos, em graus variados, da

exemplo, na criação de um pote de barro, o barro é a causa material; é a substância da qual o pote é feito. O oleiro é a causa eficiente, pois é quem dá forma ao barro. Diferentemente do oleiro que trabalha com o barro que é distinto dele mesmo, *Brahman* projeta o universo a partir de si, penetra nele e se torna tanto a manifestação quanto o não manifesto, o definido e o indefinido. A *Upaniṣad* declara: “Após tê-lo criado, Ele penetrou na sua criação”. Essa é a base para a declaração de que *Brahman* não está em algum lugar distinto, mas é o próprio Ser

única e infinita bem-aventurança que é *Brahman*.

Baba afirma ainda que, quando *sat* (existência) e *cit* (consciência pura ou percepção) se unem, o resultado natural é *ānanda* (êxtase). Assim como o açúcar e a água, quando combinados, produzem xarope ou água doce, a união de *sat* e *cit* produz essa experiência de bem-aventurança. Baba diz que a bem-aventurança é nossa verdadeira natureza e que somos a personificação de *Sat-cit-ānanda*. Devido à ignorância, não percebemos essa verdade. Ele proclama que, quando removemos a ignorância adquirindo *Brahma vidyā* (conhecimento de *Brahman*) e paramos de identificar o Eu com as cinco camadas, o que resta é o oceano infinito de bem-aventurança, que é sempre a verdade eterna do nosso ser.

Ānanda Mīmāṃsā

A vasta Escala da Felicidade

Brahmānanda Valli, na sua oitava *anuvāka*, explora o profundo tópico da bem-aventurança ou felicidade permanente, que todos os seres procuram. Como diz *Bhagavān Śrī* Sathya Sai Baba, todos nós somos personificações da divina bem-aventurança – *ānanda svarūpa*. Cada ser está em busca dessa bem-aventurança. O único problema é que procuramos no lugar errado. Grandes mestres espirituais nos orientam sobre o caminho correto que nos leva a reconhecer nossa verdadeira natureza que é *ānanda* (bem-aventurança). Nesse contexto, diz Swami: “*Felicidade é união com Deus*”. É outro jeito de dizer que a felicidade se encontra sempre no conhecimento de *Brahman*.

Na *Ānanda Mīmāṃsā* (análise da natureza da felicidade), encontramos uma investiga-



ção sobre o que é felicidade. A *Upaniṣad* não se limita a afirmar que *Brahman* é felicidade infinita. Em vez disso, cria uma escala graduada de alegrias, começando com a felicidade humana como uma unidade e ascendendo gradualmente através dos muitos níveis de existência até culminar em *Brahman*, a bem-aventurança divina, infinita e eterna. **O aspirante espiritual é, portanto, motivado a perseguir essa bem-aventurança eterna que, uma vez alcançada, não deixa nada**

Quando sabemos que o mesmo Brahman que somos é também o Ser de cada indivíduo, então a compaixão e o serviço não são obrigações morais, mas expressões naturais da nossa própria natureza.



mais a conquistar e resulta na cessação permanente e completa do sofrimento.

Esta seção destaca dois pontos importantes. O primeiro é que a felicidade de *Brahman* não é apenas quantitativamente maior que a felicidade material, qualquer que seja a medida, mas também qualitativamente distinta. É infinita e não pode ser afetada por nenhuma situação ou fator alheio. Em segundo lugar, e mais notável ainda é o fato de que **essa felicidade infinita está acessível aqui e agora para qualquer um que a procure sinceramente.**

Ao longo da *Mīmāṃsā*, essa frase se repete muitas vezes: *śrotṛiṃsya ca akāmahatasya*. Trata-se de um termo de *Vedānta* que se refere a uma pessoa sábia, versada nas escrituras e nos ensinamentos; e livre de desejos. Toda a hierarquia dessa felicidade, a bem-aventurança cósmica, é alcançada por aqueles que se despojaram completamente dos desejos e da consciência corporal e reconheceram sua identidade com *Brahman*. Eles vivem na bem-aventurança de *Brahman*.

Para transmitir a ideia de que a bem-aventurança divina é imensurável e incompreensível, a *Ānanda Mīmāṃsā* começa definindo uma unidade de bem-aventurança humana, ou alegria humana, *manuṣya ānanda*. **Essa unidade de alegria representa a felicidade de um jovem virtuoso, bem-educado, disciplinado, resoluto, forte e bem-sucedido, que possui todas as riquezas da Terra. Essa é a medida da felicidade máxima alcançável no nível humano.**

Então, a *Upaniṣad* multiplica isso por 100 e chama de alegria dos *manuṣya gandharvas*, músicos celestiais. Um aumento adicional de 100 vezes define a alegria dos *deva gandharvas*, seres celestiais divinos. Mais um aumento de 100 vezes resulta na alegria dos *pitṛs*, ancestrais que habitam seu reino luminoso. Cem vezes maior é a alegria dos *ajāna devas*, deuses nascidos nos céus. Cem vezes maior é a alegria dos *karma devas*, os deuses governantes. Então, outro aumento de 100 vezes produz *deva ānanda*, a alegria dos deuses celestiais. Continuando, 100 vezes maior é a alegria de Indra, o rei dos deuses, e 100 vezes maior que isso é a alegria de *Brhaspati*, o preceptor dos deuses. Outro aumento de 100 vezes produz *Prajapati ānanda*, a bem-aventurança do criador. Finalmente, além de toda essa felicidade está *Brahma ānanda*, a alegria do próprio *Brahman*.

A cada passo, esta *Mīmāṃsā* observa que o *Brahmaniṣṭa*, aquele estabelecido no conhecimento de *Brahman*, experimenta a mesma alegria em cada nível ascendente, começando com *mānuṣyānanda*, mesmo vivendo em forma humana. Assim, toda a hierarquia da alegria é simplesmente *Brahman* fluindo através de diferentes recipientes, cada vez mais transparentes.

Agora podemos entender por que os seres humanos nunca se satisfazem com qualquer quantidade de prazer, pois sua natureza mais íntima é a bem-aventurança infinita. Nenhuma quantidade finita de

alegria pode satisfazer um ser infinito, **já que o infinito interior se recusa a ser satisfeito pelo finito exterior. Assim, *Ānanda Mīmāṃsā* demonstra que o que os seres humanos sempre buscaram é a bem-aventurança infinita, da qual os prazeres finitos são apenas uma fração ínfima.**

O nível supremo de alegria, quando medido tendo-se a felicidade humana como unidade, é matematicamente equivalente a 10 elevado à potência de 20 (10^{20}). Mas isso está além da compreensão humana, algo que não podemos expressar em palavras. Por isso, é mais bem descrito como *yato vāco nivartante aprāpya manasa saha* – algo que as palavras não podem descrever e a mente não pode compreender plenamente. Assim, as escrituras dizem que aquele que está em êxtase eterno permanece em silêncio, pois é uma experiência única e indescritível.

Sri Ramakrishna Paramahansa (um grande santo e encarnação divina) ilustra esse princípio com o belo exemplo de uma boneca de sal que foi medir a profundidade do oceano. Quando a boneca de sal entrou no oceano e submergiu, dissolveu-se completamente e tornou-se uma com o oceano. Assim, nunca retornou para relatar os resultados. Da mesma forma, o buscador espiritual em busca da profundidade do oceano de *Satcitānanda* – existência, consciência e bem-aventurança – funde-se nessa bem-aventurança. A alma liberta perde completamente seu senso de identidade separada e não pode expressar essa bem-aventurança.

Há dois fatos interessantes a serem observados. Ao longo da *Ānanda Mīmāṃsā*, afirma-se que a pessoa que venceu o desejo alcança a bem-aventurança. É por isso que Bhagavan Sri Sathya Sai Baba introduziu o conceito de um limite para os desejos logo no início de sua encarnação como Avatar. Em última análise, para experimentar a bem-aventurança, não se devem ter dese-



*Com ambas as mãos,
Ele nos abençoa e nos
assegura: “Não tenha
medo, não tenha medo!”*

jos. Mas pode-se começar estabelecendo um limite para os desejos e ir reduzindo-os gradualmente.

Outro corolário importante é que o serviço altruísta, conforme defendido por Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, também é um caminho para alcançar *Brahman*. Como *Brahman* é a realidade de todos os seres, servir a qualquer ser é servir a *Brahman*. É por isso que Swami diz: “Servir ao homem é servir a Deus”. Mas devemos servir a todos os seres com a consciência de que cada um é uma manifestação de Deus. Essa é a consequência prática de compreender verdadeiramente *Brahmānanda Valli*. **Quando sabemos que o mesmo *Brahman* que somos é também o Ser de cada indivíduo, então a compaixão e o serviço não são obrigações morais,**

mas expressões naturais da nossa própria natureza.

Visão da Unidade e o Dom da Coragem

A *Brahmānanda Valli* atinge seu ápice espiritual em um ensinamento que aparece em sua plenitude na nona *anuvāka* – **a grande afirmação de que a visão da unicidade é o único e suficiente fundamento para *abhaya*, a ausência de medo.** O *sādhaka* se liberta do medo quando alcança essa unicidade. A verdadeira sabedoria é experimentada através dessa unicidade (*advaita darśanam jñānam*), e somente a realização dessa unicidade é o verdadeiro conhecimento e sabedoria.

Como diz Baba, as pessoas são atormentadas pelo medo do nascimento à morte. Os seres humanos têm muitos medos, como o medo de perder a juventude, a beleza, a inteligência, a força, a riqueza, a saúde, o nome e a fama, o poder e, em última instância, o medo da morte. No sentido mais profundo, esses não são medos de um objeto ou circunstância em particular. Esses medos surgem da sensação de ser um indivíduo separado, finito e vulnerável neste universo infinito.

A *Brahmānanda Valli* declara que esse medo se dissolve completamente quando se experimenta a visão da unicidade. Quando se compreende isso, não apenas como um conceito intelectual, mas como uma experiência vivida, então o Ser mais íntimo do buscador e a realidade mais íntima do cosmos são vivenciados como o mesmo *Brahman*. Como resultado, a própria base do medo se dissolve permanentemente.

O verso final da *Brahmānanda Valli* afirma que aquele que conhece a bem-aventurança do *Ātman* supera completamente todo o medo. Ele é destemido. **O conhecedor de *Brahman* não tem tristeza, não tem sofrimento e é inteiramente destemido e está em um estado de paz que transcende a compreensão.**

Como diz Swami, a mensagem que a *Vedānta* enfatiza é a de não ter medo algum. Essa é a maior bênção que se pode receber de Deus. As divindades nos templos são representadas com uma mão em *Varada Hasta*, concedendo bênçãos às pessoas para satisfazer seus desejos, e a outra mão erguida em *Abhaya Hasta*, concedendo a ausência de medo. Mas Bhagavan Baba nos abençoa de forma singular, erguendo ambas as mãos em *Abhaya Hasta*. **Com ambas as mãos, Ele nos abençoa e nos assegura: “Não tenha medo, não tenha medo!” Sua famosa frase é: “Por que temer quando Eu estou aqui?”** Assim, quando estamos em contato com *Brahman*, vivemos em um estado de completa ausência de medo.

A *Brahmānanda Valli* define a natureza de *Brahman* e como explorá-la através da jornada pelas cinco camadas. Também oferece um vislumbre da bem-aventurança de *Brahman* para motivar o buscador espiritual a trilhar o caminho para *Brahman* com intensidade e sinceridade até alcançá-lo.

Na seção final da *Taittirīya Upaniṣad*, *Bhṛgu Valli*, discutiremos como vivenciar *Brahman*, o objetivo final.

Jai Sai Ram.



Reduza seus Desejos para Dissolver a Mente

Pode-se ser capaz de memorizar

todos os Vedas e Vedānta;

*Pode-se ser capaz de compor
belíssima poesia e prosa;*

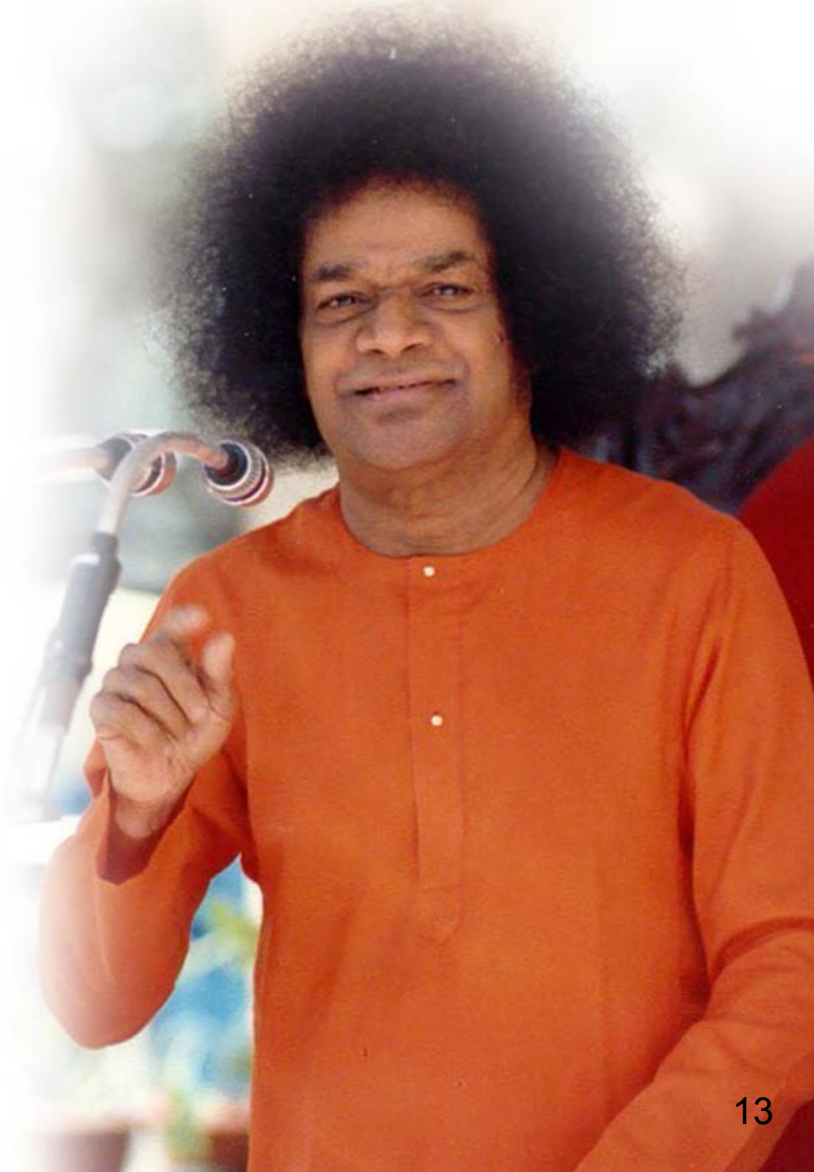
*Se alguém não possuir pureza de espírito,
essa pessoa se arruinará.*

O que mais Eu poderia dizer?

(Poema em Télugu)

Encarnações do sagrado *ātmā*! **Seja nas lutas espirituais ou seculares, seja na vida diária, a pureza mental (*citta śuddhi*) é absolutamente essencial.** O tempo é o bem mais precioso na vida de um ser humano. É nosso dever santificar esse tempo. O homem desperdiça três quartos da sua vida sem se esforçar para torná-la significativa.

Ele não faz nenhum esforço nesse sentido. Tornou-se um hábito para o ser humano desperdiçar tempo sagrado e valioso comendo e dormindo, em conversas ociosas e atividades improdutivas. Ele pensa algo em sua mente, mas diz algo diferente e, por fim, age de maneira distinta. Não percebe que a disparidade entre pensamentos, palavras e ações é uma falha grave. Tampouco se esforça para reconhecer seu erro, resultando na perda de sua paz interior e alegria. Frequentemente vemos pessoas perdendo a felicidade e a paz de espírito quando há divergências



A maneira mais fácil e eficaz de controlar a mente é através do amor.

de opinião ou conflitos entre os membros de uma família. Da mesma forma, quando o conflito se instala na consciência interior, perde-se a Bem-Aventura Espiritual (*Ātmānanda*). Além disso, o homem moderno está perdendo de vista a civilidade e a cultura, o que resulta na perda da suavidade do coração, na perda da acuidade intelectual e no entorpecimento da mente dia após dia. A vida está se tornando cada vez mais artificial e mecânica. O homem de hoje não é capaz de compreender o propósito da vida humana. Apesar de ter sido agraciado com um nascimento humano sagrado, não faz nenhum esforço para reconhecer o princípio divino do *ātmā* (*ātma tattva*).

Importância da Pureza Mental

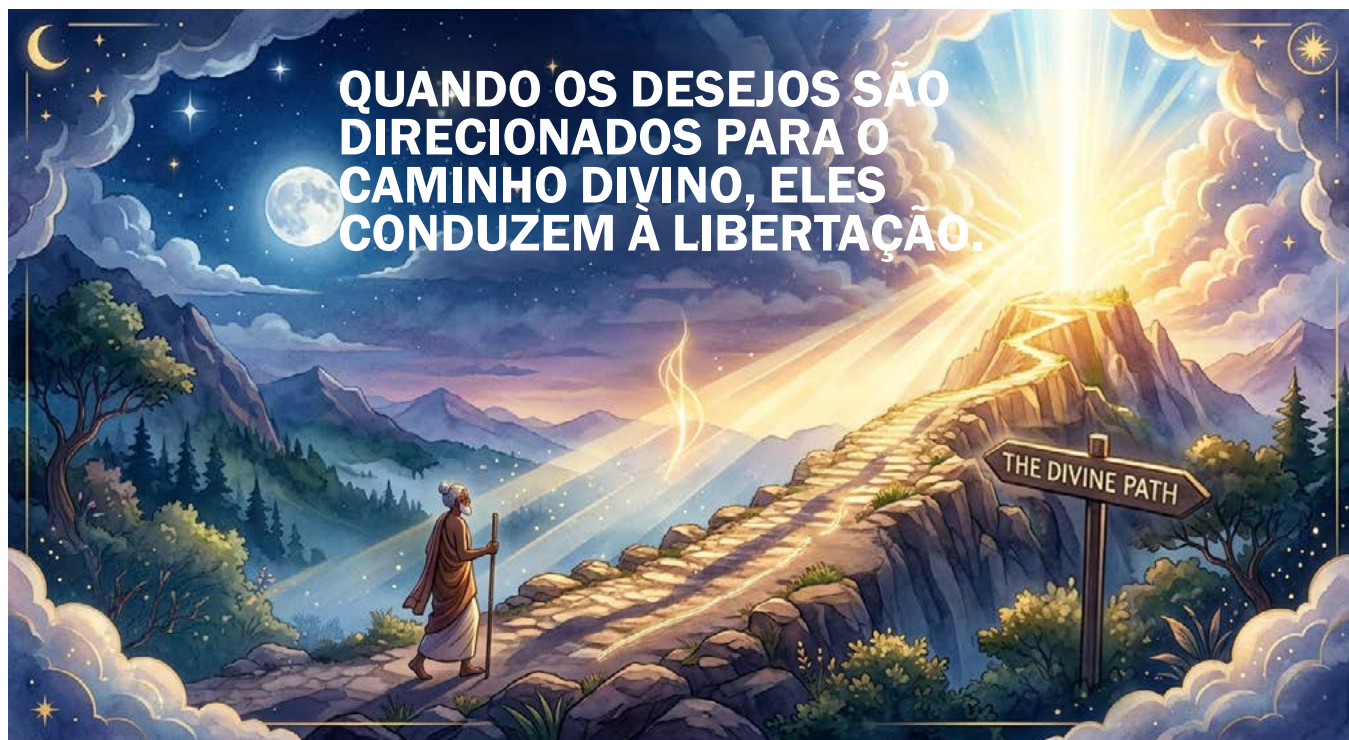
Sem pureza mental (*citta śuddhi*), a realização de diversos *yājñas* (sacrifícios), cerimônias e *yāgas* (rituais) ou a leitura extensa de textos sagrados são apenas perda de tempo sem significado. O rei-demonio *Rāvaṇa* (*rākṣasa*) dominava os quatro Vedas e as seis escrituras (*śāstras*). Ademais, realizava intensa prática espiritual (*sadhana*) como a repetição constante do nome divino (*japa*), austeridades e penitências (*tapas*). Mesmo tendo adquirido grande poder espiritual, *Rāvaṇa* arruinou a si mesmo por não possuir pureza mental (*citta śuddhi*).

Seja lendo um livro, caminhando pelo mercado ou escrevendo uma carta, é essencial ter a mente concentrada. Uma carroça não se move sozinha. Para que isso aconteça, os bois devem estar atrelados a ela. E esses bois devem ter sido treinados para puxar a carroça. Além disso, devem estar familiarizados com a estrada por onde devem passar. Do contrário, se você

usar bois destreinados em estradas desconhecidas, eles não conseguirão puxar a carroça até o destino, e esta se envolverá em acidentes e encontrará obstáculos. Nossa consciência interior (*antaḥkaraṇa*) é comparável a essa carroça, e nossa mente e intelecto, aos dois bois. Somente quando esses dois são treinados na verdade (*satya*), na conduta correta (*dharma*), na paz (*śānti*) e no amor (*prema*) é que a carroça de nossa *antaḥkaraṇa* pode chegar ao seu destino em segurança. **Como nossa mente e intelecto são atualmente treinados apenas em assuntos mundanos, estamos perdendo a valiosa oportunidade de trilhar o caminho da liberação (*mokṣa*).**

Todos Têm Poder Divino

Quando os raios solares incidem diretamente sobre um objeto através de uma lente convexa, adquirem o poder de queimar. Essa capacidade, no entanto, existe em cada raio do Sol. O mesmo ocorre quando os raios do *ātmā* são focalizados diretamente sobre o espelho da mente; eles adquirem o poder de incinerar todos os tipos de ilusões. Esse poder divino é imanente a cada ser humano. Algumas pessoas percebem isso, enquanto outras talvez não reconheçam. Lamentavelmente, o ser humano, mesmo sendo onipotente, onisciente e divino por natureza, se considera fraco, ignorante e obtuso, desperdiçando sua preciosa vida. Por exemplo, podemos ter em mãos todos os ingredientes para cozinhar em casa, mas, se não soubermos como prepará-los, todos serão desperdiçados. O mesmo acontece com todos os tipos de faculdades imanentes em nosso ser interior. Já que não sabemos fazer uso delas, continuamos a tatear nas trevas da ignorância.



QUANDO OS DESEJOS SÃO DIRECIONADOS PARA O CAMINHO DIVINO, ELES CONDUZEM À LIBERTAÇÃO.

Livre-se das Tendências Mundanas

Existem dois tipos de tendências (*vāsanās*) no ser humano: tendências favoráveis e tendências adversas. Entre as tendências desfavoráveis, as mais proeminentes estão:

- Tendências mundanas (*loka vāsanās*)
- Tendências intelectuais (*śāstra vāsanās*)
- Tendências físicas (*śarīra vāsanās*)

Tendências mundanas incluem o anseio por nome e fama; posição e poder, honra e prestígio social. Uma pessoa que possui essas tendências não reconhece sua divindade inata, seu poder, sua doçura divina e procura felicidade exterior, posição e poder social através dos quais pode adquirir nome e fama. Essas são as tendências mundanas.

As tendências intelectuais (*śāstra vāsanās*) compreendem a aquisição de títulos acadêmicos relativos às escrituras e a conquista de reputação como alguém onisciente ou sábio. Tal pessoa, movida pela ganância por nome e fama e dominada por um desejo malicioso de ser reconhecida como superior a outros estudiosos, desperdiça as energias em atividades improdutivas, sem perceber o propósito

da vida. Falta-lhe conhecimento prático e se entrega à mera pompa e ostentação. Incapaz de perceber a verdade de que a essência de todas as escrituras (*śāstras*) é a pureza da mente (*citta śuddhi*), tal pessoa tenta exibir erudição e conhecimento em diversas disciplinas.

O terceiro tipo de tendência é relativo ao corpo físico (*śarīra vāsanās*). A pessoa que nutre esse tipo de desejo busca construir um corpo forte e bonito. Abrigar tais desejos por um corpo que pode se desfazer com a mera força de um espírito constitui uma ânsia vil e carnal. Assim como uma flor que desabrocha pela manhã e murcha à noite, nossa beleza também se desvanece. Assim como as nuvens passageiras perdem a forma, os músculos fortes que construímos também perdem beleza e forma dia após dia. Pode a beleza de um corpo físico tão temporário e transitório durar para sempre? Dar importância a um ego vaidoso, a um conhecimento literário desprovido de experiência prática ou a uma beleza passageira desvia a mente para um caminho profano que cultiva desejos nefastos.

Durante a infância, o homem desenvolve um interesse

*absorvente por brincar na
companhia de outras crianças;*

*Na juventude, sob a influência de
Cupido, ele vagueia apaixonado, na
companhia de mulheres;*

*Na meia-idade, ele se enreda
em assuntos mundanos,
profundamente absorvido na
acumulação de riquezas;*

*Ao chegar à velhice, ele anseia por
caprichos triviais, sem contemplar
Deus mesmo nessa idade
avançada;*

*Incapaz de se livrar dos maus
hábitos, de desenvolver interesse
no caminho devocional, o homem
desperdiça sua preciosa vida
humana profundamente atolada
no pântano do karma.*

(Poema em télugo)

É um sinal claro de ignorância esperar que o corpo humano transitório dure para sempre. É comum encontrar remédios para uma determinada doença facilmente disponíveis em um país onde essa doença é desenfreada. Como a doença da existência mundana (*bhavaroga*) é desenfreada na *Kaliyuga* (era das trevas), o remédio da graça de Deus para curar essa doença também está disponível em abundância. **Na verdade, a mente é a causa da doença da existência mundana (*bhavaroga*), assim como o remédio que a cura. Quando você aponta a mente na direção correta, ela cura a doença.** A mesma mente, quando se volta para caminhos pervertidos, agrava a doença.

De fato, as tendências mundanas (*loka vāsanās*) são a raiz da disseminação da doença da existência mundana (*bhavaroga*), e os desejos divinos ou piedosos são os remédios apropriados para curar essa doença. Ambos são tendências, sem dúvida, mas as tendências piedosas (*daiva vāsanās*) são como sementes torradas. Elas não germinam. As tendências mundanas são como sementes verdes que germinam. Os chefes de família terão essas tendências mundanas em abundância. **Portanto, devem adotar a prática espi-**

ritual (*sadhana*) para reduzi-las gradualmente.

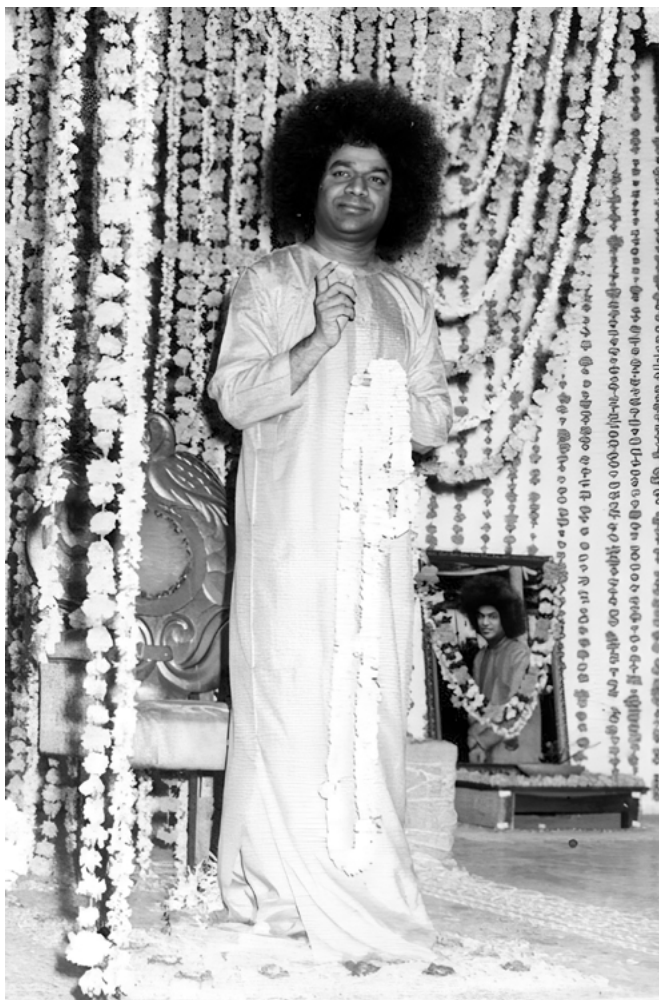
Entender a Natureza da Mente para Ter a Visão de Deus

Quando os desejos forem dirigidos ao caminho divino, conduzirão por si mesmos à liberação (*mokṣa*). A mente é ágil e versátil por natureza. Porém, o processo de utilização da mente é sutil. É como brincar com facas afiadas ou com fogo. Mesmo a menor negligência de nossa parte nos trará problemas, afogando-nos na escravidão material (*saṃsāra*). As tendências mundanas (*loka vāsanās*) estarão à nossa espera como tigres na mata, prontas para saltar sobre nós. Portanto, devemos ter cuidado para não nos tornar presas dessas tendências materiais, tanto quanto possível.

Encarnações do Divino *Ātmā*! Estamos em uma jornada espiritual, tendo visitado (*darśan*), tocado (*sparsan*) os pés dos anciãos e almas nobres e tendo ouvido suas conversas (*sambhāṣan*). Lemos diversos textos espirituais sagrados. Contudo, quando nos perguntamos o que de fato conquistamos – apesar de tantas práticas –, percebemos que não realizamos absolutamente nada, nem mesmo o mínimo. Portanto, é essencial que os aspirantes espirituais (*sādhakas*) engajados na realização de Deus, que desejam ter a visão (*darśan*) de Deus e experimentar a bem-aventurança divina, compreendam primeiro a natureza da mente. **Quando nos esforçarmos para explorar a origem e a natureza da mente ao menos até certo ponto, teremos a visão de Deus.**

A Mente Desaparece Quando se Investiga Sua Natureza

No casamento celestial de *Prakṛti* (Natureza) e *Paramātmā* (Consciência Suprema), a mente se apresenta como a principal autoridade. Deus (*Paramātmā*) representa o noivo, e a natureza (*Prakṛti*) representa a noiva. Deus simboliza o caminho interior (*Nivṛtti*) e a natureza o caminho exterior (*Pravṛtti*). Quando tentamos unificar esses dois, a mente surge em cena e tenta exercer controle, às vezes



favorecendo *Pravṛtti* e às vezes *Nivṛtti*. Na verdade, a mente não tem nada a ver com nenhum dos dois. Finalmente, quando nos esforçamos para investigar a verdade, a mente desaparece silenciosamente de cena. Aqui está uma breve história para ilustrar esse ponto.

Certa vez, havia uma cerimônia de casamento sendo realizada em um salão de festas (*kalyāṇa maṇḍapam*). Todos estavam ocupados com o evento. Uma pessoa em particular estava especialmente ocupada, indo para todos os lados, dando instruções e causando muita confusão. Todos pensavam que era uma Pessoa Muito Importante (VIP) na cerimônia. O grupo da noiva achava que ele era do lado do noivo, e o grupo do noivo achava que ele era do lado da noiva. Todos lhe davam grande importância e seguiam suas instruções. Essa encenação continuou por algum tempo. Depois disso, alguém do grupo da noiva começou a duvidar da idoneidade dele. Da mesma forma, surgiram dúvidas também do lado do noivo. Então, os

dois grupos se consultaram e decidiram confrontar o VIP e questionar suas credenciais. Percebendo o clima tenso, o pseudo-VIP saiu sorrateiramente do local.

Algo parecido acontece com os aspirantes espirituais (*sādhakas*) da atualidade, iludidos ao presumir que a mente é o instrumento de Deus, que é muito poderosa e, portanto, impossível de controlar por qualquer meio. Como resultado, a mente predomina e nos mantém sob seu controle. **Mas, se começarmos a investigar sobre a natureza da mente e seus mistérios, nossa tarefa ficará mais fácil.**

A mente não é nada além de um emaranhado de pensamentos e resoluções. Não possui forma própria. Assim, quando nos esforçamos para reduzir nossas tendências inatas e nossas resoluções, a mente, pouco a pouco, perde sua forma. Ela é a causa fundamental das tendências mundanas (*loka vāsanās*), das tendências intelectuais (*śāstra vāsanās*) e das tendências físicas (*deha vāsanās*) ou, também, de *ātmābhimāna* (apego ao *ātmā* ou anseio espiritual). Portanto, o dever de um aspirante espiritual (*sādhaka*) é se esforçar para dirigir a mente ao caminho correto.

Estejamos nós agitados ou em paz, seja qual for o estado da nossa mente, devemos analisá-la adequadamente e observar suas reações. Devemos nos manter distantes como testemunhas das flutuações da mente e não nos envolvermos nelas. Você não se originou da mente; é, na verdade, quem dá origem a ela. Você é o mestre da mente e não o contrário. Ela é sua serva. **É impróprio para um ser humano ser subjugado pela mente, que, afinal, é uma servidora. Você nunca deve se tornar escravo da mente; pelo contrário, ela deve se tornar sua escrava.**

Controle de Desejos e Satsang

Portanto, devemos nos esforçar em reduzir gradualmente nossos desejos para que a mente não se fortaleça. Esse exercício é necessário não apenas no âmbito espiritual, mas também na vida cotidiana. Não há demarcação entre os campos espiritual

A MENTE É A CAUSA DO BEM E DO MAL, TRISTEZA E ALEGRIA



e secular. A natureza do *ātmā* (*ātmataṭṭva*) e a natureza da mente (*manastattva*), tanto nos empreendimentos espirituais quanto nos seculares, são uma só. **Para garantir que a mente nos guie pelo caminho reto, a boa companhia (*satsang*) é absolutamente essencial. Atualmente, convivemos com pessoas que desperdiçam seu tempo e energia em buscas mundanas e desenvolvem apego aos objetos dos sentidos. Como resultado, a mente se ocupa cultivando pensamentos pervertidos e malignos.**

É essencial que façamos uma profunda introspecção, usando nosso intelecto, para determinar quais tipos de desejos estão prejudicando nossa honra e prestígio na sociedade e destruindo nossa natureza humana. Devemos também investigar o que conquistamos ao alimentar tais pensamentos e desejos malignos. Na verdade, somos a própria encarnação do Eu divino. Aqueles que compreendem essa verdade não seguem a mente que os incita a trilhar o caminho transitório, inconstante e maligno.

Na verdade, nós mesmos atribuímos uma forma à mente. Não importa qual seja, a mente a assume a forma e a natureza que lhe convêm. Um escultor ou um pintor cria em sua mente uma imagem do objeto que deseja esculpir ou pintar. Em seguida, ele transpõe essa imagem para a pedra ou a tela. Não é possível trabalhar diretamente em uma escultura ou pintura sem ter uma

visão ou imagem em mente. Da mesma forma, nossos desejos permanecem adormecidos em nosso ser interior na forma de tendências (*vāsanās*), que formam a base da mente. Então, essas tendências emergem como modificações mentais ativas (*vṛttis*) e, então, fazem com que a mente assuma formas específicas com atributos.

É necessário, portanto, que tentemos reduzir gradualmente nossos desejos, nutrindo apenas aqueles que sejam essenciais. Se surgirem desejos supérfluos, devem ser descartados. Os desejos vêm às nossas mentes como ondas no mar, fluindo continuamente. Assim como tomamos um banho de mar sem nos deixar arrastar pelas ondas, do mesmo jeito precisamos tentar remover as impurezas dentro de nós, sem nos deixar perturbar por esses desejos.

Tais conceitos (sentimentos) e caminhos sagrados não faltam na tradição indiana (*bhāratīya*). **Precisamos reconhecer a verdade de que a mente é responsável por tudo de bom e de ruim, pelas tristezas ou alegrias. Então, quando refletimos profundamente, compreendemos que a mente em si é tanto negativa quanto positiva.**

Como Controlar a Mente

No caminho espiritual, têm sido prescritos certos métodos para controle da mente, e um deles é a meditação (*dhyāna*). De fato, controlar a mente é algo difícil. Por quanto

Ambas são meras criações da mente.



tempo você será capaz de exercer esse controle? **Se simplesmente restringirmos a mente, haverá sempre a possibilidade de que, em algum momento, ela retorne vigorosa e conquiste controle sobre nós.**

Por exemplo, o Rei *Rāvaṇa*, o demônio (*rākṣasa*), conseguia controlar a mente com seus caprichos por certo tempo. Mas, em um momento de fraqueza, ele sucumbiu aos seus desejos. Sendo assim, devemos lutar para conseguir destruir a mente (*manonāśanam*) ou dissolvê-la (*manolaya*) em vez de lutar para controlá-la (*manonigraha*). Porém, inicialmente, é aconselhável fazer um esforço para controlar a mente até certo ponto, abrindo caminho para aniquilá-la completamente.

O meio mais fácil e o melhor para exercer controle sobre a mente é através do amor. Quando se reconhece a verdade de que o mesmo princípio do *ātmā* (*ātmatatva*) permeia cada indivíduo e se compartilha amor igualmente por todos os seres, a mente não será mais um problema. No entanto, quando surgirem certos pensamentos negativos e conflituosos na mente, de vez em quando, é necessário eliminá-los através do engajamento em atividades sagradas, como fazer serviço à sociedade (*samāja seva*), cultivar companhia dos

santos e boas pessoas (*satsang*), ter bom comportamento (*satpravartana*), cantar a glória de Deus (*bhajan*) e cultivar bons pensamentos (*satcintana*). **Para ver o bem, ouvir o bem, falar o bem, fazer o bem e ser bons, precisamos cultivar amor puro e altruísta.**

A boa companhia (*satsang*), como instrumento para auxiliar os aspirantes espirituais (*sādhakas*) a ouvir e falar bem, e assim experimentar a bem-aventurança, existe desde os tempos antigos. Tendo isso em vista, *Ādi Śaṅkarācārya*, em sua famosa composição *Bhaja Govindam*, explicou a eficácia do *satsang* no seguinte *śloka*:

satsaṅgatve nissaṅgatvaṃ
nissaṅgatve nirmohatvaṃ
nirmohatve niścalatattvaṃ
niścalatattve jīvanmuktiḥ

(Verso em sânscrito)

Boa companhia leva ao desapego

O desapego liberta da ilusão

A ausência de ilusão estabiliza a mente

A firmeza mental concede liberação em vida.

Da mesma forma, através da pureza, a dissolução da mente é alcançada e,

assim, a libertação é obtida em vida. O que é *jīvanmukti*? *Jīvanmukti* é a libertação, mesmo em vida. **Quando alguém consegue se distanciar da mente e não é afetado por seus caprichos como resultado da prática espiritual (*sadhana*), torna-se uma alma liberta (*mukta*), mesmo em vida. Ele experimenta a bem-aventurança espiritual (*ātmānanda*). Assim, no estado de *jīvanmukti*, os obstáculos criados pela mente em nosso caminho rumo a Deus são removidos.**

Separando o Real do Irreal

Atualmente, o homem está cada vez mais enredado em laços de servidão, à medida que envelhece. Ele não faz nenhum esforço para reduzir ou cortar os laços que o prendem. Enquanto esses laços aumentarem, o ser humano não poderá alcançar a paz interior (*ātmā śānti*). Além disso, a pouca paz que lhe resta será perdida gradualmente. **Mesmo que haja bem-aventurança (*ānanda*) em nossa consciência interior, ela está encoberta por diversos desejos e somos incapazes de experimentá-la.** Por causa da ilusão, desenvolvemos relacionamentos e servidão onde, na realidade, não há nenhum.

Os relacionamentos mundanos são apenas uma ilusão criada pela mente. Não são reais nem duradouros. Enquanto você acreditar que um determinado objeto ou pessoa lhe pertence, desenvolverá um apego a ele ou a essa pessoa. **No momento que desenvolver o desapego em relação a esse objeto ou pessoa, não haverá mais distrações mentais causadas por ele ou por essa pessoa ou objeto.** Quando você

compreender a verdade, “Eu sou apenas Eu e nada mais”, estará livre dessa união (*saṃyoga*) e dessa separação (*viyoga*) com ou de objetos ou pessoas no mundo.

É essencial compreender a verdade de que, assim como as nuvens passageiras, todos os relacionamentos mundanos são transitórios e jamais permanentes. Não é verdade que as mansões e arranha-céus que vemos em nossos sonhos deixam de existir quando acordamos? Testemunhamos diversos tipos de cenas em nossos sonhos. Ao despertarmos, elas desaparecem. Para onde foram? Deixaram de existir. Enquanto dormimos, estabelecemos uma relação com elas. Ao retornarmos à vigília, não temos mais nenhuma relação com elas. **Da mesma forma, enquanto estamos na ignorância, estabelecemos relações mundanas. Ao alcançarmos o estado de sabedoria, as relações mundanas deixam de nos incomodar.**

Nesse estado de sabedoria, quando indagamos sobre o que é real, percebemos que nem a experiência do sonho nem a experiência em estado de vigília são reais. Ambas são produtos da mente, imaginárias. Somente você é real. Infelizmente, hoje estamos tomando essa “ilusão dentro da ilusão” como real e esquecendo a realidade do *ātmā* (*Ātmatattva*).

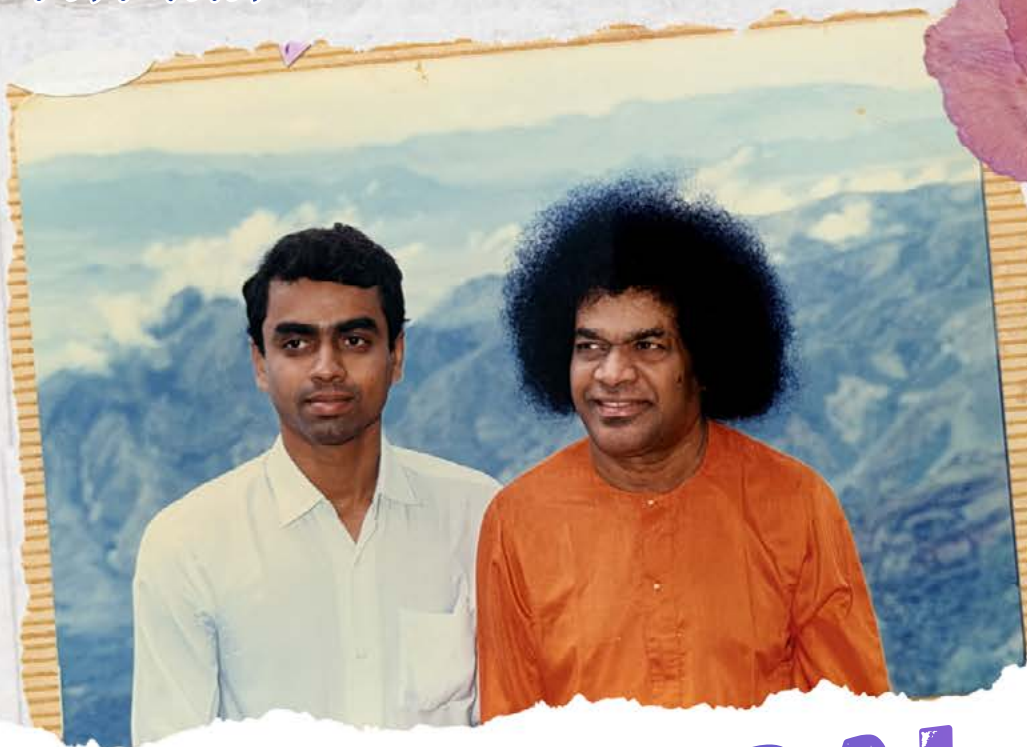
Encarnações do Divino *ātmā*! Através da investigação adequada, gradualmente, vocês compreenderão a natureza dessa mentalidade astuta, volúvel e artificial. Ao fazer isso, serão capazes de perceber sua verdadeira natureza humana.

Sri Sathya Sai Baba
Dássara, 1976.





Experiências
dos devotos



TRAGA SAI

para Sua Vida

Um rico proprietário de terras faleceu, deixando para trás 19 preciosos cavalos. No testamento, escreveu que metade dos cavalos deveria ser dada ao seu filho mais velho, um quarto ao templo da aldeia e um quinto ao seu outro filho. Os anciãos da aldeia ficaram perplexos, dividir 19 cavalos em frações parecia impossível. Como dividir 19 pela metade? Como tirar um quarto ou um quinto de 19? Se fossem pedras, poderiam ser quebradas, mas eram cavalos vivos. A vida frequentemente nos apresenta desafios. Às vezes, enfrentamos situações em que sabemos que deve haver uma solução, mas não conseguimos enxergá-la. Sabemos que Deus está dentro de nós, mas como descobri-Lo? **Sabemos que o Divino existe em todos, mas como viver sem fazer julgamentos? A vida traz dificuldades, como permanecer em equanimidade? Qual é o elo que está faltando?** Minha própria busca pela resposta a essas perguntas começou quando eu tinha 17 anos.



Os três aros em chamas
caíram sobre mim. Em
questão de segundos, eu
estava no chão, cercado
pelo fogo. Então uma mão
me agarrou e me puxou
para fora. Era Swami.

As Portas de Swami Estão Abertas para Todos

Nasci e fui criado em Bombaim (atualmente Mumbai). Quando meu pai foi transferido para uma aldeia remota onde não havia faculdades adequadas, surgiu a questão: onde eu iria estudar? Faculdades com alojamentos eram raras naquela época. As poucas que existiam eram para os muito ricos, o que não era o nosso caso, ou para os muito inteligentes, o que certamente não era o meu caso.

Minha família era muito tradicional. Nossa *kula devata* (divindade familiar) era o Senhor Murugan (Senhor Subramanya), e éramos fervorosos seguidores do Shankaracharya de Kanchi. Portanto, um Sai Baba carismático, de cabelos encaracolados, definitivamente não era bem-vindo em nossa casa. Então alguém mencionou que Sai Baba estava iniciando uma faculdade em Puttaparthi. “Os rapazes estarão seguros lá”, disseram. “Esse menino não fugirá para lugar nenhum. Ele ficará em uma aldeia, longe da vida da cidade.”

A família respondeu: “Não, não, não, Sai Baba? Nós somos devotos de Murugan!” Mas então um amigo sussurrou algo mágico aos ouvidos de todos: “A educação é gratuita”. Imediatamente, toda a família disse: “Nesse caso, vá e tente!”

Olhando para trás, **essa foi minha primeira**

lição sobre Swami. Suas portas estão abertas para todos, sem julgamentos. Alguém pode chegar em busca de educação gratuita, para cantar *bhajans*, servir ou adquirir conhecimento. A porta está aberta para todos. Uma inclusão tão abrangente só pode pertencer a um Avatar.

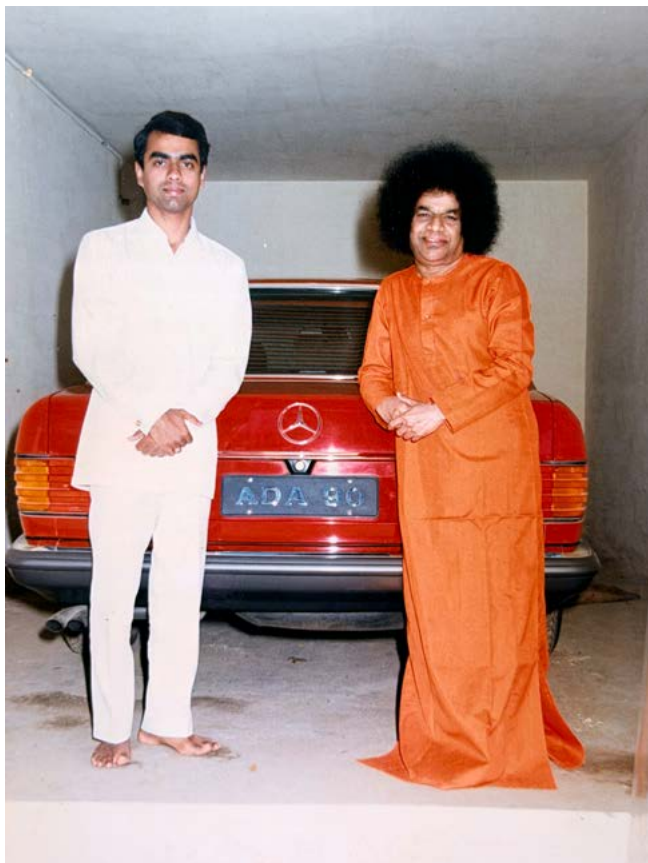
Procurando pelo Meu Guru

Eu me candidatei e fui aceito na faculdade. Quando cheguei a Puttaparthi, não foi Swami quem primeiro me cativou, foi a aldeia. Ainda me lembro de descer na estação ferroviária de Dharmavaram e ver uma carroça de bois esperando para me levar ao *ashram*. Enquanto seguíamos em direção a Puttaparthi, vi as colinas, o rio e a tranquila beleza daquele lugar. Para alguém criado na agitada Bombaim, aquilo parecia mágico. Naquele momento, Swami nem sequer estava em meus pensamentos. Estar longe dos meus pais já era emocionante o suficiente. Mas, aos poucos, comecei a ouvir histórias dos outros rapazes. A maioria deles vinha de famílias devotas de Sai e falava de Swami com profunda devoção. Eu os escutava, fascinado.

“Se ao menos uma pequena parte disso for verdade”, pensei, “minha vida mudará.” Ainda assim, meu coração continuava buscando meu Guru.

Eu amava os ensinamentos de Swami. “Ser-





vir ao homem é servir a Deus.” “Amor é Deus, viva em amor.” Essas ideias tocavam profundamente meu coração. No entanto, algo ainda faltava. Eu não tinha uma experiência pessoal.

E isso é importante: a fé não pode ser emprestada. Cada um de nós precisa experimentar o Divino diretamente. Os devotos O chamavam de *Premaswarupa*, a personificação do amor. Mas o que isso significava? Onde estava esse amor? Eu O via concedendo *darshan*, entrevistas e bênçãos aos devotos. As pessoas falavam de milagres e curas, mas eu não havia experimentado nada disso. Eu desejava essa experiência, pelo menos uma vez.

O Amor de Mil Mães

A oportunidade surgiu em 25 de dezembro de 1980, quando estava programada a inauguração do alojamento estudantil.

Nós, os rapazes, decidimos organizar um

programa e convidar Swami. Entre as apresentações havia uma dança *Bhangra* (uma dança étnica e vibrante do norte da Índia), algo bastante revolucionário no *ashram* naquela época! Swami assistiu ao ensaio e riu, dizendo: “Estão dançando como macacos”.

Eu tive outra ideia.

Quando menino, meu pai me enviou para uma academia onde aprendi a praticar yoga em cordas. Assim, ofereci-me para apresentar yoga em cordas diante de Swami. Finalmente, eu teria uma oportunidade de estar com Ele de forma mais próxima. Enquanto subia pela corda e executava os *asanas*, Swami estava sentado em um balanço no pátio do alojamento, assistindo às apresentações. Cada vez que eu olhava para baixo, Ele levantava as mãos e me abençoava com um largo sorriso.

Então veio a segunda apresentação: saltar através de aros em chamas. No início era simples, apenas um aro. Depois, durante os ensaios, acrescentamos dois. Por fim, com o entusiasmo da juventude e um toque de ego, decidimos tentar saltar através de três aros em chamas na apresentação final diante de Swami. Pouco antes da apresentação, um ajudante excessivamente entusiasmado derramou querosene sobre os aros. Quando foram acesos, enormes labaredas se ergueram. Mesmo assim, decidi prosseguir.

Saltei pelo primeiro aro. Swami sinalizou para que eu parasse. Ignorei o sinal. Saltei pelo segundo aro. Em seguida, corri em direção ao terceiro. As chamas eram tão intensas que eu mal conseguia enxergar. Meu pé atingiu o primeiro aro, e os rapazes que os seguravam os soltaram imediatamente.

Os três aros em chamas caíram sobre mim. Em questão de segundos, eu estava no chão, cercado pelo fogo. Então uma mão me agarrou e me puxou para fora. **Era Swami. Ele ha-**

via descido do balanço, atravessado correndo o pátio e me retirado das chamas. Enquanto apagava o fogo das minhas roupas, disse suavemente:

“Bangaru, Bangaru (querido)... Eu estou aqui.”

Naquele dia, compreendi o que significa a expressão: “Swami tem o amor de mil mães”.

Anos depois, experimentei outro aspecto do amor de Swami. Certa noite, eu estava massageando Seus pés enquanto Ele lia cartas. Durante duas horas, Ele não disse nada. De repente, suspirou e murmurou para Si mesmo: “Eu leio tantas cartas. Todas as cartas pedem alguma coisa, casamento, filhos, empregos, soluções para problemas”.

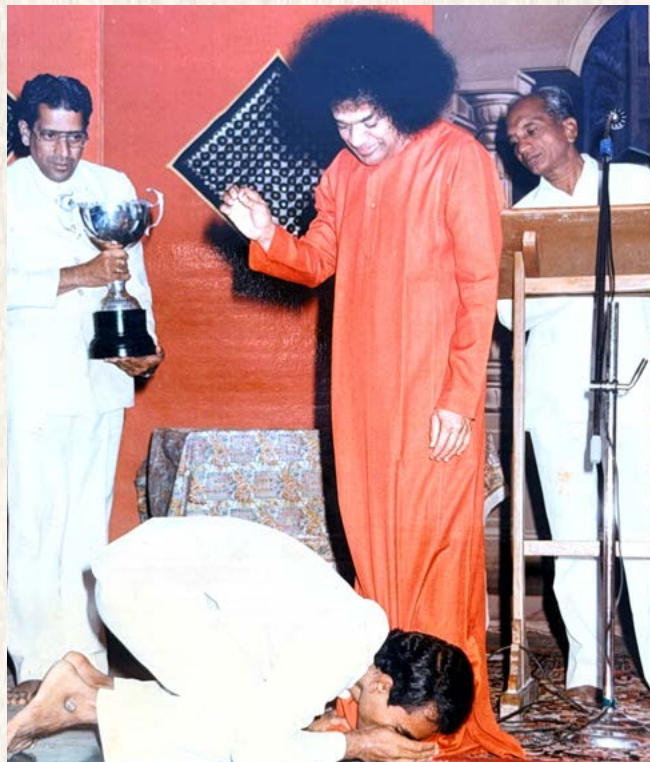
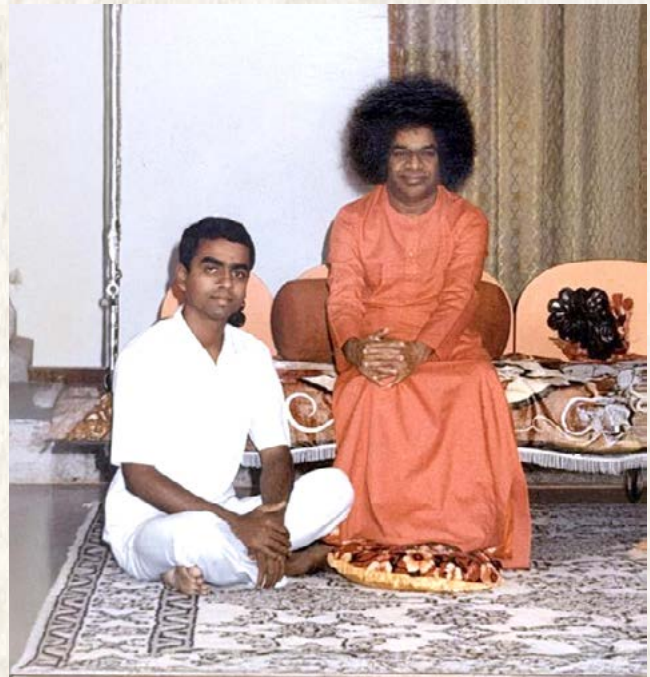
Então disse suavemente: “Mas nenhuma carta diz: ‘Obrigado’”. Após uma pausa, continuou: “Meu avião chegou. Estou chamando todos para embarcar. Mas ninguém vem. Quando Eu partir, será que ao menos cinco pessoas virão Comigo?”

Essas palavras tocaram profundamente meu coração. Swami veio para dar. Nós viemos apenas para receber. E será que ao menos receberemos tudo aquilo que Ele veio oferecer com tanto amor e de todo o coração?

A Recompensa Suprema pelo Serviço

A terceira lição veio por meio do meu pai, Sri Dandapani, que passou muitos anos servindo a Swami, administrando as contas do Central Trust Sri Sathya Sai no *ashram*. Ele tinha um desejo simples na vida: queria deixar o corpo em Puttaparthi, aos pés de Swami.

Mas a vida tinha outros planos. Enquanto visitava minha irmã em Bhopal, ele sofreu um ataque cardíaco e faleceu ali. Fiquei





*Então acrescentou algo
que jamais esquecerei:
“Você sabe por que lhe
dei Meus Pés? Porque ele
Me serviu até o fim”.*

profundamente abalado. Cheguei até mesmo a questionar Swami silenciosamente em meu coração: “Por que o Senhor não lhe concedeu esse único desejo?”

Quando retornei a Puttaparthi, Swami parou diante de mim e perguntou: “Os rapazes lhe contaram?”. Olhei para Ele sem entender. “O que os rapazes teriam para me contar, Swami? Quais rapazes?”. Swami simplesmente disse: “Espere. Eu voltarei”. E foi embora. Fiquei intrigado.

Pouco tempo depois, um dos estudantes do MBA aproximou-se de mim e disse: “Irmão Sunder, fiquei muito triste ao saber sobre seu pai”. Agradei. Então ele perguntou: “Quando seu pai faleceu?”. Respondi: “No dia 20 de abril, por volta das 15h30 ou 15h45”.

Ele disse: “Que interessante. Naquela tarde, estávamos com Swami em Kodaikanal, a centenas de quilômetros de distância de vocês. Aproximadamente naquele mesmo horário, Swami interrompeu repentinamente o que estava dizendo. Olhou para o alto e perguntou: ‘Quantos de vocês conhecem Sunder Iyer?’ Todos os rapazes levantaram as mãos, porque eu lecionava na faculdade. Então Swami disse: ‘O pai dele, Dandapani, alcançou Meus Pés’”.

Quando Swami retornou do darshan, chamou-me para dentro de Trayee Brindavan. Os devotos chamados para entrevista estavam sentados na sala interna, mas Swami saiu para o grande salão onde ficava o balanço. O salão estava vazio. Swami sentou-se sozinho no *jhoola*, impulsionando-o suave-



mente com os pés. Quando entrei, Ele apontou para um lugar e disse: “Fique ali”.

Fiquei em pé a cerca de 9 metros de distância. Então Swami perguntou em voz alta: “Então, você está zangado com Swami?” Permaneci em silêncio. “Por que está zangado?”, continuou Ele. “Porque seu pai morreu em outro lugar? Isso é apenas o corpo. Deixe o corpo ir para onde quiser. Mas Eu lhe dei Meus Pés”.

Enquanto dizia isso, Swami levantou Seus pés enquanto estava sentado no balanço. “Eu lhe dei Meus Pés.” Repetiu enfaticamente. **Então acrescentou algo que jamais esquecerei: “Você sabe por que lhe dei Meus Pés? Porque ele Me serviu até o fim”.**

Essa única declaração foi suficiente. Sirva. Sirva. Sirva. **E você chegará aos pés de Swami no final.**

O Vigésimo Cavalo

Sai é a resposta para o enigma dos 19 cavalos! Um fazendeiro tinha dois filhos. Em seu testamento, ele havia deixado instruções sobre como distribuir seus 19 cavalos após sua morte: metade para o filho mais velho, um quarto para o templo e um quinto para o filho mais novo. O desafio era como distribuir os cavalos de acordo com o testamento sem causar-lhes qualquer dano. Um homem sá-



bio resolveu o problema acrescentando um de seus próprios cavalos e distribuindo os animais conforme a divisão estabelecida no testamento. O 20º cavalo foi então devolvido ao homem sábio.

Sai vem em nosso auxílio como o vigésimo cavalo. Traga Sai para sua vida, e as divisões impossíveis da existência tornam-se solucionáveis. Não peça a Ele que lute suas batalhas. Apenas peça que esteja ao seu lado, assim como Krishna esteve ao lado de Arjuna.

Segure Sua mão. E você encontrará a força para enfrentar cada desafio da vida.

Jai Sairam.

Dr. Sunder Iyer
Índia



O Dr. Sunder Iyer ingressou no Instituto Sri Sathya Sai de Estudos Superiores em 1979 como estudante. Foi o único aluno a receber uma medalha de ouro em Yoga das próprias mãos de Swami durante a Cerimônia de Formatura de 1984. O Dr. Iyer foi pessoalmente escolhido por Bhagavan e serviu como Seu assistente pessoal durante alguns anos. Possui doutorado em Finanças e atuou como membro do corpo docente do Instituto Sri Sathya Sai de Estudos Superiores.

Após uma bem-sucedida carreira corporativa na área de Tecnologia da Informação e no ensino profissional de Yoga, decidiu dedicar sua vida à disseminação dos ensinamentos de Sai por meio do Yoga e da meditação. É fundador do Kaivalya Yoga Gurukulam, em Kanchi, na Índia, onde oferece cursos e aulas de Yoga e Vedanta.



Neste mundo, nenhuma outra virtude é maior do que o amor. O amor é verdade, o amor é justiça e o amor é riqueza. Este mundo teve origem no amor, é sustentado pelo amor e, em última instância, funde-se no amor. Cada átomo tem sua origem no amor. Existem inúmeras forças neste mundo, como a energia atômica, a força magnética etc., mas o poder do amor supera todas elas. Uma vida desprovida de fé e amor é sem sentido e inútil.

Sathya Sai Baba

Certa manhã, minha mãe e eu estávamos sentadas na casa de Swami, em Brindavan. Enquanto eu observava Swami interagir com as pessoas, minha mãe meditava intensamente sobre o amor. Ela

*O amor é o meu
único bem. Só quero
o seu amor. Sem o
amor dos devotos,
não poderia haver
Swami.*



tentava se forçar a sentir amor. Inesperadamente, Swami de repente se aproximou dela e sussurrou em seu ouvido. Quando Ele se afastou, ela se virou para mim e, em um tom desanimado, disse: **“Swami disse que só o amor espontâneo conta”. Swami enfatiza constantemente que, por trás de todo *sadhana*, está o amor. Sem amor, o *sadhana* não tem valor duradouro. Esse é o amor que surge espontaneamente do coração, não de emoções fabricadas.**

O amor não é apenas um dos principais ensinamentos de Swami, mas todos os místicos e santos das principais religiões do mundo ensinam sobre sua importância. O despertar do coração é um dos objetivos finais do aspirante espiritual, mas muitas vezes é mal interpretado. Passamos a considerá-lo algo que precisamos sentir por outra pessoa, ou algo que podemos receber de outra pessoa. Aquilo que muda e não é permanente não é a verdade. Deus é amor. Deus é verdade, imutável, eterno e sempre presente. Mas nossas ações e emoções estão em constante mudança; portanto, tudo o que é feito ou sentido é apenas temporário.

Não podemos adquirir o amor nem nos forçar a sentir amor, pois isso seria um processo mental ou sensorial. O amor é aquele princípio que não apenas nos dá vida, mas nos permite vivê-la. Como disse Swami: **“Eu Me criei para Me amar”**. O objetivo principal da criação é a expressão do

amor de múltiplas maneiras. O amor só pode se expressar ao entrar no plano físico. **Mas, em vez disso, passamos a vida buscando uma miríade de prazeres mesquinhos que rotulamos de “amor” e abandonamos o romance Divino para o qual fomos criados.**

O corpo físico, por si só, é inerte e insensível. Ele só se torna sensível graças à força vital que o anima. Swami explicou que o sistema nervoso do corpo humano foi concebido para servir como um canal para a energia Divina, e que os diversos *sadhanas* têm como objetivo purificar nosso sistema nervoso para que ele possa acomodar esse fluxo de energia Divina. Nossa mente e nossos sentidos filtram, como transformadores elétricos, a energia de alta tensão de nossa essência pura. A mente é incapaz de compreender a essência e a fonte do amor.

Essa energia pura do amor que nos anima acaba sendo contaminada e distorcida pelo nosso ego: apegos, atrações, aversões e o rótulo fatal de “meu”. Quando nos identificamos com isso, deixamos de vivenciar a pureza do amor impessoal e sempre presente. Em vez disso, experimentamos emoções e sentimentos contaminados que acreditamos ser amor.

O que muitas vezes chamamos de amor é, na verdade, emoção. Em um *darshan*, um devoto ficou tão emocionado que soltou um grito, jogou os braços e o corpo aos pés

de Swami e se agarrou com força. Swami permaneceu absolutamente imperturbável e disse calmamente aos voluntários, que estavam segurando o homem, para serem gentis com ele. Robert estava sentado a poucos metros de distância e, quando Swami chegou, Ele deu um tapinha retumbante no ombro de Robert e disse docemente: *“Sem emoção. Essa emoção é muito ruim”*.

Durante uma entrevista em grupo, uma mulher italiana extremamente emocionada implorou a Swami que ajudasse sua irmã doente, que estava presente e sentada ao seu lado. A resposta de Swami foi: *“Por que você está pedindo por ela?”*. A mulher respondeu: “Por amor”. A resposta de Swami

nos deu a todos uma lição sobre limites. Ele disse: *“O amor também tem seus limites!”*

Swami nos disse que a devoção é o fluxo livre e móvel do amor para Deus. A compaixão é o amor que é móvel e flui livremente para aqueles que precisam. Mas o amor pessoal não é nem móvel nem livre e está fixado em um cônjuge, um filho ou, nesse caso, um irmão. É essa forma restrita de amor que Swami disse ter seus limites.

Nossa Natureza é Amar

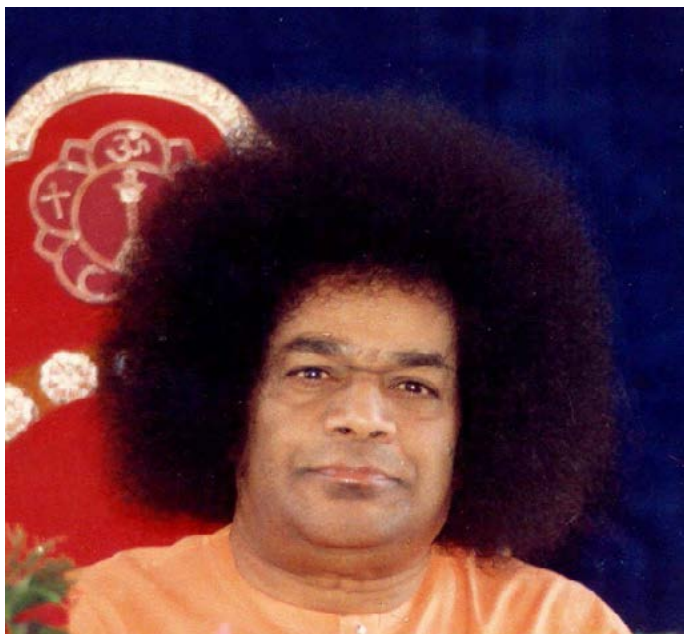
Não há nada que tenhamos de fazer, nem, aliás, que possamos fazer, para sentir o amor. Pois o amor é a nossa verdadeira natureza; nós somos o amor. Quando tudo o que não é a nossa verdadeira natureza é removido, resta apenas a verdade do amor, a verdade de quem somos. A remoção da falsidade por meio da rendição, da profunda investigação do Ser e da consciência incessante é o trabalho de toda uma vida do aspirante espiritual.

Os devotos de Swami têm a sorte especial de ter visto Sua forma de amor, experimentado a profundidade do amor e ouvido a voz do amor em Swami. É difícil amar a nós mesmos quando não sabemos quem somos, ou amar um Deus que nunca ouvimos nem vimos. Em nossa era atual de pensamento científico, linear e racional, é muito difícil aceitar aquilo que não pode ser medido ou provado. O amor ilimitado de Swami por nós não apenas nos demonstra nosso potencial, mas nos dá a confiança, a motivação e a certeza de que a meta é alcançável.

O Poder do Amor

A qualidade mais sutil, menos comprovável, mais indescritível e imensurável do amor exerce o maior e mais formidável poder sobre a humanidade. Os fundadores de cada uma das principais religiões do mundo inspiraram, elevaram e transformaram milhões de pessoas por meio do poder do amor. Apesar de sua mensagem original ser frequentemente distorcida e mal interpretada, mesmo esse amor diluído é uma força poderosa. Mahatma Gandhi demonstrou como um único homem, alinhado com





**Comece o dia com amor,
preencha o dia com amor,
termine o dia com amor.
Esse é o caminho para
Deus.**

o poder da verdade e do amor, foi capaz de derrotar um império inteiro.

O poder do amor sempre foi subestimado devido à sua expressão suave e etérea. Mas Swami, a personificação do amor, descreve a si mesmo: *“Sou tão suave quanto a manteiga e tão duro quanto o aço”*. Não há coração que Ele não possa amolecer, nem força que possa se opor a Ele. O verdadeiro poder permanece imóvel e influencia tudo em seu campo em virtude do que é. O verdadeiro poder não exerce pressão. Em contrapartida, é o uso da força que domina o mundo hoje. Embora seja frequentemente confundido com poder, ele apenas produz uma força contrária e, por fim, se esgota sem provocar mudanças duradouras.

Deus, fonte perpétua de poder, não se impõe a nós nem nos obriga a fazer nada. Somente aqueles que carecem de verdadeiro poder precisam recorrer à força. Deus, assim como o amor, só entra no

coração em resposta ao nosso sincero desejo. Mesmo quando estamos quietos, o poder divino de Swami nos atrai para o Seu campo de amor como um ímã. Ele nos permite vivenciar a sensação sublime do amor, que torna todas as outras experiências superficiais e insignificantes. Ele cria, assim, em nós um desejo tão forte de reviver a presença do amor que somos levados a buscar a fonte dentro de nós mesmos. Certa vez, Swami nos disse que Ele era um **“ímã para o nosso amor”**. **Ele então compartilhou conosco Sua relação com Seus devotos, afirmando: “O amor é minha única propriedade. Eu quero apenas o amor de vocês. Sem o amor dos devotos, não poderia haver Swami”.**

Instrumento de Deus

Certa vez, com um pouco de medo de perder a sensação maravilhosa que o amor proporciona, perguntei a Swami se eu sempre sentiria Seu amor em meu coração. Ele me garantiu que sim, mas lembrei-me de muitas ocasiões no passado em que fiquei triste pela ausência de amor. Querendo saber como manter esse estado interior, perguntei a Swami qual seria o melhor *sadhana* que eu poderia praticar. Ele respondeu: **“Pense em si mesma como Meu instrumento”**.

Descobri que a prática de ser um instrumento de Deus traz o grande benefício de afastar a falsa sensação do eu pessoal e de nos esvaziar de tudo o que não é verdadeiro. Isso automaticamente abre espaço para que Deus, que está usando o instrumento, preencha esse espaço com Sua essência. Nossa vida cotidiana e nossa interação com os outros também se tornam muito mais harmoniosas, pois nos inclinamos a trazer apenas os melhores e mais elevados ideais para cada situação que surge. Ser Seu instrumento também aumenta nossa responsabilidade pela disciplina de praticar e demonstrar apenas boas qualidades.

O amor de Deus é a consciência do amor incondicional de Swami. É um amor imaculado por motivos e emoções, puro e sem

expectativa de retorno. Na maioria de Seus discursos, Swami começa com as palavras em *télugu* “*Premaswarupalara*”. Isso significa “encarnações do amor divino”, reafirmando para nós nossa natureza divina de amor.

Swami nos dá um *sadhana* tão simples que, se praticado, não teríamos necessidade de nenhum outro ensinamento. Ele nos diz: “Comece o dia com amor, preencha o dia com amor, termine o dia com amor. Esse é o caminho para Deus”.

Certa vez, perguntei a Swami como sentir esse amor por todos, já que nem sempre o sentia presente. Ele respondeu: “*Ele está sempre lá, à nossa disposição. Mas primeiro é preciso haver autoconfiança. Onde há autoconfiança, há amor. Onde há amor, há paz. Onde há paz, há verdade. Onde há verdade, há bem-aventurança*”. Aprofundando ainda mais esse ponto importante, perguntei como poderíamos adquirir tal autoconfiança. Swami riu e assegurou: “*Ela está lá; como uma criança, se você a alimentar, ela cresce!*”

Certa vez, Robert perguntou a Swami se sua prática de meditação o ajudaria a perceber Deus em seu coração. Swami aconselhou: **“Medite com fé e amor no coração. Siga qualquer prática que faça você feliz e confortável”.** A resposta de Swami levou

Robert a perguntar se ele deveria praticar Kriya Yoga, uma técnica de meditação que havia aprendido no Ocidente. Swami, sem hesitar, respondeu: “*Não, Kriya não é bom. É apenas para o corpo. Na morte, o corpo deixa de existir. Não há bons gurus na América para guiar você. Pratique bhakti yoga e bhakti marga (caminho). Tenha amor no coração. Esse é o caminho para Deus, o caminho fácil*”. Robert então perguntou se o Kriya Yoga afetava o corpo sutil. Swami reenfatizou que o método do Kriya era difícil, perigoso para a saúde sem orientação adequada e desnecessário para ele.

Robert perguntou: “Como posso ter uma relação íntima com Swami?” E a resposta dele, simples e de uma única palavra, foi “*Amor*”. Insistindo na questão, perguntamos como poderíamos sentir esse amor mais profundamente em nossos corações. Ele esclareceu ainda mais com um conselho prático: “*O amor, a Consciência Constante e Integrada (CCI), está presente, mas na vida mundana também existem os altos e baixos. Concentre-se na Consciência Integrada Constante, não nos altos e baixos, e, nesse estado de espírito equilibrado, há amor.*”

Diana Baskin

EUA



Diana Baskin, devota fervorosa de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba há mais de quatro décadas, é autora de dois livros muito inspiradores que relatam suas experiências notáveis e as lições transformadoras aprendidas durante suas muitas interações com Baba. Seus livros, intitulados “Divinas Memórias de Sathya Sai Baba” e “Divinas Lições de Sathya Sai Baba” (em traduções livres) têm inspirado muitos devotos em todo o mundo em sua busca espiritual. Nas palavras do Dr. John Hislop, devoto conhecido e exemplar de Baba, sua história e experiências cativantes são incomparáveis e inestimáveis para inspirar os leitores nos séculos que virão.



AMOR EM AÇÃO

SERVIÇO
Humanitário 



BRASIL

Oferta Mensal de Amor e Dignidade

No coração de São Paulo, no Abrigo Boraceia, uma expressão silenciosa, porém poderosa, de amor se desdobra a cada mês. Desde 2023, membros do Grupo Sai Barra Funda da Região Sudeste I da OISSS do Brasil se dedicam ao serviço altruísta, levando de 200 a 300 lanches e distribuindo-os com amor e compaixão.

Em março de 2026, esse espírito encontrou outra bela expressão quando voluntários prepararam e distribuíram os lanches. À medida que a comida era distribuída, algo mais profundo começou a se revelar, quando vários beneficiários compartilharam como a experiência despertou lembranças de casa. “Lembrei minha mãe”, disse um deles



suavemente, segurando uma porção de arroz doce. Assim, a oferta se tornou mais do que alimento, trazendo conforto e conexão aos entes queridos.

Em uma cidade onde a vulnerabilidade social continua aumentando, esse serviço mensal serve como lembrete de que o verdadeiro seva vai além de simplesmente atender às necessidades físicas. Ele toca o coração, restaura a conexão humana e afirma que o que é compartilhado não é apenas comida, mas o próprio amor.



QUIRGUISTÃO

Comida caseira para moradores de rua

Em meados de março, membros da OISSS do Quirguistão ofereceram com carinho comida em um abrigo para moradores de rua. Com cuidado e compaixão, prepararam e distribuíram 45 porções de comida quente, incluindo três pratos feitos com proteína de soja, purê de batatas e lentilhas. Além disso, ofereceram biscoitos amanteigados, geleia de laranja e balas de caramelo com o chá, adicionando calor e doçura ao encontro. Os



beneficiários expressaram profunda gratidão pela deliciosa comida caseira, agradecendo repetidamente aos voluntários por seu cuidado e apoio.



MALÁSIA

Transformando uma peregrinação em um serviço que salva vidas

Durante o festival Thaipusam na Malásia, a OISSS lançou um esforço humanitário em todo o país por meio de sua Campanha de Doação de Sangue. Realizada em Selangor, Negeri Sembilan, Johor, Perak e Penang, e apoiada pelo Banco Nacional de Sangue e hospitais governamentais, a iniciativa mobilizou 542 voluntários que trabalharam sem parar durante 79 horas. A campanha recolheu 2.723 litros de sangue. Em Batu Caves, o centro de coleta funcionou sem parar durante 37 horas, onde 403 voluntários facilitaram a coleta de 1.872 litros de sangue. Em Penang, uma campanha de 19 horas, distribuída por dois dias, contou com 651 doadores, dos quais 506 foram bem-sucedidos, marcando a maior participação desde o início da iniciativa em



2006. Contribuições adicionais incluíram 280 litros de sangue em Perak e coletas em Seremban e Segamat.

Em meio às grandes multidões de devotos, essa iniciativa capturou lindamente o espírito do Thaipusam, com milhares interrompendo sua peregrinação para oferecer uma dádiva que salva vidas, demonstrando que o verdadeiro sacrifício pode assumir a forma de serviço com compaixão.



SURINAME

Só existe uma religião - a religião do amor

Durante o Ramadã, em março de 2026, no período que antecedeu o Eid al-Fitr, e juntamente com a Páscoa e o Ugadi, o Centro Sri Sathya Sai Sonjastraat, no Suriname, serviu as comunidades rurais de Magenta, Commewijne, Munder e Wanica. Compartilhando a mensagem de amor de Sathya Sai, 36 cestas básicas contendo itens essenciais para o lar foram distribuídas às famílias, juntamente com saudações inter-religiosas para essas ocasiões sagradas. Cada cesta foi cuidadosamente embalada em uma sacola reutilizável “Go Green” e incluía um folheto inter-religioso enfatizando o espírito de serviço.

A iniciativa refletiu um esforço contínuo do Centro para apoiar essas comunidades ao



longo dos anos, promovendo um senso de conexão e cuidado. A alegria nos rostos das famílias demonstrava profundamente o impacto desse serviço. Ao longo do tempo, o envolvimento contínuo trouxe mudanças notáveis na perspectiva e no comportamento das pessoas. Por meio desses atos simples, porém significativos, o Centro continua a compartilhar o amor de Sai, reforçando a crença de que pequenas ações sinceras podem trazer felicidade e contribuir para mudanças positivas.

Para mais histórias de serviço amoroso realizadas por voluntários de todo o mundo, visite o site do Sri Sathya Sai Universe: <https://saiuniverse.sathyasai.org>

A Visão

Continúa de Sai

1009 Cirurgias de Catarata no Paraguai



Em 14 de fevereiro de 1968, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba proferiu um discurso especial. Ele começou dizendo:

*“Dr. Modi esteve envolvido em um serviço inestimável durante os últimos dez dias em Prasanthi Nilayam, realizando cirurgias de catarata em pessoas que estavam em grande sofrimento, porque não podiam enxergar... um serviço verdadeiramente louvável e sagrado. O olho é a mola mestra do corpo no que diz respeito ao contato com a natureza exterior. O nethra (olho) é o suthra (princípio orientador), como diz o ditado. **Por esse ato de serviço, realizado de forma altruísta, eficiente e alegre durante anos, Modi tornou-se um verdadeiro Yogi (sábio), muito maior do que muitos que reivindicam esse título.** Isso é verdadeiro tapas (austeridade), o sacrifício e o ascetismo que conquistam a Graça de Deus.”*

Quando a História se Repete

No discurso divino, Swami estava se referindo ao Padma Bhushan Dr. M. C. Modi,

renomado oftalmologista e Presidente das Organizações Sri Sathya Sai no Distrito de Chitaldurg (Distrito de Chitradurga hoje). O *Guinness Book of World Records* lista o Dr. Modi como o “médico mais dedicado” por realizar o maior número de cirurgias oculares. Ele realizou nada menos que 833 operações de catarata em um dia. **Ele visitou 46.120 vilarejos, examinou 12.118.630 pacientes e realizou um total de 610.564 operações até fevereiro de 1993.** Ele havia conduzido um histórico acampamento gratuito de tratamento oftalmológico em Prasanthi Nilayam, de 5 a 15 de fevereiro. Embora inicialmente planejado para 200 cirurgias, o acampamento expandiu-se para realizar 511 operações, incluindo 440 extrações de catarata, juntamente com tratamentos para várias outras condições oculares. No total foram examinados 3.770, e 670 receberam medicamentos gratuitos. A Organização Internacional Sri Sathya Sai (OISSS) no Paraguai, América do Sul, resolveu realizar pelo menos mil cirurgias gratuitas de catarata para os necessitados e os subatendidos, como uma oferta de amor e dedicação ao Senhor Sai em Seu 100º Aniversário. **Iniciado**

em novembro de 2019, voluntários, médicos e profissionais de saúde da OISSS no Paraguai realizaram 1009 operações de catarata até novembro de 2025, excedendo sua meta. O que começou como uma missão enraizada em serviço e compaixão cresceu até se tornar uma conquista marcante, à medida que as cirurgias foram realizadas em clínicas de alto nível, com equipes treinadas e equipamentos adequados. As operações foram feitas mensalmente no Centro Oftalmológico, na Av. Brasília, 1155, em Assunção, a capital do Paraguai.

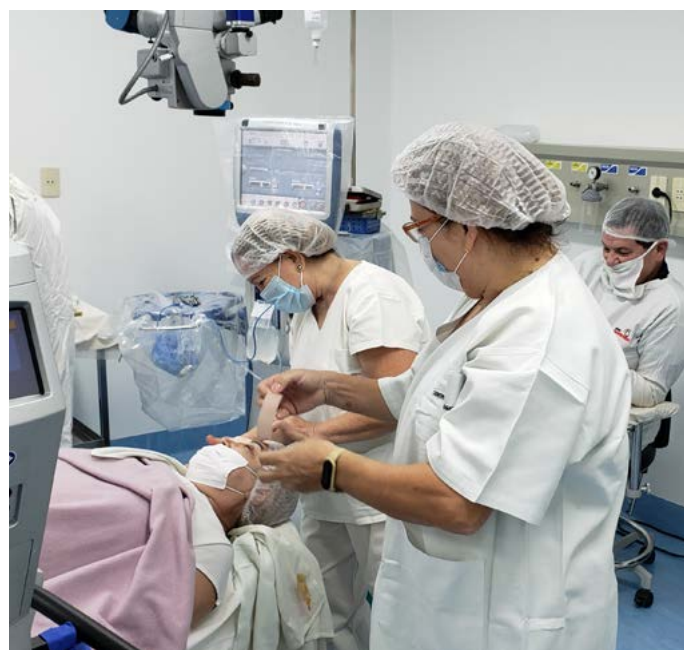
Quando os Pacientes são Reverenciados como Deus

O amor e a compaixão pelos pacientes eram evidentes desde o início do projeto. Muitos não podiam pagar nem acessar cuidados de visão devido à pobreza e às condições socioeconômicas. Para muitos pacientes no Paraguai, chegar ao local da cirurgia era, por si só, uma prova de determinação. Alguns viajaram de regiões remotas, percorrendo longas distâncias por terrenos difíceis. Alguns pacientes atravessaram caminhos alagados e caminharam por trechos de água simplesmente para chegar à estrada principal.

Eles chegaram, muitas vezes guiados por outros, entrando em um ambiente desconhecido com confiança silenciosa. Há um momento profundamente humano que se desdobra nesses cenários — o momento antes da cirurgia — quando medo, esperança e entrega se unem. Os pacientes depositam a fé em mãos que acabaram de conhecer, confiando que aquelas mãos restaurarão não apenas a visão, mas uma parte de sua vida que vinha lentamente desaparecendo. E tal confiança vem do amor com que foram recebidos e cuidados.

Dentro da sala de cirurgia, o processo é clínico e profissional. Ainda assim, ao seu redor há um campo de compaixão — médicos falando suavemente, voluntários oferecendo tranquilização, uma atmosfera que transforma ansiedade em calma.

E então vem o momento que desafia a descrição.





“É como Nascer de Novo”

A visão é mais do que apenas um sentido físico. Ela está intimamente conectada à dignidade, à confiança e à participação na vida. Quando a visão é restaurada, o olho começa a ver novamente — mas, mais importante, o indivíduo recupera independência e autoestima. **Quando a visão retorna depois de meses ou até anos de escuridão, as palavras frequentemente ficam aquém. Ainda assim, os pacientes tentam compartilhar a experiência em palavras!**

“É como nascer de novo”, disse uma pessoa. Outra expressou com simples clareza: “Agora eu não dependo de ninguém. Eu me sinto tão livre. A visão que tenho é uma bênção”. Para uma mulher, a restauração da visão carregava um significado profundamente pessoal. Ela havia orado por muito tempo pela capacidade de ler a Santa Bíblia novamente. **Para ela, a cirurgia não foi meramente um procedimento médico; foi a restauração do relacionamento mais sagrado com Deus!**

Essas expressões de gratidão são testemunhos de vidas restauradas. A capacidade de

caminhar independentemente, de reconhecer os rostos dos entes queridos, de ver o céu novamente — essas são experiências comuns que são profundamente valorizadas quando são perdidas e depois restauradas.

Seva como Sadhana

Para os médicos e voluntários, a jornada foi igualmente transformadora. O que começou como serviço gradualmente se aprofundou em *sadhana* — uma prática espiritual disciplinada. A decisão de realizar cirurgias no primeiro sábado de cada mês deu ao esforço um ritmo, uma continuidade sagrada. Tornou-se uma oportunidade recorrente de oferecer seu tempo, habilidade e atenção sem expectativa.

Um médico refletiu: “Estamos dando a coisa mais valiosa que temos, que é o nosso tempo. Esses pacientes não podem retribuir a você. E é então que você percebe que não é uma ilha. Você é parte de algo maior”.

O tempo, nesse contexto, assume um significado mais profundo. Não são meramente horas gastas, mas vida compartilhada. Dar tempo é dar uma parte da própria existência que não pode ser recu-

perada. E ainda assim, ao dar, algo inesperado é recebido.

“Depois de cada cirurgia, nós nos sentimos plenos”, compartilhou outro médico. “Preenche sua alma. Dá a você energia para continuar.”

Esse senso de realização reflete a experiência daqueles que serviram em 1968. Então, como agora, o serviço dissolveu fronteiras — de status, nacionalidade e profissão. Fosse um dignitário, um estudante, um médico ou um devoto, todos estavam unidos em um único propósito.

O Efeito Cascata do Amor

Um dos aspectos mais notáveis da iniciativa do Paraguai é como seu impacto se estende além da mesa de operação.

Os médicos começaram a notar uma mudança em seus pacientes, não apenas em sua visão restaurada, mas em sua perspectiva de vida. Muitos expressaram o desejo de ajudar outros em suas próprias comunidades. Uma silenciosa reação em cadeia começou a se desdobrar.

“O amor que damos se multiplica”, observou um médico.

O que começa como um único ato de cura começa a se espalhar, tocando famílias, vizinhos e comunidades. Esse efeito cascata talvez seja a verdadeira medida de tal serviço. Ele não está confinado ao número de cirurgias, mas se amplifica no reino intangível dos relacionamentos humanos e da compaixão compartilhada — não apenas no nível individual, mas também no nível comunitário. O serviço torna-se o fio que une as pessoas, dissolvendo diferenças e revelando um amor compartilhado por todos.

Um Marco Sagrado

Em 23 de novembro de 2025, essa jornada alcançou um momento de reflexão coletiva e gratidão. Uma Missa de Ação de Graças foi realizada na Catedral Metropolitana de Assunção, sob o patrocínio do Cardeal Adalberto Martínez. Reuniram-se cerca de cem pessoas, incluindo médicos, enfermeiros, voluntários, pacientes e suas famílias. Mais do que apenas uma





celebração de números, foi uma união de corações tocados pela jornada. Foram compartilhados testemunhos, não como discursos formais, mas como reflexões sinceras sobre transformação — tanto para aqueles que receberam cuidado quanto para aqueles que o ofereceram. **Um vídeo comemorativo traçou a evolução do projeto de serviço, desde seus humildes começos até o marco de 1.000 cirurgias, alinhando-se às celebrações do centenário do advento de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba.**

Ao final da Missa, foram apresentadas aos profissionais médicos jarras térmicas contendo o símbolo do Sarva Dharma. Foi um gesto simples, porém significativo, que refletiu unidade, inclusividade e o espírito de unicidade ensinado por Bhagavan Baba.

Continuidade Mais do que Repetição

Ver a iniciativa do Paraguai meramente como uma repetição do acampamento de 1968 seria perder seu significado mais profundo. O que testemunhamos aqui não é repetição, mas continuidade na prática dos

ensinamentos de Swami. Em 1968, Bhagavan proclamou que o serviço altruísta realizado com dedicação transforma aquele que o faz em um verdadeiro *yogi*. **Décadas depois, o mesmo princípio criou raízes em uma terra diferente, entre pessoas diferentes, ainda assim guiadas pela mesma inspiração na organização fundada por Swami, a OISSS.**

Uma Oferta Sem Fim

Alcançar 1009 cirurgias é, sem dúvida, um grande marco, especialmente no contexto de devoção e dedicação. No entanto, para aqueles envolvidos, isso não parece um fim. Parece um novo começo. “Esperamos alcançar muitos, muitos mais”, disse um médico. Quando o serviço é oferecido de forma altruísta, ele vai além do tempo, do lugar e da circunstância. Torna-se um ato sagrado. Torna-se *sadhana*. Nesse processo, tanto aquele que recebe quanto aquele que serve tornam-se transformados.

Organização Internacional Sri Sathya Sai
Paraguai







*Gloria de
Ser Mulher*

Um Novo Nascimento com Swami

Ao refletir sobre o passado, percebo que minha jornada até Swami já estava profundamente enraizada em meu ser. Já estava traçada muito antes de eu sequer ter consciência disso. A decisão de viajar para a Índia, ao *ashram* de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, não marcou o início de minha transformação — apenas a revelou. E, quando esse momento chegou, algo em mim se abriu por completo, como se uma porta oculta no íntimo da minha alma tivesse sido finalmente destrancada.

Sempre fui apaixonada pela Índia. Ainda no ensino médio, todas as minhas redações e projetos giravam em torno desse país — sua espiritualidade, sua filosofia milenar e **sua profundidade extraordinária**. Enquanto outros estudantes escreviam sobre temas mais convencionais, minha imaginação vagava entre sábios, templos e sabedoria ancestral. Em algum lugar do meu ser, existia um impulso silencioso e uma certeza profunda de que, um dia, eu pisaria naquele solo. Nunca questioneei esse anseio interior. **Era algo tão natural quanto o próprio ato de respirar,**

como se um chamado já tivesse sido colocado em meu coração antes mesmo de eu compreender quem me chamava.

E, além de tudo isso, eu sonhava com Baba!

Quando a tragédia chega

Em 2007, minha mãe faleceu. Éramos profundamente ligadas, e sua partida trouxe uma dor que eu jamais havia experimentado. Minha família sempre seguiu a tradição católica e, naquela época, eu já havia concluído meus estudos em teologia. Acreditava firmemente que minha mãe tinha ido para um lugar melhor, mas sua perda transformou minha vida de maneira irrevogável. A crença não apagou a dor, assim como a fé não pôde aliviar a saudade. Quando uma mãe já não está mais presente, o peso das responsabilidades ganha um significado diferente. Foi como se o chão sob meus pés tivesse desaparecido, e senti que precisava reaprender a ficar de pé.

Toda a minha mente, alma e coração passaram por um profundo processo

“Por que algumas pessoas, no Ocidente, tantas vezes demonstram dificuldade em respeitar a fé alheia, os caminhos espirituais que outras pessoas percorrem e os significados sagrados de diferentes culturas? O que mudaria se nos aproximássemos das diferenças não com desconfiança, mas com reverência?”

de transformação. Lembro-me de cada detalhe daquela batalha interior.

Como é lidar com uma batalha desse tipo para uma católica tradicional e formada em teologia? Não é algo dramático aos olhos dos outros. **É um conflito silencioso, interno e constante. É uma luta travada entre a fé e o medo, entre a confiança e a culpa, o anseio e a obediência.** Após a morte de minha mãe, decidi deixar a política e me dedicar ao ensino da religião católica como professora. Voltei para a casa onde cresci, buscando amparo e familiaridade, na esperança de que aquelas paredes repletas de lembranças da infância pudessem trazer firmeza ao meu espírito tão fragilizado. Decidi, então, viajar para a Índia para saciar a sede do meu coração.

Uma Pergunta que Me Incomodava

Poucos meses antes de tomar a decisão de viajar para a Índia, participei de um seminário da igreja voltado para professores de religião, que aconteceu na Croácia. Durante o evento, os ensinamentos de Swami foram apresentados de maneira extremamente negativa. Ele foi descrito como um manipulador, e foram usadas palavras bastante duras, que prefiro não repetir. Na tradição da teologia católica, os conceitos de pecado, a crença em um único Deus e o Cristo como o único caminho são fortemente enfatizadas. Minha luta interior girava em torno de uma pergunta dolorosa:

“Estou errando ao decidir ir para

Puttaparthi?”

Essa pergunta não me deixava. Ela me acompanhava no silêncio, na oração e no sono.

Naquela época, eu sonhava com frequência com Swami. Um profundo anseio por solidão tomava conta de mim. Algo dentro de mim clamava por silêncio, por espaço e por uma verdade além do medo. Não era rebeldia. Era um anseio incessante.

O Chamado se Torna Mais Forte

Em março, comprei minha passagem aérea. A viagem estava marcada para 26 de junho de 2010. Naquela época, eu tinha 28 anos. Foi naquele ano que aprendi a amar a solidão. **Minha mente vivia constantemente tomada pela presença de Swami — não havia espaço para mais ninguém ou para qualquer outra coisa além Dele. Eu sentia Sua presença em todos os lugares, uma conexão tão profunda que parecia que Ele estava me chamando.**

Foi também nesse mesmo ano que Rama, minha cachorra, tornou-se uma parte importante da minha vida. Seu nome foi inspirado pelas moças com quem eu havia começado a conviver. Elas mantinham um pequeno Centro Sai em Čakovec, uma cidade ao norte da Croácia. Aos poucos, comecei a participar dos encontros organizados por elas. Cantar *bhajans* nesses momentos me trazia uma paz profunda. Rama acabou se tornando um símbolo vivo daquela transição — uma presença amorosa e

constante em um período no qual meu coração se abria e meu mundo interior passava por uma transformação silenciosa, embora, exteriormente, tudo parecesse permanecer o mesmo.

A Orientação do Meu Avô

Certa noite, o peso do futuro encontro presencial com Swami tornou-se grande demais para que eu o carregasse sozinha. Eu precisava falar com alguém. Cresci em uma família católica, íamos à missa todos os domingos. Naquela época, eu já trabalhava como professora de religião católica em uma escola. Tudo o que estivesse fora daquele contexto era frequentemente considerado pecado. Ainda assim, eu sentia a necessidade de abrir meu coração.

Naquela fria noite de inverno, peguei minha bicicleta e saí. Eu precisava sentir o gelo, a neve e o silêncio para acalmar minha mente inquieta. Mais do que isso, ansiava por uma conversa com meu avô, Ivan. Ele era a única pessoa forte e sábia o bastante para questionar minhas decisões com sinceridade — para me sacudir, discutir comigo e me ajudar a evitar aquilo que eu temia ser um grande erro.

Dez quilômetros nos separavam. A lembrança do vento cortante congelando meus dedos enquanto eu pedalava na escuridão — sem postes de luz, sem farol na bicicleta, guiada apenas pela determinação.

Sentamo-nos à mesa, como sempre fazíamos. Hesitante, comecei a contar sobre a Índia, sobre meu plano de ir para lá. Foi então que meu avô, já debilitado pela doença de Parkinson, ergueu os olhos para mim e disse:

“Marta, se você for para a Índia, vá até Aquele de cabelos grandes. Aquele que é como Deus naquele país. Imploro a Ele que cure nosso Toni, que de repente adoeceu com diabetes. Li tanto sobre Ele... Assisti a documentários e acredito que Ele pode fazer qualquer coisa. Eu até já tive

uma fotografia Dele, mas o padre a tirou de mim. Se você for até Ele, eu lhe imploro — traga-me outra foto Sua. Marta, vá até Ele.”

Fiquei sem palavras. Nunca havia falado com meu avô sobre Swami antes. Nem fazia ideia de que ele sabia algo a Seu respeito. **Nunca descobri como Swami entrou na vida do meu avô. Mas, naquele momento, pareceu que o universo inteiro havia se alinhado.**

No caminho de volta para casa, pedalando pela noite congelante sob um céu estrelado, soube que aquilo não era uma simples coincidência. O caminho estava claro e evidente. Eu iria.

Vivenciando a Onipresença de Sai

Quando finalmente cheguei a Puttaparthi, meus pés pareciam saber para onde me levar. Eu havia chegado em casa. Tudo ao redor parecia estranhamente familiar, como se alguma memória tivesse precedido aquele momento.

Nos três primeiros dias, no entanto, não tive coragem de ir ao *darshan*. Sentia a presença de Swami em meu quarto e tinha plena certeza de que Ele sabia que eu havia chegado.

No segundo dia, conheci Larissa, uma amiga que tornou minha estadia muito mais fácil e tranquila. Ela já havia estado na Índia muitas vezes e conhecia tudo sobre a vida no *ashram*. Mantemos contato até hoje e ainda nos encontramos. Graças a ela, comecei a me adaptar, a observar e a respirar mais profundamente dentro daquela realidade que era, ao mesmo tempo, nova e antiga.

29 de Junho — Um Verdadeiro Dia de “Nascimento”

Meu primeiro *darshan* aconteceu no dia do meu 29º aniversário, em 29 de junho! Naquela noite, enquanto eu

passava pelo Sai Kulwant Hall, virei-me em direção a Swami e Ele voltou o olhar para mim.

Minha mente imediatamente começou a buscar explicações: “Ele é apenas um homem vestindo uma túnica alaranjada”. Porém, meu coração se rendeu, e comecei a chorar incontrolavelmente.

Naquele momento, compreendi a imensa graça de estar naquele lugar. **Entre bilhões de pessoas neste planeta, ali estava eu, naquela hora e naquele momento sagrados. Desde aquele dia, nunca mais deixei de participar de um *darshan*.**

Somente mais tarde compreendi o que realmente havia acontecido. O dia 29 de junho não foi apenas o aniversário do meu nascimento físico; foi o dia em que meu verdadeiro ser despertou para a vida!

Catarse sob a Árvore de Meditação

Eu visitava frequentemente a Árvore de Meditação (Vatavriksha) plantada pelo próprio Swami. Sob sua sombra, costumava passar longos períodos sozinha. Ali, as lembranças de minha querida mãe ressurgiam, e tudo o que havíamos vivido juntas nos quartos de hospital voltava à minha mente. Eu me lembrava do frio parapeito da janela sob meus dedos, do temor de adormecer e de que ela pudesse morrer naquele exato instante...

Sob aquela árvore, permiti que todas as lágrimas contidas por tanto tempo finalmente pudessem ser derramadas. Foi uma experiência profundamente catártica, que trouxe uma profunda purificação interior. Algum tempo depois, descobri algo que me tocou nas profundezas do meu ser.

Descobri que compartilhava meu

aniversário com a *Vatavriksha*! Em 29 de junho de 1959, na lua cheia do mês de *Ashadha*, Bhagavan havia materializado uma espessa placa de cobre gravada com *Bija Aksharas* (sílabas místicas sagradas) e a colocado exatamente naquele local antes de plantar a figueira-de-bengala. Naquela ocasião sagrada, Ele declarou que aquela seria a *Árvore da Iluminação*, como a Árvore Bodhi sob a qual Buda alcançou o *nirvana*, ou iluminação. Disse também que os aspirantes espirituais que meditassem sob ela alcançariam realização espiritual, firmeza mental e domínio dos sentidos.

Eu nada sabia sobre isso quando me sentei ali pela primeira vez. Sabia apenas que algo dentro de mim se rompeu e se abriu sob a sombra de seus galhos. **Somente mais tarde compreendi que aquela data não representava apenas meu nascimento físico; foi também o início do meu despertar espiritual.**

A Graça que Continua além das Despedidas

Três meses depois da minha inesquecível estadia na Índia, voltei trazendo uma foto de Swami para meu avô. Sentei-me ao lado de sua cama e lhe falei sobre Swami, sobre o *ashram* e sobre a presença intensa que eu havia sentido de forma tão vívida. Meu avô estava acamado, incapaz de se mover. No dia seguinte, ele faleceu. No entanto, ele havia recebido a foto. Ele havia recebido Swami!

Mais tarde, descobri que 2010 foi o ano em que Swami chamou Seus devotos à Índia. Para muitos, foi um tempo de reunião, um tempo de despedida silenciosa e de um último derramamento de amor.

No mais profundo do meu ser, compreendi que meu avô havia sido um mensageiro de Deus naquela

noite de inverno, guiando-me com as palavras que eu mais precisava ouvir, para que eu pudesse trilhar o caminho que já estava preparado para mim.

O Catolicismo e Swami

Essa integração não foi fácil. Sou teóloga, amei Cristo por toda a minha vida e vivo para Jesus. Frequento a missa todos os domingos desde que me entendo por gente. Antes de viajar para a Índia, li o livro *Um Padre Encontra Sai Baba*. Naquele momento, a obra não ressoou plenamente em mim; considerei-a apenas o testemunho pessoal de um homem. Porém, o que se seguiu foi, na verdade, um lento e gradual processo de reorganização interior, repleto de altos e baixos.

Lembrei-me de um professor de teologia explicando a conversão de São Paulo. Ele dizia que as Escrituras nos contam que Paulo ficou cego ao ouvir o chamado de Cristo, mas não sabemos quanto tempo levou para que sua verdadeira transformação interior se completasse. A conversão exige tempo.

A palavra “*católico*” significa universal. Mais tarde, compreendi que ela também traz consigo o sentido de totalidade.

Quando eu estava no Sai Kulwant Hall, costumava usar um rosário no pulso. Certa vez, uma senhora indiana aproximou-se de mim, segurou minha mão, inclinou-se diante do pequeno crucifixo e o beijou. Aquele momento foi uma profunda lição para mim. Ele me obrigou a confrontar uma questão que ainda hoje ecoa dentro de mim:

Por que algumas pessoas, no Ocidente, tantas vezes demonstram tanta dificuldade em respeitar a fé alheia, os caminhos espirituais que outras pessoas percorrem e os significados

sagrados de diferentes culturas? O que mudaria se nos aproximássemos das diferenças não com desconfiança, mas com reverência?

“Se Você Precisa de Mim, Você Me Merece”

Essa promessa de Swami descreve maravilhosamente minha jornada até Ele! Eu precisava Dele e Ele veio ao meu encontro!

Eu não seria a pessoa que sou hoje sem aquela viagem à Índia e sem meu amado Swami. Esse caminho me ensinou que verdadeiramente nada sei, que jamais devo julgar e que a diversidade não é uma ameaça, mas um precioso presente. Por meio dos ensinamentos de Swami, tornei-me uma católica melhor. Uma coisa não exclui a outra.

Acredito que recebi uma graça especial sem ter feito nada para merecê-la. Por meio dos ensinamentos de Swami, hoje vejo tudo como uma lição que me conduz a uma versão melhor de mim mesma. Vejo cada pessoa como um mestre. Creio firmemente que tudo acontece, em última instância, para o meu crescimento espiritual.

Sou grata por cada dia. Começo todas as manhãs com gratidão. Por causa Dele, não excluo ninguém. Tudo possui igual valor. Sou mais corajosa e mais segura em minhas decisões, porque sei que Ele caminha comigo. A fé católica e a Eucaristia ajudaram-me a compreender algo essencial: Swami não partiu. Ele está aqui eternamente!

Somos todos estudantes no caminho da vida — diferentes, mas, ainda assim, somos todos um. Para mim, essa compreensão começou em um único dia: 29 de junho de 2010, o dia em que celebrei meu verdadeiro nascimento.

Marta





Chamada por seus artigos, poemas, áudios, vídeos!

Qualquer coisa que esteja associada somente à “Sua” História vale a pena preservar como “História”. Somos todos abençoados por termos experimentado o amor e a graça de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba e continuamos a experimentar o mesmo em nossas vidas diárias. É por isso que Swami é nosso Eterno Companheiro.

A equipe editorial da revista “Sathya Sai – O Eterno Companheiro” recebe calorosamente artigos e poemas baseados em experiências pessoais autênticas com o Avatar da Era, nosso amado Bhagavan. Você pode enviar suas contribuições como um documento, arquivo de áudio ou arquivo de vídeo. Além de serem publicadas na revista (se selecionadas), essas contribuições também podem ser publicadas nos canais de mídia digital da OISSS. Todas essas contribuições serão armazenadas com segurança para a posteridade nos arquivos digitais da OISSS pelo Comitê de Arquivos da OISSS.

É hora de abrir seus corações e compartilhar os tesouros reunidos de Swami. Esses tesouros só crescem ao serem compartilhados.

Por favor, envie para: <https://sathyas.ai/upload>

dos

JOVENS ADULTOS SAI INTERNACIONAIS

JOVENS ADULTOS
SAI IDEAIS



A redor d mund

PEQUENAS COISAS GRANDE AMOR

Servindo Famílias em Bugaba, Panamá

Em 15 de fevereiro de 2026, foi realizado um acampamento escolar no Centro Sai de Bugaba, na província de Chiriquí, no Panamá, reunindo aproximadamente 300 voluntários, devotos e membros da comunidade.

Durante o evento, foram distribuídas 150 mochilas, cada uma contendo dois cadernos, canetas, lápis de cor, régua, apontador e borracha, para apoiar as crianças no início do novo ano letivo. Além disso, foram recebidas doações de cerca de 1.000 peças de roupa, 300 pares de sapatos e óculos de leitura para as famílias da comunidade. Os materiais escolares excedentes foram posteriormente entregues a Quebrada Negra, uma comunidade carente, permitindo que ainda mais crianças fossem beneficiadas com esses recursos ao longo do ano escolar.

As sábias palavras de Madre Teresa, “nem todos nós podemos fazer grandes coisas, mas podemos fazer pequenas coisas com grande amor”, servem como uma tocante lembrança de que até os menores atos, quando realizados com amor, podem alcançar grandes resultados. Foi um encontro simples, porém repleto de significado, deixando em todos os participantes uma profunda satisfação por terem servido com amor.



Siga a conta dos Jovens Adultos @saiyoungadults na mídias sociais



Facebook



Instagram



Telegram



Threads



X (Twitter)



Spotify



E-mail



Jovens Adultos Sai
<https://sathyasai.org/ya>

yacoordinator@sathyasai.org



WhatsApp

De uma Prece Silenciosa



Serviço

...ao... ➔ Desinteressado



Em janeiro de 2026, com uma oração nos lábios, o Programa de Jovens Adultos da OISSS na província de KwaZulu-Natal, na África do Sul, foi reativado para promover o crescimento espiritual dos Jovens Adultos por meio do amor e do serviço.

O formulário de inscrição foi respondido por 30 entusiasmados Jovens Adultos. Posteriormente, foram realizadas duas sessões de boas-vindas nos dias 6 e 9 de fevereiro de 2026, pelo Zoom, criando um espaço para conexão e reintrodução ao Programa Internacional de Jovens Adultos. Essas sessões proporcionaram um ambiente seguro para o diálogo aberto, no qual os participantes compartilharam desafios pessoais profundamente sensíveis, com honestidade e coragem.

Em preparação para o sagrado festival de Maha Shivaratri, os Jovens Adultos de KwaZulu-Natal, organizaram um Círculo de Estudos online. Um total de 26 participantes de diversas regiões do país participou da atividade. Iniciado com a recitação dos Vedas, o círculo de estudos, baseado no Guia de Estudos de Maha Shivaratri da OISSS, concentrou-se no significado interior do festival. As discussões enfatizaram que a verdadeira observância de *Shivaratri* reside na transformação interior e na harmonização do ambiente por meio dos *bhajans*, das ações corretas e da reverência à natureza.

Em seguida, realizou-se o Cozinha Sai Seva em Umkomaas e Umzinto, KwaZulu-Natal, na África do Sul, entre os dias 28 de

fevereiro e 1º de março de 2026. Em 28 de fevereiro, 17 voluntários, incluindo quatro Jovens Adultos, adquiriram os ingredientes e prepararam os vegetais.

No dia 1º de março, 50 voluntários, incluindo 12 Jovens Adultos, iniciaram o dia com uma oração e foram inspirados pelas mensagens do Presidente do Conselho Nacional da OISSS da África do Sul e do Presidente do Centro Sai de Umkomaas. *Bhajans* inspiradores criaram uma atmosfera espiritualmente elevada ao longo de todo o dia. **Mais de 540 refeições foram preparadas e distribuídas com amor às comunidades de Umkomaas e Umzinto, incluindo assentamentos informais próximos.**

Os Jovens Adultos desempenharam um papel ativo em todas as etapas, ajudando na coordenação, preparação e distribuição das refeições. Um dos aspectos mais significativos do seva foi a oportunidade de servir diretamente na comunidade. Os voluntários puderam testemunhar de perto os sorrisos, a gratidão e o apreço daqueles que receberam as refeições.

A reativação do Programa de Jovens Adultos constitui um verdadeiro testemunho das palavras de Sri Sathya Sai Baba: "Quando você dá um passo em Minha direção, Eu dou cem passos em sua direção". **Uma oração silenciosa e um simples formulário do Google tornaram-se o ponto de partida para que os Jovens Adultos da província se unissem, crescendo interiormente em direção a Swami e exteriormente em verdade e unidade para servir à sociedade.**



O Exercício do Chapéu

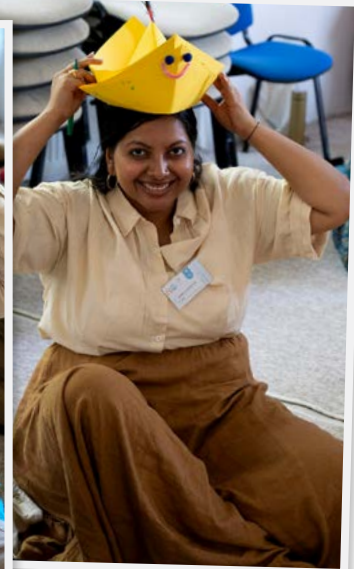


Em 2024, eu participei do Retiro de Líderes de Jovens Adultos em Sai Prema, em Atenas, na Grécia. Como Coordenador de Jovens Adultos da OISSS da Irlanda, tive a oportunidade de participar desse retiro de liderança, uma experiência que continua moldando minha vida cotidiana. Entre todas as atividades, o **“Exercício do Chapéu”** permanece gravado em minha memória.

Para esse exercício, não recebemos instruções elaboradas nem explicações filosóficas. Simplesmente fomos convidados a criar chapéus usando papel, cores e cola. Eles poderiam ter qualquer formato ou desenho, e deveríamos escrever neles os papéis e responsabilidades que carregamos em nossas vidas, garantindo que os chapéus realmente servissem em nossas cabeças. À primeira vista, parecia algo quase lúdico. Lembro-me de pensar que talvez fosse apenas uma dinâmica de integração para que nos conhecêssemos melhor.

Escolhemos aleatoriamente as pessoas ao nosso lado para formar grupos e sentamos no chão como crianças redescobrimos a arte pela primeira vez. Naqueles momentos, a vida adulta silenciosamente recuou. Compartilhávamos materiais espontaneamente, ajudávamos uns aos outros sem que ninguém precisasse pedir e admirávamos as criações alheias sem julgamento ou comparação. Parecia um retorno ao Bal Vikas (Educação Espiritual Sai).

À medida que trabalhávamos, os chapéus tornavam-se espelhos silenciosos do mundo interior de cada pessoa, refletindo pressões, esperanças, limitações e fortalezas.



Quando começamos a compreender nossa própria paisagem interior, tornamo-nos mais gentis com os outros. Escutamos mais, reagimos menos e respondemos com maior clareza. Esses não são conceitos espirituais abstratos, são habilidades práticas que nos moldam todos os dias, inclusive no mundo profissional.

Naquela fase da minha vida, eu carregava múltiplas responsabilidades, funções na Organização, aulas de EES, um exigente trabalho na área de logística e meus deveres familiares. Criei um chapéu simples porque queria que o conteúdo fosse mais importante do que a aparência.

Mas, quando comecei a explicar meus papéis, surgiu uma estranha sensação de peso. A repetição de frases como “eu faço isto...” e “eu administro aquilo...” gerou um desconforto interior. Foi então que percebi que o ego se esconde até mesmo na forma como nos apresentamos. A verdade tornou-se clara: nenhum desses papéis era realmente meu. Swami havia me concedido a capacidade, as oportunidades, o ambiente e a força para cada responsabilidade que eu desempenhava. Ainda assim, minha linguagem instintiva continuava centrada no “eu”.

Essa sutil percepção transformou silenciosamente minha maneira de encarar o mundo material. As realizações deixaram de parecer propriedade e passaram a ser vistas como responsabilidade confiada. As obrigações deixaram de ser um peso e passaram a ser motivo de gratidão. Na vida corporativa, em que a autopromoção



(autor oferecendo o seu chapéu)

muitas vezes parece necessária, esse entendimento ajudou-me a permanecer centrado e humilde, sem perder a confiança nem a clareza.

Ouvir os outros apresentarem seus chapéus aprofundou ainda mais essa transformação. Muitos compartilharam responsabilidades que eu jamais teria imaginado, lutas pessoais, compromissos familiares e desafios profissionais, mas carregavam tudo isso com sinceridade e dignidade.

Isso me fez perceber como é fácil julgarmos os outros sem conhecer os fardos invisíveis que carregam. Naquela sala, toda hierarquia desapareceu. Cada papel, fosse ele reconhecido ou não, parecia igualmente significativo. Antes, eu acreditava que uma pessoa deveria trabalhar apenas em funções que realmente apreciasse. Mas o retiro revelou uma verdade mais profunda: nem toda função nos inspirará, mas a sinceridade pode tornar qualquer função significativa. Desde então, esse entendimento tornou-se um princípio fundamental na maneira como conduzo meu trabalho e minha vida, lembrando-me de não buscar validação, de não me sobrecarregar para provar meu valor, mas de fazer o que precisa ser feito com firmeza, clareza e contentamento.

Quando os chapéus ficaram prontos, fomos convidados a colocá-los na cabeça, caminhar em direção ao altar de Swami, ajoelhar-nos e oferecê-los aos Seus pés de lótus. O momento mais transformador aconteceu quando retirei meu chapéu. Assim que o levantei, senti uma leveza física, como se o peso dos rótulos, das identidades e das expectativas tivesse sido suavemente removido. Sem os meus papéis repousando visivelmente sobre minha cabeça, a única presença que eu conseguia sentir era a de Swami.

Foi um momento de entrega total,

Quando os chapéus ficaram prontos, fomos convidados a colocá-los na cabeça, caminhar em direção ao altar de Swami, ajoelhar-nos e oferecê-los aos Seus pés de lótus. O momento mais transformador aconteceu quando retirei meu chapéu...



silencioso e poderoso. Uma frase bem-humorada que Swami disse ao saudoso Ajit Popat, um devoto do Reino Unido, ecoou dentro de mim: "Render-se significa: Eu sou o Senhor, e você está por baixo" (trocadilho do inglês - "Surrender means: I am **Sir**, and you are **under**").

Oferecer os chapéus aos pés de Swami completou a experiência com uma sensação indescritível de libertação. Não estávamos colocando pedaços de papel decorados aos Seus pés. Estávamos oferecendo nossas mentes, nossas identidades, ambições, inseguranças e imagens que criamos de nós mesmos.

Quando algo é sinceramente colocado aos pés de Swami, o peso deixa de ser nosso. Repetidas vezes, os *satsangs* me mostraram que enxergamos a nós mesmos com mais clareza quando nos vemos através dos outros. Sozinhos, justificamos nossos comportamentos, juntos, reconhecemos nossa verdade.

Olhando para trás, agora compreendo por que o "Exercício do Chapéu" foi o começo perfeito para o retiro. Era algo simples por fora, mas profundamente transformador por dentro. Ele me ensinou a me conduzir no mundo material, com humildade em vez de ego, sinceridade em vez de comparação, unidade em vez de isolamento e entrega em vez de controle. Essas qualidades tornaram-se a maneira pela qual procuro trabalhar, liderar, relacionar-me e contribuir, tanto na vida pessoal quanto profissional.

Entramos naquela sala pensando que estávamos confeccionando chapéus. Saímos dela percebendo que havíamos removido o maior de todos: o ego. E somente quando o ego foi removido é que finalmente criamos espaço para que Swami pudesse agir através de nós.

Sainath Satish
Índia





Sanjna Srivatsa
EUA



Sadhana é Simples

Swami diz: “Todos os tipos de *sadhana* (práticas espirituais) têm apenas um propósito: alcançar a pureza. No momento que você alcançar a pureza do coração, o Deus onipresente Se manifestará diante de você”.

Por ocasião do 100º Aniversário de Swami, os Jovens Adultos Sai Internacionais lançaram a iniciativa coletiva de *sadhana* “Ascenda com Sai”. Composta por 20 diferentes opções de *sadhana*, a iniciativa convidava os Jovens Adultos a escolherem uma prática que ressoasse com eles e a realizá-la diariamente de forma consistente, em preparação para esse marco sagrado.

Uma das participantes, Sanjna Srivatsa, dos Estados Unidos, compartilha sua reflexão:

“Como mãe de uma criança de um ano de idade, minha jornada ultimamente tem sido menos sobre ‘tempo de academia’ e mais sobre ‘graça em movimento’. Durante 100 dias, meu *sadhana* foi uma meta simples, mas desafiadora: completar 10 mil passos todos os dias. Houve dias em que o clima não ajudava e noites em que cuidar de uma criança doente fazia cada passo parecer um quilômetro. Pela graça de Swami, consegui manter essa prática durante 90 dias. Ao refletir sobre este centenário da Vinda de Swami, percebo que não estou apenas perseguindo um número na balança, estou aprendendo a integrar a atividade física à minha vida, tendo meu bebê ao meu lado. Minha maior lição ao participar do programa de *sadhana* ‘Ascenda com Sai’? Não fomos feitos para trilhar esses caminhos sozinhos. Encontrar um ‘companheiro de *sadhana*’ ou um grupo de apoio é realmente o segredo para manter a constância. Sou profundamente grata por esta comunidade de almas inspiradoras e comprometidas.”

Orações pela PAZ



A Equipe de Vedas dos Jovens Adultos Internacionais Sai organizou a iniciativa “Orações pela Paz”, que incluiu duas sessões online ao vivo, nos dias 14 e 15 de março de 2026, com o propósito de orar coletivamente pela paz e pela cura da humanidade.

Cada sessão, com duração de 45 minutos, incluiu orações guiadas, como o Gayatri Mantra na voz de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, a recitação do Sai Gayatri e o entoar de mantras védicos, incluindo *Ganapati Prarthana*, *Namakam*, o 3º *Anuvaka* do *Chamakam* do *Rudram*, *Kshama Prarthana* e o mantra *Svasti*

Vachaka. Em seguida, foram realizadas orações de diferentes religiões e apresentado um discurso divino de Swami, enfatizando a importância da repetição do Nome do Senhor e das vibrações de paz geradas por essa prática. A sessão foi concluída com a oração universal “*Samastha Loka Sukhino Bhavantu*” (Que Todos os Mundos Sejam Felizes). As duas sessões contaram com a participação de aproximadamente 500 adultos, Jovens Adultos e crianças.

Brasil - <https://www.sathyasai.org.br/jovens>
Internacional - <https://sathyasai.org/ya>



MINHAS Mães DIVINAS



Likarjun U | Grupo 3 | Sri Lanka

Dia de Easwaramma...

O Dia de Easwaramma é celebrado em memória de Easwaramma, mãe de Sri Sathya Sai Baba. Esta data especial é observada para homenagear o amor, o sacrifício e o cuidado de todas as mães.

Easwaramma era uma mãe bondosa e amorosa. Ela desempenhou um papel importante na formação do caráter e dos valores de Sri Sathya Sai Baba desde a sua infância. Sua orientação e seu afeto ajudaram-no a tornar-se um grande líder espiritual, que mostrou ao mundo o caminho da verdade, do amor e da paz.

No Dia de Easwaramma, estudantes e devotos expressam sua gratidão realizando boas ações. Eles ajudam os necessitados e demonstram bondade. Este dia lembra a todos a importância do amor materno e dos valores que as mães nos ensinam.

Em suma, o Dia de Easwaramma não trata apenas de lembrar uma mãe, mas de respeitar todas as mães. O amor materno é puro e altruísta, e devemos ser sempre gratos pela presença delas em nossas vidas.

Shayeisarana P | Grupo 3 | Sri Lanka



Sathisswaran H | Grupo 2 | Sri Lanka

Sarmithan S | Grupo 3 | Sri Lanka



Aathushan K | Grupo 2 | Sri Lanka

தினிய
தாய்
தின
நல்லாடுதருவாள்

என் குழந்தை பருந்தும் முன்
என் குழந்தை கேட்கும் முன்
என் குழந்தை சிறிய முன்
என் குழந்தை சிறிய குழந்தை



HAPPY MOTHERS
DAY AMMA

Kisharikka J | Grupo 2 | Sri Lanka

N. Anveegha

My Mother



Anveegha N | Grupo 1 | Sri Lanka



Devgeessh S | Grupo 1 | Sri Lanka



Sarvashree S | Grupo 1 | Sri Lanka



Kanish R | Grupo 1 | Sri Lanka

Próximos eventos da OISSS

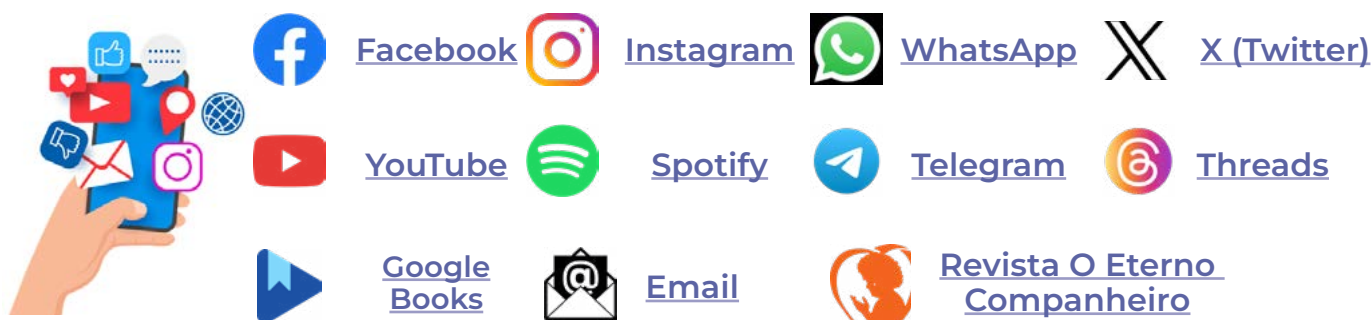
Por favor, visite sathyasai.org/events para mais detalhes sobre os eventos agendados, datas e horários locais.

Data do evento	Dia(s)	Festival/Evento
1º de maio de 2026	Sexta-feira	Buda Poornima
13 e 14 de junho de 2026	Sábado e domingo	Akhanda Gayatri mundial
29 de julho de 2026	Quarta-feira	Guru Poornima
15 e 16 de agosto de 2026	Sábado e domingo	Akhanda Gayatri mundial



Assista em sathyasai.org/live ou no [YouTube](https://www.youtube.com)

Fique atento às notícias e atividades da OISSS, visitando os websites da OISSS e seguindo/se inscrevendo nos diversos canais de comunicação abaixo. **Clique em cada ícone ou nome para visitar o site.**



- [Organização Internacional Sri Sathya Sai](#)
- [Universo Sri Sathya Sai](#)
- [Ajuda Humanitária Sri Sathya Sai](#)
- [Jovens Adultos Sri Sathya Sai](#)
- [Educação Sri Sathya Sai](#)
- [Vida Saudável](#)



O ser humano deve compreender que os cinco elementos básicos (terra, água, fogo, ar e éter) — que constituem a matéria fundamental do universo — são comuns a toda a humanidade e devem ser usufruídos como tal. Ele deve enxergar o divino em cada ser humano. Esse era o sentido da oração: *Buddham Sharanam Gachchami* (Busco refúgio no Senhor Buda). A segunda oração é: *Sangham Sharanam Gachchami* (Busco refúgio na sociedade). A implicação dessa oração é que, após alcançar a iluminação, deve-se ingressar na sociedade (para servi-la). A terceira oração é: *Dharmam Sharanam Gachchami* (Busco refúgio na ação correta). O significado da oração como um todo é que, para sustentar o *dharma*, deve-se utilizar o *buddhi* (o intelecto iluminado) e engajar-se em atividades sociais.

Sri Sathya Sai Baba
15 de maio de 1996



sathyasai.org

Ame a Todos • Sirva a Todos
Ajudar sempre • Ferir Jamais

