



Aradhana Mahotsavam

.....
30 CITAÇÕES DE BHAGAVAN SRI SATHYA SAI BABA

1 Para alcançar qualquer coisa na vida, dois elementos são essenciais: a fé firme e o amor puro. Para experimentar o amor puro e divino, vocês devem estar preparados para abandonar o egoísmo e o interesse autocentrado. Devem desenvolver pureza e constância. Com fé firme no Divino, vocês devem cultivar o amor a Deus a despeito de obstáculos e provações. Nunca devem pensar que prazer e dor são causados por forças externas, pois isso não é verdade. Eles são o resultado de seus próprios pensamentos. Não há sentido em culpar os outros. Se vocês desenvolverem amor por Deus, esse amor expulsará todo sofrimento e más tendências, como apego, raiva e inveja. O indivíduo deve buscar tanto a educação espiritual quanto os estudos seculares. Vocês precisam perceber que a Natureza também é uma manifestação de Deus. Portanto, a Natureza não deve ser ignorada. A Natureza é o efeito e Deus é a causa. Assim, vocês devem perceber a onipresença do Divino em todo o cosmos.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 22
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-22.pdf>

2 O amor é divino. Amem a todos; estendam o seu amor até mesmo àqueles que carecem de amor. O amor é como uma bússola de marinheiro. Onde quer que esteja, ele aponta para Deus. Manifestem o seu amor em cada ação da vida diária. A Divindade emergirá desse amor. Esse é o caminho mais fácil para a percepção de Deus. Mas por que as pessoas não o seguem? É porque elas estão obcecadas com concepções errôneas quanto aos meios para se experimentar o Divino. Elas pensam que Deus é alguma entidade remota, que só pode ser alcançada por meio de árduas práticas espirituais. Deus está em todo lugar. Não há necessidade de se buscar Deus. Tudo o que vocês veem é uma manifestação do Divino. Todos os seres humanos que veem são formas do Divino. Corrijam sua visão defeituosa e vocês experimentarão Deus em todas as coisas. Falem amorosamente, ajam amorosamente, pensem com amor e realizem cada ação com um coração repleto de amorosidade.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 28
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-28.pdf>

3

Para o progresso espiritual, *kshama* (paciência ou tolerância) é a base ou o fundamento real. Pessoas e países notáveis perderam sua glória, prestígio e reputação por causa do desaparecimento de *kshama*. Sem paciência e a capacidade de tolerar, a pessoa se torna espiritualmente fraca. Tal fraqueza leva a maus sentimentos, pensamentos indesejáveis e ações impróprias. A virtude de *kshama* é cultivada de forma mais eficiente sob circunstâncias adversas; portanto, a pessoa deve saudar alegremente os problemas, ao invés de considerá-los inoportunos. Desse modo, tempos de aflição e um ambiente de pesar e miséria oferecem a oportunidade ideal para o desenvolvimento de *kshama*.

Chuvvas de Verão em Brindavan 2000, Cap. 12
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-12.pdf>

4

Bem e mal, riqueza e pobreza, louvor e calúnia caminham juntos neste mundo. Não se pode derivar felicidade de felicidade (*Na sukhat labhate sukham*). A felicidade vem apenas do sofrimento. Um homem que hoje é rico pode se tornar pobre amanhã. De forma semelhante, um homem pobre pode enriquecer algum dia. Hoje vocês são elogiados, mas amanhã podem ser criticados. Encarar o louvor e a calúnia, a felicidade e o pesar, a prosperidade e a adversidade com uma mente equânime é a característica de um ser humano verdadeiro. A Gita declara: “Mantenha-se equânime na felicidade e na tristeza, no ganho e na perda, na vitória e na derrota” (*Sukha dukhe same kritva labhalabhau jayajayau*). Vocês só poderão desfrutar verdadeiramente da vida como seres humanos quando encararem com equanimidade tanto o sofrimento quanto a felicidade, tanto o ganho quanto a perda. A felicidade não tem valor sem o sofrimento. Portanto, deem as boas-vindas ao

sofrimento se desejam experimentar a felicidade real.

Sanathana Sarathi, 54(7), pg 202, 1996
<https://sathyasai.us/devotion/discourse/equal-mindedness-hallmark-human-being>

5

Vocês tiveram a oportunidade valiosa de ouvir discursos e diretrizes divinos; eles ficaram impressos em seus corações; muitas de suas conversas estão centradas em Mim ou em Meus passatempos divinos (*lilas*) e glória (*mahima*). Meu conselho para vocês é este: apliquem essa adoração na sua vida. Deixem que os seus companheiros vejam como são disciplinados, como obedecem sinceramente aos seus pais e como reverenciam profundamente os seus professores. Sejam luzes, irradiando virtude e autocontrole onde quer que vivam, de forma tão louvável quanto faziam em Minha divina presença. Não escorreguem novamente para a indisciplina, maus modos, irresponsabilidade e hábitos nocivos.

Sathya Sai Speaks Vol .8, Cap. 5
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume08/sss08-05.pdf>

6

Não é fácil para a mente humana, imersa em preocupações mundanas, voltar-se para Deus. É apenas quando a mente é transformada e colocada sob o controle da Alma (*Atma*) que o corpo experimenta a bem-aventurança divina (*ananda*). A devoção (*bhakti* - amor intenso por Deus) é o meio através do qual a mente é transformada. Volte progressivamente sua mente para Deus, até que ela se funda em Deus. A meditação, a repetição dos nomes do Senhor, o canto grupal de canções devocionais (*bhajans*), a leitura das escrituras e outras atividades semelhantes destinam-se apenas a purificar a mente, para que ela possa se concentrar em Deus. Da mesma forma que o campo

precisa ser arado adequadamente e preparado para a sementeira, a fim de se obter uma boa colheita, assim também, para obtermos o fruto da Sabedoria Divina, precisamos tornar o campo do nosso coração puro e sagrado, através de ações boas e santas e da disciplina espiritual (*sadhana*).

Sathya Sai Speaks Vol. 17, Cap. 17

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume17/ss17-17.pdf>

7 Com orações a Deus vocês podem alcançar qualquer coisa na vida. Eu quero que vocês rezem. Eu estou sempre com vocês, em vocês, acima e em torno de vocês. Façam esforços para transmitir essa fé e devoção aos seres humanos, seus irmãos. Isto Me fará muito feliz. A felicidade está na união com Deus. Por esta razão, contemplem Deus incessantemente. Jamais permitam que a ansiedade ou a preocupação tenham lugar.

Sathya Sai Speaks, Vol. 39, Cap. 1

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/ss39-01.pdf>

8 Nutram a pequenina semente de amor que se prende ao “eu” e ao “meu”; permitam que ela germine em amor pelo grupo ao seu redor e cresça em amor por toda a humanidade; daí, que ela espalhe seus ramos sobre bichos e pássaros, e aqueles que rastejam e se arrastam, e finalmente deixem que o amor abarque todas as coisas e seres em todos os mundos. Prossigam de pouco amor para mais amor, do amor estreito ao amor expandido.

Sathya Sai Speaks, Vol. 13, Cap. 16

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume13/ss13.pdf>

9 Acima de tudo, é melhor que o aspirante espiritual esteja, sob quaisquer condições, alegre, sorridente e entusiástico. Esta atitude pura é ainda mais desejável que devoção e sabedoria. Aqueles que a tiverem adquirido merecem alcançar a meta primeiro. Esta qualidade de alegria em todos os momentos é o fruto do bem realizado em nascimentos anteriores. Se uma pessoa está sempre preocupada, depressiva, duvidando, jamais poderá alcançar a bem-aventurança, seja qual for a prática espiritual que ela possa fazer. A primeira tarefa do aspirante espiritual é o cultivo do entusiasmo. Por meio desse entusiasmo ele pode obter qualquer variedade de bem-aventurança espiritual (*ananda*).

Prema Vahini

<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

10 “O mundo é transitório. Nascer é um sofrimento. Envelhecer é um sofrimento. Tenha cuidado!” Assim diz um poema em sânscrito. Enquanto você estiver vivo, assim como todos, amará o seu corpo. Isto acontece por razões puramente egoístas. Só Deus é completamente altruísta. Ame a Deus e viva uma vida normal; não há nada errado nisto. Tudo que fizer, considere como uma oferenda a Deus. Veja Deus em todos. Não tenha má vontade para com ninguém. Não tenha apego excessivo a ninguém. Direcione todo apego para Deus. Ame a todos. Não confie em ninguém além de Deus. Reconheça a transitoriedade do corpo e deposite sua confiança apenas em Deus. Busque refúgio Nele. O que mais se precisa hoje em dia, nesta era de Kali, é de fé. Tanto quanto seja possível, sempre que tiver chance, medite em Deus. Conquiste

a estima da sociedade através do serviço sincero. Isto lhe garantirá um bom futuro.

Sathya Sai Speaks Vol. 29, Cap. 33
<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

Sanathana Sarathi 56(7), pg. 2, 2013
<https://sathyasai.us/devotion/discourse/ego-and-attachment-lead-bondage-alternative-translation>

11 As boas companhias podem elevar o indivíduo ao nível da Divindade, enquanto que as más companhias podem degenerar o mesmo indivíduo ao nível de um animal. Você deveria se esforçar para ascender acima do nível humano. Nenhum esforço é requerido para cair. Acolher o mal é muito fácil. Os jovens de hoje em dia cultivam maus pensamentos e maus sentimentos, executam más ações e, assim, desperdiçam sua preciosa juventude. Infelizmente, as pessoas atualmente se associam com más companhias e, como consequência, seus bons sentimentos e ações se transformam em sentimentos e ações ruins - tornando, por fim, suas vidas miseráveis. Embora pareça muito difícil alcançar o nível mais elevado, você deveria fazer esforços para alcançar patamares mais altos. Seus pensamentos são a causa primária de tudo. Por isso, deveria ter apenas pensamentos nobres, puros e significativos.

Sathya Sai Baba, Divino Discurso, 8 de julho de 1996 / Sanathana Sarathi 54(7), pg. 202, 2011
<https://saireflections.org/journals/pdf/Sanathanasarathi/SSJul2011.zip>

12 Embora seja difícil restringir a mente, ela pode ser redirecionada. Quando a mente, enraizada no mundo secular, é direcionada para a Divindade, ela ganha força moral. A mente mergulhada nos assuntos mundanos faz de você um prisioneiro do mundo, enquanto que a mente mergulhada em Deus lhe assegura a liberação. Seu coração é a fechadura e sua mente é a chave. Quando gira a chave para

a esquerda, ela tranca. Mas, se girar para a direita, ela abrirá. É o ato de girar a chave que faz a diferença. Assim, a mente é a causa tanto da sua liberação quanto da sua escravidão. O que, então, é liberação (*moksha*)? Não é uma mansão com ar condicionado, mas um estado desprovido de ilusão (*moha*). Majestade e moralidade estão em desviar a mente do mundo para Deus. É este conceito simples e poderoso que realmente contribui para o seu progresso e prosperidade.

Chuvas de Verão em Brindavan 1996, Cap. 1
<http://sssbpt.info/summershowers/ss1996/ss1996-01.pdf>

13 Deus está presente em todos. Ele reside em cada coração. Portanto, não confinem Deus a um templo, a uma mesquita ou a uma igreja. Onde quer que um ser humano esteja, lá está Deus. Deus assume a forma de um ser humano (*Daivam manusha rupena*). Como vocês se esquecem disso e não compreendem esse importante fato, se entregam a criticar os outros. Quem vocês estão criticando? Quem vocês adoram? Perguntem a si mesmos. Deus está presente em todos. Quando criticam os outros, vocês criticam Deus. Quando oferecem saudações a quem quer que seja, isso alcança Deus (*Sarva jiva namaskaram Keshavam prati gacchati*); quando insultam ou ridicularizam quem quer que seja, isso também alcança Deus (*Sarva jiva thiraskaram Keshavam prati gacchati*)! A partir deste momento, comecem uma nova vida, abandonando maus pensamentos e qualidades negativas. Purifiquem os seus corações. Que seus pensamentos, palavras e ações sejam sagrados. Somente assim as suas vidas serão felizes.

Sathya Sai Speaks Vol. 35, Cap. 6
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/sss35-06.pdf>

14 Considerem o significado do nome “Sai Baba”. “Sa” significa Divino, “ai” ou “ayi” significa mãe e “Baba” significa pai. Os pais do seu corpo físico demonstram amor com uma dose de egoísmo; Sai, porém, sua Divina Mãe e Pai, derrama afeição e repreensões apenas para guiá-los à vitória na luta pela autorrealização. Sai desceu como Avatar para cumprir a suprema tarefa de unir a humanidade inteira como uma só família, através do laço da irmandade, de afirmar e revelar a realidade Divina (*Átmica*) em cada ser. A Divindade é a base para o cosmos inteiro, e Minha missão é instruir todos a reconhecer a herança divina comum que une uma pessoa à outra, para que possam livrar-se do animal e elevar-se ao Divino! Eu desejo que contemplem isto, sintam alegria e inspirem-se a cumprir as disciplinas espirituais que estabeleci para o seu progresso em direção à meta da percepção de Sai, que brilha em seus corações.

Sathya Sai Speaks Vol. 12, Cap. 38
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume12/sss12-38.pdf>

15 Só se pode alcançar o Senhor através da devoção suprema (*parabhakti*). A devoção suprema só pode ser obtida através da sabedoria espiritual (*jnana*). A sabedoria espiritual só pode ser cultivada através da fé (*sraddha*) e a fé vem apenas através do amor (*prema*). Como, então, o amor deve ser cultivado? Isso pode ser feito através de dois métodos. (1) Considere sempre as faltas alheias, por maiores que sejam, como insignificantes e desprezíveis. Considere sempre suas próprias faltas, mesmo quando insignificantes e desprezíveis, como sendo grandes, e sinta-se triste e arrependido. Dessa maneira, você evita desenvolver erros e defeitos ainda maiores e adquire as qualidades da fraternidade e da tolerância. (2) O que quer que você faça, consigo mesmo

ou com os outros, faça-o recordando-se de que Deus é onipresente. Ele vê, ouve e conhece tudo. Discrimine entre o verdadeiro e o falso e fale somente a verdade. Discrimine entre o certo e o errado e faça apenas o certo. Esforce-se a cada momento para estar consciente da onipotência de Deus.

Prema Vahini
<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

16 O corpo é o templo do indivíduo (*jiva*), por isso, o que quer que aconteça nesse templo diz respeito àquele indivíduo. Assim também, o mundo é o corpo do Senhor, e tudo o que acontece nele, bom ou mau, é de Seu interesse. Pelo relacionamento observado entre o indivíduo e o corpo, conheça a verdade da relação inobservável entre o Senhor e a criação. O relacionamento entre o indivíduo (*jiva*) e o Senhor, o parentesco entre os dois, pode ser percebido por todos os que adquirem três instrumentos principais: (1) uma mente não maculada pelo apego e pelo ódio; (2) uma fala não maculada pela falsidade; (3) um corpo não maculado pela violência. A alegria e a paz não são inerentes aos objetos externos; elas estão em você mesmo. Mas as pessoas, na sua tolice, procuram-nas fora de si mesmas, em um mundo do qual, hoje ou amanhã, estão destinadas a partir. Portanto, desperte agora! Tente conhecer a essência da verdade eterna. Tente experimentar o amor que é o próprio Deus.

Prema Vahini
<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

17 O caminho da entrega é como o jeito do gatinho (*marjala kishora nyaya*), que simplesmente mia onde está, entregando todo o seu peso à mãe gata. De forma semelhante, o devoto deposita completa confiança no Senhor. A mãe

gata segura o gatinho na boca e transporta-o em segurança até mesmo através de passagens muito estreitas. Quando o devoto coloca todo seu fardo sobre o Senhor, sem medo ou preocupação, e se entrega completamente à Sua vontade, Deus certamente cuida de tudo. Lakshmana é o exemplo desse caminho. Para servir Rama, Lakshmana renunciou a todos os obstáculos em seu caminho, tais como riqueza, esposa, mãe, lar e até ao sono e à comida. E isso durante quatorze anos inteiros. Ele sentia que Rama era seu tudo, sua felicidade e alegria, que Ele lhe daria tudo que necessitasse. O propósito de sua vida era apenas segui-Lo, servi-Lo e render sua vontade à Dele. Essa é a característica da completa autoentrega. Essa disciplina da entrega (*prapatti*) é muito superior àquela da devoção (*bhakti*).

Prema Vahini

<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

18 O aspirante espiritual deve sempre procurar a verdade e a alegria; ele precisa evitar todos os pensamentos de natureza falsa, triste e depressiva. Depressão, dúvida e vaidade são Rahu e Kethu para o aspirante espiritual. Eles prejudicam sua prática espiritual. Quando a devoção do indivíduo está bem estabelecida, mesmo se esses pensamentos aparecerem, eles poderão ser facilmente descartados. Acima de tudo, é melhor que o aspirante esteja, sob quaisquer condições, alegre, sorridente e entusiástico. Esta atitude pura é ainda mais desejável que devoção e sabedoria. Aqueles que a tiverem adquirido merecem alcançar a meta primeiro. Essa qualidade de alegria em todos os momentos é fruto do bem realizado em nascimentos anteriores. Se uma pessoa está sempre preocupada, depressiva, duvidando, jamais poderá alcançar a bem-aventurança, seja qual for a prática espiritual que ela possa

fazer. A primeira tarefa do aspirante espiritual é o cultivo do entusiasmo. Por meio desse entusiasmo ele pode obter qualquer variedade de bem-aventurança.

Prema Vahini

<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

19 O amor pode conquistar qualquer coisa. Um amor altruísta, puro e imaculado conduz o ser humano a Deus. Amor egoísta e limitado o aprisiona ao mundo. Incapazes de compreender o amor puro e sagrado, os seres humanos atuais são vítimas de aflições sem fim, devido ao seu apego aos objetos materiais. O dever primário do indivíduo é entender a verdade sobre o Princípio do Amor. Uma vez que a pessoa compreenda a natureza do amor, não mais se perderá. Os diversos contextos dentro dos quais se utiliza atualmente a palavra “amor” não têm qualquer relação com o verdadeiro significado do amor. A afeição entre mãe e filho ou entre marido e esposa é incidental a um certo relacionamento temporário e não é amor real de forma alguma. O verdadeiro amor não tem princípio nem fim. Existe nas três categorias de tempo: passado presente e futuro. Só este amor é verdadeiro e capaz de preencher o ser humano com felicidade duradoura.

Sathya Sai Speaks Vol. 28, Cap. 38

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume28/ss28-38.pdf>

20 Hoje o mundo está perdendo seu equilíbrio ecológico à medida que o homem, por puro egoísmo, rouba os recursos da Mãe Terra, como carvão, petróleo, ferro, etc. Como consequência, observamos terremotos, inundações e outras calamidades naturais devastadoras. A vida humana só será plena quando o equilíbrio ecológico for preservado. Equilíbrio na vida humana e equilíbrio na

Natureza, os dois são igualmente importantes.

Sathya Sai Speaks, Vol. 33, Cap. 15
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume33/sss33.pdf>

21 Certa vez, Vivekananda procurou Swami Ramakrishna Paramahansa e perguntou: “Você já viu Deus?”. “Sim”, disse Sri Ramakrishna. “Em qual forma?”, perguntou Vivekananda. Ramakrishna respondeu: “Eu O vejo do mesmo modo que estou vendo você”. “Por que, então, eu não sou capaz de vê-Lo?”. Ramakrishna explicou que, se ele ansiasse por Deus com a mesma intensidade com que desejava tantas outras coisas, também teria a experiência de Deus. Ramakrishna disse que as pessoas choram por relacionamentos, riqueza e muitos outros aspectos, mas quantas derramam lágrimas por Deus? Ramakrishna aconselhou Vivekananda a desejar Deus com todo o coração e alma. Deus, então, teria que Se manifestar para ele. Se você deseja ter a experiência do Divino, precisa devotar-se ao Divino. As pessoas enfrentam vários problemas para obter riqueza, relacionamentos, posição e poder. Se devotassem uma pequena fração desse tempo para pensar em Deus, definitivamente se libertariam do medo da morte.

Sathya Sai Speaks Vol. 31, Cap. 24
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume31/sss31-24.pdf>

22 Nossas Upanishads nos ensinam os caminhos das *yogas*: *karma*, *upasana* e *jnana*. A essência da *karma yoga* (caminho da ação) é realizar todas as ações com dedicação, como uma oferenda ao Senhor, para o deleite Dele. *Upasana yoga* (caminho da adoração) é amar a Deus de todo o coração, com harmonia e pureza de pensamento, palavra e ação (*trikarana suddhi*). A adoração (*upasana*) não é verdadeira se você ama Deus apenas para satisfazer seus desejos materiais. A devoção

deve ser amor pelo amor apenas. Os seguidores de *jnana yoga* (caminho da sabedoria) devem considerar o universo inteiro como manifestação de Deus. A fé firme de que a Divindade reside em todos os seres na forma do *Atma* é denominada *jnana* (sabedoria espiritual). Se você se pergunta como pode haver Unidade (*ekatva*) se há tantas diferentes formas, nomes, atitudes, doutrinas, etc., considere o oceano insondável com suas infinitas ondas. Cada onda é única e diferente da outra em seu tamanho e forma, mas todas são manifestações distintas da mesma e única água e não são diferentes do oceano.

Chuvas de Verão em Brindavan 1990, Cap. 16
<http://sssbpt.info/summershowers/ss1990/ss1990-16.pdf>

23 Quais deveriam ser as características das pessoas na Organização Sai? Seus corações deveriam ser calmos como a Lua. Suas mentes deveriam ser puras como a manteiga. Suas palavras deveriam ser doces como o mel. Só quando vocês tiverem essas qualidades é que serão membros dignos da Organização. Onde essas três qualidades estiverem presentes, aí estará a Divindade.

Sathya Sai Speaks Vol. 28, Cap. 33
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume28/sss28-33.pdf>

24 *Sathatham Yoginah* - sempre um iogue! Seja calmo, imperturbável, sereno; não se deixe afetar pela sorte ou pelo azar, pois você é uma marionete que se move e se contorce conforme os puxões que Ele dá nas cordas! Seja amável no falar e no agir; não machuque nem ofenda os outros, nem se deixe afetar por qualquer ato ou comentário hostil da parte deles. Sinta-se feliz porque todos e todas as coisas são, assim, controladas por Deus. A peça, a brincadeira é Dele!

Sathya Sai Speaks Vol. 11, Cap. 29
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume11/sss11-29.pdf>

25 Cultive bons pensamentos, fale boas palavras e pratique boas ações, com a visão ampla de que todos no mundo deveriam ser felizes. Abandone maus pensamentos e más qualidades, pois eles são a causa de todos os sofrimentos do mundo. Qualquer trabalho que faça mantendo Deus como seu guia e salvador certamente terá sucesso. Deus é o seu único amigo verdadeiro. Ele está sempre com você, dentro de você e ao seu lado. Você deve desejar que todos sejam felizes. Todos deveriam encher seus corações de amor puro. Então o país e o mundo prosperarão e todos serão felizes!

Sathya Sai Speaks Vol. 27, Cap. 1

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume27/sss27-01.pdf>

26 Uma vez que caminhei livremente entre as pessoas, conversando e cantando com elas, até os intelectuais foram incapazes de perceber Minha verdade, Meu poder, Minha glória ou Minha real tarefa como Avatar. Eu posso resolver qualquer problema, não importa o quanto seja intrincado. Estou além do alcance da investigação mais intensa e da medição mais meticulosa. Só aqueles que reconheceram Meu amor e o experimentaram podem afirmar que tiveram um vislumbre da Minha realidade. Não tentem Me conhecer através dos olhos externos. Quando vão a um templo e ficam diante da imagem de Deus, vocês oram de olhos fechado, não é? Por quê? Porque sentem que apenas o olho interno da sabedoria pode revelar Deus a vocês. Portanto, não desejem obter de Mim simples objetos materiais; em lugar disto, anseiem por Mim em seu interior e serão recompensados. O caminho do Amor é a estrada real que leva a humanidade a Mim. Minha graça está sempre disponível para os devotos que têm amor e fé constantes.

Sathya Sai Speaks Vol. 12, Cap. 38

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume12/sss12-38.pdf>

27 O *japamala* (rosário) é muito útil para os iniciantes no sadhana (disciplina espiritual), mas, à medida que você progride, a repetição do mantra (*japa*) deve se tornar o próprio alento da sua vida, e a rotação de contas se torna um exercício pesado e supérfluo em que você não tem mais interesse. *Sarvada sarva kaaleshu sarvathra Hari chinthanam*: sempre, a todo momento, em todos os lugares, meditamos sobre *Hari* (o Senhor). Esse é o estágio para o qual o *japamala* deve levá-lo. Você não deve ficar preso a ele para sempre; ele é só um dispositivo para auxiliar sua concentração e contemplação sistemática.

Sathya Sai Speaks Vol. 9, Cap. 6

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume09/sss09-06.pdf>

28 A Natureza é o melhor palestrante. A vida é o melhor professor. Deixem-se preencher com assombro e reverência pela obra de Deus, a manifestação de Seu poder e glória que chamam de “mundo”. Isto é instrução e inspiração suficientes para vocês.

Sathya Sai Speaks Vol. 12, Cap. 2

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume12/sss12.pdf>

29 Há uma tendência de se confundir renúncia com o abandono de tudo. Renúncia significa atingir um estado de perfeita equanimidade. As pessoas podem criticá-lo ou elogiá-lo; receba ambos com equanimidade. Alguém pode tentar prejudicá-lo enquanto outro o beneficia; encare ambas as situações com equanimidade. Em um negócio você pode ter prejuízo, enquanto em outro pode ter lucro; trate ambos da mesma forma. A equanimidade é a marca característica de *yoga*.

Chuvadas de Verão em Brindavan 1996, Cap. 12

<http://sssbpt.info/summershowers/ss1996/ss1996.pdf>

Se você se sentar em meditação (*dhyana*) como um primeiro passo, a mente-macaco não estará sob seu controle. Assim, você deve confiar a ela a tarefa de vigia. A mente-macaco vigia quem entra e quem sai enquanto observa a respiração - “So” quando inspiramos, “Ham” quando expiramos. Esse processo continua e a mente-macaco é mantida ocupada observando o ar que entra e que sai. Fazendo esse exercício por cinco minutos, a mente-macaco ficará sob controle. Após manter a mente focada na respiração por cinco minutos dessa forma, mantenha à sua frente uma chama ou uma imagem que lhe é querida. Mantenha os olhos abertos, fixos na chama. Imagine agora essa mesma chama que você manteve diante dos olhos abertos, mas acesa dentro de você, enquanto você fecha os olhos. Lá, também, a mente deve estar ocupada com atividade intensa. Devemos dirigir a mente a pegar a chama e depositá-la nos recessos de nosso coração. No lótus do nosso coração, devemos imaginar a chama brilhando intensamente. Então, essa chama deve viajar pelo corpo, pelos membros, estômago, olhos, boca, ouvidos e cada parte de nosso corpo. Depois de se mover por todo o corpo, devemos fazer com que a chama saia dele. Você deve imaginar essa mesma chama brilhando intensamente em todos os membros da sua família. Deve então ver a mesma chama brilhando em seus vizinhos, nas pessoas da sua comunidade e em seus amigos. Em uma etapa posterior, você deve enxergar essa chama brilhando intensamente mesmo em seus inimigos. Então, *Isa Vasyam Idam Sarvam* (tudo está permeado por Deus).

Áudio MP3 não publicado, 25 de maio de 1979
<https://sathyasai.us/devotion/discourse/sevadal-conference---divine-discourse>