



GUIAS PARA CÍRCULOS DE ESTUDOS  
Advento 96° Sri Sathya Sai Baba. Zona 2B

**QUANDO A DIVINDADE FLORESCE EM NOSSOS CORAÇÕES**

**Gratidão - Autotransformação - Unidade**



## INTRODUÇÃO

Em 23 de novembro de 2021, celebramos o 96º Advento de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba e, como todos os anos, os devotos de todo o mundo tomam esta ocasião como um momento de lembrança dos ensinamentos de Swami e principalmente de gratidão por nos mostrar o caminho para realizar nossa Divindade inata e a Divindade inerente em toda a criação.

Nos divinos discursos de 23 de novembro de 1980 e 1993, Bhagavan disse:

*“Vocês celebram o aniversário de Bhagavan. Mas vocês seguem os ensinamentos?”*

*“Quando a Divindade floresce em seus corações, esse é Meu dia de nascimento em vocês. Portanto, cada um deve celebrar individualmente esse dia como o do Meu aniversário.”*

A fim de investigarmos juntos como podemos experimentar e manifestar a Divindade que somos e fazê-la florescer em nossos corações, para o Advento 96º este guia de estudos foi preparado com três temas: **Gratidão**, **Autotransformação** e **Unidade**. Cada tema apresenta trechos de ensinamentos significativos para a prática, tomada de consciência e florescimento da Divindade em cada um de nós.

Convidamos todos vocês a trabalharem nestes ensinamentos a partir de seus países de maneira individual ou coletiva em círculos de estudo, como uma oferenda a Seus Divinos Pés de Lótus.

Desejamos sucesso nesta missão e agradecemos a nosso Amado Sai Baba a oportunidade de trabalhar em Sua Sagrada Organização como um meio para nossa própria transformação.

Om Sri Sai Ram

## **GUIA 1: GRATIDÃO: A QUALIDADE SAGRADA**

### **INTRODUÇÃO**

A Gratidão ou o agradecimento surgem no coração de todo devoto de Bhagavan por Seus ensinamentos e dedicação infinita na missão de acender a lâmpada do amor em nossos corações, garantindo que cada dia brilhe com maior esplendor. A Gratidão é uma qualidade e uma virtude que encontra sua expressão em ações como o serviço altruísta e atos de devoção. Bem compreendida, permite-nos perceber que não podemos viver nem um segundo sem um espírito de gratidão a tudo e a todos, pois de nossos pais até Deus recebemos um serviço permanente e, portanto, nossas ações devem estar permanentemente imbuídas de gratidão. A gratidão surge como uma virtude derivada do Amor que somos e de quando nos tornamos conscientes de que esse mesmo amor absoluto está na base de toda a Criação. O Amor em ação que tudo dá sem esperar nada em troca e, nessa consciência, quando recebo, de tudo e de todos, só posso agradecer.

### **PERGUNTAS:**

1. O que é a gratidão para você?
2. Como equando você expressa gratidão?
3. Quais são as diferentes formas em que você agradece aos demais?
4. Como você pode demonstrar sua gratidão a Deus?

### Perguntas para a introspecção pessoal:

- Pense em um momento em que você tenha experimentado gratidão. Como esta experiência contribuiu para seu processo de transformação?
- Pense em alguém a quem você crê que deve uma expressão de gratidão, pergunte-se por que ainda não o fez e planeje fazê-lo como uma oferenda a Bhagavan em Seu Advento.

### **O que é a gratidão?**

A gratidão é uma qualidade muito sagrada. Para qualquer ato de ajuda, não importa quão grande ou pequeno, a gratidão correspondente deve ser expressa. Para ter inteligência, precisamos ter *Buddhi*. Para ter *Buddhi*, precisamos ter gratidão. Um homem ingrato nunca pode se tornar um intelectual. Sem intelecto, nunca teremos sucesso.

*D. D. 22 de agosto de 2001.*

Guias de Estudos: Quando a divindade floresce em nossos corações.  
Advento 96° Sri Sathya Sai Baba. Zona 2B

A gratidão é uma grande virtude. Quando o poder da gratidão for compreendido, se verá que pode trazer benefícios muito maiores do que se pode imaginar.

*D.D. 10 de maio de 1992*

A verdadeira gratidão é pegar a alegria de Deus e compartilhá-la com os outros. É 'dar e receber'.

*D.D. 23 de maio de 2002. SSS, Vol 35 Disc. 42*

### **Gratidão à Sociedade: O serviço é uma expressão de gratidão para com a sociedade.**

O serviço deve partir da consciência do que cada um deve à sociedade. Nome e reputação, todos os confortos de que uma pessoa desfruta vêm da sociedade. Nele se encontra satisfação. Sendo assim, se a pessoa não serve à sociedade, a quem se pode servir? A simples gratidão exige que se preste serviço à sociedade, que é a fonte de todos os benefícios de que o homem desfruta.

*D.D. 23 de novembro de 1960*

Esquecem-se de que serviço é adoração, que cada ato de serviço é uma flor colocada aos pés do Senhor e que se o ato está contaminado com o ego é como se a flor estivesse infestada de pragas de insetos. Quem vai contaminar os pés do Senhor com tal oferenda?

*SSS 11.16: 08 de março de 1971*

### **Devoção como Expressão de Gratidão**

A devoção deve ser vista como uma expressão de gratidão por tudo o que se recebe da providência: o ar que respiramos, a luz e o calor que recebemos do sol, a água que bebemos e os alimentos que consumimos. Todas as necessidades essenciais para a vida são obtidas pela graça de Deus.

A expressão de gratidão por meio da devoção é uma obrigação primária. Tudo o que é feito por meio de cantos devocionais ou bhajans, a repetição do nome (*japa*), meditação e oração, deve ser feito com espírito de gratidão.

*D.D. 17 de fevereiro de 1989*

### **Gratidão aos pais e professores**

A educação que não incentiva a gratidão é inútil. Os pais são aqueles que os educam. O guru é o educador. O Divino deu a vocês a capacidade de receber educação. Portanto, a mãe, o pai e o guru devem ser adorados como Deus, conforme prescrito pelos Vedas. Mostrem gratidão a seus pais, ofereçam o devido respeito a seus professores e baseiem suas vidas na fé em Deus.

*D.D. 12 de julho de 1988.*

### **Gratidão a Deus**

Não é seu dever expressar gratidão a Deus, que tanto lhes deu? A expressão de gratidão é em si mesma uma oração. O que a oração faz? Desperta a Divindade interior do ser humano, que é incomensurável, invisível e transcendental.

*D.D. 1 de julho de 1996.*

Como vocês podem expressar sua gratidão a Deus? Deve ser oferecida na forma de uma oração que venha do fundo do seu coração e que expresse sua alegria e gratidão. Uma maneira de pagar o imposto a Deus é sempre dizer a verdade. Ofereça sua gratidão a Deus dizendo a verdade e fazendo atos de caridade.

*D.D. 17 de agosto de 1996*

“Como podemos mostrar nossa gratidão à instituição que nos educou e que nos fez tanto bem?” A pergunta foi feita por uma ex-aluna que é a presidente da associação (*Associação de Mensageiras Sathya Sai, Colegio Sathya Sai de Anantapur para Mulheres*). “Como podemos mostrar nossa gratidão a Bhagavan?” ela perguntou. Sirvam à sociedade com dedicação. Caras ex-alunas! Onde quer que vocês estejam, vão até a sociedade e prestem serviço social de todas as maneiras possíveis, com fé em Deus e um espírito altruísta.

*D.D. 25 de dezembro de 1989.*

Dediquem-se às atividades puras com o coração puro e obtenham um bom nome. O que vocês têm a Me oferecer é o bom nome que obtiveram. Esta é a mais alta expressão de sua gratidão.

*D.D. 25 de dezembro de 1991.*

## **GUIA 2: AUTOTRANSFORMAÇÃO: A PUREZA COMO REQUISITO**

### **Introdução:**

Assim como a Gratidão surge no coração dos devotos quando celebramos o Advento de Bhagavan, a Autotransformação representa o esforço pessoal que temos que fazer no processo de purificação interna da mente, até que nossa verdadeira identidade seja claramente revelada para nós: o Eu, a Alma; e a Unidade, como a meta que devemos alcançar realizando o princípio da unidade, o Um com tudo e todos na Criação, como nos ensinou Bhagavan. Swami diz que a pureza é essencial para experimentar a Divindade e a felicidade eterna. Não é possível experimentar a Divindade a menos que sejamos puros; na verdade, todos os exercícios espirituais, como o serviço altruísta, as atividades devocionais e a educação, são feitos para purificar a mente.

Pureza é Iluminação, Guia de Estudo 2019  
Organização Internacional Sathya Sai, pág. iv

### **Perguntas:**

1. O que é a pureza para você?
2. Que ferramentas nos entrega Swami para chegar à Autorrealização?
3. Como você purifica sua mente, suas palavras e suas ações?
4. Como você relaciona a pureza com a sua Autotransformação?

### Perguntas para a introspecção pessoal:

- Com qual intensidade você está colocando em prática os ensinamentos de Swami?
- Como o seu caráter ou a sua conduta se transformaram desde que você começou a praticar os ensinamentos de Swami?

### **A Pureza no processo de Autotransformação**

Apesar de todos os ensinamentos, nenhuma transformação verdadeira está ocorrendo no comportamento do homem. De que servem os *bhajans* e o *satsang* (as boas companhias) se a pessoa não se torna mais pura? Através das boas companhias, deve-se cultivar bons pensamentos, que, no devido tempo, o levarão à Autorrealização nesta mesma vida.

*MSS Vol.29/ Cap.14: 15 de maio de 1996*

Guias de Estudos: Quando a divindade floresce em nossos corações.  
Advento 96° Sri Sathya Sai Baba. Zona 2B

Se vocês são devotos verdadeiros, examinem por si mesmos quanto tempo têm estado escutando os discursos de Swami. Anos se passaram. Vocês estão escutando, mas não colocando os ensinamentos em prática. A fome só pode ser aplacada quando se come comida cozida. Somente o devoto que pratica o que aprendeu é um verdadeiro devoto.

*MSS Vol.26/Cap.1: 1 de janeiro de 1993*

### **Comecem o dia purificando a mente**

O destino do homem é determinado por suas ações. Por meio de ações corretas, a mente é purificada e uma mente pura produz um despertar do conhecimento de si mesmo. Ao oferecer adoração a Deus pela manhã, vocês devem oferecer sua reverência a qualquer trabalho que se proponham a fazer. Vocês devem orar à divindade que preside o karma: "Permita-me hoje fazer apenas ações puras, úteis e solidárias."

*MSS Vol.20/Cap.9: 3 de maio de 1987*

Este processo de purificação dos instrumentos internos do homem no cadinho da fala, sentimento e atividade voltados unicamente para Deus é chamado de austeridade. Assim, a consciência interior ficará livre de todas as manchas e defeitos. Quando a consciência interior tiver se tornado pura e imaculada, Deus ali residirá. Por fim, a pessoa experimentará a visão do próprio Senhor, dentro de si mesma.

*Bhagavatha Vahini, Cap.31, pág.110*

A visão pura conduz a pensamentos puros. Pensamentos puros resultam em ações puras. A pureza em ação é essencial para a existência humana. A pureza nos pensamentos e a pureza na fala devem conduzir à pureza nas ações. Esta é a pureza tripla aclamada pelos sábios. Quando essa pureza se manifesta, a vida humana é redimida. O princípio "Ajudar sempre, ferir jamais" se torna o princípio que governa a vida cotidiana.

*MSS Vol.31/Cap.10: 14 de abril de 1998*

### **Valores humanos e a Autotransformação:**

Os valores humanos podem ser listados como 50, 60, 70, 80 no total. Mas eles podem ser mais bem agrupados sob os três seguintes títulos: pensamentos puros, palavras puras, ações puras; sendo os pensamentos, palavras e ações coordenados entre si. Quando vocês leem apenas sujeira, sua consciência (*chit*) fica contaminada e seu Ser (*sat*) é desfigurado. Então, como pode *sathyam* (Verdade) ser revelada a vocês?

*MSS Vol.15/Cap.20: 31 de agosto de 1981*

Guias de Estudos: Quando a divindade floresce em nossos corações.  
Advento 96° Sri Sathya Sai Baba. Zona 2B

A primeira das cinco restrições é a Não Violência (*ahimsa*). O que é a Não Violência? Isso significa não machucar nem prejudicar ninguém por pensamentos, palavras ou ações. Assim, a não violência equivale à pureza de pensamento, palavra e ação. Portanto, não usem palavras que machuquem a ninguém, não usem esse corpo para fazer mal a ninguém e não admitam maus pensamentos em sua mente, como o ódio e a inveja contra ninguém. Esta pureza total de pensamento, palavra e ação é a Não Violência. Não meramente a pureza, mas a harmonia dos três. Esta é a verdadeira Não Violência.

*MSS Vol.26/Cap.44: 12 de abril de 1993*

Se vocês carecem de mente pura e bom caráter, como podem esperar que Sai, o doador de paz, amor, felicidade e prosperidade, os aprecie? Como vocês esperam que Prema Sai os trate como Seus?

*MSS Vol.35/Cap.10: 21 de julho de 2002*

### **GUÍA 3: UNIDADE: A REALIZAÇÃO DO UNO**

#### **Introdução**

Swami diz que somos reflexos da única divindade, facetas do único Ser imortal, e que nossa essência é o amor, que é nossa verdadeira natureza, o Atma ou o Ser Divino. Embora seja fundamentalmente Um, a Unidade se manifesta de muitas maneiras. No nível fundamental, tudo é Deus. O próximo nível é a Unidade na Natureza: Deus é a Natureza; A natureza é Deus. A única Divindade se manifesta em toda a multiplicidade da Natureza, e a Humanidade é uma parte integrante da Natureza. A unidade também pode se manifestar nos níveis do indivíduo, da família, da Organização Sri Sathya Sai e da Sociedade. Bhagavan nos lembra que o Homem é parte da Sociedade, que ele é parte da Criação, que ele é parte de Deus.

*(Guia de Estudo “Unidade é Divindade”, Organização Internacional Sri Sathya Sai, 2019).*

#### **Perguntas:**

1. O que é a Unidade para você?
2. Por que você acredita que ocorrem os conflitos na humanidade?
3. Como você pode experimentar a Unidade em sua vida?
4. De que modo fazer parte da Organização Sai o levou a vivenciar a Unidade?

#### **Perguntas para a introspecção pessoal:**

- Como você está praticando a Unidade no seu Centro ou Grupo Sai?
- Identifique uma pessoa com a qual você não esteja praticando a Unidade, pergunte a si mesmo porquê e planeje fazê-lo como uma oferenda a Bhagavan em Seu Advento.

#### **O que é Unidade? A Unidade não é Combinação, é uma Realização.**

O que significa a unidade? Não é a combinação de muitos; é a realização da Unidade. Quando vocês têm espelhos ao seu redor, vocês veem suas muitas formas. Todas essas são suas diferentes formas. Mas isso não é verdade. Quem faz a pergunta e quem responde são ambos o mesmo. Todos eles são um. A mesma pessoa aparece em muitas formas. Considerar essas formas como sendo diferentes umas das outras é um erro.

*MSS Vol.42 / Cap19: 29 de abril de 2009*

Guias de Estudos: Quando a divindade floresce em nossos corações.  
Advento 96° Sri Sathya Sai Baba. Zona 2B

A luta e os conflitos entre os seres humanos começaram no momento em que a humanidade esqueceu sua unidade fundamental. É hora de reverter essa tendência e de se restabelecer a unidade fundamental entre os humanos. Junto com a unidade, deve haver pureza. Onde unidade e pureza caminham juntas, existe Divindade. A combinação de unidade, pureza e Divindade resultará na realização do Princípio do Atma.

*MSS Vol.42 / Cap.4: 21 de fevereiro de 2009*

Existe unidade em toda a criação de Deus, porém a humanidade provoca muitas divisões nela. A unidade de toda a humanidade é a necessidade atual.

*MSS Vol.41 / Cap.8: 31 de maio de 2008*

### **Unidade na Organização Sathya Sai**

O principal dever das Organizações Sathya Sai é promover a unidade com base na premissa de que todos são centelhas do Divino e constituem uma família. Sem perceber essa verdade básica, não há sentido em fornecer qualquer tipo de serviço. Não pode haver santidade no serviço se bons pensamentos e bons sentimentos estiverem ausentes. O serviço como um ato de *dharma* pode ser oferecido apenas por alguém que é puro de coração, altruísta e com a mesma mentalidade para com todos.

*MSS Vol.20 / Cap.26: 19 de novembro de 1987*

A Organização deve ajudar as pessoas a perceber a Unidade por trás de toda esta aparente multiplicidade, que é apenas uma sobreposição por parte da mente humana sobre o Uno que é tudo isso.

*MSS Vol.13 / Cap.20: 29 de março de 1976*

Nas Organizações Sai, o principal requisito é a unidade e a confiança mútua. Somente com unidade o bem-estar do mundo pode ser promovido. Se houver discórdia dentro da Organização, como se pode servir aos outros? Faça da tolerância o seu ornamento. Por meio do amor, removam seus traços ruins.

*MSS Vol.26 / Cap.31: 7 de outubro de 1993*

O único objetivo dos Centros Sathya Sai, a própria respiração com que eles prosperam, é a consciência da unidade, de todos como Um. Mas a política de proliferação também ataca os Centros e dez homens se tornam onze instituições. Como na política, aqui também, os partidos, a competição, o clamor pelo poder e pela autoridade, a ganância por cargos sobem às suas cabeças. As pessoas não resistem à contaminação da atmosfera de eleições e partidos. Essas táticas e tendências não se adequam às associações de aspirantes ao objetivo da unidade espiritual.

*MSS Vol.8 / Cap.40: 1 de outubro de 1968*

As unidades da Organização Sai têm que exemplificar e promover a Unidade na Diversidade, conforme ensinado pelo Sanatana Dharma. O propósito para o qual a Organização foi formada é enfatizar esta Unidade. Neste encontro, pessoas de vários países, que falam diversos idiomas, que pertencem a muitas raças, estão presentes. Todos estão unidos por amor a Sai e para amar Sai, apesar das diferenças de nacionalidade, raça, credo, cor e vestimenta. Esta é a Minha verdadeira tarefa. Esta é a consumação dos anseios dos antigos videntes e sábios desta terra. Desenvolvam esta Unidade, esta Unidade no amor, mantenham-na sempre diante de vocês como o ideal.

*MSS Vol.14 / Cap.55: 19 de novembro de 1980*

**Somente quando se junta os cinco dedos da mão se pode realizar qualquer tarefa.**

Uma pessoa pode ser o presidente da Organização. Isso não significa que ela possa agir de acordo com seus caprichos e fantasias. Somos todos membros da família universal. Da mesma forma, todos são excelentes, seja o presidente, o secretário, o coordenador ou um membro. Mas, para que o trabalho seja bem-sucedido, todos devem se unir. Todas as Áreas e Comitês da Organização devem funcionar em harmonia. Considerem as diferentes áreas como os dedos da mesma mão e trabalhem em conjunto. Portanto, a unidade é extremamente essencial. Vocês sentem estresse e tensão quando caminham ou trabalham sozinhos; não é assim quando estão em um grupo.

*Vamos crescer juntos, vamos desfrutar juntos, vamos realizar feitos heróicos trabalhando juntos. Vamos viver sem nenhum conflito.* [Poema em télugu]

*MSS vol.31 / Cap.41: 20 de novembro de 1998*

A falta de unidade pode levar um país, comunidade ou sociedade à fragmentação. Portanto, devemos antes de tudo alcançar a unidade. Os membros das Organizações Sai devem considerar a unidade como seu alento vital. Eles não devem diferenciar as pessoas com base na casta, credo e nacionalidade. Sigam o exemplo de Sai! O mesmo Sai trata a todos da mesma forma, por que você não? Nunca deem espaço para qualquer diferença. A verdadeira independência reside em promover a unidade. Portanto, para desenvolver valores humanos divinos e sagrados, vocês devem primeiro ter unidade. Resolvam todos os conflitos por meio do amor e da compreensão. Deus é amor; vivam no amor.

*MSS Vol.31 / Cap.41: 20 de novembro de 1998*