



# I Dieci Comandamenti della Pace

# INDICE



<i>Chi sono gli eletti del Signore</i>	<i>pag.</i>	<i>3</i>
<i>Premessa</i>	»	<i>4</i>
<i>Introduzione</i>	»	<i>6</i>
<i>Primo Comandamento</i>	»	<i>8</i>
<i>Secondo Comandamento</i>	»	<i>9</i>
<i>Terzo Comandamento</i>	»	<i>11</i>
<i>Quarto Comandamento</i>	»	<i>13</i>
<i>Quinto Comandamento</i>	»	<i>15</i>
<i>Sesto Comandamento</i>	»	<i>17</i>
<i>Settimo Comandamento</i>	»	<i>19</i>
<i>Ottavo Comandamento</i>	»	<i>21</i>
<i>Nono Comandamento</i>	»	<i>23</i>
<i>Decimo Comandamento</i>	»	<i>25</i>
<i>Domande e Risposte</i>	»	<i>28</i>
<i>Chi è Natyan?</i>	»	<i>30</i>
<i>Perché abbiamo deciso di diffondere I Dieci Comandamenti della Pace</i>	»	<i>32</i>
<i>Studio Gayatri</i>	»	<i>36</i>

# CHI SONO GLI ELETTI DEL SIGNORE?



## A QUALE RELIGIONE APPARTENGONO?

**Gli eletti del Signore sono coloro che sanno Amare... e non importa a che Religione appartengono.**

*D*io non è come l'uomo, che privilegia solo quelli del suo clan o della sua famiglia.

*D*io non è attratto da nomi ed etichette.

*D*io è attratto solo da chi sa amare.

*L*Amore non conosce tessere di appartenenza.

*D*io non baderà alla chiesa che frequenti... perché

*D*io è Amore Universale e non fa distinzioni.

Ovunque tu sia, qualunque chiesa tu frequenti o non frequenti, se hai l'Amore nel cuore, **Dio** è con Te.

**Amare e servire il prossimo, non fare mai del male a nessuno, è la Religione prediletta dal Signore. E' così semplice che lo capirebbe anche un bambino.**

*Natyan*

Stampato in proprio dallo

**Studio Gayatri**

Via Lecco, 150 – 20052 Monza MB

Tel. 039.382369

H[www.studiogayatri.it](http://www.studiogayatri.it)H – H[info@studiogayatri.it](mailto:info@studiogayatri.it)H

*Il copyright e i diritti di traduzione in qualsiasi lingua sono riservati allo Studio Gayatri che, però, concede la possibilità di riprodurre e fotocopiare il testo per intero a chiunque desideri distribuirlo in modo gratuito.*

*Sono invece vietate le riproduzioni parziali senza l'apposita autorizzazione dello Studio Gayatri*

# I DIECI COMANDAMENTI DELLA PACE

## PREMESSA



*I* dieci comandamenti della Pace sono dieci Meditazioni di Natyan sulle Tavole della Legge dell'Antico Testamento. Natyan non ha certo la presunzione di modificare o migliorare quanto grandi Profeti del passato hanno detto o fatto. Le sue Meditazioni sono semplicemente il frutto di riflessioni profonde fatte alla luce dei nostri giorni.

Lo scopo di questo piccolo opuscolo è solo quello di aiutare il Risveglio della Coscienza di chi si è posto sul Cammino della Spiritualità.

Piccolo e breve... sì... ma ricco di Saggezza!

Non va letto frettolosamente, ed ogni passo andrebbe meditato a lungo, perché tutti i comandamenti contengono risvolti nascosti che, se non approfonditi con la propria Introspezione, rischierebbero di passare inosservati. Non lasciamoci ingannare dalla lettura solo perché è semplice e scorrevole...ciò si è reso necessario affinché anche le Anime più semplici, quelle che da poco hanno intrapreso la Ricerca Interiore, lo recepissero...ma il suo contenuto è molto più profondo di quanto non si possa credere.

Basti pensare che Natyan ha iniziato le sue Meditazioni sui dieci comandamenti nel 1992 e che solo oggi (esattamente dieci anni dopo) è arrivato ad una sintesi che possa essere breve, ma al tempo stesso, carica di forza e di significato.

Questo piccolo opuscolo non dovrà mai essere messo in vendita, e chiunque si sentirà di divulgarlo dovrà farlo solo per Amore, fotocopiandolo così com'è, senza nulla manomettere, e distribuendolo gratuitamente. Non è nato per diventare un libro a scopo di lucro...e non è nato per rimanere in un cassetto o in un armadio. E' nato per aiutare l'uomo a porsi i giusti interrogativi, a domandarsi quale sia lo scopo dell'esistenza umana e avvicinarlo al desiderio di un'Azione concreta d'Amore.

29.10.2002 *Bettina*



*H*o ricevuto i Dieci Comandamenti della Pace attraverso lunghe ispirazioni meditative. Li ho ricevuti per me...non per un popolo eletto. Li ho ricevuti affinché li mettessi in pratica io...non per dire a te e a nessun altro di fare altrettanto.

Ora...perché li diffondo? Solo per condividere con te, che forse stai cercando quello che cerco anch'io, una Saggezza che mi è stata donata...nella speranza di riuscire a farne buon uso. Io non sono nessuno...non sono importante...sono solo un viandante spirituale che raccoglie quello che incontra lungo il Sentiero. Il mio unico vero pregio? Il mio più grande difetto? Non riuscire a tenere solo per me stesso quello che raccolgo!

*Natyan*

# INTRODUZIONE



Quali sono le cause della sofferenza dell'uomo?

Sembrano tante...ma in realtà è una sola!

L'unica vera causa di tutti i dolori dell'essere umano è L'IGNORANZA DELLA SUA REALE NATURA... ETERNA... INFINITA... ILLIMITATA!

L'uomo si crede un elemento finito, debole, limitato, destinato a scomparire per sempre con il processo della morte.

Non sa di essere ETERNO e SENZA LIMITI...così in lui, consciamente o inconsapevolmente, nasce la paura della morte, dell'annichilimento totale.

Perciò stai bene attento...dall'IGNORANZA...l'uomo passa alla...PAURA!

Avendo paura, l'essere umano si attacca ad ogni cosa e non riesce a liberarsene perché crede di non poterne, un giorno, godere più. Così desidera sempre più cose, si attacca sempre a più cose...e diventa possessivo, geloso, invidioso, avido, violento, rancoroso...e disposto ad uccidere pur di ottenere o mantenere quello che, in fondo in fondo, dentro di sé, sa di per certo, prima o poi, di dover perdere. Crede di essere limitato nel tempo, e di dover soddisfare tutti i suoi bisogni, ora...o mai più! Così si attacca a tutto...a costo di provocare grossi dolori...o addirittura...spargimento di sangue! Quindi stai bene attento...dall'IGNORANZA...l'uomo passa alla...PAURA...e dalla PAURA...cade poi...nell'ATTACCAMENTO!

Ma per quanto l'essere umano desidera e si attacchi a cose, persone o astrazioni, dentro di sé, finché si crederà una creatura finita e limitata nel tempo...CONTINUERA' A SOFFRIRE DI INSICUREZZA E DI PAURA...perché l'unica cosa che riterrà certa...sarà la morte!

Ignoranza, attaccamento e paura portano l'uomo ad una serie illimitata di errori, stress e violenza...e tutto ciò genera malattie e guerre inutili!

Ma non pensare che le guerre siano lontane, in un paese in cui non abiti!

La guerra è dentro di te, ed è già iniziata da molto tempo!

Se non eliminerai la Vera Causa dei tuoi dolori e delle tue sofferenze, per quanta Pace ci possa essere fuori di te...dentro di te, nel tuo Cuore, ci sarà sempre conflitto e spargimento di sofferenza.

Combattere IGNORANZA, PAURA E ATTACCAMENTO è il vero scopo dell'uomo su questa Terra!

Il vero nemico non è quello che vedi con in braccio un fucile...perché quello è solo l'effetto di una causa nascosta, subdola e sottile, molto più pericolosa di qualsiasi altro nemico. Quel nemico esterno, con il fucile, lo potrai anche uccidere, se vorrai, ma ti accorgerai che non sarai ancora in Pace.

Se, invece di combattere tutti i nemici che sono fuori di noi...combattessimo, ognuno, nessuno escluso, i nemici che sono dentro di noi...in un solo attimo...sarebbe raggiunta la Pace nel Mondo!

*Natyan*



# PRIMO COMANDAMENTO



**Io sono l'Amore Dio tuo...  
non avrai altro Dio all'infuori dell'Amore!**

Adora qualsiasi insegnamento che ti conduca ad imparare ad Amare... non disdegnare e non denigrare Insegnamenti di altre culture e tradizioni, solo perché non appartengono alla tua Religione. Rifiuta solo quelli che ti allontanano dall'Amore, anche se fossero quelli della tua stessa cultura, perché solo ciò che porta ad Amare è degno di essere adorato. Misura tutto con il metro dell'Amore. Sii aperto ed obiettivo, ragiona con il tuo cuore, con la tua mente, rifletti veramente molto su cosa sia giusto o sbagliato, non giudicare le credenze e la fede altrui, perché Dio è onnipresente e se è onnipresente, significa che è anche là, dove tu stai scagliando le tue pietre pensando di non colpirlo. Confronta ogni Insegnamento Spirituale solo con le sensazioni del tuo cuore, non con quelle dei tuoi condizionamenti o delle tue paure. Ascolta la tua Coscienza più profonda, affidati a Lei prima ancora che al parere di chiunque altro. Dio è Amore...perciò non importa in quale lingua e con quale nome venga invocato...quel che conta è che si sappia, che qualsiasi Immagine noi usiamo per rappresentarLo, dietro a quell'Immagine noi stiamo cercando una Pura Energia che Ama chi sa Amare....e che è mossa a compassione verso coloro che l'Amore non sanno nemmeno che cosa sia. I nomi, le forme, le etichette, le istituzioni religiose, spesso dividono l'uomo, e lo mettono l'uno contro l'altro...l'Amore, invece, Unisce!

Non seguire ciò che cerca di dividere, anche se fa parte della tua cultura e della tua stessa tradizione...segui ciò che Unisce, ciò che accomuna, ciò che tende all'Uguaglianza.

Non sentire mai che il tuo credo, la tua fede, sia superiore alle altre, perché ciò è contro l'Amore, e si chiama superbia...e la superbia divide! Ama il tuo credo, la tua fede, non hai bisogno di cambiare, se non lo ritieni necessario, ma rifiuta tutte quelle manipolazioni umane che sono contro la Legge dell'Amore e che portano superbia, vanità e ignoranza.

Senti che ogni creatura che anela a Dio, con qualunque nome lo invochi, è uguale a te...se lo invoca non per far del male, ma per imparare ad Amare.

Se Dio è onnipresente, ciò significa che tutti i nomi sono Suoi e che se lo adorerai per invocare l'Amore, per cercare l'Amore, per imparare tu stesso ad Amare, la tua adorazione sarà degna e pulita, pura e incontaminata. Riconosci che, con qualunque nome o forma si invochi Dio, ciò che conta è che, attraverso di Lui, si cerchi Pace, Armonia e Dolcezza. Riconosci che tutti hanno un'immensa sete e un immenso bisogno di Amore. E che solo attraverso l'Amore è possibile ottenere il Paradiso Interiore ed Esteriore!



# SECONDO COMANDAMENTO



**Nomina il nome di Dio tutte le volte che puoi...  
perché in qualunque modo ti rivolgerai a Lui...  
non sarà mai invano**

Forse, in un momento di rabbia, di sconforto o di smarrimento, sarai adirato con Lui, e ti rivolgerai alla Sua Immagine in malo modo. Non importa! Chiamalo...chiamalo...chiamalo...perché ciò vuol dire che, comunque, credi in Lui...e Lui ti risponderà. Non ignorare mai l'esistenza di una grande Energia d'Amore che permea l'intero Universo. Invocala, con dolcezza o con rabbia, tiepidamente o con passione, ma invocala sempre, tutte le volte che puoi.

Dimmi, sei forse tu che stai dicendo al tuo cuore di battere? Sei forse tu che stai facendo scorrere il sangue nelle tue vene? Sei forse tu che dirigi i mutamenti del tuo corpo? Riconosci che dentro di te vive un'Energia Intelligente e Cosciente, che sa che cosa deve fare senza che tu glielo spieghi. Non sentirti superiore a quella Conoscenza, non pensare di aver capito tutto solo perché i tuoi cinque organi di senso (udito, vista, odorato, gusto e tatto) o i macchinari limitati della scienza, non sanno spingersi oltre le proprie capacità. Come puoi fidarti di strumenti così deboli e incerti? Credere che tutto sia originato dal caos, è come credere che una macchina, un aereo, un orologio, siano stati creati buttando in modo accidentale in una scatola dei pezzi di ferro. Quale sciocco penserebbe che non occorra uno sforzo di una Mente Intelligente, che abbia uno scopo ben preciso, per assemblare le Meraviglie che tu vedi in Cielo e in Terra?

Se l'uomo è dotato di ordine, disciplina e intelligenza, è solo perché tali Virtù già esistevano, ed esistono da sempre, nella Natura dell'Universo, giacché l'uomo ne è un suo frammento. Egli usa un'Intelligenza già esistente. Qualsiasi cosa possa affermare, è solo grazie a quell'Energia-Intelligenza che vive e pulsa dall'Origine dei Tempi.

Dio, quindi, è Energia Pura! Tu puoi attrarla a te per mezzo del tuo magnetismo. Se sei spento, arido e apatico sei poco magnetico, questo è vero, e Lui ti risponderà forse in modo flebile, ma cosa importa? Prima o poi, continuando a chiamarLo, a nominarLo, qualcosa succederà e la tua apatia verrà spezzata. Se invochi quell'Energia con passione, e non importa se quella di un innamorato o di un individuo pieno di collera, sappi che il tuo grido non resterà senza eco, senza risposta, perché la tua forza magnetica, grazie all'ardore del tuo cuore, sarà ancora maggiore.

Ma dopo aver pianto, urlato, invocato...sappi metterti in ascolto...per poterti accorgere del Suo intervento...che può arrivare attraverso un libro, un amico, un Maestro, una persona che incontri per strada. Perché Dio, quell'Energia Pura stracolma di Amore, usa

qualsiasi strumento pur di poterti parlare...solo che tu, uomo, sei spesso distratto e disattento....sappi ascoltare!

Diventa un autentico osservatore degli eventi...mettiti in silenzio e scruta vicino e lontano...sciogli il tuo sguardo e diffondilo in ogni direzione.

L'Amore non lo puoi vedere, non lo puoi toccare, non lo puoi afferrare...lo puoi solo raffigurare...e se non lo farai più spesso...non ti ricorderai più della Sua Esistenza.

Nomina il Suo nome, chiamaLo, invocaLo...nel modo che preferisci...ma non dimenticarti mai di Lui...ricordati...non sarà mai invano!



E se proprio vuoi una tecnica, uno strumento, un mezzo per nominare il nome di Dio più volte che puoi, usa il sistema più antico del Mondo, quello tramandato da tutti i Mistici di tutte le più grandi Tradizioni Spirituali. Scegli il Nome che più è caro al tuo Cuore. Non importa a quale Religione o Non Religione appartenga, l'importante è che tu scelga Quello in cui hai maggiore Fede e per il quale nutri un grande Amore. Sì, perché ricordati, sarà il magnetismo che metterai attraverso la Fede e l'Amore ad attrarre Dio come una calamita. Scruta perciò nel tuo cuore per sapere quale Santo, quale Maestro o quale Immagine Divina sia più in sintonia con il tuo Essere.

E se non sai scegliere? Se sei indeciso? Aspetta... chiedi un segno al Cielo... e aspetta! Nel frattempo cerca di mettere in pratica ogni comandamento senza utilizzare la tecnica. Cerca, studia, leggi le vite delle Grandi Incarnazioni Divine e dei Grandi Mistici... e aspetta! Arriverà anche il tuo momento, e quando ti sentirai particolarmente attratto, spontaneamente, ad un Nome e ad una Figura...significa che il tuo Cuore è stato colpito... e scegliere ti sarà facile.

Dopo avere fatto la tua scelta, per tutta la vita, senza mai cambiare, ripeti mentalmente quel Nome tutte le volte che puoi. Mentre lavori, mentre guidi, mentre svolgi qualsiasi tipo di azione in cui ti sia possibile farlo, mentre ti addormenti, appena ti svegli, mentre mangi...e visualizza la Sua Forma. Quando ripeti il Nome pensa anche alla Sua Immagine...e quando visualizzi la Sua Immagine, ripeti al tempo stesso il Suo Nome. In questo modo tu acquisirai le Qualità Divine del Nome e della Forma che ti sei scelto. Ogni giorno che passa il tuo magnetismo si accrescerà ed il tuo potere di attrazione d'Amore si farà più forte. Ti sarà più facile sviluppare compassione e coraggio, umiltà e determinazione. Ti sarà più facile attirare ciò che è più giusto per la tua evoluzione Umana e Spirituale. Non fermarti mai...continua...non stancarti...ed anche in sogno ti succederà che ripeterai... e vedrai...ed anche nel sonno senza sogni...fino a fonderli nell'Infinito!

# TERZO COMANDAMENTO



**Ricordati di santificare ogni giorno,  
ogni attimo,  
come se fosse una Festa Sacra**

Ogni giorno, ogni momento, è il momento per santificare la vita in nome dell'Amore.

Perché aspettare una ricorrenza o una commemorazione? Perché essere buoni e caritatevoli solo una volta ogni tanto? Perché ricordare l'Amore solo una volta alla settimana? Ogni attimo è stato creato per essere Amato. Qualsiasi credo tu abbia, a qualsiasi Religione tu appartenga o non appartenga, una vita senza Amore è una vita sprecata. Sii costantemente una creatura di pace e dolcezza che diffonda gioia e serenità a casa, sul posto di lavoro, durante le occupazioni quotidiane, con chiunque tu sia. Non fare distinzione tra giorni sacri e non sacri, tra giorni del Signore e giorni dell'uomo. Ogni giorno è il giorno dell'Amore. Trasforma quella che potrebbe essere una giornata qualunque in una giornata sacra e santa, piena di gioia, di coraggio, di voglia di vivere ed esistere.

Se pensi di mettere a posto la tua Coscienza sentendoti devoto e buono solo nei giorni festivi del Signore, ti stai miseramente ingannando.

Dio ha creato il tempo... e il tempo gli appartiene... tutto... per intero.

Chi credi di ingannare facendo bella mostra delle tue vanità in quello che tu chiami il giorno del Signore? Pensi forse che in questo modo tu potrai conquistare il Paradiso? Davvero santifichi le feste per avere il Paradiso? Non essere vile e meschino! Il Paradiso non è un luogo dell' al di là... è la tua Coscienza Divina Interiore! Devi conquistare la Pace del tuo Cuore, cioè il tuo Paradiso Interiore, momento per momento. Distruggi ogni superstizione, non pensare a premi o a punizioni, e agisci per il bene solo per il gusto e il piacere del bene stesso.

Ama per il piacere di Amare, non per ricevere in premio il Paradiso, non per la paura dell'inferno, che esistono solo nella tua mente. Non accontentarti di un meschino e banale amore ipocrita.

Ama sempre... Ama ora... Ama per davvero!

Non rimandare, non aspettare una ricorrenza...è oggi...oggi stesso è il giorno di Dio...è questo stesso momento!



E se vuoi proseguire nella tecnica, ogni tanto, santifica ancora di più il tuo tempo cercando di ripetere il Nome da te scelto, nella solitudine più assoluta. Staccati da tutto e da tutti e raccogliti silenziosamente nel tuo Cuore. Resta lontano dai rumori e dai disturbi e scegli un luogo all'aperto, in mezzo alla natura, dove poterti sedere tranquillamente o camminare in pace, lentamente. Oppure una piccola stanza silenziosa, a lume di candela, o illuminata da luce soffusa.

Ripeti piano piano quel Nome, visualizza quell'Immagine e respira dolcemente e profondamente... profondamente e dolcemente. Più il respiro si calma, e più si calma la tua mente. Non avere fretta... non pensare a ieri... non pensare a domani... semplicemente ripeti il Nome... visualizza l'Immagine... inspira con dolcezza... espira lentamente e profondamente. Rigenerati santificando quel momento con la presenza costante della tua Pratica Spirituale. Per poter stare bene con gli altri hai bisogno di assaporare, di tanto in tanto, la bellezza della solitudine e della compagnia con te stesso e con il Simbolo dell'Amore che maggiormente hai nel Cuore.

Puoi camminare con il Nome nella mente e l'Immagine nel Cuore... lentamente... fra gli alberi... o star seduto in riva al lago... o in una stanzetta silenziosa... ciò che conta è che, ogni tanto, dopo aver praticato la tua tecnica in mezzo agli altri, in ogni luogo, in ogni occasione... lo farai anche nella solitudine più assoluta. Scegli tu quando, scegli tu dove... scegli tu quanto... ma ricordati... ricordati di farlo... e non far passare troppo tempo. Stabilisci i termini della tua Pratica Spirituale, e mantieniti costante.



# QUARTO COMANDAMENTO



## **Onora il Padre e la Madre ...l'energia Maschile e Femminile che sono in te**

Padre e Madre sono fonte di vita, hanno permesso la tua esistenza e, buoni o cattivi che siano stati con te, è a loro che va rivolta tutta la tua gratitudine per il dono della tua venuta nel mondo. Se hanno sbagliato, è solo perché a loro volta non hanno ricevuto Amore. Se sono stati giusti, a maggior ragione, non dimenticarli mai. Essi rappresentano le due polarità, il maschile e il femminile che tuttora vivono in te. Onora il Padre, l'energia razionale, essenziale, utile, sicura ed equilibrata che risiede nel tuo emisfero cerebrale sinistro. Onora la Madre, l'energia sentimentale, poetica, creativa, introspettiva, affettuosa e spirituale che risiede nel tuo emisfero cerebrale destro. Onorate entrambe armonizzandole fra di loro.

Fai in modo che la tua vita sia razionale e al tempo stesso piena di musica e di dolcezza. Non dimenticarti mai di loro, se solo succede, perdi il tuo equilibrio, e sei destinato a vivere nel dolore dell'incompletezza.

Sii pronto a lottare e soffrire come un Padre e ad Amare e a difendere come una Madre. Onora e rispetta gli anziani, nei loro capelli bianchi risiede spesso tanta saggezza. Onora e ricorda le qualità di chi è scomparso e passato a miglior vita, perché è grazie a quelle qualità che ora tu puoi dire di esistere.

Sii sicurezza e dolcezza, determinazione e umiltà, forza e amore, lavoro concreto, preghiera e meditazione.

Sii come l'Universo che ti circonda...cerca costantemente l'armonia e l'equilibrio...lavorando affinché le tue energie interiori maschili e femminili siano sempre al Centro di Te Stesso!

Vola verso i cieli più alti della Spiritualità, senza perdere la ragione e la concretezza.

Tu, uomo, se cerchi una compagna è perché in te devi compensare le qualità femminili che ti mancano. Ti senti incompleto ed hai bisogno di avere da lei ciò di cui sei scarsamente provvisto, cioè dolcezza e sentimenti.

Tu, donna, se cerchi un compagno è perché in te devi compensare le qualità maschili che ti mancano. Ti senti incompleta ed hai bisogno di avere da lui ciò di cui sei scarsamente provvista, cioè sicurezza e razionalità.

Imparate l'uno dall'altro rimanendo voi stessi!

Completatevi... ma non cercate di cambiarvi vicendevolmente... o vi farete del male. Che ognuno, però, si autotrasformi da solo, per propria volontà, rispecchiandosi nell'altro. Che ognuno abbia dall'altro qualcosa da imparare.

Quindi tu, essere umano, racchiudi in te le due polarità, e non dimenticarti mai di lavorare per far sì che si armonizzino tra di loro, perché se lo farai sarai felice anche nei giorni di solitudine. Lavora costantemente per raggiungere l'equilibrio.  
Sii un essere totale, integrale, completo...sii Madre e Padre!



Migliora la tua pratica della ripetizione del Nome visualizzando e colorando l'Immagine che Ami e che Adori e Contempli. Mentre ripeti il Nome disegna, nella tua mente, piano piano, i capelli dell'Immagine prescelta, e poi la fronte, gli occhi, il volto, il corpo...e riempilo di Luce...dentro e fuori. Continua a meditare su quell'Immagine, senza sosta...e senza sosta ripeti sempre il Suo Nome...lentamente, dolcemente. Immergiti in quella Luce, lasciati trasportare, lasciati avvolgere, inondare, irradiare.  
Non togliere lo sguardo...non smettere di pronunciare quel Nome.

# QUINTO COMANDAMENTO



**Non uccidere la tua vera natura....  
e ti sarà impossibile uccidere qualsiasi creatura vivente**

La tua vera natura è Amore, Pace, Serenità...è questo quello che tu sei....ed è per questo che tutti i giorni cerchi uno stato d'animo che rappresenti il vero te stesso. Sforzati di raggiungere quello che sei veramente, riconosci che tu non sei gli attributi negativi che continui a vedere nella tua mente. L'odio, il rancore, l'invidia, la gelosia e tutti i sentimenti nocivi che attraversano i tuoi pensieri sono nuvole nere passeggere che non hanno nulla a che fare con quello che tu sei veramente. Tu sei un Sole luminoso sempre presente, e quelle nuvole appartengono solo a condizionamenti negativi, cattiva alimentazione, cattiva educazione o cattive compagnie....non sono te...non fanno parte della tua vera natura. Se solo ti accorgerai di tutto ciò, ti renderai conto che ti sarà impossibile perfino far del male ai fiori, alle piante, agli animali e a qualsiasi altra creatura vivente dell'Universo.

E soprattutto ti dico... non macchiarti del sangue di creature innocenti... uomini o animali che siano! E non essere complice inconsapevole di omicidi aberranti delle creature che non parlano e che non possono difendersi.

Mangiando carne o pesce ti nutri del dolore e della sofferenza di chi viene trucidato in agonia nei violenti macelli di tutto il mondo. Come puoi nutrirti di angoscia e dolore? Accetta quel cibo solo se non hai alternative!!! E ancora più aberrante è chi si rende complice delle sevizie animali per soddisfare la vanità estetica e cosmetica. Ribellati a questo stato di cose che ti priva della purezza del cuore. Non giustificarti con inutili e banali scuse... non mentire con te stesso. Risorgi, vivi... e impara a far sì che gli altri vivano... tutti!!!

E se riuscirai a rispettarci, a non fare del male a te stesso... presto capirai di quanto sbagliato e doloroso sia il far del male a qualsiasi altra creatura.

Solo chi ha prima ucciso se stesso può arrivare ad uccidere qualcun altro. Risorgi, risvegliati da ogni incubo. Riconosci che tu sei Amore, Pace, Dolcezza....riconosci che se fai del male a qualcuno è solo perché prima hai fatto molto male a te stesso. Incomincia ad Amarti, a riempirti di pensieri d'Amore, di bellezza interiore....così ti accorgerai che quello che porti all'esterno è unicamente quello che già avevi dentro di te. Risveglia perciò il vero te stesso, le tue qualità veramente Umane, che sono poi Divine, e ti accorgerai che ti sarà impossibile far del male a qualsiasi creatura. Quelle qualità sono lì da sempre, dall'origine dei tempi e tu le hai solo offuscate...o qualcuno te le ha fatte dimenticare. Risveglia il ricordo di quello che tu sei veramente da sempre, risorgi a vita

nuova, non ucciderti più, e non permettere più a nessuno di uccidere il tuo Spirito d'Amore.

Uccidi invece tutti i condizionamenti negativi che hanno fatto di te un essere senza vita, pieno di ansie e di paure...e per fare questo...hai bisogno di una sola arma...l'arma della ripetizione del Nome.



Concentrati sulle Qualità Divine dell'Immagine che Ami. Mentre mentalmente ripeti il Suo Nome rifletti sulle virtù di Chi stai contemplando. Forza, Saggezza, Amore, Compassione, Coraggio, Volontà, Bellezza, Onnipotenza, Onnipresenza, Onniscienza...e tutto quello che di più grande e più bello puoi immaginare.

Perché tutto questo? Perché si diventa ciò che si pensa!

Ogni volta, perciò, che contemplerai la tua Figura prescelta, e che ne ripeterai il Nome, non dimenticarti di rammentarne le Qualità Divine. Quelle stesse Virtù celesti ti appartengono dall'origine dei tempi, devi solo risvegliarne il ricordo.

La tua pratica quotidiana avrà ancora più forza e più valore se ti cironderai di persone che siano sul tuo stesso Cammino Interiore.

Chi ha paura deve frequentare persone coraggiose. Chi vive di odio e di rancore deve frequentare persone che Aminano e che sappiano Perdonare. Chi si sente debole e indifeso deve stare in compagnia dei forti.

Perciò sappi scegliere le persone giuste che ti possano aiutare a risvegliare le tue qualità migliori, e non allontanarti da loro fino a che non le avrai risvegliate tutte. Non pensare di poterci riuscire da solo... cerca la compagnia dei Santi, dei Buoni e dei Giusti!

Il Sentiero Spirituale è un viaggio controcorrente, è un viaggio da Eroi... non farlo da solo... o facilmente, chi non ti comprende, tenterà di farti ricadere. Non ascoltare chi ti dirà che non serve a nulla, che sei debole e che è impossibile.

Tutto è possibile...per chi ha deciso!

E la compagnia dei Saggi è la più grande protezione per coloro che hanno scelto il Sentiero dell'Amore... così come la ripetizione del Nome e la visualizzazione della Forma sarà una schermatura contro i dolori e le sofferenze.



# SESTO COMANDAMENTO



**Che ogni tua azione sia un'azione pura...  
commetti atti puri...più volte che puoi...tutte le volte che  
puoi...trasforma l'impuro in puro...il carbone in diamante**

Pensiero, parola e azione sono i gioielli che vestono la tua mente, il tuo corpo e il tuo cuore.

Ogni volta che hai un pensiero impuro trasformalo nella purezza. Ogni volta che la parola si esprime in modo negativo fermati, renditi conto di quanto male stai facendo a te stesso e agli altri e trasforma la tua voce in vibrazioni sonore di compassione, incoraggiamento, aiuto. Ogni volta che, colto dall'istinto, commetti un'azione nociva, rimedia subito riportando Pace e Serenità, facendo azioni che possano annullare l'errore commesso. Sii pieno di dolcezza in tutto quello che fai, sii pienamente consapevole di ogni tuo pensiero, parola e azione, di modo che tutto diventi purezza assoluta. Se nel tuo cuore coltivi la dolcezza e la compassione ogni tua azione sarà pura, pulita, piena di sentimento e di significato. Tu puoi trasformare in positivo ogni ambiente contaminato dai conflitti e dalle incomprensioni. Sul posto di lavoro, a casa, durante le tue occupazioni quotidiane, nel tempo libero e perfino nei momenti di unione con il tuo partner, sii il riflesso della luminosità e tutto si trasformerà nell'atto più puro del mondo.

Nel mondo non si fa altro che parlare di dolori, guerre, violenze e di continue negatività. Non parlarne anche tu, non lamentarti anche tu! Non concentrarti sui difetti del mondo! Fai qualcosa di buono, agisci per il bene, parla per fare del bene, commetti più atti puri che puoi... commetti gli atti più puri che puoi... sempre e ovunque. Parlare male del mondo non risolve i problemi del mondo. Metti in luce quegli stessi problemi in modo sereno e comincia ad agire. Non perdere troppo tempo a lamentarti delle cose che non vanno bene. Utilizza il tuo tempo per cercare e mettere in pratica le soluzioni. Concentrati sulle soluzioni! Quale grandezza c'è mai nel lamentarsi di ciò che va male? Tutti sono capaci di farlo! Anche il più stupido degli esseri è in grado di trovare il negativo in ogni situazione. Anche il più sciocco degli uomini è ben capace di inorgogliersi e insuperbirsi nel mettere in evidenza i difetti altrui. Ma ben diversa è la Creatura audace che sa operare sempre e comunque per il bene. Solo gli stolti si perdono continuamente in vani giudizi senza senso. Solo gli Eroi sanno concentrare tutte le loro forze e i loro pensieri sulle azioni creative e risolutive.

Perché è solo in queste azioni che risiede la vera grandezza...il vero Amore. Commetti atti puri...più che puoi...tutte le volte che puoi!



In ogni momento in cui stai per cadere in pensieri, parole o azioni nocive, per te stesso o per gli altri, ricordati della tua àncora di salvataggio. Aggrappati al Nome e all'Immagine. Ripeti il Nome...visualizza la Forma...rallenta il respiro...ricordati le Qualità Divine della Figura che stai contemplando. Tutto questo ti darà la forza necessaria per trasformare il carbone in diamante, l'impuro in puro, la sconfitta in successo.

Ripeti quel Nome...visualizza l'Immagine...tutte le volte che puoi...falla diventare la tua abitudine migliore...cosicché ti possa venire in aiuto da sola...senza neanche cercarla.

Non stancarti mai...non fermarti dopo solo pochi giorni...persisti per mesi...anni...e ti accorgerai che quanto ti dico è Verità!

# SETTIMO COMANDAMENTO



**Non rubare cose inutili...sii un ladro che si apposta per rubare ai Santi e agli Illuminati, di ogni luogo, tempo, cultura e tradizione religiosa, le loro Qualità Divine**

Spesso l'uomo desidera cose inutili e, pur di ottenerle, si abbassa a rubare, frodare o imbrogliare....per essere poi più insoddisfatto di prima. L'uomo è ricco di qualità e di virtù latenti e la sua povertà consiste nel non saper sfruttare ciò che di bello possiede. I forzieri del tuo cuore contengono gioielli preziosi di amabilità, gentilezza, generosità e compassione....ma sono seppelliti tra le ansie, le agitazioni, i conflitti, le paure e le preoccupazioni.

Per vedere quello che hai di bello hai bisogno di qualcuno che ti indichi la strada. Lasciati guidare da tutti i Santi, gli Illuminati di tutti i luoghi, i tempi, le culture e le tradizioni religiose. Non perdere tempo in nutrimenti poco edificanti. Fai in modo che il tuo alimento principale sia una sana e luminosa Conoscenza.

Ascolta sagge parole, ricerca buone letture, osserva e contempla immagini creative e visioni rasserenanti e incoraggianti. Sii un ladro di segreti di Saggezza.

Ma dove mai potrai trovare tali segreti? Forse nei frivoli programmi televisivi, nelle letture superficiali o in compagnia di persone senza mèta e senza alti ideali?

Non rubare cose inutili....e più ancora...non farti derubare della preziosità del tuo spirito. Non permettere mai che uno strumento qualsiasi, che sia macchina o uomo, possa furtivamente sottrarti la gioia di vivere che si ottiene accontentandosi delle cose semplici e delle Verità profonde. I Santi, i Maestri, gli Illuminati di tutte le religioni, le tradizioni, le culture di ogni luogo ed ogni tempo, ci hanno indicato, e ancora ci stanno indicando, la Via Regale per sconfiggere il dolore ed ottenere felicità e libertà duratura. Fai di tutto per rubare loro ogni Segreto, ogni Conoscenza.

Accontentati di quello che hai dal punto di vista materiale....ma non accontentarti mai della Saggezza, della Bontà e della Compassione....diventa un ladro spericolato disposto ad affrontare i rischi più impervi pur di ottenere le Virtù dei Santi.

Quando dovrai affrontare la malattia, la morte o il dolore, a niente ti serviranno gli oggetti o le conoscenze frivole di un mondo senza senso e senza scopo. Solo i tesori preziosi dei Saggi potranno aiutarti ad affrontare con coraggio ed impavidità le avversità della vita.



Se solo ascolterai il mio consiglio, se solo studierai e leggerai le storie dei Santi e degli Illuminati, non ti immagini neppure quanto beneficio potrai ottenere per la tecnica della ripetizione del Nome. Tutto ti diventerà più chiaro, più limpido, più concreto e reale. Non restringerti ad un campo limitato. Espandi la tua ricerca attraverso tutti i luoghi, tutte le epoche e tutte le culture. Il Santo è come la musica, la poesia, l'arte...non puoi pensare di confinare la Santità in un tempo o in una tradizione religiosa circoscritta. Non esiste che una creatura di un paese o una cultura che non sia la tua, non sia capace di creare musica migliore solo perché non appartiene ai tuoi rigidi schemi mentali. Dimmi, in quale luogo è nato l'Amore? Lo puoi forse confinare? No...l'Amore è onnipresente e risiede nel Cuore di tutte le Creature dell'Universo...e Santo è colui che sa risvegliare ed utilizzare quell'Amore...indipendentemente dal luogo, dal tempo o dalla tradizione religiosa o culturale in cui si trova. Solamente gli sciocchi si rifiutano di approfittare di tale ricchezza, solo perché appartengono ad istituzioni prigioniere dei loro stessi pregiudizi.

Ogni Religione, oggi, e lo proclamo a Gran Voce, ha il compito di rimuovere e distruggere ogni debolezza insita in se stessa...e la debolezza più grande è l'incapacità di condurre all'Unità delle Fedi...un'Unità che può essere ottenuta, non con il falso ecumenismo, teso soltanto a convertire gli altri, bensì IMPARANDO AD AMARE E TRARRE PROFITTO DAI SAGGI, I SANTI, GLI ILLUMINATI DI TUTTI I TEMPI, LUOGHI E TRADIZIONI CULTURALI E RELIGIOSE!

Perciò, continua a concentrarti sul Nome e sulla Forma che hai scelto...senza dimenticare che ogni Nome e ogni Immagine è importante quanto quello che hai scelto tu...e che è solo, appunto, una questione di affinità...di scelte.

Fatti aiutare a comprendere ciò che stai facendo, leggendo e studiando la vita dei Mistici, dei Santi e dei Saggi Illuminati!



# OTTAVO COMANDAMENTO



**Non dire il falso...non perdere tempo a calunniare, criticare, giudicare....pensa solo a correggere gli errori che scopri in te**

Dire il falso è solo indice di paura, vigliaccheria, incapacità di assumersi le proprie responsabilità nei confronti delle proprie azioni. E con la paura si vive male, e si è costretti a nascondersi in continuazione. Sii più coraggioso, non fuggire di fronte al vero e, anche se al momento ti sembrerà difficile e pesante, dicendo la verità, dopo, ti sentirai più leggero, liberato da mille pesi insopportabili. Ma non criticare inutilmente gli altri. Non concentrare la tua vita sui difetti degli altri, perché si diventa ciò che si pensa, e più pensi alle mancanze del tuo prossimo, più quelle stesse mancanze diventeranno tue. Quante volte succede di giudicare una persona per un suo comportamento che si ritiene sbagliato, per poi scoprire di essersi comportati allo stesso modo in tante altre occasioni!?

Concentrati maggiormente sulle tue qualità e cerca di svilupparle con maggiore zelo, per poi metterle al servizio di chi ha bisogno. Concentrati sulle qualità degli altri, di modo che tu possa emularli e migliorarti. Tutto questo produce ricchezza interiore...mentre il perdere tempo a rimuginare sui difetti del mondo produce solo malcontento e povertà. Ti ripeto, si diventa ciò che si pensa, perciò pensa il bene, pensa il buono, pensa il bello! Le persone che perdono il loro tempo a parlare male di tutti non solo non sono utili al mondo, ma sono persino un danno per se stesse e per gli altri. Non comportarti allo stesso modo! Sii pieno di vita e soffermati tutte le volte che puoi sulle bellezze dell'Universo. Quando gli altri giudicano e criticano vanamente, tu, rimani in silenzio, oppure allontanati o, se ne hai la forza, invitali a cambiare visione della vita, ma non lasciarti, mai e poi mai, trascinare nelle loro insoddisfazioni e nelle loro insofferenze. Sì...sono persone che soffrono...e cercano, consapevolmente o inconsapevolmente, di coinvolgere il prossimo nel loro stesso malcontento...abbi compassione di loro...non giudicarle a tua volta...semplicemente aiutale e, se ti è difficile o impossibile, allontanati con distacco e serenità, cosciente che ognuno ha i propri tempi di comprensione. Se proprio vuoi occuparti di qualche difetto, guarda dentro di te e dentro di te soltanto. Osservati, prendi coscienza, senza criticarti e giudicarti a tua volta, che c'è qualcosa da migliorare, e lavora in tal senso.

Per il resto...pensa il bene...pensa il buono...pensa il bello!



Ripeti mentalmente il Nome...visualizzane l'Immagine...rallenta il respiro...rifletti sulle Sue Qualità Divine....riempi la visione di Luce intensa, brillante...e fai in modo che quella Luce ora avvolga anche te. E' una Luminosità che ti ripulisce da ogni difetto, che si prende cura delle tue

emozioni, dei tuoi sentimenti, dei tuoi rancori, della tua rabbia, dei tuoi stati d'animo. E' una Luce che esce dal Cuore dell'Immagine che stai contemplando e che ti compenetra, ti avvolge e ti illumina.

E' una Luce che mantiene costantemente un collegamento stretto tra te e la Figura che Ami. Tu e quella Figura ora siete legati indissolubilmente, niente mai potrà separarvi, nessuna cosa al mondo potrà dividervi.. L'Amore vi avvolge...per mezzo della Luce!



# NONO COMANDAMENTO



**Non desiderare più del necessario...sii contento di quello che hai...desidera il bene per l'umanità...sappi distinguere tra desiderio giusto e desiderio sbagliato**

Desiderare qualcosa di per se stesso non è sbagliato...ma quando non si fanno porre limiti nasce una grande sofferenza per tutti. Se le risorse del Pianeta-Terra sono mille, non possiamo credere di poterla sfruttare di più, o la Terra ne soffrirà e sarà soggetta a mutamenti dolorosi. Se le risorse del Pianeta-Terra sono mille, non possiamo pensare che solo pochi abbiano diritto a quelle risorse, altrimenti ci saranno inevitabili guerre. Ogni risorsa deve essere distribuita equamente!

Ma non devi delegare questo compito agli altri...tu per primo sappi rinunciare spontaneamente al superfluo. Non sprecare cibo, perché ogni volta che lo fai, metti qualcuno nelle condizioni di morire di fame! Non esagerare nell'utilizzo dell'acqua, perché ogni volta che lo fai, metti qualcuno nelle condizioni di morire di sete. Non sprecare energia elettrica e petrolio, perché depauperi risorse preziose e vitali e la Terra ne soffrirà. Aiuta l'Universo sensibilizzando il Mondo all'utilizzo di Energie Pulite. Renditi conto che non sei un burattino nelle mani di chi desidera che tu consumi sempre di più. Non comprare cose inutili e superflue o i tuoi desideri non avranno mai fine e sarai sempre e comunque insoddisfatto. Non puoi lamentarti della violenza e delle guerre senza fare la tua piccola parte affinché ritorni la Pace. SE POCHI HANNO MOLTO E TANTI HANNO POCO O NIENTE, QUEI TANTI, PUR DI NON MORIRE DI FAME, INVADERANNO I PAESI BENESTANTI PER RIPRENDERSI QUELLO CHE E' STATO LORO TOLTO! E' una legge naturale di compensazione dell'Universo, una legge di riequilibrio delle forze che puoi evitare solamente cercando tu per primo di riportare armonia e giustizia laddove manca.

Lamentarti non ti servirà a nulla! Chiedere che altri risolvano il problema non darà frutto! La soluzione di ogni cosa comincia da te! Poni un limite, metti un tetto ai tuoi desideri, prendi coscienza che puoi rinunciare ad una parte di quello che vorresti. La Terra è generosa con tutti...ma tutti desiderano più del necessario...così si sente sfruttata...e si ribella mutando la sua struttura...cerca di riequilibrarsi. Ed anche i paesi poveri si ribellano cercando di riavere quello che gli è stato sottratto. Ti prego, sii contrario sempre ad ogni forma di violenza, fisica o psicologica che sia...dimostra di essere contrario alle guerre, al terrorismo e alle stragi iniziando, tu per primo, a cercare la Pace rinunciando a desiderare più del necessario!



Ripeti il Nome...visualizza l'Immagine... rallenta il respiro...pensa intensamente alle Virtù Divine della Figura che stai contemplando...avvolgila nella Luce...fai in modo che quella Luce si irradi e avvolga anche te...sentiti legato all'Immagine dai Raggi Luminosi che fuoriescono dal Cuore dell'Amore per poi entrare nel tuo Cuore e diffondersi in ogni cellula del tuo Essere.

Ora...per mezzo di quella Luce...fonditi nell'Immagine che Ami...si...proprio così...la Luce ti attira e ti sospinge verso l'Immagine...il Suo Cuore ed il Tuo Cuore... ora... sono una sola cosa.

Non c'è più differenza...non ci sei più tu...non c'è più il tuo piccolo "io"... c'è solo Luce e Divinità...c'è solo Amore...null'altro che Amore...nient'altro che Amore!

Non stai contemplando più nulla...stai solo sperimentando quello che sei in realtà...Puro Amore!

C'è solo la Luce...c'è solo un Silenzio stracolmo di Pace...non c'è più nessuno che ripete un Nome...perché il Nome si sta ripetendo da solo...non c'è più nessuno che sta visualizzando una Forma...perché quella Forma ora sei tu...e a dire il vero non hai più Forma...sei Essenza di Puro Amore.

Ora sperimenti l'onnipresenza di Dio.

Si...proprio così...dimmi...puoi indicarmi un luogo dove Dio non sia? Se Lui è onnipresente non significa forse che vive e pulsa in ogni cellula e in ogni atomo...dalla più piccola particella alla più grande?

E se l'Amore risiede in tutte le particelle dell'Universo...dimmi...tu non sei forse composto di tante particelle messe insieme? E se in ogni particella che ti compone risiede Dio (perché se così non fosse non potremmo dire che è onnipresente) dimmi... allora...tu chi sei in realtà?

Perché così disse Dio: "Dicono di Me che sono onnipresente...ma poi hanno il coraggio di sostenere che Io non sia in qualche posto...ma se Io non fossi anche in un solo luogo...fosse anche il più piccolo dell'Universo...non si potrebbe dire di Me che sono onnipresente! E se Io sono ovunque...e se non c'è luogo ove Io non sia...tutta la Mia Creazione non è forse altro che Me Stesso? Perciò tu...Creatura...che ti credi diversa da Me...non ti rendi conto che sei solo un'emanazione di Me Stesso? E se Io sono Amore...posso emanare qualcosa che sia diverso dall'Amore? Forse che il Sole emani Raggi di struttura diversa da quella del Sole Stesso? I Raggi Solari sono composti della stessa e identica materia del Sole. Così Io...l'Amore Creativo...ho emanato Amore Creativo...ecco perché si dice che siate a Mia Immagine e Somiglianza. Io ho separato Me Stesso da Me Stesso così come il Sole ha separato Se Stesso da Se Stesso per mezzo dei Suoi Raggi. Io sono l'Amore e voi siete i Miei Raggi d'Amore. Non esiste alcuna differenza tra Me e Voi...se non nella Forma dei Raggi...ma ogni Raggio contiene le stesse identiche caratteristiche di Chi l'ha emanato. E se Io sono l'Amore che ha emanato l'Amore...tu...Raggio d'Amore...puoi dire di essere qualcosa di diverso da Me Stesso?"



# DECIMO COMANDAMENTO



**Non sprecare tempo-energia-denaro....  
utilizza tempo-energia-denaro per rendere felice,  
oltre te stesso, anche tutto il mondo che ti circonda**

Il tempo passa...e non torna indietro! Il domani è incerto e il passato è solo un sogno svanito irripetibile. E' solo nel momento presente che tu sei sicuro di vivere ed esistere. Fa che questo tuo momento sia pieno di vita e di forza. Sentiti utile e creativo! Non passare da questo mondo come se fossi un frammento inutile dell'Universo. Tu sei di più! Sei molto di più! Sei una scintilla preziosa che, unita alle altre scintille, può illuminare la vita su questo Pianeta. Perciò non perdere tempo, non sprecare tempo, fai qualcosa di utile ed essenziale per te stesso e per gli altri fin da ora, da subito.

Il cuore non è pigro e non ama oziare davanti a programmi televisivi senza senso o letture deprimenti. Il cuore è sveglio, batte sempre, e vuole continuare a pulsare di vita importante. Dedica una parte del tuo tempo per lavorare, una per riposare e una per dedicarti agli altri. Solo così saprai godere del tempo in modo luminoso, e ti sentirai soddisfatto. Ricordati di non confondere la pigrizia con il riposo. Il riposo rigenera la mente ed il cuore...mentre l'ozio riduce forza e sopprime vitalità.

Quando ti scopri ad oziare domandati quanta vita stai perdendo e ribellati al tuo stato passivo. Tuffati nell'essenza, nell'esistenza, nella disponibilità, nella creatività, e renditi utile, a te stesso e agli altri. Non sprecare la tua energia per cose inutili! Gli anni passano e la tua vitalità si consuma. Se ti sentirai utile ti sentirai anche soddisfatto e se ti sentirai soddisfatto manterrai alta la tua energia, produrrà nuova forza, avrai nuova forza vitale. Dopo ogni azione malsana ti senti stanco e depresso, mentre dopo ogni sforzo compiuto con Amore senti la Stanchezza dei Giusti, quella che ti fa riposare con la Coscienza leggera, e che ti farà risvegliare più forte di prima.

Non sprecare denaro inutilmente! Utilizzalo per procurarti il necessario per vivere serenamente e consumane una parte per aiutare chi ha bisogno. Se tutti dedicassero una parte del loro tempo, della loro energia e del loro denaro per aiutare chi è in difficoltà, non ci sarebbero più problemi nel Mondo. Se guardi bene bene in fondo a te stesso, se scruti con attenzione, scoprirai che ti capita spesso di sprecare tempo, energia e denaro per cose inutili....ecco!!!...fermati per tempo e fai cambiare direzione ai tuoi scopi! Se stai comprando qualcosa di nocivo per la tua salute, puoi fermarti e decidere di utilizzare quei soldi per sfamare chi sta morendo d'inedia. Se stai perdendo tempo ad oziare, puoi reagire alla tua insoddisfazione dirigendo i tuoi sforzi per incontrare qualcuno che, magari, ha bisogno della tua compagnia. Se ti accorgi che stai utilizzando le tue energie per spettegolare e parlare male di qualcuno, puoi fermarti e trasformare la tua voce in un melodioso canto d'incoraggiamento per chi è debole ed ha bisogno di te. Ciò ti darà

maggior soddisfazione e risveglierà, nella tua mente e nel tuo cuore, forze che non sapevi nemmeno di possedere.

Il tempo è prezioso...non sprecarlo inutilmente...non tornerà indietro!

L'energia è preziosa...con il tempo si consuma...se non la sprechi per cose vane vivrai più felice e più a lungo!

Il denaro è prezioso...ma solo quando viene utilizzato per un alto ideale...non abbassarlo a cose meschine...rendi anch'esso luminoso come il sole utilizzandolo per fare veramente felice te stesso e tutto il mondo che ti circonda...nei limiti delle tue possibilità... ma non mettere mai confini a quello che puoi fare... ricordati sempre che tu puoi fare molto di più di quello che stai già facendo!

Non essere mentalmente pigro! Sviluppa spirito d'iniziativa! Diventa un vulcano di idee e di progetti per dare il tuo contributo a chi è immerso nel dolore e nella sofferenza!



Quello che ancora non ti ho detto:

La Ripetizione del Nome di Dio, qualunque sia il Nome che hai scelto e che hai nel cuore, è l'Arma d'Amore più potente per trasmettere vibrazioni di Pace all'intero Universo.

Più creature riusciranno a mettere in pratica i Dieci Comandamenti e più creature adotteranno la Pratica Spirituale della Ripetizione del Nome... e più il Mondo sarà amorevolmente influenzato a ricercare e ad ottenere la Pace!"

Contribuisci anche tu a scongiurare ogni guerra... lanciando nell'etere la più grande protezione Energetica esistente, il Nome Luminoso di Dio-Amore!"



Ed ora rimane il Lavoro!

Diffondi Conoscenza e Consapevolezza!

Tu sei Amore...non cercare fuori di te quello che hai già dentro!

Ogni volta che ti senti triste e insoddisfatto è solo perché hai dimenticato la tua Vera Natura...Eterna ed Infinita. Torna a cercarla dentro di te con la Ripetizione del Nome!

Risveglia l'Amore che tu sei e offrilo in dono all'Universo!

Un'Amore fatto di azioni concrete...non basta parlare...è arrivato il momento di agire...di mettere in pratica!

Prima di tutto comincia da te...Amati...e rifiuta di farti del male!

Passa poi alla tua famiglia e alla tua cerchia ristretta!

Ma non accontentarti mai...vai oltre...Ama anche coloro che non rientrano nei confini delle tue vedute.

E non accontentarti ancora...non ti limitare al genere umano...accogli nel tuo Cuore animali e piante...fai qualcosa per loro...non sopportare che gli venga fatto del male...agisci con tutto l'Amore che hai dentro per difendere i loro diritti.

L'Amore non ha mai amato i sacrifici animali...l'unico sacrificio che è sempre stato chiesto (e non è stato quasi mai compreso) è quello dell'istinto animale...sacrifica i tuoi istinti più bassi!

Ci sono Creature che vivono sulla Terra solo per aiutare chi ha bisogno...hanno capito che solo questo è il vero scopo dell'esistenza...che non c'è altro modo per santificare veramente la vita. L'intero Universo si prodiga per te...ripagalo mettendo al Suo servizio tutte le Qualità Divine di cui ti ha fatto dono!

Non soffermarti su chi è ingiusto! Non domandarti se gli altri sono giusti o no! Chiediti solamente, giorno dopo giorno, SE TU SEI GIUSTO!

Questa è la Via Maestra che porta alla Liberazione e alla Pace!



# DOMANDE E RISPOSTE



**D. Natyan, non tutti i Maestri sono buoni e veri; come posso riconoscere quelli giusti?**

R. Se ti accorgi che hanno interessi su di te, significa che non vanno bene. Se usano sistemi persuasivi subdoli per carpirti denaro e attenzioni particolari non sono veri maestri.

**D. Dove posso trovare il Maestro giusto?**

R. Se tu sei giusto... se ti preoccupi di fare il bene... non potrai sopportare di stare vicino ad un maestro che non sia buono. Se cerchi illusioni, poteri paranormali, vanità, semplici soddisfazioni emotive o adulazioni a buon mercato, troverai molti "guru" pronti a speculare sui tuoi bisogni. Se desideri invece unicamente imparare ad Amare, ti accorgerai da solo quale sia il Maestro giusto per te.

**D. E se non lo trovo?**

R. Segui i dieci comandamenti... e falli diventare il tuo Maestro. Leggi, studia e metti in pratica gli Insegnamenti dei Veri Maestri che hanno da tempo lasciato il corpo. Frequenta buone compagnie. Questo è più che sufficiente. Quando sarà il momento sarà il Maestro a trovare te.

**D. Ma serve davvero avere un Maestro?**

R. C'è qualcuno che ha la presunzione di sapere che i Maestri non servano. Ma dimmi un po'... ti sogneresti mai di diventare ingegnere senza l'aiuto dei professori universitari? Oh, certo, puoi imparare da solo, fare l'autodidatta, ma quanto tempo impiegherai ad arrivare alla mèta? Coloro che dicono che i Maestri non servono, è solo perché non hanno nessuna voglia di sottoporsi alla disciplina necessaria per distruggere il proprio ego. Amano la libertà e rifiutano il Maestro...ma non si rendono conto che in questo modo si sono scelti un maestro ancora più tiranno... il proprio orgoglio... la propria mente condizionata. Il rifiuto di una disciplina spirituale li costringe a catene e prigionie ben peggiori. Ricordati sempre di una cosa molto importante... la maggior parte degli esseri umani mente con se stessa. Le bugie che gli altri ci dicono sono ben poca cosa in confronto a quelle che ci diciamo tutti i giorni da soli. Chi è veramente sincero dovrebbe avere l'onestà di ammettere che dicendo che un Maestro non serve, in realtà si voleva dire: "Non ho voglia di avere un Maestro, perché mi risulta troppo faticoso sottopormi alle sue sferzate contro il mio ego. Non ho capito l'importanza del Maestro. Mi piace di più occuparmi delle cose mondane della vita. Mi piace la teoria, mi piacciono le letture e le discussioni, ma non mi vada di sforzarmi nella pratica". Non ci sarebbe nulla di male in tutto questo... se lo si ammettesse con sincerità. Il delitto è nel non volerlo riconoscere. Io penso che uno dei nostri compiti dovrebbe essere quello di pregare intensamente affinché

**D. Va bene! Diciamo allora che ho la volontà di trovare un Maestro ed affidarmi a lui. Ma se passo tutta la vita senza trovare un Maestro che sia in sintonia con i miei bisogni?**

R. A volte, pur di stravolgere un tuo condizionato e distorto modo di vedere la vita, è bene fare esperienza anche con un falso maestro. Quindi, tieniti bene stretto il portafoglio, sii vigile al massimo e vagabonda per un po' alla ricerca di quello che ti interessa. Del resto se non sperimenti qualche falso maestro, poi come fai ad avere un termine di paragone? Ascoltali... ma non affidarti a loro. Gira e rigira... ma non prendere decisioni affrettate. Se poi veramente, dopo aver cercato tanto, non avrai trovato quello che fa per te, i casi sono due. O ti è scappato da sotto gli occhi il Maestro giusto, solo perché tu non eri pronto per Lui... oppure... non hai saputo accontentarti del Maestro giusto per te, cioè quello adatto al tuo livello di Coscienza. In fondo, poi, che cos'è un Maestro? E' il simbolo del tuo più alto ideale di vita contenuto nel tuo Cuore. Se hai un'ideale di vita basso, sarai attratto da un maestro dai valori bassi e meschini. Se hai alti Valori, incontrerai un Maestro adatto a soddisfare i Progetti d'Amore della tua Anima. Perciò, ricorda bene, per incontrare un Vero Maestro non devi fare altro che tenere il più alto possibile il tuo Ideale di Vita. Più alzerai il tuo ideale di Amore e più sarai attratto dai Veri Maestri... cioè da Coloro che sanno vivere, non a parole, MA CON L'ESEMPIO, i più Alti e Luminosi Valori Umani e Divini!

# CHI E' NATYAN ?



Natyan è la guida che molti cercano, per non perdersi nel buio, lungo il cammino che porta alla Pace. Il cammino Spirituale è meraviglioso e difficile al tempo stesso, e l'aiuto di anime come la sua è davvero un'ancora di salvezza.

E' l'era della falsità, del consumismo e delle speculazioni, e perfino intorno alla profondità ed alle Verità dell'Anima nascono assurdi e grotteschi giri d'affari che cancellano ogni speranza... E che dire poi delle menzogne di chi attribuisce alla Spiritualità qualità degne di pochi eletti?... Quante complicazioni!!!... Quante le costruzioni della mente egoista!!!

Natyan vive di semplicità, anche il suo tenore di vita è semplice, normale, lontano da tutto ciò che è superfluo.

E' egli stesso semplicità... è per tutti... arriva a tutti... In lui non si trova il Maestro che ti fa sentire un gradino al di sotto... in lui vive l'amico, il confidente, il fratello,... ed ogni suo consiglio, ogni sua indicazione nel cammino Spirituale, sono colmi di Amore e gioia...

Sì, perché la sua gioia più grande è veramente donare ciò che l'Amore di Dio ha rivelato al suo cuore... è condividere con il mondo la sua dolce battaglia per la Pace.

La sua ricerca è sempre stata spinta da un forte desiderio di Verità... se ha avuto dubbi, è andato fino in fondo... di ogni insegnamento ha cercato la diretta esperienza... ed ancora si prodiga per smascherare le truffe ai danni di chi soffre.

Le anime sofferenti sono tutte nel suo cuore... il suo tempo è per loro, il suo sapere è per loro...

Si è innamorato della Filosofia Orientale e, coerentemente con quanto ha imparato ed ha sempre sentito dentro di sé, il suo aiuto si concretizza secondo Antichi Insegnamenti d'Oriente, motivo per cui tra le attività della sua Organizzazione ce ne sono molte ad offerta libera. E non si pensi che le pratiche Orientali non siano adatte alla natura dell'uomo Occidentale. La mente stressata dell'essere umano ha bisogno di Pace, sia che si viva in Occidente che ad Oriente, perciò, come sosteneva anche Jung, perché rifiutare una pratica che può essere di beneficio alla mente, per il solo motivo che non fa parte della nostra cultura? L'unico problema consiste nel saper individuare le persone giuste ed esperte, per non correre il rischio di affidarsi a "falsi maestri" improvvisati.

Natyan è da sempre innamorato dell'Amore, ed ogni Santo, ogni Illuminato, ogni Maestro Vero, sono per lui indispensabile cibo per l'Anima; ogni luogo, ogni cultura, ogni Fede, sono per lui espressioni differenti di un'Unica Grandezza Divina; ogni creatura, umana e non, sono un mezzo per ricongiungersi all'Immensità dell'Universo. L'ho visto perdersi estasiato negli Insegnamenti di Sathya Sai Baba come in quelli di Gesù, nelle Parole di Ramakrishna e Vivekananda come in quelle del Buddha, nelle vicissitudini di S.Francesco d'Assisi come in quelle di Ramana Maharshi, Ananda May Ma e tanti altri, che per ragioni di spazio, non starò qui ad elencare.

Natyan è uno come noi, un Ricercatore della Pace che ci offre con tutto il Cuore il suo aiuto, affinché noi possiamo, a nostra volta, divenire sostegno per qualcuno che ne ha bisogno... Proprio per questo, non gettare via queste pagine d'Amore... fanne tesoro e fanne il tesoro di altri come te... molte persone sono in attesa di un po' di Luce... molti Cuori stanno aspettando un Bagliore Divino...

Grazie di Esistere!

*Marisha*

# PERCHÈ ABBIAMO DECISO DI DIFFONDERE "I DIECI COMANDAMENTI DELLA PACE"



## DOMANDE E RISPOSTE CON SHANTI, RESPONSABILE GRUPPO DI VOLONTARIATO KRIYA- GAYATRI

### ***D. Perché sono stati scritti "I Dieci Comandamenti della Pace"?***

N. Perché a volte la mente dell'essere umano è "pigra" e non si ferma a riflettere su ciò che accade. Così ha bisogno di uno "scossone", di movimento, di qualcosa che la invogli a porsi i giusti interrogativi, di qualcosa che la stimoli all'apertura e all'azione. Tutti conoscono i Dieci Comandamenti dell'Antico Testamento, ma pochi si sono fermati a riflettere se, ai giorni nostri, siano ancora incisivi o stimolanti.

Di per sé sono precetti validissimi, ma appartengono ad una sola categoria di credenti, non sono Universali, e si fermano al NON-FARE, mentre il mondo di oggi ha estrema urgenza di Azioni d'Amore.

I Dieci Comandamenti della Pace sono applicabili da tutti (religiosi di tutte le Fedi e atei) e sono un invito a FARE, ad agire, non sono passivi, sono capillarmente attivi. Abbiamo la tendenza a credere che siano gli altri a dover risolvere i nostri problemi, ma questo non succederà mai. Limitandoci a NON-FARE cose, il mondo non cambierà, ma ti dirò di più, pur lasciando perdere le manie di grandezza di voler cambiare il mondo, limitandoci a NON-FARE cose, non miglioreremo né io, né tu e nessun altro. Astenersi dal fare del male è cosa eccellente... agire per il bene è ancora meglio.



### ***D. Per quale motivo, secondo te, siamo così passivi?***

N. Siamo cresciuti in una cultura dove ci hanno insegnato che siamo tutti peccatori, addirittura fin dalla nascita. Il peccatore è un essere debole, incapace. Quindi ci hanno detto che siamo deboli e incapaci e che dobbiamo temere la punizione di Dio. L'arma della paura può andare bene in alcuni casi, per coloro che proprio non riescono a ragionare e a trattenersi dal compiere azioni vili, cruente e meschine. Ma quando usi la paura sulla mente delle persone "ordinarie", semplici, magari già fragili di per se stesse, ottieni come risultato un'accresciuta debolezza. Se continuo a ripeterti che sei un peccatore stai sicuro che prima o poi finisci per sentirti squallido e inutile. E da che mondo è mondo, chi si è sentito squallido e inutile non è riuscito mai a realizzare qualcosa di buono.



I Dieci Comandamenti della Pace si concentrano molto sulle tue qualità migliori, e ti invitano a risvegliarle e ad utilizzarle per il bene di tutti, compreso il tuo. E' fin troppo chiaro che in ognuno di noi ci siano sia il bene che il male... ma per quale motivo, dico io, dobbiamo sempre e solo concentrarci sul male, sui nostri aspetti negativi e peggiori? Se vogliamo veramente migliorare le cose, è urgente cambiare tendenza. Soprattutto nel nostro mondo occidentale dilaga il virus della depressione e del malcontento. Sii certo che chi riconosce di possedere buone qualità non si sentirà mai depresso o insoddisfatto, perché la sua mente sarà sempre impegnata a far fruttare quelle doti positive in modo creativo per se stesso e per gli altri.

I Dieci Comandamenti della Pace sono un'iniezione di coraggio, di vitalità e di spirito d'iniziativa. Questo è uno dei motivi per cui chi li diffonde rende un grande beneficio a se stesso e agli altri.



***D. Non ti sembrano un po' troppo riduttivi? Non sarebbe stato meglio scrivere di più, spiegare in modo più approfondito?***

N. No! Se Natyan ci ha messo dieci anni prima di sintetizzarli in questo modo il motivo c'è... e anche più di uno. Prima di tutto devono essere diffusi gratuitamente, attraverso una continua e costante trasmissione da Cuore a Cuore. Il solo fatto che tu ti impegni a diffonderli ti porta ad un'azione attiva (Fare!)... e un grosso libro di molte pagine non è divulgabile da Cuore a Cuore, senza un grosso esborso di denaro, e ciò non sarebbe giusto nei confronti di chi non ha buone possibilità economiche.

In secondo luogo, dovendo arrivare a tutti, non deve avere contenuti pesanti o complicati, deve essere scorrevole e leggero, rileggibile anche più volte, perché è un testo che va anche, e soprattutto, meditato e rimeditato spesso. I genitori devono essere in grado di spiegarlo con facilità perfino ai bambini. Inoltre, la catena di diffusione deve avere la possibilità di estendersi all'infinito, sia geograficamente, che nel tempo. Deve perciò essere facilmente traducibile in tutte le lingue e facilmente comprensibile agli uomini di tutte le nazioni del mondo, anche dei tempi che verranno, quando noi non ci saremo più.



***D. Ma voi sperate con questo di poter cambiare le cose nel mondo? Non siete tutti troppo ingenui?***

N. Il mondo non cambierà mai in virtù di un librettino... né di una enciclopedia! I Dieci Comandamenti della Pace sono un Seme importantissimo che, aggiunto ad altri Semi, potrà veramente creare le condizioni per cambiamenti importanti. Non pensare anche tu quello che pensano quasi tutti, e cioè che siccome è impossibile cambiare il mondo allora è meglio non fare nulla e stare a guardare. Ognuno è parte di un tutto, e in quel tutto ognuno ha la sua fetta di responsabilità. Quello che tu fai è importante, anche se ti senti solo una formichina... perché il mondo è fatto di miliardi di formichine come te che hanno la loro fetta di responsabilità.



***D. Quali sono le parti più importanti del libretto?***

N. Sono tutte importanti! Sono un vero concentrato di elementi importantissimi. Se proprio devo scegliere qualcosa ti dico questo... l'invito a leggere e studiare le biografie e gli Insegnamenti dei grandi Santi o Illuminati, di tutti i tempi, di tutti i luoghi e di tutte le culture e le tradizioni religiose... e la ripetizione del Nome, che in India viene chiamata Namasmarana.



***D. Perché queste due cose?***

N. Perché viviamo in un mondo dove mancano modelli di vera bontà! L'uomo è un imitatore per natura, e il modello imitativo si imprime più facilmente nelle menti giovani. Se i nostri figli assorbono dalle televisioni modelli violenti, li vedremo cercare di imitare quei modelli. Se ci sono tanti casi di anoressia, per esempio, oggi, è perché molte ragazze vogliono imitare le modelle o le soubrette televisive.

Leggere la vita e gli Insegnamenti di grandi Illuminati porta ad avere il desiderio di emulare le loro gesta di bontà, di generosità ed altruismo. E' la cosa più urgente di cui il mondo ha bisogno. Inoltre, i Veri Illuminati, aprono la mente all'Unità delle Fedi e non alla divisione. L'essere umano, unito, può realizzare grandi cose; diviso, realizza solo guerre e discordia.

Per la ripetizione del Nome i motivi sono tanti. Se eserciti tale pratica in modo costante puoi pacificare la tua mente e vincere gli stati d'animo negativi. Una mente pacifica trasmette onde di Pace nell'etere e influenza (in virtù di leggi elettromagnetiche sottili ed invisibili) anche gli altri positivamente. Senza poi considerare le motivazioni di carattere metafisico, su cui sarebbe troppo impegnativo dilungarsi ora, e che non a tutti può interessare... per questo, comunque, Natyan è disponibile ad elargire ogni spiegazione.



***D. Riassumendo, infine, perché è così importante diffondere I Dieci Comandamenti della Pace e in che modo è possibile farlo?***

N. Amare non è solo una questione di sentimenti... è un verbo che prescrive una o più Azioni d'Amore. Non possiamo dire ad una persona: "Ti Amo!"... e poi non agire, non fare nulla per lei. Ciò non sarebbe Amore, bensì un semplice stato emotivo che non porta a nulla di buono in nessun tipo di rapporto. Il mondo ha bisogno di essere Amato, tu hai bisogno di essere Amato, tutti hanno bisogno di essere Amati... e il vero amore si esprime attraverso Azioni d'Amore. I Dieci Comandamenti della Pace, se letti, applicati in prima persona e diffusi, porteranno te, i tuoi figli e tantissima altra gente a compiere Azioni concrete d'Amore. Quindi, tu ti sentirai più Amorevole e più Amato... e così i tuoi figli, i tuoi amici... e tutti gli altri. Il mondo ha urgente bisogno di Azioni d'Amore... ecco perché è importante che tutti collaborino alla diffusione dei Dieci Comandamenti della Pace.



***D. In che modo?***

N. Come disse un grande Saggio d'Oriente: **“GLI UOMINI COMPASSIONEVOLI SI AVVALGONO DI TUTTI I MEZZI PER ALLEVIARE LE SOFFERENZE DEGLI ESSERI!”**

Ognuno può decidere in che modo valutando le proprie possibilità. Puoi fare le fotocopie del libretto, puoi portare carta da fotocopie, toner o altro materiale allo Studio

Gayatri di modo che qualcuno faccia le fotocopie al posto tuo, puoi darti da fare per la traduzione in qualche lingua del libretto, puoi fare offerte libere per averne un po' da regalare a chi conosci, puoi fornirci indirizzi e-mail dei tuoi amici di modo che li si possa invitare a prendere contatto con il sito [www.studiogayatri.it](http://www.studiogayatri.it), e diffondere I Dieci Comandamenti della Pace tramite stampa, via internet (è possibile stamparseli dal sito in maniera completamente gratuita) e c'è addirittura qualche Grande Anima che sta portando il libretto in un Centro-Stampa per farne fare migliaia di copie... insomma, i modi sono tanti e puoi scegliere quelli che preferisci, in base alle tue possibilità.

Per quanto mi riguarda, l'essere di aiuto per la diffusione del libretto di Natyan, mi riempie di gioia, perché mi fa sentire utile, attiva, impegnata per qualcosa di veramente importante.

Natyan dice spesso: *“Non ho mai incontrato una persona che abbia pensato solo a se stessa e che sia veramente felice. Le uniche persone felici che ho conosciuto sono quelle che hanno dedicato la propria vita agli altri. Non ho mai conosciuto una persona egoista e felice al tempo stesso. Chi è egoista non è mai contento e vive nell'ansia di procurare a se stesso sempre più cose. Il solo fatto di volere tutto per se stesso è la dimostrazione della sua ansia e della sua insoddisfazione costante. Non c'è niente di più bello che aiutare gli altri ad alleviare i dolori e a cercare di renderli sereni e gioiosi; solo facendo questo ci si può sentire veramente in Pace!”*

Sono perciò felice di contribuire anch'io, come già tanti altri stanno facendo, alla diffusione di un po' di Pace, affinché il contagio del desiderio di impegnarsi in Azioni concrete d'Amore cresca sempre di più in tutti noi.

Quindi, aiuta nel modo che preferisci e se hai qualche idea, rendici partecipi, saremo felici di aiutarti, perché:



**“GLI UOMINI COMPASSIONEVOLI SI AVVALGONO DI TUTTI I MEZZI PER ALLEVIARE LE SOFFERENZE DEGLI ESSERI!”**

*Shanti*

# STUDIO GAYATRI



“La Vera Conoscenza non consiste in un accumulo inutile e pesante di informazioni. Se ciò che studiamo non serve per la Trasformazione in positivo del nostro carattere, è solo una perdita di tempo. A cosa serve imparare qualcosa, se quel qualcosa non ci rende migliori?” Sathya Sai Baba

**Yoga Integrale – Yoga Nidra – Meditazione – Reiki – Bhajan – Shiatsu –  
Reflessologia – Ricerca Interiore – Alimentazione Sana e Luminosa – Parlare  
Scrivere Comunicare – Vacanze e Spiritualità – I Segreti dell’Altro Sesso  
(Imparare a Capirsi) – Linguaggio del Corpo – Le Armi della Persuasione (come  
difendersi) – Fiducia in Se Stessi il Coraggio di Vivere -**

## **LE TECNICHE MEDITATIVE E INTROSPETTIVE ORIENTALI PER VINCERE:**

Ansie – Fobie – Attacchi di Panico – Paure di ogni genere – Depressione – Collera –  
Invidia – Gelosia – Insonnia – Timidezza – Abitudini dannose – Pigrizia – Stress –  
Emotività – Mancanza di Fiducia in Se Stessi – Problemi di Coppia – Disarmonia  
all’Interno delle Famiglie e delle Organizzazioni Aziendali.

Molte delle attività sopraelencate vengono svolte in ottemperanza alle Sacre Filosofie Orientali, che riconoscono il diritto dell’uomo alla Salute e all’Educazione Spirituale. Proprio per questo motivo la maggior parte delle sedute individuali, dei corsi e dei seminari vengono divulgati ad Offerta Libera. Per maggiori informazioni e dettagli visita il sito [www.studiogayatri.it](http://www.studiogayatri.it) o prendi contatto con la sede dello Studio Gayatri.

### **Studio Gayatri**

Via Lecco, 150 – 20052 Monza MB

Tel. 039.382369

**Cell: 340.8999134**

[Hwww.studiogayatri.it](http://www.studiogayatri.it)H – [Hinfo@studiogayatri.it](mailto:Hinfo@studiogayatri.it)H