



ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL SRI SATHYA SAI

# ARADHANA

mahotsavam

guía de estudio



*Sri Sathya Sai  
Baba*

# Ofrecido con amor y gratitud a los pies de loto de Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

## GUÍA DE ESTUDIO PARA EL ARADHANA MAHOTSAVAM 2022: UN DÍA DE REFLEXIÓN

### ACERCA DE ESTA GUÍA DE ESTUDIO

#### La estructura

- Cada uno de los cinco valores humanos es introducido por un Nombre Divino atribuido a Sri Sathya Sai Baba (en la Guirnalda de Sus 108 Nombres). **Cada Nombre lo describe como la encarnación de varios valores humanos o cualidades.** Aprender sobre estos Nombres Divinos es de vital importancia para la práctica espiritual de uno mismo, porque los Nombres atribuidos a Él revelan la naturaleza Divina del verdadero Ser que todos somos. Representan las cualidades que debemos contemplar e identificar con el fin de despertar nuestra verdadera realidad, libre del engaño de la separación de la Divinidad y de los demás.
- **A la introducción le siguen extractos** (del “Sathyam Shivam Sundaram”, volúmenes 1, 2, 3 y 4) **que describen cómo Sri Sathya Sai Baba articuló y alentó la mentalidad, el comportamiento y la práctica** orientados a los valores humanos, durante Sus interacciones diarias con las personas.
- Preguntas o puntos a considerar.

#### El propósito

Se invita a los devotos a contemplar las enseñanzas centrales de Sri Sathya Sai Baba sobre los cinco Valores Humanos como una introducción a una indagación más profunda sobre la naturaleza del verdadero Ser. Dicha indagación pretende ayudarles a crear el buen hábito diario de dedicar tiempo a la contemplación, con el fin de realizar la Divinidad interior.



# CONTENIDO

<b>Verdad (Sathya)</b> .....	<b>1</b>
Quién es la encarnación de la Verdad .....	1
La verdad se basa en la fuerza: Física, Mental y Espiritual .....	1
Baba insiste en que a cada uno se le diga esta verdad sobre sí mismo .....	2
Sathya Sai es un ejemplo de la Verdad .....	2
<b>Conducta correcta (Dharma)</b> .....	<b>3</b>
Que promueve la cualidad de la piedad, la rectitud .....	3
El deber esencial .....	3
Mostrar los beneficios de Su Fe .....	4
Es nuestro Dharma reflejar y expresar Su Naturaleza .....	4
Sathya Sai es un ejemplo de Conducta correcta .....	5
<b>Paz (Shanthi)</b> .....	<b>6</b>
Quién es la personificación de la Paz .....	6
La gente necesita Prasanthi y Prema .....	6
La inquietud no es más que el subir y bajar de la ola en el océano que eres .....	7
Sathya Sai es un ejemplo de Paz .....	7
<b>Amor (Prema)</b> .....	<b>8</b>
Quién concede el Amor .....	8
“Mi misión es otorgarte valor y alegría alejar la debilidad y el miedo”. .....	8
La forma en que Vivió y Enseñó .....	9
Sai Baba parecía más feliz ese día .....	9
Sathya Sai es un ejemplo de amor .....	10
<b>No Violencia (Ahimsa)</b> .....	<b>11</b>
Quién es el Guardián o Señor de los indigentes .....	11
Hay que tener plena fe en la divinidad del hombre .....	11
Sathya Sai es un ejemplo de No Violencia .....	12
<b>Para una mayor contemplación</b> .....	<b>13</b>

# LA VERDAD (SATHYA)

## OM SRI SAI SATHYASWAROOPAAYA NAMAH

### Aquel que es la encarnación de la Verdad

Sathya, dice Sai Baba, consiste en 3 sílabas, 'SA', 'TH' y 'YA'. Significa que 'SA' debe ser ganado por 'th' y 'ya', la auto-realización (Saakshaatkaara) se gana por austeridades, desprendimiento (tapas), auto-negación y la regulación y sublimación de los sentidos ('YA'-ma). Sathya es la Dicha de la Realización; Baba es esa Dicha. Él es el Absoluto, el Eterno, la Verdad. Sathyam es aquello que no se ve afectado por la corriente del tiempo pasado, presente o futuro (Thrikaalaabaadhitham), Baba se ha revelado a Sus devotos como Niraakaara venido como Naraakaara, tal y como prometió mientras estaba en Shirdi. Así, para los devotos (bhakthas), Sai es la encarnación de la Verdad (Sathya Swarupa). Cuando Dios viene como hombre, Su Divinidad no tiene por qué verse afectada o reducida o empañada en lo más mínimo. Mira profundamente en Él y discierne si Él es de la naturaleza de la Verdad, Sathya, el Inmutable. "Los tontos me consideran solo como este cuerpo humano", dijo Krishna. Baba nos advierte contra tales errores al decir: "Por mucho que intenten, quien quiera que busque conocer, por cualquier medio, ustedes no podrán captar el misterio de Mi Majestad". "Sólo el estudio intenso, con fe, de las Escrituras puede ayudarles a vislumbrar", asegura. La voluntad de Baba, Su Palabra, tiene que hacerse realidad, porque Él es la Verdad. "Nunca pronunció una palabra que carezca de significado"

*Fuente: Guirnalda de 108 gemas preciosas por el Prof. Kasturi (cuarta edición, 1979), p. 11-12.*

### La Verdad se basa en la fuerza física, mental y espiritual

Baba es el Gran Sanador, el Restaurador de espíritus decaídos, el Único Re-animador. Él insiste en la verdad porque la falsedad tiene como raíz la cobardía. Uno oculta los hechos a una persona solo cuando le tiene miedo o la odia. La verdad se basa en la fuerza. Según Baba, va en contra de la naturaleza esencial del hombre alegar debilidad o falta de fuerza. Él no permite que las personas digan: "Soy un pecador, nacido del pecado, un alma pecadora". Cuando un devoto con contrición se abusa de sí mismo, Baba lo levanta inmediatamente. "Cuando he venido por tu bien, no debes sentirte así", dice Él.

Baba equipara la fuerza con el mérito y la debilidad con el pecado (que significa, literalmente, "errar el tiro"). Es decir, la fuerza es santa, la debilidad es pecado. La fuerza física, mental y espiritual son, las tres, esenciales, pero la mayor fuente de las tres es la fe en uno mismo, en el alma interior. Baba dice: "Recuerden eso y saquen fuerzas de ahí. Mi misión es darles confianza en sí mismos, darles la fuerza y la resistencia que surgen de eso. El abatimiento es la causa principal de la decadencia. Por lo tanto, todo el mundo debería cultivar la cualidad de la alegría. Para los contentos, la vida es un largo festival. La envidia carcome los órganos vitales y se extiende como un veneno por todo el cuerpo. Dedicuen todo, tanto la alegría como el dolor, al Señor. Ese es el secreto para conseguir el contentamiento, el más valioso de los tesoros".

*Fuente: "Sathyam Shivam Sundaram", Vol. 1, Capítulo 14.*



## Baba insiste en que se le diga a cada uno esta Verdad sobre sí mismo

Sus palabras de apertura en el discurso son “¡Divyatma Swarupulara!”: ¡Encarnaciones del Atma Divino! Esa es la suma y la sustancia de todas Sus enseñanzas. **El hombre tiene que darse cuenta de que él es el Atma, inconquistable, indestructible, ilimitada, la Existencia-Conocimiento-Bienaventuranza-, ola del océano que es Dios.** “La conciencia de esta Verdad es devoción (Bhakti)”, dice Sankaracharya.

**Baba insiste en que se le diga a cada uno esta Verdad sobre sí mismo, que se le dé una visión de sí mismo en el espejo, para que pueda vivir con fuerza, fe, valor y paz.** Dice que el árbol de la vida, la higuera de Bengala (asvattha), tiene sus raíces en el Atma. Si esa fe está ausente, nos secamos y somos arrastrados de un lado a otro por todos los vientos de la fortuna, los vientos de la fugacidad. El tronco y las ramas, las hojas y las ramitas del árbol de la vida son las ramificaciones de nuestros contactos y compromisos con el mundo exterior, los parientes y amigos, el yo y lo mío, el más y el menos en los que prolifera la vida. Las flores del árbol son las palabras, los pensamientos y los actos de Amor, y la bienaventuranza (Ananda) derivada es el fruto. Pero Baba dice que la dulzura del fruto es la Virtud (seela), el carácter bueno y piadoso. Sin la Virtud, que hace que el fruto valga la pena, y la raíz Átmica, que sostiene el árbol, la vida es un mero arado de arenas, el cuerpo no es más que combustible, forraje para las alimañas.

*Fuente: Sathyam Shivam Sundaram Vol.3, Capítulo 4.*

## Sathy Sai es un ejemplo de la Verdad

Nunca tomaba represalias cuando sus compañeros de juego lo maltrataban. La información de tales malos tratos llegaba a los padres a través de otros niños pequeños que presenciaban el asunto, nunca de Sathya, que no parecía sufrir en lo más mínimo el dolor o la incomodidad. Siempre decía la verdad y nunca recurría a las excusas habituales con los que los niños comunes tratan de encubrir sus errores. Tan distinto era su comportamiento que un joven lo apodó una vez “el niño brahmán”. Era una descripción adecuada. Poco sabía este joven que, mientras estaba en el cuerpo anterior, este niño, del que ahora se reía, había declarado en Shirdi: “¡Este brahmán puede traer a los hombres devotos al Camino Blanco y llevarlos a su destino!”.

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 2*

### PUNTOS A CONSIDERAR

1. Después de leer los puntos de vista de Sri Sathya Sai Baba sobre el valor de la Verdad, ¿Cómo te manifestarías en conciencia y acción para mostrarte de manera diferente en tus propios asuntos e interacciones diarias?
2. ¿Qué afirmación sobre la Verdad te parece más significativa e inspiradora?
3. ¿Qué ocurre si tú u otras personas que conoces descuidan el valor humano de la Verdad?





# CONDUCTA CORRECTA (DHARMA)

## OM SRI SAI SADHU VARDHANAAYA NAMAH

### Aquel que promueve la cualidad de la piedad, la rectitud

(La palabra) Sadhu significa virtud, rectitud, piedad y perfección. Baba promueve -en aquellos que tienen la suerte de aceptar Su guía, buscándolo como creen- todas las cualidades virtuosas. Él insiste en la práctica, la experiencia y el carácter como el fruto de la práctica espiritual (Sadhana) y la Virtud como el dulce jugo que llena la fruta. Él ha dicho que la frase en el Bhagavad Gita, capítulo IV, Yoga del Conocimiento, “Siempre que hay decadencia de la rectitud, y la injusticia está en ascenso, entonces Yo me encarno para la protección de los virtuosos (sadhus), para la destrucción de los malhechores, y para establecer la rectitud (Dharma) sobre una base firme, Yo nazco de edad en edad”, no se refiere a los monjes (Sadhus) con túnicas ocres, sino a los hombres buenos que están desprendidos de los placeres mundanos y de los objetos mundanos.

Son numerosos los casos en los que Él curó las heridas causadas por la injusticia. Reverenciar a los padres, honrar a los maestros, respetar a los ancianos y a los eruditos, buscar oportunidades de servicio, difundir la alegría y la satisfacción, no entregarse a la calumnia, ignorar las faltas de los demás, no ensalzar los propios méritos, fijar la atención en el Sai que hay en cada uno de los otros seres vivos, son las indicaciones que Él da. Estas desarrollarán las cualidades virtuosas (sadhu) en nosotros. Él ama y atrae hacia Sí a los hombres buenos de todas las castas, países y razas. Así, cada uno es persuadido a examinar sus faltas y vicios, y a volverse mejor en todos los sentidos, y a ganar Su amor. Él ve a través de la pretensión la humildad. Es imposible ganarse Su confianza por medio de la pompa o los signos externos de bondad o pureza. Él solo puede ser satisfecho por la sinceridad genuina y consistente.

*Fuente: “Guirnalda de 108 gemas preciosas por el Prof. Kasturi” (cuarta edición, 1979), p. 16-17.*

### El deber esencial

Sathya Sai Baba dijo: “Eliminar las tendencias, impulsos y hábitos dañinos, y la construcción del carácter, son, sin embargo, solo preliminares a la práctica de la disciplina espiritual. /.../ Ahora la maldad es una característica universal, y tengo que provocar una revolución en el carácter, la actitud y el comportamiento humanos, y enseñar a la gente ciertas disciplinas. Hay que volver a poner a la gente en el camino de la unidad, la armonía y la paz. La comprensión de que todo en el Universo es la manifestación del Señor, es la base misma, el contenido entero, la urdimbre y la trama, el hilo y la tela de todo. Este es el derecho de cada persona, sea cual fuere su raza, credo, clase o casta. Ustedes, los de esta generación, son realmente afortunados por tener la suerte de estar en contacto conmigo y la oportunidad de recibir la guía que he venido a dar.”

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram” Vol.1, Capítulo 14*



## Muestra los beneficios de tu fe

En Madrás, mientras hablaba a los miembros de la Asociación de Jóvenes de India, Sathya Sai Baba pidió a los ancianos presentes que se convirtieran, para los jóvenes de hoy, en mejores ejemplos de integridad, eficiencia y servicio desinteresado.

“Personajes prominentes que afirman ser grandes, declaman citando libremente los símiles y metáforas de las escrituras sagradas. Pero con su conducta, su engreimiento y sus conflictos, solo disminuyen el brillo de esos tesoros. No hay coordinación entre el orador, el tema y la conducta posterior”, dijo.

En la Sala Gokhale, dijo que el hombre debe buscar las respuestas a cuatro preguntas fundamentales: **“¿Quién soy? ¿De dónde vengo? ¿A dónde voy? ¿Cuánto tiempo me quedará?”**. Dijo que los antiguos textos de las escrituras indias están dedicados al descubrimiento de las respuestas a estas preguntas. Mostró cómo las respuestas pueden ser realizadas a través de la ciencia, pero también dijo que **la Gracia del Señor, si se gana a través de la contemplación constante y la introspección, revelará las respuestas al aspirante en un instante.**

Analizando las causas de la actual crisis en la vida moral de la comunidad, señaló que el cinismo y el afán de criticar son dos enfermedades principales de la época, y estas conducen a la irreverencia y a la propagación de la incredulidad. **Una vida vivida en la constante presencia de Dios es la más segura y satisfactoria, pues los rayos de la crítica social no penetrarán en ella ni la dañarán. La religión y la creencia en Dios están siendo desafiadas ahora desde todos los frentes. Por lo tanto, es el deber de todos los hombres buenos responder a este desafío, demostrando a los críticos cómo sus vidas se han hecho más dulces por la religión; cómo la realización de la presencia constante del Señor los ha hecho más eficientes, más serios y más valientes para la tarea de vivir.**

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 11.*

## Es nuestro Dharma reflejar y expresar Su Naturaleza

Baba declara que Su vida es Su mensaje. Por lo tanto, estar en Su presencia, observar Su compasión, Su sencillez, Su seriedad, Su perspicacia, Su amor, es en sí mismo una valiosa oportunidad para que el aspirante adquiera plenitud y libertad. Cada palabra suya está cargada de significado para la persona a la que se dirige. Y Él trata a cada uno como un problema separado y especial. Él no vende panaceas baratas para las múltiples deficiencias del hombre; **la meta está dentro de ti; la cura está en tus manos; donde está la enfermedad, allí está el remedio. Alcanzar la meta es abrir el ojo, despertar, encender una lámpara, negar una pesadilla. Todo es tan sencillo; ver la Verdad es tan simple como hablarla, dice Él: “¿Por qué hacer el camino largo y luego, ganarse la gratitud recomendando atajos?”**. “La oscuridad de los siglos desaparecerá cuando se encienda una lámpara; no se necesita ninguna pistola para dispararla, ningún libro para argumentarla, ninguna lágrima para lavarla, ninguna proeza pugilística para empujarla”, dice Él.

Para cada uno, Baba tiene el remedio más adecuado, en una forma fácilmente transportable, y lo dispensa con afecto y simpatía. “Baba hace que cada uno se dé cuenta (dice John Hislop) de que es un reflejo de Su Realidad.



Es nuestro Dharma, nuestro deber, reflejar y expresar Su Naturaleza, que es la Verdad y el Amor, porque, esa es también nuestra verdadera naturaleza. Y es nuestro deber primordial liberarnos de la ilusión de separación de Dios, para fundirnos en Dios, al igual que las gotas de rocío lanzadas al aire por el viento y la tormenta, vuelven a caer y ya no están separadas del mar”.

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.3, Capítulo 7*

## **Sathya Sai da un ejemplo de conducta correcta**

A la tierna edad de tres y cuatro años, “este brahmán” (como se referían al joven Sathya Sai Baba) demostró que tenía un corazón que se derretía ante el sufrimiento humano. Cada vez que un mendigo aparecía en la puerta y lanzaba su grito, Sathya dejaba su juego y se apresuraba a entrar para obligar a sus hermanas a repartir grano o comida. Naturalmente, los adultos se irritaban ante la interminable procesión de manos extendidas. Perdían fácilmente los estribos y, a veces, rechazaban al mendigo antes de que Sathya pudiera llevarle el alivio. Esto hacía que el niño llorara tanto y tan fuerte que solo trayendo de vuelta al mendigo despedido, podían los ancianos detener sus lamentos. En una ocasión, para poner fin a lo que los ancianos consideraban una caridad cara y fuera de lugar, la madre agarró a Sathya y, con un dedo levantado en señal de advertencia, le dijo: “¡Mira! Puedes darle comida, pero ten en cuenta que tendrás que pasar hambre”. Eso no amedrentó al niño. Corría al interior y sacaba la comida para el hombre hambriento que estaba en la puerta, y luego se quedaba sin comer o cenar él mismo. Nada ni nadie podía persuadirle de que viniera por su comida, que quedaba intacta.

/.../ Cuando Sathya empezó a correr por las calles buscó a los mutilados, a los ciegos, a los decrepitos y a los enfermos, y los llevó de la mano hasta la puerta de sus padres. Las hermanas tenían que conseguir de la tienda o de la cocina algún grano o alimento y ponerlo en el cuenco del mendigo, mientras el pequeño maestro miraba feliz.

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 2.*

### **PUNTOS A CONSIDERAR**

1. ¿De qué manera el mensaje de la rectitud (Dharma) es relevante para ti, a nivel personal?
2. Según Sri Sathya Sai Baba, ¿qué significa seguir el valor humano de la rectitud?
3. ¿Cómo incluyes el enfoque en la rectitud como parte de tu práctica espiritual?



# PAZ (SHANTHI)

## OM SRI SAI SAANTHA MOORTHAYE NAMAH

### Aquel que es la personificación de la Paz

Baba hace hincapié en la Paz (Shanti), como uno de los cuatro pilares de la felicidad individual y social. Declara que cada ser humano es una personificación de la Paz (shanta swarupa) en esencia. Él y nosotros somos encarnaciones de la Paz (Shanti); puesto que Baba es el Morador interno, la Paz es nuestra Realidad.

Al igual que las profundidades del mar no se ven afectadas por las mareas y los remolinos, al igual que las profundidades del espacio no se ven perturbadas por los tornados y los truenos, nuestro núcleo interno es el reino de la Paz, el reino de Shanti. Baba insiste en que “la Paz no es la ausencia de agitación o inquietud. Es la consumación de la Verdad y la rectitud (Sathya y Dharma), de la adhesión a la verdad y la moralidad, en todos los niveles”. Baba dice que “la Paz se puede ganar solo por el control riguroso de los sentidos, que atraen, distraen y causan movimientos, hacia adelante y hacia atrás”. La Paz es fortaleza en la fortuna y en la desgracia. Es ecuanimidad, firmeza inquebrantable. /.../

Baba se dirige a la gran cantidad de personas que se reúnen para escucharle como “Encarnaciones de Shanti”, porque Él visualiza el núcleo interno de cada uno. Él es el núcleo interno y por lo tanto, cada uno de nosotros es de Su naturaleza fundamentalmente. “En cada uno, Sai existe”, afirma Él. Así que, para todos, Shanti (Sai) es el núcleo.

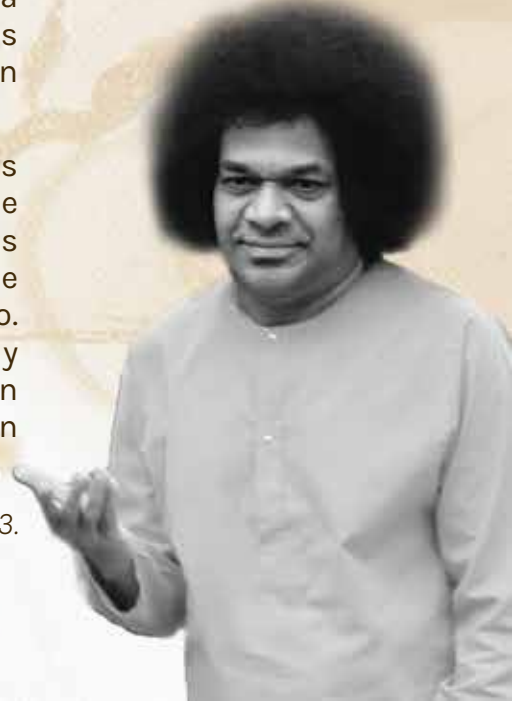
*Fuente: “Guirnalda de 108 gemas preciosas” por el Prof. Kasturi (Cuarta Edición, 1979), p. 107-108.*

### La gente necesita paz suprema y amor (Prashanti y Prema)

Siempre es muy gratificante profundizar en el significado de los nombres que Baba da a veces a las personas o a las cosas. Su residencia en Puttaparti, construida en los años 1948-50, se llamó Prashanti Nilayam, la Morada de la Paz Suprema. Todos los seres tienen que obtenerla, en algún momento, en algún lugar. Cada uno tiene que construirla por sí mismo con Su guía y gracia. Baba ha advertido a los humanistas y filántropos de esta época que la gente de hoy no anhela juguetes y baratijas que alimenten los apetitos ávidos. Anhelan más bien la gloria de Dios, la paz en la Tierra y la buena voluntad entre los hombres. Necesitan una satisfacción tranquila, en lugar de un sensacionalismo ruidoso.

Baba ha estado insistiendo en que aquellos que trazan planes quinquenales para presas, centrales eléctricas, líneas de ferrocarril y fábricas, deben también proporcionar correctivos adecuados para la devastación de los valores tradicionales, que seguirá a la vasta adhesión de la mezquindad y el beneficio. Las personas intoxicadas por la prosperidad repentina y descorazonadas por la pérdida de las tradiciones necesitan que la paz suprema y el amor (Prashanti y Prema) les confieran valor y ecuanimidad.

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.4, Capítulo 3.*



## La inquietud no es más que la subida y bajada de la ola en el océano que eres

Cabe mencionar aquí un pequeño libro, “Diálogos con lo Divino”, publicado por una Academia de Eruditos y Sadhakas de toda India, fundada por Sathya Sai Baba. “Esta obra”, como escribe Baba, “ha florecido a partir de la dicha que (el autor) V.S. Page ha ganado y disfrutado en su interior”, cuando se sentó a los pies de Sri Sathya Sai Baba y le interrogó con humildad sobre diversos problemas derivados de sus estudios y prácticas espirituales.

Baba le dice: “Nada puede alcanzarse sin una práctica incesante. **Así que cada momento debes recordar a Dios y ser feliz en ese pensamiento. Solo entonces podrás alcanzar la paz.** ¿No estamos en paz cuando cesa un pensamiento y no surge otro? Tienes que esperar ese vacío, ser uno con esa paz. Entonces esa paz será continua y duradera.

“**Los pensamientos siempre surgen y desaparecen como las ondas en la superficie del agua. Tienes que mirar la masa de agua, no solo las ondas.** Del mismo modo, el Atman siempre habita en paz, pero el hombre no se da cuenta de ello y permanece siempre absorto en las vacilaciones de la mente. Se necesita una vigilancia constante para ignorar las olas y observar el agua... La inquietud no es más que el ascenso y descenso de la ola en el océano que eres”.

Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.4, Capítulo 3.

## Sathya Sai da un ejemplo de Paz

Al enseñar y amonestar a los devotos con relación a sus problemas, les dijo que debían concentrarse en la recitación del Nombre de Dios, que era el mejor medio para ganar la Paz. Una vez se dirigió a una devota con la pregunta: “¿No haces la recitación?”. Ella comenzó a decir algo en respuesta, pero Baba no esperó a escucharlo. “Oh, has perdido tu rosario (japamala), ¿no es así?”, preguntó. Entonces, metiendo la mano en la arena, sacó un rosario y le dijo: “Toma, ven y agarra esto”. La dama se levantó reverentemente y se acercó con las manos cruzadas para recibirlo. Sai Baba le indicó que se detuviera, y le dijo con una sonrisa que iluminaba Su Rostro: “¡Espera! Primero, dime de quién es este rosario”. Ella lo miró y jadeó. “¡Mío, Baba! O mejor dicho, de mi madre”. Estaba muy contenta de recuperar su rosario, el que le había regalado su madre moribunda. Baba nos contó todo sobre la piedad de su madre, la rigurosa austeridad (Tapas) de su hermano y su propia práctica espiritual (Sadhana). Le preguntó cuándo había perdido el precioso rosario. Todos nos quedamos boquiabiertos cuando declaró que lo había extraviado cuatro años antes, en Bangalore.

Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 10

### PUNTOS A TENER EN CUENTA

1. ¿Por qué es tan importante el control de los sentidos? ¿Qué podría pasar si decidieras desatender el consejo de que debes tener control sobre tus sentidos?
2. Cuando te esfuerzas por vivir de acuerdo con el valor humano de la Paz, ¿cómo transforma eso realmente tu vida?

# AMOR (PREMA)

## OM SRI SAI PREMA PRADAAYA NAMAH

### Aquel que concede el Amor

Este nombre lo glorifica como la fuente de Amor, el otorgante de Amor, el Inspirador del Amor (Prema) en todos los seres vivos. Baba a menudo se dirige a los reunidos como “Encarnaciones del Amor”, porque Él ha venido a ayudar a cada uno a reconocer el manantial de Amor. ¿Y cuál es ese manantial? Es Él mismo, el Sai que es nuestra Realidad, el Motivador Interior (Anatharyami). Él concede los dones del Amor desde el interior del corazón. Son incontables los casos en los que, a través de Sus bendiciones, los corazones duros como la piedra, se han ablandado en simpatía con todos los que sufren. Esa es la medida de Su Gracia.

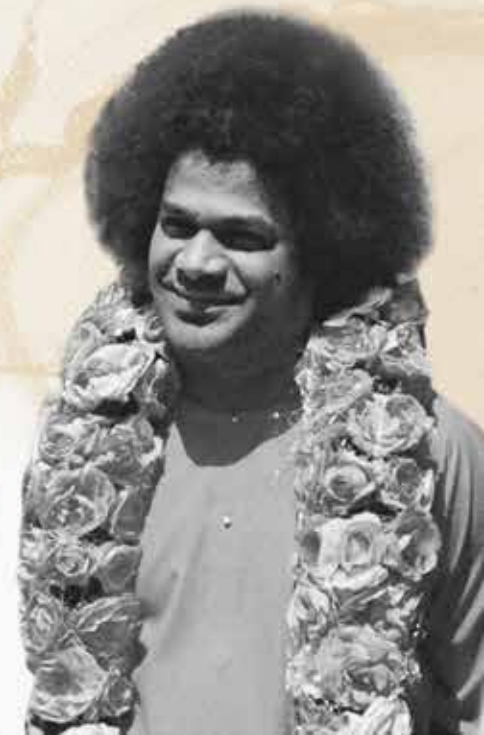
**Su Amor ha curado viejas llagas en las familias donde está consagrada Su Imagen. Padres e hijos se han reunido de nuevo.** Las madres han recuperado el amor de sus hijos. Los hermanos se han abrazado después de años de distanciamiento. Las disputas familiares han terminado. La anarquía ha aprendido el dulce sabor de la paz. El orgullo se ha vuelto humilde, las palmas se han unido en la oración. Él enseña la ayuda mutua y el servicio. Él nos asegura que Él está en todo y alienta la hermandad y las acciones amorosas de simpatía. La Verdad (Sathya) es la corriente eléctrica. La Rectitud (Dharma) es el cable que la ayuda a fluir. La Paz (Shanti) es la bombilla que la transmuta y el Amor (Prema), dice Baba, es la luz.

*Fuente: “Guirnalda de 108 gemas preciosas”, por el profesor Kasturi (cuarta edición, 1979), p. 66-67.*

### “Mi misión es concederles valor y alegría, alejando la debilidad y el miedo”

Él abraza a todos en su amor abrumador, y cuando anuncia una reunión, dice: **“Yo no descarto a nadie, no puedo; no es Mi naturaleza hacerlo. No temen, soy suyo, ustedes son Míos”**, inmediatamente se establece una intimidad más allá de lo mundano entre Él y el buscador. Como resultado, Sus palabras se hunden profundamente en la conciencia, y echando raíces, crecen lentamente hacia una buena conducta y un carácter edificante. Él se dirige a la reunión como si fuera uno solo. Su propósito principal es despertar al hombre del sueño de la ignorancia y señalarle su verdadera naturaleza, el Ser Divino imperecedero e inmortal.

Él inspira con: “Ustedes son el Invencible, inafectados por los altibajos de la vida. La sombra que proyectan mientras avanzan por el camino cae sobre la tierra y el polvo, los arbustos y las zarzas, la piedra y la arena, pero no les preocupa en absoluto, porque caminan ilesos. Así también, como sustancia espiritual, no tienen razón para preocuparse por el destino de la sombra,





el cuerpo”. Baba deja muy claro este punto con muchos ejemplos y así, infunde un valor inquebrantable.

**“Mi misión es concederles valor y alegría, alejarlos de la debilidad y el miedo”.** Él ha dicho en muchas ocasiones. “No se condenen como pecadores; el pecado es una denominación errónea para lo que en realidad son errores. Yo perdonaré todos sus errores, siempre que se arrepientan sinceramente y se propongan no volver a seguir el mal. Recen al Señor para que les dé fuerzas para superar los hábitos que les habían seducido cuando eran ignorantes”.

Así enciende la llama de la esperanza y la salud en cada corazón. Con Su dulzura, Su compasión sobrecogedora y Sus palabras de sabiduría, ha corregido los pasos de cientos de personas y las ha dirigido hacia el camino del servicio y el esfuerzo.

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 11*

## La forma en que vivía y pensaba

Sai Baba también enfatiza constantemente la necesidad de la meditación con la repetición del Nombre de Dios, como una disciplina esencial para todos. Él da instrucciones detalladas y guía a todos los que están deseosos de practicarla. Así que, en Prashanti Nilayam, hay muchos devotos que se dedican a este tipo de adoración durante muchas horas al día.

Mientras Sai Baba está en Prashanti Nilayam, está ocupado todo el tiempo en la tarea de bendecir a los devotos, dándoles la oportunidad de ver Su Gracia, contactarlo, hacer reverencias y conversar con Él. Come la comida sencilla de los más pobres de la Tierra, comida cocinada y traída con devoción por los devotos en Nilayam. Duerme en una cama extendida en el suelo. Se sienta en una silla colocada generalmente en una plataforma en la parte oeste de la sala durante la entonación de los cantos de amor a Dios, y da Darshan a todos en la sala. Les permite tocar Sus pies cada vez que baja a la sala.

**Sai Baba les da a todos esperanza y valentía, satisfacción y fe, seguridad y consuelo, porque dice: “¿Por qué temer cuando Yo estoy aquí? Pongan toda su fe en Mí. Yo los guiaré y guardaré”.**

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 7*

## Sai Baba parecía más feliz ese día

En el séptimo día del festival de Dasara, se alimenta a los pobres y se distribuye ropa a los mutilados e indigentes. Alguien le preguntó a Sai Baba por qué no aparecía en ningún periódico la noticia de esta gigantesca función, en la que se reparten ropas o saris a unas cuatro o cinco mil personas. Baba respondió: “¡Me pregunto por qué habría de hacerlo! Cuando tus parientes vienen a ti y les das de comer, ¿invitas a la prensa y buscas publicidad?”.



De todos los días, Sai Baba aparece más feliz en ese día, y puede decirse que es Su día más ocupado. Examina la cocina y la preparación de los platos, y supervisa la disposición de los asientos. Inclinandose ante las hojas extendidas, sirve los dulces a casi todos. Recorre el carril de los necesitados y selecciona a aquellos a los que hay que darles ropa. Se emiten boletos y se llaman por los nombres más tarde. Los necesitados se acercan a Baba y reciben de Sus manos el codiciado regalo. Es una escena inspiradora y una experiencia muy reconfortante. Él tiene una palabra amable para todos. Trata con especial consideración a los ciegos, a los mutilados, a los ancianos y a los vacilantes, y pide a los jóvenes que les ayuden y les guíen. Les aconseja que sean cuidadosos y precavidos en la oscuridad, y les hace preguntas amables. Hace que el momento sea precioso para todos.

*Fuente: "Sathyam Shivam Sundaram", Vol.1, Capítulo 7*

## Sathya Sai da un ejemplo de Amor

Hay una pequeña escuela primaria en Puttaparti a la que Sathya asistía con sus contemporáneos para algo más noble que aprender a deletrear y escribir. La escuela de entonces tenía un esquema de castigo muy duro para asegurar la puntualidad. El niño afortunado, que llegaba primero y saludaba al maestro, así como el alumno que llegaba después y también saludaba, quedaban exentos de castigo. Todos los demás niños que, por cualquier motivo, legítimo o no, llegaban tarde, recibían un golpe de vara. El número de cortes en la mano dependía de su posición en la lista de los que llegaban tarde. Para escapar de esta tortura, los niños se reunían bajo el alero de la escuela mucho antes del amanecer, bajo la lluvia o la niebla. Sathya vio la situación y se compadeció de sus temblorosos compañeros de juego. Los visitó bajo el alero. Trayendo camisas y toallas de su casa, cubrió a los niños y les dio calor y comodidad.

*Fuente: "Sathyam Shivam Sundaram", Vol.1, Capítulo 2.*

### PUNTOS A TENER EN CUENTA

1. ¿Cuál es el impacto más fuerte que el valor humano del Amor, tal como se describe aquí, ha tenido en tu propia vida?
2. ¿Cuál es un indicio de que realmente has adoptado y practicado el valor humano del Amor?
3. ¿Cómo puedes fortalecer tu fe y confianza en el poder del Amor divino?



# NO VIOLENCIA (AHIMSA)

## OM SRI SAI ANAATHA NAATHAAYA NAMAH

### Aquel que es el Guardián o Señor de los indigentes

Anaatha significa “los que no tienen un Señor, un maestro, un guía, un protector, un guardián”. Son los huérfanos, los indigentes, los desamparados, los refugiados, los exiliados, los marginados. Para todos ellos, Baba es el guardián, el maestro, el protector (Naatha). Las primeras palabras que Sathya Sai Baba pronunció cuando se deshizo de la parálisis que había asumido durante 8 días para salvar a un devoto que no podía sobrevivir a ella, fueron: “El Señor es el único refugio para los desamparados. Tuve que asumir este golpe mortal y salvar a mi devoto (Bhakta). Esa es una de las tareas para las que he venido”.

Baba insiste en que no hay que referirse a nadie como “Aanatha”, porque todos los seres son Sus hijos y por tanto, tienen un guardián en Él. Él nunca habla con desprecio de los pobres, los analfabetos, los leprosos, los mutilados o defectuosos. Nos enseña a todos a mirar a todos, por muy diferentes que sean de nosotros, como a Sai mismo, en esa Forma. **“No odien, no desprecien, no descarten, porque, todos aquellos a quienes odian, desprecian y descartan son tan Sai como ustedes mismos. Tú ves faltas en ellos”,** dice Baba. “Deja todos los juicios al Señor. Él conoce el pasado, el presente y el futuro. Él ha asignado el papel a cada uno. Dejen que Su voluntad prevalezca. **Vean a Sai en todo.** Reverencien a todos, amen a todos”. Ese es Su mandato.

*Fuente: “Guirnalda de 108 gemas preciosas” por el Prof. Kasturi (Cuarta Edición, 1979).*

### Hay que tener plena fe en la Divinidad del hombre

Baba inculca el espíritu de servicio entre Sus devotos, y durante Dasara, un día generalmente dedicado al servicio social, enseña la actitud de adoración en la que uno debe prestar servicio. **Él escribe y habla del servicio a los demás como servicio, en última instancia, a uno mismo, y el daño a los demás como daño, en última instancia, a uno mismo.** En sus palabras, “Cuando el Señor desciende en forma humana para que pueda servir al hombre, ¿qué feliz será si el hombre se dedica a ese servicio? Dediquen su tiempo al servicio del mundo, independientemente de los resultados de este”.

Baba es muy puntual sobre la visión que debe inspirar al devoto que emprende el camino del servicio: **“Aunque el servicio a la humanidad es sagrado, a menos que se haga en el ideal superior del Señor, realizando al Señor inmanente en todo, adorando al Señor en la forma de todos, no hay beneficio alguno. Uno debe tener plena fe en la Divinidad del hombre y el servicio debe ofrecerse en la contemplación ininterrumpida del Señor. Utilicen el poder, el conocimiento y los logros con los**





que el Señor los ha dotado para la mayor gloria del Señor, con sinceridad y sin ningún tipo de malicia. Ese es el servicio del Señor, sea cual fuere el campo de actividad o la región del deber en la que estén llamados a prestar servicio”.

Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 14

## Sathya Sai da un ejemplo de No violencia

Se mantenía alejado de los lugares donde se mataban o torturaban cerdos, ovejas, ganado o aves, o donde se atrapaban o pescaban peces. Evitaba las cocinas y los recipientes utilizados para cocinar carne o aves. Cuando se elegía un ave para preparar la cena, el pequeño Sathya corría a buscarla, la estrechaba contra su pecho y la acariciaba, como si el amor extra que le derramaba indujera a los ancianos a ceder y perdonar al ave. Los vecinos le llamaban Brahmajnani, un “Alma Realizada”, por este tipo de aversión a matar y esta medida de amor hacia la Creación. En esos momentos Sathya corría a la casa del contador del pueblo que estaba cerca, pues eran brahmanes y vegetarianos; tomaba la comida que le ofrecía Subbamma, la anciana que residía allí.

/.../ Incluso de niño, Sathya estaba en contra de todos los deportes y juegos que causaran crueldad o dolor. No permitía que sus compañeros presenciaran la carrera anual de carros de bueyes que se celebraba en las arenas del lecho del río durante una de las fiestas del pueblo. Se oponía a que se retorcieran los rabos de los bueyes y se despellejaran sus lomos con palos para gloria vicaria del dueño.

Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol.1, Capítulo 2.

### PUNTOS A CONSIDERAR

1. ¿Qué tienes que “vigilar” en ti, para no causarte daño a ti mismo o a los demás?
2. ¿Cómo determinas la directiva de tu conciencia sobre si que algo es útil o perjudicial?
3. ¿Qué cualidades personales has desarrollado que te ayudan a ser “no violento” con los demás?



## Para una mayor contemplación

**Comentando Su propia biografía, Baba dijo:** “El título, “Sathyam Shivam Sundaram”, habla de Mí, como inmanente en cada uno de ustedes. Porque, Sathyam es la Verdad. Ustedes se resienten ante cualquier imputación de falsedad. El verdadero `tú´ es Sathyam. ¿Cómo podría entonces aceptar cualquier otro apelativo? Así también, ustedes son Shivam; alegría, felicidad, contentamiento, lo auspicioso. No son Shavam: muerto, miserable, débil. Ustedes son Shivam. Por otra parte, el verdadero `tú´ es Sundaram; belleza, armonía, melodía, simetría. Les molesta, y de forma muy natural, que los califiquen de “feos”. **Ustedes son el Atma, que está enredada en el cuerpo, una ola de Sathyam, Shivam y Sundaram, tocando en el Océano de Sathyam Shivam y Sundaram, que es el Señor.** /.../ Llegar a conocerme, a través de este libro, o, más claramente a través del libro de su propia experiencia, es parte del destino de la humanidad hoy. Cada uno de ustedes tiene que ser salvado, y será salvado. No les abandonaré, aunque se mantengan alejados”.

*Fuente: “Sathyam Shivam Sundaram”, Vol. 2, Capítulo 2.*

## Cuestiones adicionales a considerar por las Comisiones de Estudio

1. ¿Qué consideras que es lo más importante que has aprendido de las enseñanzas de Sri Sathya Sai Baba sobre los Valores Humanos?
2. ¿Cómo relacionas tu práctica de meditación con los Valores Humanos?
3. ¿Qué nuevas percepciones te dan los Valores Humanos con respecto a ti mismo y al mundo que te rodea?
4. ¿Cuál es la enseñanza más significativa e importante sobre los Valores Humanos, para ti?
5. ¿En qué aspectos de tu vida los Valores Humanos te han cambiado de manera significativa?
6. ¿Qué consejo, con relación a todos los asuntos espirituales, consideras más valioso y directamente aplicable a la forma en que vives tu propia vida?

## Consejos para la práctica diaria (despertar los valores)

Cada Nombre Divino seleccionado se recomienda para la meditación. La sugerencia para los devotos es concentrarse en cualquiera de los Nombres Divinos vinculados a los Valores Humanos, y contemplar su significado mediante la repetición silenciosa durante la meditación diaria, al menos durante 10 minutos.

El propósito de esta práctica es ayudarnos a concentrarnos y pasar tiempo con Dios y despertar la misma cualidad dentro de nosotros. Al captar cada vez más el significado y la potencia de estas cualidades divinas innatas, nos será más fácil aplicarlas en varios niveles y, en consecuencia, en nuestra condición y carácter.



COMITÉ DE ESTUDIOS DE LAS ESCRITURAS SAGRADAS SRI SATHYA SAI  
©2022 ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL SRI SATHYA SAI  
TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS