

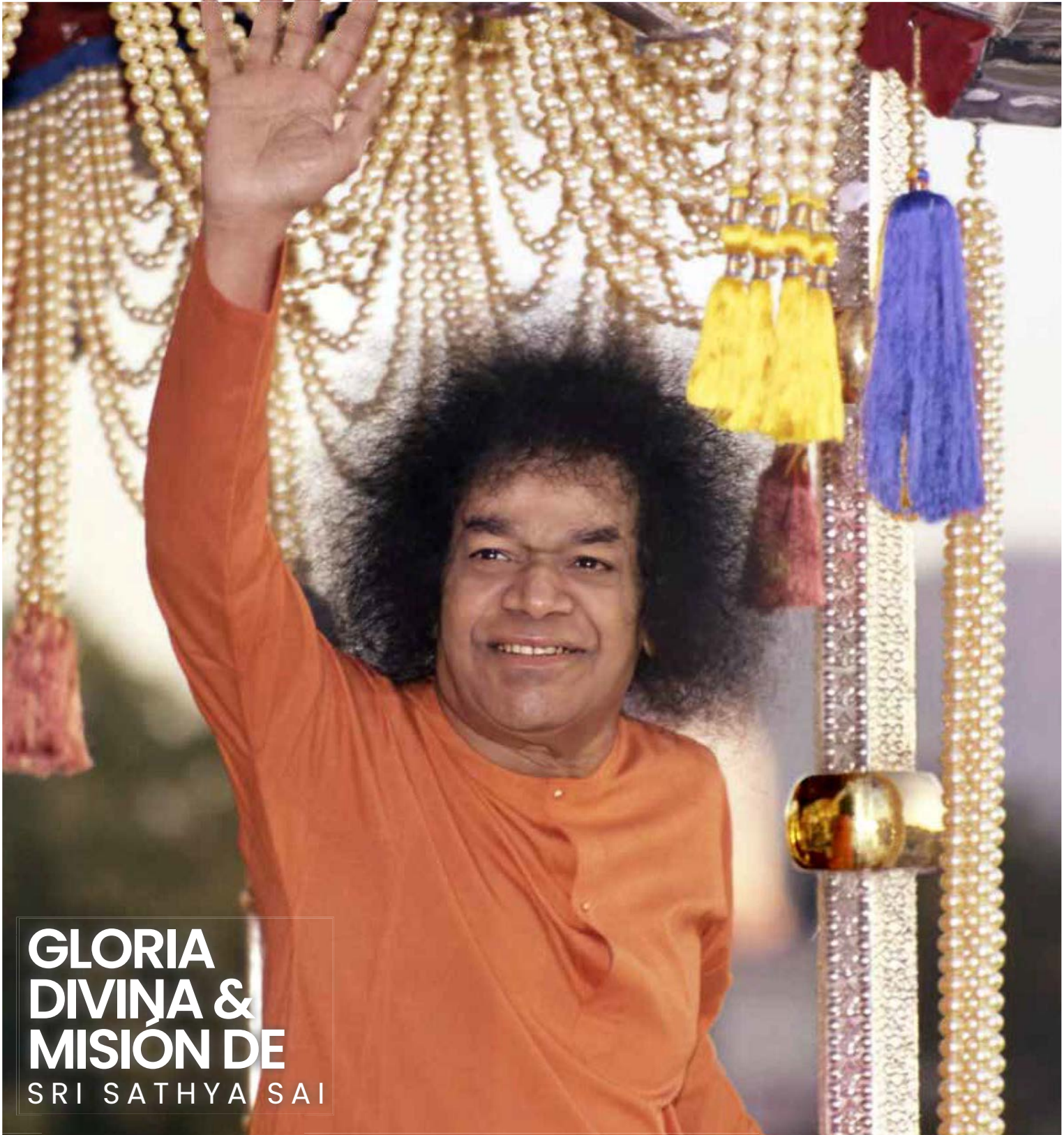
SATHYA SAI

EL ETERNO

COMPañERO



VOLUMEN 2, NÚMERO 1
ENERO DE 2023



**GLORIA
DIVINA &
MISIÓN DE
SRI SATHYA SAI**



Todo está en el Amor. Por lo tanto, debemos experimentar este principio de Amor y comenzar el Año Nuevo con Amor:

Empieza el día con amor

Llena el día con amor

Pasa el día con amor

Termina el día con amor

Este es el camino a Dios

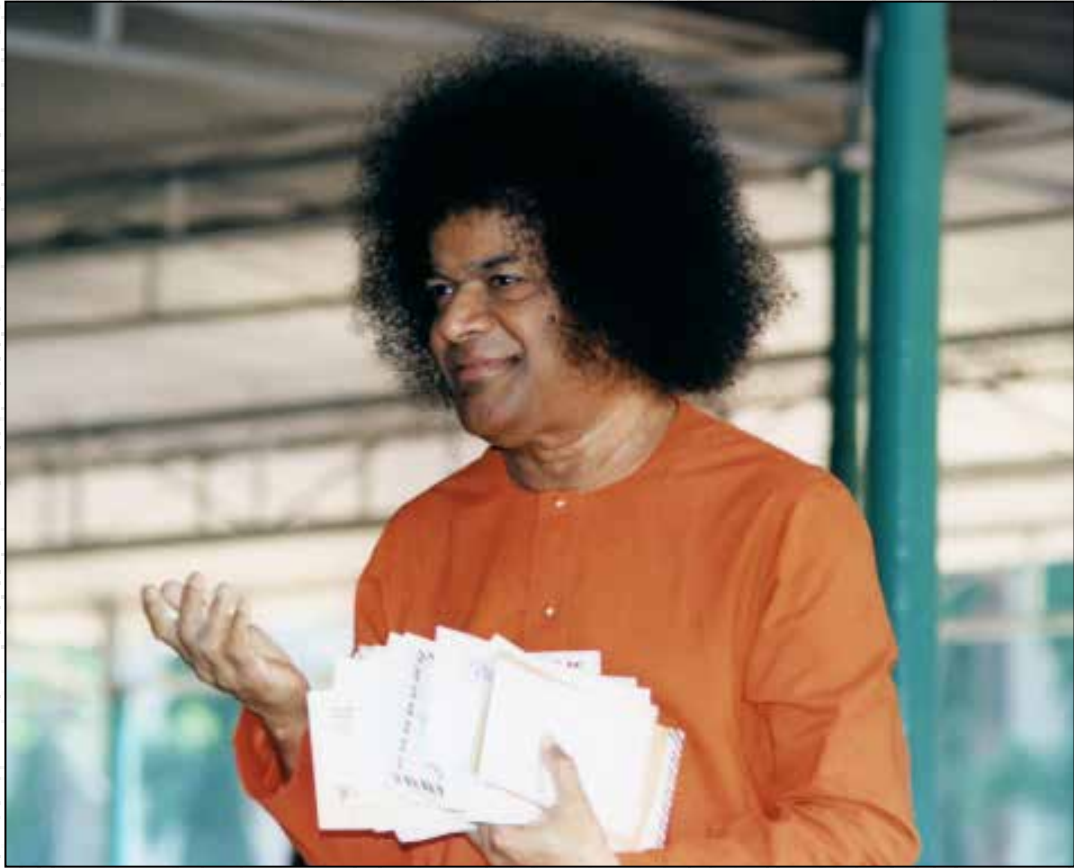
En este día, debemos comenzar con amor en todos los aspectos.

El país prosperará con este amor. No debería haber diferencia de nacionalidad, casta, credo ni religión.

“Que Todos los mundos sean felices”. Cuando todos vivan felices, seremos felices.

Sri Sathya Sai Baba

Enero de 1994



DEDICADO CON AMOR Y GRATITUD A

BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA





Volumen 2 • Número 1 • Enero de 2023

ISSN 2833-1850 (En línea)

ISSN 2833-1842 (Impreso)

Copyright © 2023 Fundación Mundial Sri
Sathya Sai Arcadia, California, EE. UU.

Los puntos de vista y las opiniones expresadas en los artículos de esta publicación pertenecen únicamente a los autores y no reflejan ni implican de ninguna manera las opiniones expresadas, interpretadas o de otro modo, del editor.

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede reproducirse o usarse de ninguna manera sin el permiso previo por escrito del propietario de los derechos de autor.

Para solicitar permisos, comuníquese
con el editor en info@sathyasai.org

Editor: Dr. Narendranath Reddy
Publicado por: Organización Internacional Sri Sathya Sai.

sathyasai.org

TABLA DE CONTENIDO

Volumen 2 • Número 1
Enero de 2023

- 2 Editorial**
El camino a la liberación
- 8 Discurso Divino**
Cultivar el perdón y el amor, 1 de enero de 1994
- 16 Experiencias de Devotos**
Viaje a la autorrealización por el Sr. Jonathan Roof, Parte 3
- 20 De la Pluma Divina. Carta de Swami**
Sé tan feliz como siempre, pase lo que pase
- 24 Servicio humanitario**
Amor en acción: Argentina, Australia, Kenia y Paraguay
- 26 Organización Internacional Sri Sathya Sai**
Historia de OISSS-Israel
- 28 Gloria de la feminidad**
Un día bendecido y memorable por la Sra. Inés Redini Latrónico
- 32 Jóvenes Adultos Sai Ideales**
El regalo del amor
Rompecabezas: seis pasos espirituales
Consejos de bienestar
Los retrasos de Dios no son sus negaciones por la Srta. Sumiththa Puvaneswaran
- 36 Educación Sathya Sai**
Con contribuciones de Divya, Karthika, Sai Hridayaviharine, Saisri y Samriddhi
- 38 Eventos y Sitios Web de la OISSS**

La suscripción para **Sathya Sai – El Eterno Compañero** es gratis

[Click aquí para suscribirte](#)

CAMINO A LA LIBERACIÓN

Deseamos a todos un feliz y santo Año Nuevo, lleno de amor, paz y bienaventuranza. Marcar la transición a un nuevo año es una tradición, pero Swami nos recuerda que cada momento es nuevo y cada segundo es nuevo. Dado que el día de Año Nuevo es una ocasión para celebrar y cantar Sus glorias, pensar en Él en cada momento es la mejor manera de darle la bienvenida al Año Nuevo. **Swami dice que el día dedicado a cantar Sus glorias, recordarlo y contar Sus historias es el “día real”,** un día bien aprovechado; todos los demás días son desperdiciados.

Somos los más bendecidos y afortunados en la historia de la humanidad, porque disfrutamos y seguimos disfrutando del maravilloso Darshan de Dios. En Yugas anteriores, la gente tenía que practicar grandes austeridades durante largos años para poder vislumbrar momentáneamente a Dios. Dhruva hizo penitencia durante muchos años para vislumbrar a Vishnú. Shabari esperó décadas para ver a Sri Rama. Pero disfrutamos de tantos Darshans de Swami y continuamos recibiendo Sus bendiciones, a través de muchas fotos y videos que Él nos ha regalado, que ningún otro Avatar dejó tras de sí.

Simplemente ver Su imagen es tener Su Darshan. Somos realmente bendecidos por haber oído Su nombre y haberlo visto. Sobre todo, somos afortunados de haber escuchado Su mensaje universal y eterno, porque **cada palabra de Swami es la**

esencia de las Escrituras sagradas. Él es la fuente de todo conocimiento. Él es todo. Somos meros títeres que desempeñamos nuestros papeles de acuerdo con los hilos que Él mueve.

Nos aseguró: *Mee intane ventane jantane kantane untanu:* seré residente de su hogar, lo acompañaré y seré sus ojos que los guiarán. Además, prometió: “Estoy ahí contigo, dentro de ti, a tu lado, encima de ti, debajo de ti”. Él es omnipresente. Cada vez más personas alrededor del mundo están experimentando Su gloria y amor de diversas maneras desde que dejó Su cuerpo.

Para poder experimentarlo y expresar nuestra gratitud, debemos practicar Sus enseñanzas. Swami implora: **“Si realmente me amas, practica Mis enseñanzas”.**

Profundicemos en una canción que el propio Swami escribió: **Sathya dharmamu shanthi premalatho, nee nithya jeevana yatra saginchu** ("Continúen con su peregrinación diaria por la vida, respetando los principios de la verdad, la acción correcta, la paz y el amor"). Swami no solo la compuso, sino que también cantó la canción que consta de **nueve estrofas.** Esta es una canción muy apropiada para comenzar el Año Nuevo porque describe cómo debemos llevar nuestras vidas, basadas en los valores humanos. **En esta hermosa canción, Swami nos brinda la quintaesencia del Vedanta y cómo alcanzar la meta de la vida, es decir, la liberación misma.** Todo el mundo

hace resoluciones el día de Año Nuevo. Hagamos la nuestra basándonos en los principios fundamentales propugnados en esta canción.

Estrofa 1

Sathya Dharmamu Shanthi Premalatho

Nee Nithya Jeevana Yatra Saginchu (Jeeva...)

¡Oh Jeeva (alma encarnada)!

Continúa el peregrinaje de tu vida diaria con Sathya (Verdad), Dharma (Acción correcta), Shanthi (Paz) y Prema (Amor) como tus compañeros/guías.

Yathna Prayatnamul Maanava Dharmamu

Jayapajayamulu Daivaadheenamu (Sathya Dharmamu...)

El deber del hombre es hacer esfuerzo tras esfuerzo. El éxito o el fracaso depende de la voluntad de Dios.

Esta estrofa resume la esencia de la canción. Swami dice que nuestra vida es una peregrinación que debemos completar practicando los valores de la Verdad, la Rectitud, la Paz y el Amor (*Sathya, Dharma, Shanthi y Prema*). Él dice muy bellamente: *Yathna Prayatnamul Maanava Dharmamu*: **Nuestro deber es solo hacer el esfuerzo, y el esfuerzo sincero.**

En Sus escritos en "Prema Vahini", Swami señala que hay tres tipos de personas que pueden reconocerse entre aquellos que buscan hacer buenas obras y recorrer el camino de la autorrealización.

Aquellos que están demasiado asustados por los problemas, las pérdidas y las dificultades para comenzar el esfuerzo. Son del tipo más bajo.

Aquellos que, después de haber emprendido el viaje y haber recorrido una cierta distancia, están deprimidos y derrotados por obstáculos y decepciones y se dan por vencidos en mitad del camino. Son del tipo medio.

Aquellos que se adhieren firmemente al camino con calma y valentía, cualquiera sea la naturaleza del esfuerzo, por duro que sea el camino; estos son, por supuesto, del tipo más elevado. Esta firmeza, esta fe y constancia son las características del devoto (*bhakta*).

Por eso, Swami dice: "El esfuerzo y el esfuerzo sincero es nuestro deber". Pero debemos recordar: "Jayapajayamulu Daivaadheenamu", que el éxito y el fracaso están en Sus manos. Algunas personas piensan incorrectamente que rendirse significa que Swami también se hará cargo del esfuerzo. Swami no dijo que debemos renunciar a nuestro esfuerzo. Solo dijo que entregáramos los resultados de nuestro esfuerzo. **Debemos hacer un esfuerzo sincero y entregarle los resultados a Él.**

Por eso, Jesús también dijo: "Pide y se te dará". Sigamos preguntando. "Llamad y se os abrirá". Debemos seguir tocando hasta que Él abra. Él es tan amable. Pero necesitamos tener una fe intensa. Quiere ver cuán sinceros somos y cuán fervientes son nuestras oraciones. **Por eso debemos continuar nuestros esfuerzos con determinación.**

Estrofa 2

Bhakthithoda Bhagavanthuni Dalachuchu

Nithya Dharmamulu Nirvarthinchina

Atti Janakunaku Rajayogamuna

Andaraani Mokshambu Andene (Sathya Dharmamu...)

El rey Janaka alcanzó la inalcanzable liberación (Moksha) cumpliendo con sus deberes reales, contemplando debidamente a Dios con devoción.

En esta estrofa, Él da el ejemplo del rey Janaka, el padre de la Madre Sita. A Janaka también se le llama Videha, el que no tiene conciencia corporal. Swami dice que alcanzó la meta más elevada: Moksha, la liberación, al cumplir con sus deberes diarios, mientras recordaba siempre a Dios con devoción.



“Karunakai kaachi pondandee” — “Nunca los dejaré, pero tienen que esperar pacientemente por mi Gracia”. Él cumplirá la tarea a su debido tiempo.

Este es el camino más sencillo hacia nuestra liberación. Bhagavan Baba dice que la mente debe estar saturada de pensamientos sobre Dios, mientras que las manos deben hacer el trabajo de Dios: **la cabeza en el bosque, las manos en la sociedad**. Si hacemos eso, dice, los resultados están asegurados.

Cada trabajo debe realizarse a la perfección. Swami no dijo que hagamos lo mejor que podamos solo para las cosas grandes. Incluso un acto pequeño debe realizarse lo mejor que podamos. Swami Vivekananda dijo que un zapatero que hace el mejor par de zapatos es tan grande como el rey que gobierna el reino. Cualquiera sea el trabajo que hagamos, Swami espera que lo hagamos todo lo mejor que podamos.

Swami nos asegura: “Recordando constantemente a Dios, hagan su trabajo lo mejor que puedan y obtendrán Moksha (Liberación)”.

Estrofas 3-4

*Hridaya Bhoomulu Saagu-cheyandi
Mee Manasu Madakaga Gunamule
Yeddul
Vivekamanu Chalakolanu Theesi
Vishaalamagu Mee Hrudayamu
Dunnudu (Sathya Dharmamu...)*

Cultiven la tierra de sus corazones. Con la mente como arado, las buenas cualidades como los bueyes, el discernimiento como el látigo, aren la extensa tierra de sus corazones.

*Manava dhairyame Manchi Yeruvuga
Premadharale Panta-vittuluga Bhakthe
Varshamu Bhaavame Kalupulu
Brahmaanandame Pandedi Panta
(Sathya Dharmamu...)*

La valentía del hombre es buen abono. Las corrientes de amor son las semillas que se deben sembrar; la devoción es la lluvia. Quiten la maleza de las ideas y emociones no deseadas y recojan la rica cosecha de Divina Bienaventuranza (Brahmananda).

En la estrofa anterior, Swami describe cómo podemos alcanzar la liberación (*Moksha*). En las estrofas 3 y 4, habla de *Brahmananda*, la Bienaventuranza Suprema. Todos queremos pequeños placeres (*Vishayananda*). Pero *Brahmananda* es la bienaventuranza más elevada. **Según el Taittiriya Upanishad, Brahmananda es quintillones de veces (1018) mayor que el Ananda ordinario**, conocido como *manushyananda*, que es la felicidad que experimenta una persona joven, físicamente fuerte,

hermosa, intelectual, erudita, muy rica, extremadamente poderosa, famosa, y dotada de carácter noble. ¿Cómo obtenemos *Brahmananda*? Swami nos da una hermosa metáfora. El corazón es como un campo. El arado es nuestra mente. Las buenas virtudes que desarrollamos son toros. El látigo que controla a los bueyes es el discernimiento. Swami quiere que poseamos discernimiento fundamental. Hagamos lo que hagamos, debemos preguntarnos: "¿Es esto bueno? ¿Es por el mayor bien de la sociedad y de todos?". Ese es el discernimiento fundamental. **Necesitamos seguir el discernimiento fundamental para nuestro bien último y el bien de todos.**

¿Qué es el abono? La valentía. A veces nos desanimamos ante los obstáculos y problemas. Debemos tener la valentía de que lograremos nuestro objetivo con la gracia divina. ¿Y cuáles son las semillas? Swami dice que el amor es la semilla. La lluvia es la devoción. Si queremos una buena cosecha, debemos tener todos estos ingredientes. **Toda la cosecha es *Brahmananda*. Si queremos *Brahmananda*, necesitamos cultivar nuestro corazón con la ayuda de la mente y las buenas virtudes, usando el látigo del discernimiento fundamental, el abono de la valentía y las semillas del amor.** La lluvia de la devoción hará que las semillas broten y produzcan la cosecha de la bienaventuranza eterna (*Brahmanada*).

Estrofa 5

*Prakruti Dharmamu Pattu Vidakandi
Karma-yogame Janma Dharmambu
Smarane Maanava Janma-rahasyamu
Saadhane Bhakthula Saara-lakshanamu
(Sathya Dharmamu...)*

No pierdan el control del deber natural (Prakriti Dharma). El "Karma yoga" santifica su vida. El secreto del nacimiento humano es el recuerdo constante de Dios (Smarana). La práctica espiritual (Sadhana) es el sello distintivo de los devotos.

En esta estrofa, Swami reitera que debemos hacer nuestro *Prakriti Dharma*, que es nuestro Dharma natural. Todos tenemos deberes como cabeza de familia, esposo, esposa, etc.; o, en el lugar de trabajo como jefe o empleado; o en la organización como funcionario o devoto. Cualquiera que sea nuestro Dharma, debemos cumplir con nuestro deber con la mayor sinceridad.

Swami dice: "Karmayogame janma dharmambu", es decir, debemos hacer nuestro *Karma* o acciones como nuestra obligación. Desde el momento en que nacemos hasta nuestro último aliento, debemos continuar cumpliendo con nuestros deberes. Es por eso que incluso Bhagavan Krishna dice en el Bhagavad Gita (3:22): "Na me partha asthi karthavyam trishu lokeshu kinchana; Na anavaaptam avaaptavyam vartha eva cha karmaani". **"En estos tres mundos, no tengo ningún trabajo que hacer, pero para dar ejemplo, trabajo".** Swami fue el mejor ejemplo de este consejo. Dedicó cada minuto de Su tiempo al bienestar de la humanidad; sirviendo, guiando y protegiendo a todos. Recuerdo el momento en que tuvo una fractura de cadera y estábamos allí con Swami. Tenía un paquete de cartas y, a pesar de su dolorosa condición, todavía las leía, las respondía y derramaba Sus bendiciones en Sus respuestas. Él nos dio un ejemplo, mostrándonos cómo trabajar el servicio desinteresado (***nishkama karma***).

Swami dice: "*Smarane Manava Janma rahasyamu*": el recuerdo de Dios es el secreto de la vida. Al igual que Prahlada, nosotros también debemos recordar constantemente a Dios. Otro gran ejemplo es Hanuman, quien ejemplificó el aspecto devocional del servicio hacia Sri Rama. Aunque siempre estaba haciendo la obra del Señor, cada cabello de su cuerpo repetía constantemente: "*Rama, Rama, Rama*". Esa es la verdadera práctica espiritual (*Sadhana*). **Recordarlo siempre y hacer Su trabajo es una verdadera práctica espiritual (*Sadhana*).**

Estrofa 6

*Kashta-sukhamulu Karmalanakandi
Mana Ishta-lopame Kashtamaunandi
Pattavidaka Aa Paadamu Kolichina
Gattu-jerchuta Tana Paniyenu (Sathya
Dharmamu...)*

*No digan que las dificultades y los
placeres son nuestro destino (Karma).
Cuando nuestros deseos no se cumplen, lo
llamamos sufrimiento. Si adoran Sus pies
de loto con dedicación y determinación,
es Su deber llevarnos a la otra orilla del río
de la vida mundana (Samsara).*

Todos pasamos por *Kashtalu* y *sukhamulu*:
dificultades y placeres en la vida. Swami
dice que no debemos culpar al *Karma*
por esto. **Nuestros gustos y aversiones
son responsables de nuestros dolores o
placeres.** Los objetos por sí solos no son ni
buenos ni malos. Es nuestra actitud hacia
ellos lo que marca la diferencia. Lo que es
bueno en un momento puede no serlo en
otro. Por eso, Baba dice que no debemos
culpar al *Karma*.

Por tanto, debemos ir más allá de lo que
nos gusta y lo que no nos gusta. La mejor
manera de superar todo esto es "*Pattu-
vidaka aa pa-damu kolichina Gattu-
cherrchuta Tana Paniyenu*" ("Firmemente,
agárrense de Sus pies y adórenlo, entonces
Él los llevará a través del océano del
Samsara"). El primer mensaje de Swami
fue el del bhajan "Manasa Bhajare". **"Adora
los pies del Guru en tu corazón y Él te
llevará a través del océano del *Samsara*".**
Por eso nunca debemos dejar Sus pies.

Estrofa 7

*Yedanu Vidadu Yedabaayaledu
Mimmeluchundu Ye Velanu Sai
Karunaye Athadu Athade Karunani
Karunakai Kaachi Pondandee (Sathya
Dharmamu...)*

*Sai no abandonará sus corazones.
Él nunca los abandonará. Él cuidará
de ustedes en todo momento. Sai es
Compasión. La Compasión misma es Sai.
Busquen y esperen Su compasión.*

**Si recordamos esta estrofa, nunca
seremos infelices, abatidos o
deprimidos.** Swami dice que una vez que
seamos suyos, aunque queramos dejarlo,
Él no nos dejará ir. También nos está
asegurando con fuerza esta promesa: Sai
los protegerá en todo momento, ya sea
que estén en el Cielo o en la Tierra, ya sea
que estén en un bosque, en un pueblo o
en una aldea. **Recordemos siempre esta
seguridad de Swami.**

Declaró que Sai es Compasión y la
Compasión misma es Sai. Pero hay una
condición "*Karunakai kaachi pondandee*":
"Nunca los dejaré, pero tienen que
esperar pacientemente por mi Gracia".
Él cumplirá la tarea a su debido tiempo.
Sus demoras no son negaciones, aunque
nos impacientemos con Él. Por ejemplo,
en junio, Swami les dijo a los padres de
una niña que se casaría en diciembre. La
familia, los amigos y todos los demás se
prepararon en diciembre. Estaban bien
preparados para el evento, con joyas y
otros arreglos. Pero diciembre llegó y se
fue. No hubo matrimonio. El siguiente mes
de diciembre llegó y pasó, nuevamente
no hubo matrimonio. Obviamente, todos
quedaron decepcionados, incluida la
niña. Luego la niña vino a Estados Unidos
y después de una larga espera de 18 años,
sí se casó en diciembre. Swami cumplió Su
palabra, pero tuvo que esperar 18 años. La
mayoría de la gente no tiene paciencia y no
quiere esperar. **El gran Mantra de Swami
que se escuchaba a menudo durante el
darshan era: "Espera. Espera. Espera".**
Necesitamos esperar pacientemente para
recibir Su gracia y bendiciones.

Estrofa 8

*Ashtasiddhula Saadhanendulaku
Adi Vatti Brahmaltho Kattiveyunuga
Dattamaina Ee Jeevitaatavilo
Vatti Naamame Pattapagalau (Sathya
Dharmamu...)*

¿Por qué anhelan el poder de los ocho
milagros (Ashta Siddhis)? Solo los ata con
ambiciones ilusorias. En la densa jungla

de esta vida, solo el nombre de Dios es la brillante luz del día.

En esta estrofa, Swami describe la mejor y más simple práctica espiritual (*Sadhana*). La gente recurre al *Hatha yoga*, al *Kriya yoga* y a otras prácticas para conseguir poderes especiales (*Siddhis*). Swami dice que estos poderes los atarán al engaño.

Solo recordar Su nombre y repetir “Sai, Sai” nos llevará a la meta. Si clamamos por Él con sinceridad, si le pedimos con sinceridad, Él vendrá. Swami dice: “*Votti naamame*”. Simplemente repetir Su nombre nos llevará a través del océano de la vida. *En la densa jungla de esta vida, solo el nombre de Dios es la brillante luz del día.* En una de Sus cartas a estudiantes y maestros, Swami escribió que **aquellos que tengan el nombre de Sai siempre en sus labios, se convertirán en liberados en vida (“Jeevanmuktas”).**

Estrofa 9

Modati Pattunu Vidavabokandi

Aadipattulone Bhakthi Pattandi

Yenni Bhadhala Pondina Bhagavat

Chintana Maatramu Vidakandi (Sathya Dharmamu...)

No renuncien a su primer arraigo. Aférrense fuerte a su actitud inicial de devoción. No abandonen el pensamiento de Dios, aunque estén afligidos por tantas dificultades o sufrimientos.

Esta última estrofa es muy importante. Baba nos aconseja ser firmes en la devoción desde el principio y no soltarnos.

La vida no es fácil, **las tribulaciones, los dolores y las pruebas son temporales y están destinados a nuestro progreso espiritual.** Swami da las pruebas, pero también nos cuida. Debemos recordarlo siempre y orarle fervientemente. Él escucha cada oración, pero responderá en el momento adecuado. **En palabras de Shirdi Sai Baba, debemos tener fe y paciencia (*shraddha* y *saburi*).**

Debemos poner a Dios en primer lugar. **SAI:** Swami primero, todos los demás después, yo el último. Su mismo nombre



SAI transmite este importante mensaje. Siempre debemos darle la mayor importancia a Swami y a Su nombre, Su gloria y Su mensaje.

Cuando pronunciamos Su nombre, “Sai Baba”, debemos recordar que Swami es nuestra madre y nuestro padre. Para lograr a **SAI**, necesitamos hacer tres cosas. “**S**” de servicio. “**A**” de adoración. “**I**” de iluminación. Estos tres senderos también representan *Karma*, *Bhakti* y *Jnana*. Debemos realizar servicio desinteresado y cantar Su gloria recordando Sus maravillosos juegos divinos (*Leelas*). También deberíamos hacer una autoindagación. **Entonces comprenderemos a SAI: que Sai y yo somos Uno.**

Oremos a Swami para que nos bendiga, para que podamos recibir el Año Nuevo con dedicación y determinación, para recordarlo y hacer Su trabajo.

Jai Sai Ram.



Cultiven el perdón y el amor

¡Encarnaciones del amor!, no hay mejor adorno que la caridad para la mano, la Verdad es el adorno de la lengua y las Escrituras son el adorno de los oídos. No hay adornos mejores que estos.

Prema rupambu brahmambu premamayamu

Prema premato sandhimpa neemamagunu

Kaana premanu gattigaa kaligiyunna

Adviteeyamu pondanga arhudagunu

(Poema en télugu)

El amor es la forma de Brahman. Brahman está impregnado de AMOR.

Solo el Amor puede igualar al Amor.

“Para lograr la unidad, debemos cultivar y mejorar la humanidad declarando: “No soy un animal, no soy un demonio, soy un ser humano”.

Por eso, cuando uno está firmemente establecido en el Amor uno se vuelve elegible para alcanzar el estado no dual.

El objetivo esencial del amor es el sacrificio. Bajo ninguna circunstancia el amor da lugar al odio. Es el amor lo que los acerca incluso a una persona lejana y la hace más íntima. El Amor (*Prema*) es la Fuerza Vital (*Prana*) del hombre, y el Prana mismo es *Prema*. Vivir sin amor es como ser un cadáver. El amor se muestra solo a las personas que están vivas. El amor y la vida están, por tanto, interrelacionados e íntimamente conectados. Es el amor el que aleja el sentimiento de separación y promueve el sentimiento de Unidad.

El Amor Divino no tiene motivos egoístas ni intereses propios

En esta vida mundana, el amor se manifiesta de varias formas, como el amor entre madre e hijo, entre marido y mujer y entre parientes. Este amor, basado en relaciones físicas, surge de motivos egoístas y de interés propio. Pero el amor por lo Divino está desprovisto de cualquier rastro de interés propio. Es amor solo por amor. Los antiguos llamaban a esto devoción (*Bhakti*). **Este amor tiene tres aspectos en forma de triángulo.**

- Un aspecto característico de este amor es dar y no recibir.
- En segundo lugar, el amor no conoce el miedo.
- Y tercero, el Amor puro es solo por amor, sin ningún motivo egoísta.

Estos tres ángulos del amor indican conjuntamente entrega (*Prapatthi*). Cuando uno se deleita en esta actitud de entrega (*Prapatthi*), experimenta la bienaventuranza de lo Divino y

experimenta el principio del Espíritu (*Atma*). Para ello, el requisito principal es tolerancia (*Kshama*).

La tolerancia crece en tiempos de dificultades

Solo una persona que tiene esta actitud de tolerancia (*Kshama*), puede considerarse dotada de amor sagrado. Esto no se puede aprender de los libros de texto. Tampoco puede adquirirse de preceptores ni de nadie más. **Debe ser cultivado por uno mismo en tiempos de dificultades, pruebas y tribulaciones. Solo cuando enfrentamos problemas y dificultades que causan dolor y miseria, esta cualidad de la tolerancia y el perdón tiene la posibilidad de echar raíces y crecer.** Cuando enfrentan problemas y dificultades, no deben enojarse ni convertirse en víctimas de la depresión, que es un signo de debilidad. En tal situación, deben poner en juego la tolerancia y una actitud de perdón y no deben agitarse dando lugar a la ira, el odio y la venganza. Son encarnaciones de la fuerza y no de la debilidad. Por lo tanto, en tiempos de desesperación, deben estar llenos de un sentimiento de tolerancia y estar dispuestos a perdonar y olvidar. Esta cualidad de *Kshama* es el mayor poder para un ser humano. No hay poder en el mundo que sea mayor que *Kshama*.

Kshama es Sathyam, Verdad.

Kshama es Dharma, acción correcta.

Kshama es Ahimsa, No Violencia.

Kshama es Yajna, Sacrificio.

Kshama es Santhoshamu, Felicidad.

Kshama es Daya, Compasión.

Kshama lo es todo, en todos los mundos.

Los seres humanos deben brillar con la cualidad de la tolerancia (Kshama).

En el momento en que uno abandona esta gran cualidad de la tolerancia, las malas cualidades de la ira, el odio y los celos aparecen sigilosamente, haciéndoles perder su propia naturaleza humana, impulsándolos a cometer actos perversos, de naturaleza demoníaca, e incluso, a descender a la naturaleza animal. Los seres humanos deben brillar con cualidades humanas. Hoy encontramos los celos y el odio bailando como demonios por todo el mundo. Las personas con celos y odio siguen un camino perverso y se acarrean la ruina. El mejor ejemplo de esto son los Kauravas en el "Mahabharata". Los hermanos Duryodhana y Dusshasana eran la encarnación de los males gemelos del odio y los celos. Krishna le dijo a Dharmaja, el mayor de los Pandavas, que los Kauravas que estaban repletos de estas malas cualidades nunca podrían mejorar ni absorber las cualidades humanas. Karna, que era una encarnación del ego, se unió a ellos con Shakuni, como el malvado consejero que echaba más leña al fuego. Aunque Duryodhana y Dusshaasana nacieron en una familia real notable, renunciaron a sus cualidades humanas, debido a los celos y el odio, y trajeron la ruina a la familia y la muerte al clan. **Krishna añadió que los celos son un chancro peligroso que devora la raíz del árbol de la vida, mientras que el odio es la plaga que ataca el tronco del árbol.** Por lo tanto, ambas plagas destruyen completamente el árbol de la vida. Los Kauravas fueron víctimas de estas plagas gemelas y buscaron su propia ruina.

La mente es la razón del dolor y la dicha

Uno podría plantearse la pregunta sobre cómo superar estas peligrosas plagas de celos y odio. Esto es posible cuando hacen que todos los órganos de los sentidos actúen al unísono. Cuando esto sucede, la tolerancia (*Kshama*) mejora y uno puede superar los celos y el odio. Cuando hay

paciencia, todos los órganos se coordinan armoniosamente y trabajan al unísono.

En el drama de Shakespeare, un personaje (el rey Ricardo) siempre está celoso de los demás. Esto lo lleva a la ruina y finalmente, a la muerte. Bhasmasura, el notorio demonio, hizo una gran penitencia y se aseguró la gracia del Señor Shiva. Rezó por la bendición de que la cabeza sobre la cual coloque su mano sea reducida a cenizas. ¿Qué le sucedió? En una obra divina, finalmente, fue llevado a tocarse la cabeza y quemarse hasta convertirse en cenizas.

La ira engendra ira. Los celos engendran celos. No hay otra salida a esto. La Unidad es la medicina adecuada para estos. **Para lograr la Unidad, debemos cultivar y mejorar la humanidad declarando: "No soy un animal, no soy un demonio: soy un ser humano"**. Cuando contemplamos este aspecto humano y la Divinidad, las cualidades demoníacas pueden ser distanciadas. Necesitamos tomarnos un tiempo para hacer un esfuerzo y lograrlo.

Una vez Buda estaba de viaje. Una diablesa blandió una espada contra el Señor Buda. La diablesa lo amenazó: "Oh, Buda, en un instante acabaré con tu vida y te comeré". La diablesa agregó: "Estoy celosa de tu grandeza y tu creciente popularidad". Buda sonrió en respuesta y dijo: "Oh, diablesa celosa, yo también te amo". Al escuchar esto, la diablesa se sintió avergonzada. "¿Buda también me ama?", se preguntó. La diablesa sintió la generosidad de Buda. La diablesa se sintió avergonzada y se transformó en paloma, transmitiendo Su mensaje de paz. Este es el poder de la tolerancia. Debemos perdonar a aquellos que nos han odiado. **Debemos perdonar a quienes nos lastiman. Esta cualidad de tolerancia se convierte en una armadura para nosotros.**

En este mundo, lo bueno o lo malo no se debe al tiempo. El Año Nuevo no traerá consuelo ni felicidad. El ciclo de puesta y salida del Sol resulta en días. Los días se convierten en meses y los meses en años. Siguen este orden. Entonces, el tiempo no es motivo de placer o tristeza. Se preguntan qué tipo de experiencias

“...cuando se sienten cerca de Dios, ¿qué pasará? Sus malas cualidades y malos pensamientos se volverán distantes. Adquirimos las buenas cualidades y los pensamientos sagrados de Dios.

placenteras traerá el Año Nuevo. Este tipo de pensamiento es un signo de debilidad. **Para todas nuestras dificultades, experiencias placenteras, tristezas y experiencias felices, nuestra mente es la razón. No es el tiempo el que es responsable. Si nuestra mente es buena, todo lo bueno sucederá.**

Entréguese solo a Dios

El tiempo es simplemente un testigo. El tiempo tiene la forma de Dios. Dios es la forma de la Conciencia Integrada Constante (*Chith*). ¿No es una tontería que uno experimente tristeza, a causa de este principio de Dios? Dios es como un espejo. En este espejo ven un reflejo de sus propias acciones, pero no de Dios. Los devotos oran a Dios a través de nueve tipos de devoción. Los nueve tipos de devoción son: escuchar la gloria del Señor (*Shravanam*), cantar la gloria del Señor (*Keerthanam*), recordar el nombre del Señor (*Vishnusmaranam*), adorar los pies de loto del Señor (*Padasevanam*), saludar (*Vandanam*), adorar (*Archanam*), servicio obediente (*Daasyam*), amistad (*Sneham*) y autoentrega (*Atmanivedanam*). Dios está aceptando las oraciones y los servicios prestados a través de estas nueve formas. Dios, a cambio, les confiere los frutos sagrados de estas oraciones. La gente recuerda lo que ofrecieron a Dios, pero no recuerdan lo que recibieron de Dios. Si Dios no da, entonces no habrá vida. Todo es regalo de Dios. El Señor ha dicho:

Sarva Dharmaan Parithyajya, Mam Ekam Sharanam Vraja

Renunciando a todos los demás deberes y creencias (*Dharmas*), entrégate solo a Mí. Como ha dicho un estudiante, cada tipo de estos *dharmas* (en este caso, deberes y creencias) es como un país en una rupia.

Hay cien países en una rupia. En cien rupias hay 10.000 países. Si estos 10.000 países fueran reunidos en una tela, atados y transportados, sería pesado transportarlo. Además, salvaguardar estos 10.000 países también sería difícil. Entonces Dios dice: “¡Oh loco! ¿Por qué llevas un peso tan pesado y por qué te preocupas por protegerlo? Dios dice: “dame esos 10.000 países. Te daré el equivalente a un billete de cien rupias”. Sin saber la equivalencia entre los 10.000 países y el billete de cien rupias, el necio piensa, tomando 10.000 países, ¿Dios le da un papelito de billete de cien rupias? La persona se pregunta: “¿es esto todo lo que Dios nos da?” Sin embargo, la persona no se da cuenta de que los 10.000 países y el billete de cien rupias son lo mismo. No hay diferencia. **Dios brinda seguridad a los devotos con esa actitud de entrega.**

Traten el placer y el dolor con igualdad

Entonces, pase lo que pase, considérenlo como la Gracia de Dios. Sin dificultades no hay placer. Deberíamos considerar tanto el placer como el dolor con ecuanimidad. Algunas personas piensan: “Dios nos da placer por algún tiempo y dolor por algún tiempo. ¿Por qué debería haber este cambio? Si recibimos placer las 24 horas, no sabremos el valor del placer. Si comemos a las 10 AM, ¿volveríamos a comer a las 11 AM o a las 12 PM? No podemos. Esperaremos y comeremos a las 4 PM. ¿Por qué nos tomamos tanto tiempo para comer? Esto se debe a que lo que comemos necesita ser digerido. Sólo después de digerir los alimentos podemos volver a comer. Para que la comida se pueda digerir, vamos dejando unos espacios en medio. Cualquiera que sea la forma en que

“*Como ser humano, deben hacer felices a los demás. Este es el principio del amor. ¿Dónde está este amor? Su corazón está lleno de amor.*”

ofrezcan adoración, Dios responde de la misma manera. El hombre olvida convenientemente lo que recibe. Sin la Gracia de Dios, la vida misma será imposible para la humanidad. Incluso los problemas que puedan experimentar son regalos de la Divinidad. Cuando entreguen todas sus acciones, seguramente recibirán Su Gracia. **Este es el significado del sloka en el Gita. “Sarvadharmān Parithyajya Mamekam Sharanam Vraja”.**

Tomen todo lo que Dios les da como bueno para ustedes

La madre obtiene el placer de ver a su bebé después de pasar por fuertes dolores de parto. Si se sientan en una habitación con aire acondicionado las 24 horas del día, no podrán disfrutar de su placer. Solo después de haber estado expuesto al Sol ardiente, podrán apreciar y disfrutar del frescor de la habitación. Después de que terminó la guerra del Mahabharata, Krishna le preguntó a Kunthi, la madre de los Pandavas, qué bendición quería. Ella pidió que siempre fuera bendecida con problemas, porque solo entonces recordaría constantemente a Dios como lo hicieron los Pandavas durante el exilio de 12 años en el bosque. Ella dijo que no estaba pensando en Dios cuando antes disfrutaba de la vida en el palacio como reina. “Mientras experimentaba las comodidades del palacio, no te contemplaba. Cuando mis hijos atravesaron dificultades durante 12 años, te contemplé, Krishna, Krishna, en cada momento y te oré. Entonces, para contemplar y cantar tu nombre, por favor concédeme dificultades”, oró Kunthi. **La dulzura de cantar y contemplar a Dios, durante las dificultades, no se experimenta cuando**

uno disfruta de las comodidades.

La alegría y la tristeza van juntas

La vida es una mezcla de tristeza y alegría, como el día y la noche. Algunas personas pueden preguntarse por qué debería haber noche. ¿Por qué no solo el día todo el tiempo? Porque las personas que trabajan duro durante el día pueden descansar durante la noche. Si solo hay luz de día todo el tiempo, uno no puede tomar el merecido descanso, después de un duro día de trabajo y la vida no tendría valor. El placer es un intervalo entre dos dolores; deberíamos aceptar esto. Hay jugo dulce dentro de la naranja. Pero está cubierto por una corteza exterior amarga. Es la corteza amarga la que protege el jugo del interior. **Así también debemos afrontar las dificultades y pérdidas con paciencia y aceptarlas como un regalo de Dios. La vida es un desafío, enfréntalo.** Deberíamos afrontar estos desafíos utilizando todos los medios disponibles. Necesitamos paciencia para afrontar estas dificultades y pérdidas. El hombre es la encarnación de la cualidad de la tolerancia (*Kshama*). No hay nada en este mundo que no puedas lograr con esta cualidad.

La proximidad de Dios produce buenos resultados

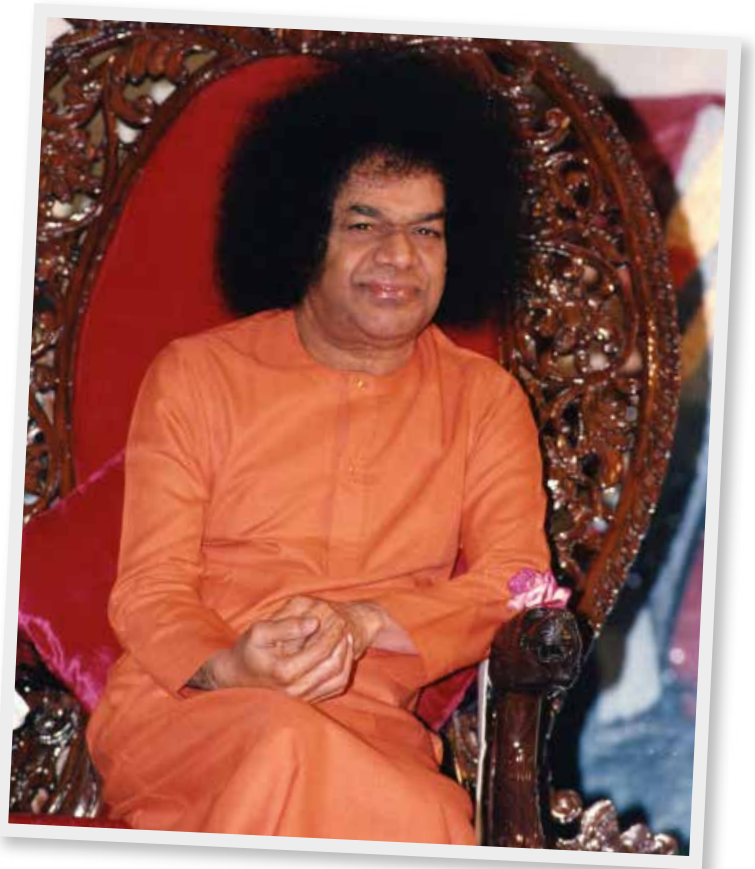
Ahora nos despedimos de 1993 y damos la bienvenida al Año Nuevo, 1994. Existe una relación íntima entre los dos años. Despedimos a uno mientras damos la bienvenida al nuevo. **De la misma manera, debemos despedirnos de las malas cualidades y dar la bienvenida a las buenas cualidades divinas.** Uno debe ofrecer todas las malas cualidades a Dios y

recibir de Él las buenas. Uno debe mejorar las cualidades sagradas de uno mismo. No hay nada malo en ofrecer malas cualidades a Dios. En realidad, lo que tenemos para ofrecer a Dios son nuestras malas cualidades. Solo Dios puede aceptarlas y soportarlas. Por ejemplo, si tienen un billete de cien rupias que está sucio, manchado, con vetas de aceite, no parece agradable y ni siquiera se puede tocar; nadie lo aceptará. Pero, si el número del billete está intacto, el Banco de Reserva lo aceptará y les dará a cambio un nuevo billete del mismo valor. Solo el Banco de Reserva aceptará y nadie más. De manera similar, las deficiencias, los malos pensamientos y los malos sentimientos no serán aceptados ni aclamados por nadie. Solo Dios los aceptará fácilmente y les concederá resultados dichosos.

Verdadero significado de Upavasa y Upasana

Si la gente ofrece todas las malas cualidades a Dios, Dios les otorga buenas a cambio. Esto también se llama *Upavasa* (vivir en proximidad) y *Upasana* (sentarse cerca de Dios) en nuestras costumbres. La gente generalmente cree que *Upavasa* significa sólo reducir la comida habitual y tomar algunos refrigerios ligeros además de los alimentos básicos. Ésta no es la interpretación adecuada de *Upavasa*. El verdadero *Upavasa* significa estar en la proximidad de Dios o sentarse cerca de Dios. ¿Cuál es el resultado de tal proximidad? Se alejan del sufrimiento mundano y disfrutan del frescor de sentarse cerca de un aire acondicionado.

Asimismo, cuando se sientan cerca de Dios, ¿qué pasará? Sus malas cualidades y malos pensamientos se volverán distantes. Adquirimos las buenas cualidades y los pensamientos sagrados



de Dios. Éste es el verdadero significado de *Upasana*, que mejora la relación íntima con Dios. Desafortunadamente, la gente lo interpreta con significados distorsionados. El año 1993 fue uno realmente lleno de acontecimientos, con muchos acontecimientos terribles en todo el mundo en diversas áreas, incluidas las esferas moral, espiritual, mundana y científica. Mucha gente está pensando en cómo será el próximo año. Ni 1993 ni 1994 dan buenos o malos resultados. Cultiven buenas cualidades y buenos pensamientos y abandonen los celos y el odio. “Que todos los mundos sean felices” y todos tendrán una vida cómoda. No debemos pensar que otros nos están causando tristeza. **Son las propias malas cualidades las que traen tristeza, y las buenas cualidades confieren consuelo.** El tiempo también es una parte esencial de esto. No debemos tenerle miedo al año. Deberíamos sentirnos dichosos al observar la transformación del Corazón. Debería haber una transformación sagrada del Corazón.

Mantengan a Dios como su guía y salvador

Una Luna se refleja en cientos de miles

de vasijas. No hay cientos de miles de Lunas. Las vasijas que reflejan la Luna son diferentes, pero la Luna es una. “*Ekoham Bahushyaam*” (Aquel que se volvió muchos) y “*Ekam Eva advitheeyam*” (Solo hay un Brahman, no dos); no hay segundo. Si colocan un cero al lado del uno, se convierte en diez, con dos ceros al lado de uno se convierte en cien, tres ceros se convierte en 1000, y así sucesivamente, se convierte en millones y millones. Si quitamos el uno, todo se vuelve cero. Todos los millones están unificados en uno. El mundo es cero, el Sol es cero y la Luna es cero. Son todos redondos y solo tienen forma de cero. Todos estos obtienen valor gracias al único Dios detrás de ellos. **Dios es el único héroe y todo lo demás son ceros. Manteniendo a Dios como su guía y salvador, cualquier trabajo que realicen les producirá éxito y consuelo seguros. Dios es su único amigo verdadero, eterno y real.** Todos los demás amigos pueden estar con ustedes mientras tengan riquezas, pero en el momento en que lo pierdan todo, sus amigos los abandonarán. Dios es el único amigo que alguna vez estará con ustedes. Él está siempre con ustedes, en ustedes y al lado de ustedes. Él no les dejará en ningún momento. Por eso debemos desarrollar la amistad con Dios. Esa es la verdadera amistad (*mythri*). Por lo tanto, el único camino para la prosperidad de la nación es desarrollar una amistad con el Señor.

A medida que el amor siga siendo compartido, el mundo se llenará de amor

Como seres humanos, deben hacer felices a los demás. Este es el principio del amor. ¿Dónde está este amor? Su corazón está lleno de amor. Teniendo un corazón lleno de amor, ¿por qué este amor no se comparte con dos o tres personas cada día, y por qué se pudre si no se comparte? Cuando tienen algún plato comestible, lo comen o lo sirven a otros. De lo contrario, se dañará. Su corazón está lleno de amor. Deben compartir su amor con, al menos, cinco personas cada día. **Si cada uno**

comparte este amor con cinco personas al día, el mundo se llenará de amor.

Debemos tener plena fe en la omnipresencia de Dios, practicarla, experimentarla y compartirla con la gente.

Adaviyandunna Akaasamuna-nunna

Pattanamuna-nunna palle-nunna

Gutta-meeda nunna Nattetapadiyunna

Dikkuleni-variki devude dikku

(Poema en télugu)

Incluso si estamos en el bosque o en el cielo

En la ciudad o en un pueblo

En la cima de un montículo o en medio de un río.

Dios es el único salvador de los desamparados.

Dondequiera que estén, Dios cuidará de ustedes. Teniendo fe en este principio, debemos practicarlo.

Habiéndolo practicado, deberíamos experimentarlo. Habiendo experimentado la Bienaventuranza, debemos compartirla con los demás. Ese es el verdadero principio espiritual. Todo está en el amor. Entonces, debemos experimentar este principio de Amor y comenzar el Año Nuevo con Amor:

Empieza el día con Amor.

Llena el día con amor.

Pasa el día con amor.

Termina el día con Amor.

Este es el camino a Dios.

En este día debemos comenzar con el amor en todos los aspectos. El país prosperará con este amor. No debería haber diferencias de nacionalidad, casta, credo y religión. **“Que todos los mundos sean felices”.** Cuando todos vivamos felices, seremos felices. Si deseamos el consuelo para todos y cultivamos el principio del Amor, el país prosperará, el mundo prosperará y el país se llenará de Amor.

Sri Sathya Sai Baba

Enero de 1994



Viaje a la Autorealización

Parte 3

En este tercer escrito de una serie de tres artículos, un devoto estadounidense describe su viaje a Sai Baba y, en última instancia, a la autorrealización. La primera y la segunda parte aparecieron en los números anteriores (Volumen 1, Números 9 y 10) de Sathya Sai. El Eterno Compañero.

Una invitación personal

Cuando le conté a mi esposa Rose sobre la manifestación de la ceniza, ella dijo: *“Bueno, eso es bueno. Si Sai Baba nos envía una invitación personal, tal vez deberíamos ir a la India a visitarlo”*. La posibilidad de que alguien en el lado opuesto del mundo enviara una invitación personal a alguien que nunca antes había conocido, me parecía remota. Habíamos estado en la India en 1973, cuando estábamos en la universidad, pero entonces no sabíamos nada acerca de Sathya Sai Baba. **Pronto aprenderíamos que ningún obstáculo podía interponerse en el camino de la Voluntad Divina.**

Cuando todo esto sucedía, a fines del otoño de 1978, mi madre comenzó a planear un viaje grupal a la India para visitar el Ashram de Sai Baba en Prashanti Nilayam. Mi madre no tardó en hacer un volante de invitación muy bien escrito, para enviarlo a los prospectos del grupo de viaje. Recibimos nuestra copia poco después de la segunda manifestación de la ceniza sagrada. En la parte superior del volante, estaba escrito en negrita: *“¡Esta es su **invitación personal** para visitar a Sathya Sai Baba en la India!”*.

Pero, en ese momento, teníamos otros desafíos para poder planificar un viaje así. Los dos éramos relativamente jóvenes, con solo 25 años, y no teníamos ni el tiempo ni el dinero para el viaje a la India. Sin embargo, de repente se me presentó un negocio de bienes raíces, en la oficina de bienes raíces donde trabajaba. Fue una transacción de compra de 45 hectáreas de terreno comercial para un cliente de mi empleador. Cuando la transacción cerró

Instantáneamente sentí como si mi campo de visión se hubiera ampliado. Me sentí ligero y brillante, y el tiempo se detuvo.

el depósito en garantía, recibí un cheque por \$10.500 dólares. Esa era una suma principesca en 1978 y fue más que suficiente para un viaje a la India. Justo cuando recibí el cheque, mi agente de bienes raíces entregó el impactante mensaje: “¡Estás despedido!”. Aparentemente, pensó que podría llamar mi atención de esta manera y motivarme más. ¡Sentí, en cambio, que ahora tenía tanto el tiempo como el dinero para emprender el viaje a la India!

A finales de enero de 1979, Rose y yo subimos a bordo de un Boeing 747 con destino a la India, a la ciudad jardín de Bangalore, de camino al pequeño pueblo de Puttaparthi, una aldea remota en el estado de Andhra Pradesh.

Entrevista y Práctica

Rose y yo pronto llegamos a Puttaparthi, ubicada a unas 114 millas al norte de Bangalore. Nos asignaron una pequeña habitación en el bloque de viviendas de West-Prashanti. Cerca del final de nuestra visita, a mediados de marzo de 1979, nos llamaron al templo (*mandir*) para una entrevista con Sai Baba. Estábamos en un grupo de 15 a 20 personas de diferentes nacionalidades. Durante esa entrevista, tuvimos la oportunidad de hacer algunas preguntas espirituales.

Le pregunté a Sai Baba si la experiencia de autorrealización que tuve cuando tenía 18 años, en la universidad, era el estado genuino de conciencia espiritual por el que estaba anhelando (luchando). Él respondió: “Sí”. Aunque sabía en mi corazón que esa era la meta que estaba buscando, todavía quería que Él lo confirmara. Antes de dejar el Ashram unos días después, Sai Baba salió

para darshan y se paró directamente frente a mí, dándome la oportunidad de padanamaskar (saludar a los Divinos Pies) antes de partir. Ese fue el primero de muchos viajes a Swami que duró seis semanas y confirmó nuestras esperanzas y creencias en lo que encontramos.

Al regresar a Tucson, Arizona, me involucré intensamente en las actividades del Centro Sai Baba local, participando en actividades de servicio que entendí que eran clave para lograr mi objetivo final. **Mi experiencia original de autorrealización había llegado al mismo tiempo que la resolución de hacer el servicio.** Pero, en la emoción y la dicha de esa experiencia inicial, me concentré en el resultado y olvidé el papel causal que jugó el servicio para producir ese estado.

Poco después de ese primer viaje a la India, comencé a servir como directivo del Centro Sai Baba, que poco después comenzó a reunirse en mi casa. En la primavera de 1979, llevamos a cabo el primer retiro de Sai Baba en Arizona. En 1980, comencé un proyecto de escribir para proporcionar material para círculos de estudio sobre las enseñanzas de Sathya Sai Baba, que luego se convirtió en el primer volumen de *Pathways to God*, completado en 1984 y publicado en 1991.

Durante ese tiempo, traté de aplicarme diligentemente para comprender el mensaje de Sai Baba e implementarlo en mi vida. Trabajé con intensidad con la esperanza de recuperar la autorrealización que experimenté tan brevemente en 1971. Estaba convencido de la divinidad de Sathya Sai Baba y confiado en que Su camino me llevaría a esa meta. **Me**

Mi centro de conciencia también se desplazó repentinamente de la **cabeza al corazón**. En un instante, todos los pensamientos y deseos desaparecieron.

apliqué completa e intensamente para servir a la Organización Sathya Sai y trabajar hacia la auto transformación.

No estaba tratando específicamente de hacer “servicio”; solo estaba tratando de satisfacer las necesidades de los devotos y la Organización de cualquier manera que pudiera.

Realización de la Meta

El 30 de enero de 1987, Rose y yo nos hospedamos en Bangalore, en el Taj Hotel, en Mahatma Gandhi Road. Manejamos de ida y vuelta desde el ashram en Whitefield para tener darshan dos veces al día, por la mañana y por la noche. Después de visitar Whitefield para darshan ese día, regresamos al hotel. Poco después de la cena, compré un libro en la librería del hotel titulado “*Sé cómo eres: las enseñanzas de Ramana Maharshi*” de David Godman.

Leí una declaración en el libro que de repente me llamó la atención. Y experimenté ese cambio de conciencia que solo había experimentado una vez antes. Volví a sentir la oleada de felicidad y luz que había experimentado cuando era un estudiante universitario de 18 años.

Habían pasado más de 15 años desde esa experiencia original, pero las sensaciones eran inequívocamente las mismas. Instantáneamente sentí como si mi campo de visión se hubiera ampliado. Me sentí ligero y brillante, y el tiempo se detuvo. Nuevamente, fue como si estuviera viendo objetos a mi alrededor por primera vez. De repente, todo mi enfoque mental cambió en varios aspectos. Inmediatamente, sentí que mi conciencia había pasado de estar dirigida hacia objetos externos a estar

enfocada en el interior. No podía imaginar que necesitara algo fuera de mí.

Mi centro de conciencia también se desplazó repentinamente de la cabeza al corazón. En un instante, todos los pensamientos y deseos desaparecieron. El observador, el acto de observar y los objetos de percepción se convirtieron en uno. Además, después de anhelar casi constantemente esta experiencia liberadora durante más de 15 años, ¡ese deseo se desvaneció muy repentinamente! Me sentí conectado y completo como nunca antes me había sentido. La experiencia fue un cambio de conciencia tan repentino y abrupto que me dejó sin aliento.

Habiendo experimentado brevemente ese estado alterado antes, traté de evitar analizar demasiado la experiencia. No quería renunciar a la experiencia rápidamente, como había hecho antes. Inicialmente me preocupaba que la experiencia no durara, pero a medida que los minutos se convirtieron en horas, las horas en días y los días en semanas, me volví más fuerte y confiado en que la ilusión había desaparecido. **Experimenté un tremendo alivio y paz al lograr lo que tanto había buscado.** El engaño no volvería. Después de más de 35 años hasta el día de hoy, la conciencia expandida de ese estado ha permanecido conmigo para siempre.

Sathya Sai Baba cumplió el deseo de mi Corazón ese día.

Así comenzó una nueva exploración de la conciencia que continúa día a día. Además, el cambio de conciencia hacia el corazón abrió una nueva forma de ver las

Soy cada vez menos propenso a reaccionar ante situaciones externas negativas.

Experimento una mayor **sensación de entrega** a la **Voluntad Divina**.

cosas. Aunque el camino de la sabiduría me llevó al borde de mi meta, el destino final estaba más allá de sus fronteras. **El corazón es nuestro verdadero guía y fuente de fortaleza. Pero la apertura del corazón solo parecía comenzar en serio en el momento del despertar espiritual.** Después de ese momento, la apertura del corazón se aceleró notablemente.

Varias veces me han preguntado cómo he cambiado desde ese día de enero de 1987. Aunque exteriormente ha cambiado poco en mi vida, todo ha cambiado internamente. Sigo experimentando progresivamente menos agitación a medida que pasa el tiempo. Soy cada vez menos propenso a reaccionar ante situaciones externas negativas. **Experimento una mayor sensación de entrega a la Voluntad Divina.** También parezco actuar cada vez más desde el corazón que desde la cabeza.

También me he vuelto más capaz de distinguir entre el Atma y el cuerpo-mente-intelecto, o *Anatma*.

Por supuesto, es más fácil disfrutar tranquilamente de la dicha del Ser interior, sin llamar la atención sobre uno mismo. Pero, si uno realmente ha aprendido lo que Sai Baba ha venido a enseñar, uno debe saber que todos somos Uno. Me hubiera gustado que otros compartiesen conmigo sus experiencias de autorrealización cuando estaba tan desesperado por saber. ¿Cómo podría este individuo no compartir con otros en una situación similar? Por lo tanto, ofrezco este relato de mi viaje espiritual a Sri Sathya Sai Baba y a todos los compañeros peregrinos espirituales en el camino hacia la autorrealización. Los resultados le pertenecen a Él.

Sr. Jonathan Roof
USA



El Sr. Jonathan Roof está actualmente jubilado y vive en Kailua-Kona, Hawaii. Jonathan visitó por primera vez a Sathya Sai Baba en India en 1979. Como resultado de sus interacciones con Sai Baba, escribió los tres volúmenes de Caminos hacia Dios. El primer volumen salió en 1991 y el tercero en 2004. Jonathan sirvió como funcionario de la OISSS en muchas funciones durante 33 años. En 2011 dirigió la peregrinación de Estados Unidos a Prashanti Nilayam. El Sr. Roof fue Presidente del Consejo Central Sathya Sai Baba de Estados Unidos desde 2001 hasta 2011. Ha hablado extensamente en conferencias Sai por todo Estados Unidos y Canadá

¡Sé tan feliz como siempre, pase lo que pase

Mi querido Hislop:

Recibe mis bendiciones. Tu carta y la circular enviada sobre la directriz de los devotos me llegaron. Estoy muy contento de que las cosas estén progresando bien. Me alegro de que estés sano y activo.

¡Hislop! No es aconsejable publicitar los defectos mencionándolos específicamente. Estos son temas que pueden tratarse indirectamente, en lugar de directamente. Debemos animar a las personas a corregirse a sí mismas destacando los puntos positivos; porque esa misma bondad avergonzará a los demás para que renuncien a sus vicios. Cuando otros desarrollan su fe en el camino correcto, aquellos que están en el camino equivocado también tratarán de alinearse. Cuando escribimos sobre un cierto defecto de carácter y llamamos la atención sobre él, se le da una importancia indebida a los individuos. También es probable que seamos malinterpretados y difamados como prejuiciosos. Hagamos hincapié más en las virtudes positivas y las ideas positivas entre los devotos de nuestra Organización, como el amor, el servicio, la hermandad. Que estas sean las marcas distintivas de nuestra Organización, haciéndola diferente del resto. Mantengámonos alejados de lo indeseable e ignorémoslo, constante y silenciosamente. Discutirlo y condenarlo públicamente solo nos ensuciará. Mantengan la atmósfera de pureza y Divinidad; allí, el mal no puede brotar ni prosperar.

Me alegra que, incluso en esta edad avanzada seas tan serio y activo en el servicio a la Organización. Eres único en este sentido; ningún otro ha hecho tanto. La Organización en América es tu responsabilidad. Con el fin de ayudarte a llevar la carga del trabajo, Goldstein ha sido nombrado en el Consejo Mundial, eso es todo. Los devotos Sai tienen que apoyarse mutuamente y compartir el trabajo. Deben infundir, en sus grupos, amor, valentía, confianza y un sentido de sacrificio para que el Mensaje pueda transformar cada vez más a personas en buscadores y sadhakas de la Verdad.

Continúa en la página 23...



Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

TELE NO. 30
BRINDAVAN
WHITEFIELD-560 067
TELE NO. 36
PRASANTHINILAYAM P. O.
ANANTAPUR DT. 515134

My dear Hislop,

Accept my blessings. Your letter and the circular sent for the direction of devotees reached me. I am very happy that things are progressing well. I am glad you are healthy and active.

Hislop ! It is not advisable to publicise defects by mentioning them specifically. These are subjects that can be dealt with indirectly, rather than directly. We must encourage people to correct themselves by highlighting the good points, for the very goodness will shame the others into giving up their vices. When others develop their faith in the right path, those who are in the wrong will also try to fall in line. When we write about a certain defect in character and draw attention to it, undue importance is thereby given to the individuals. We are also likely to be misunderstood and maligned as prejudiced. Let us lay stress more on positive virtues and positive ideas among devotees in our Organisation - like love, service, brotherhood, Let these be the distinctive marks of our Organisation, making it distinct from the rest. Let us keep away from the undesirable and ignore it, steadily and silently. Discussing about it and publicly condemning it will only soil us.



Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

TELE NO. 30
BRINDAVAN
WHITEFIELD-560 067
TELE NO. 36
PRASANTHINILAYAM P. O.
ANANTAPUR DT. 515134

Maintain the atmosphere of purity and divinity; there, evil cannot sprout or thrive.

I am happy that even at this old age, you are so earnest and active in serving the Organisation. You are unique in this respect; no other has done so much. The Organisation in America is your responsibility. In order to help you in carrying the burden of work, Goldstein has been named in the World Council, that is all. Sai devotees have to give support to each other and share the labour. They must infuse into their groups love, courage, confidence and sense of sacrifice so that the Message can transform more and more into seekers and sadhaks of the Truth.

Dear Hislop ! I bless that you carry on your programme of directing and developing the Organisation with success. I am highly satisfied with what you have done and are doing in this respect. Of course, such success always attracts obstacles, opposition and even vilification. But, do not pay them any attention. The diamond becomes brighter with the cutting of more facets. One's duty is to continue along one's chosen path and fulfil the task, with undiminished enthusiasm. Truth cannot fail to be valued and appreciated,



Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

TELE NO. 30
BRINDAVAN
WHITEFIELD-560 067
TELE NO. 36
PRASANTHINILAYAM P. O.
ANANTAPUR DT. 515134

one day or other. Be as happy as ever, whatever happens.

My blessings to your wife. Convey my love and
blessings to Goldstein, Chrystal, Sandweiss and others.
Also to the Centres.

*With love and Blessings
Sri Sathya Sai Baba
(Baba)*

...viene de la página 20

Querido Hislop! Bendigo que continúes con éxito tu programa de dirigir y desarrollar la Organización. Estoy muy satisfecho con lo que has hecho y estás haciendo a este respecto. Por supuesto, tal éxito siempre atrae obstáculos, oposición e incluso vilipendio. Pero no les prestes atención. El diamante se vuelve más brillante con el corte de más facetas. El deber de uno es continuar por el camino elegido y cumplir la tarea, con entusiasmo no disminuido. La verdad no puede dejar de ser valorada y apreciada, un día u otro. Sé tan feliz como siempre, pase lo que pase.

Mis bendiciones para tu esposa. Transmite mi amor y bendiciones a Goldstein, Krystal, Sandweiss y otros. También a los Centros.

Con amor y bendiciones:
Sri Sathya Sai Baba

Baba

AMOR EN ACCIÓN



ARGENTINA

En el Día del Niño. Lo que se da, es lo que se recibe.

El 13 de agosto de 2022, los voluntarios de la OISSS se unieron a los miembros de la comunidad para celebrar El Día del Niño sirviendo comida y entregando regalos a 70 niños necesitados. Los voluntarios recordaron que, de niños, ellos habían vivido el mismo servicio con amor, en el mismo comedor y estaban felices de retribuir a la comunidad. **Cada año durante los últimos 20 años**, la Fundación Sai Baba en Argentina ha



ayudado al comedor social local con la compra de alimentos, medicinas y juguetes para niños.



AUSTRALIA

Servicio alrededor de la nación

En Australia ha sido servicio, servicio y más servicio a medida que los voluntarios de OISSS ayudan a proveer necesidades locales. Continuaron sirviendo a sus comunidades durante la nueva ola del COVID-19.

Los miembros de OISSS proporcionaron ayuda en varias ciudades afectadas por las inundaciones y contribuyeron con artículos de higiene femeninos. Un servicio único e innovador involucraba la crianza de zarigüeyas huérfanas. Los



voluntarios crearon cajas y bolsitas para imitar las bolsas de las madres de las zarigüeyas

Vea más historias de servicio amoroso por parte de voluntarios de todo el mundo en Sri Sathya Sai Universe sitio web: <https://saiuniverse.sathyasai.org>



KENYA

Distribución de alimentos a familias afectadas por la sequía

Kenia se enfrenta a una de las sequías más prolongadas de los últimos 40 años, con una duración de más de tres años. Siendo la última lluvia en 2018, no ha habido lluvia durante más de cuatro años. Más de **tres millones de animales han perecido y millones de personas mueren de hambre**, sin comida ni medios de subsistencia. Para ayudar a aliviar el sufrimiento, los voluntarios de OISSS del Centro Sai de Kenia, emprendieron una distribución masiva de alimentos durante el 24 y 25 de noviembre de 2022, en honor al cumpleaños de Swami. Recorriendo una distancia de más de 480 km, repartieron 500 canastos de alimentos en Sosoma y Region Nuu de Mwingi: una canasta para cada familia necesitada. Cada canasta contenía Unga, frijoles, arroz, y sal y pesaba 24 kg., suficiente para alimentar a una familia de siete personas durante un mes.

[Click aquí para ver el video](#)



PARAGUAY

1,000 Cirugías de Cataratas

Como ofrenda de amor por el centenario del advenimiento de Bhagavan Sri Sathya Sai Baba, la OISSS de Paraguay se propuso realizar 1,000 operaciones de cataratas a personas desatendidas y necesitadas. Las primeras 500 cirugías se completaron el 5 de noviembre de 2022.

Para agradecer a Dios por alcanzar este hito, se celebró una Misa de Acción de Gracias en la Catedral Metropolitana de Nuestra Señora de la Asunción, en Asunción, el 6 de noviembre de 2022.

Muchos pacientes expresaron su gratitud y amor a los voluntarios. Una paciente mayor comentó que antes no podía leer la biblia. ¡Pero estaba encantada de poder ahora leer la Biblia, después de la cirugía!

[Click aquí para ver el video](#)





BOSNIA Y HERZEGOVINA • CROACIA • ESLOVENIA • ESPAÑA • FRANCIA • GRECIA • IRLANDA
• ISRAEL • ITALIA • MACEDONIA • REINO UNIDO • RUMANÍA • SERBIA • SUIZA

ISRAEL



1990

Swami llamó a un devoto israelí para una entrevista en Kodaikanal. Con sus bendiciones, el primer grupo de devotos de Sai comenzó a reunirse en Tel Aviv.

1992

Los devotos israelíes visitaron Prashanti Nilayam por primera vez y comenzaron un Centro Sai en Ein Hod.

1998

Israel participó en un mitin interreligioso de carrozas durante las celebraciones del 73° cumpleaños de Swami en Puttapparti.

2001

En una entrevista, Swami dirigió a los devotos a iniciar EVH (Educación en Valores Humanos) en Israel. Los docentes recibieron capacitación en EVHSS.





2005

Israel participó en la 8ª Conferencia Mundial de Organizaciones Sri Sathya Sai. El rabino israelí, David Zeller, representó al Judaísmo en la Conferencia Mundial Multirreligiosa en Puttaparti.

2017

La reunión interreligiosa llamada “Muchas Culturas, Un Alma” fue organizada por la OISSS de Israel en una sinagoga en Tel Aviv.

2019

La Pre-Conferencia Mundial sobre “Unidad de la Creación, la Naturaleza y el Hombre”.



Divina Madre Sai & la Maternidad

“Pasado, presente o futuro, para siempre, las mujeres son la columna vertebral del progreso, el corazón de la nación, el aliento mismo. Desempeñan el papel principal en el dharma de la vida aquí abajo, un papel clave que está cargado de santidad. La misión de la mujer es establecer los cánones de rectitud y moralidad. Ella debe proporcionar a los niños una formación moral y espiritual. Cuando la madre está imbuida de dharma, los hijos obtienen el beneficio y se saturan de manera similar. Cuando ella es hábil en la moral, los niños aprenden a ser morales. Por lo tanto, el nivel de educación de las mujeres decide si un país prospera o decae. Sus actos y conducta son factores cruciales”.

–Sri Sathya Sai Baba, Dharma Vahini

“Ana María”, llamó Swami a mi madre mientras nos sentábamos en la sala de entrevistas. ¡Estaba sorprendida y encantada al mismo tiempo al descubrir que Sathya Sai Baba sabía su nombre! Mientras expresaba su asombro y alegría a través de la elocuencia del silencio, Swami continuó: *“Estás muy preocupada por tu hija; ella viene y va de aquí para allá”*. En 1986, cuando era una niña de 9 años, no daba abasto y me movía de un lado a otro en el ashram de Prashanti Nilayam. Seguí haciendo amigos con otros niños y jugaba todo el día hasta que me derrumbaba en la cama por la noche. Para empeorar las cosas, no entendía inglés y no podía entender nada de lo que los voluntarias me decían en el ashram. Mi madre respondió: *“Sí, Swami, estoy preocupada...”* Fue entonces cuando Sai, con el amor de mil madres, le aseguró tiernamente en un susurro: *“No te preocupes por nada; tu hija es una buena chica... buena chica”*. **¡Esas palabras fueron suficientes para que mi madre se calmara y confiara en que Swami nos está cuidando constantemente!**

Amor a Primera Vista

Fui bendecida con la gracia de “conocer” a Bhagavan Sri Sathya Sai Baba a través de mi madre cuando solo tenía seis años. Inmediatamente me convencí de que Sai era mucho más que un “Gurú” (un maestro espiritual): era omnipresente, omnipotente y omnisciente. Me sentí cerca de Él, como madre, como padre, como amigo y como confidente, a pesar de no haberlo visto físicamente.

Vivíamos en Argentina, lejos de la India. Sin embargo, tuvimos la oportunidad de viajar a Puttaparti y estar en Su Divina Presencia por primera vez en 1986. Yo solo tenía nueve años, pero para entonces había asistido al Centro Sai en mi ciudad, Buenos Aires, durante tres años. Aprendí sus enseñanzas a través de libros, discursos, talleres y charlas sobre valores humanos. También escuché acerca de las experiencias de los devotos con Él que transformaron sus vidas de forma permanente.

Durante esa visita, Sai Baba nos dio la bienvenida, junto con varios otros devotos, en Su sala de entrevistas. Se aseguró de que todos nos sintiéramos cómodos y, como Madre Divina, derramaba Su amor sobre nosotros, atendiendo cada detalle. Encendía los ventiladores cuando hacía calor, distribuía regalos y dulces y hablaba con cariño con cada uno de nosotros. En ese momento, Él tranquilizó a mi madre sobre mí, como mencioné anteriormente. Desde entonces no hubo vuelta atrás para mí. **Se instaló en mi corazón, y siempre estará allí.**

Madre de Madres

Tuve la bendita oportunidad de viajar a la India con el resto de mi familia en muchas otras ocasiones. Incluso viví allí durante tres años. Dividí mi tiempo entre Prashanti Nilayam y el Instituto de Educación Sathya Sai en Valores Humanos en la ciudad de Mumbai, primero como estudiante y luego como miembro de la facultad. Durante esos tres años en la India Swami me guió como una Madre Divina y di cada paso confiando en Él. Puedo compartir miles de anécdotas y milagros sobre Su omnipresencia, omnisciencia y amor, pero me gustaría centrarme en uno en particular.

Un día, mi madre me llamó y me dijo que después de mucho trabajo, había ahorrado suficiente dinero para visitarme. En aquellos días, viajar a la India era caro y me llenaba de alegría la perspectiva de volver a ver a mi madre después de mucho tiempo. Llegó a Prashanti Nilayam en diciembre de 2007 para pasar las vacaciones conmigo. Debido a nuestra crianza cristiana, celebrar el cumpleaños de Jesús siempre fue muy importante para nuestra familia, ya que era una conexión profundamente emocional. En la noche del 24 de diciembre, me emocioné al saber que daría un discurso al día siguiente junto con otro joven. Se nos dijo que compartiéramos nuestras experiencias con Sathya Sai y como Él transformó nuestras vidas y nos guió. ¡Además, íbamos a hablar en presencia de Swami y ante una audiencia navideña



repleta de más de 15,000 personas! Así, en la tarde del 25 de diciembre de 2007, cumpleaños de nuestro amado Jesucristo, hablé en presencia de la Divina Madre Sai. Mi madre terrenal, Ana María, también estaba sentada en primera fila, llorando de alegría.

Al final de mi discurso, Swami me hizo señas para que me acercara a Él. Cuando me arrodillé ante Él, agitó Su mano, materializó una cadena de oro con un relicario y amorosamente la colocó alrededor de mi cuello. Le agradecí por todo. Aunque estaba completamente incrédula y alegre, de alguna manera me las arreglé para decir: “Swami, gracias por traer a mi madre aquí”. Swami se rió y preguntó: “¿Dónde está ella?” Desconcertada, respondí: “Allá, al frente, Swami, vestida con un sari rojo”. Me sonrió aún más. Aprendí una lección de esa mirada confiada y amorosa. **Comprendí que “Sai” es mi “madre”, la “Madre Divina”, la “Madre de mi madre Ana María”, la “Madre Divina de toda la Creación”. ¡Él siempre está dispuesto a darnos amor, protección y guía, y siempre está listo para satisfacer nuestras necesidades!**

Recorriendo el Camino de la Maternidad

Tenía pensamientos de vivir en la India porque sentí que era mi *dharma* quedarme en el Instituto en Mumbai. Un día, el Director del Instituto, quien estaba completamente dedicado a servir a Sai, me dijo: “Es hora de que regreses a tu país para compartir el conocimiento y la experiencia que has adquirido aquí y, lo más importante, para comenzar un familia”.

Teniendo fe en que Sai siempre me guiaría como una madre, obedientemente regresé a Argentina. Me casé y formé una familia cuando entendí que **mi principal práctica espiritual**

(sadhana) era ser esposa y, lo más importante, ¡madre! Mi papel como madre era más importante que cualquier otro papel.

Hoy, 35 años después de mi primer viaje a la India, vivo feliz con mi amado esposo, Carlos. Ambos estamos inmensamente agradecidos por ser los padres de Santino de 7 años y Jazmín de 3 años. ¿Es fácil ser madre? Mentiría si dijera que sí. Es un trabajo desafiante, de 24 horas, pero muy enriquecedor, noble y gratificante. A medida que nuestros hijos crecen, nosotras, como madres, crecemos en nuestro papel sagrado bajo la guía de nuestro Divino Maestro. Dios está presente en los abrazos de nuestros hijos, en sus miradas, en su imitación de nosotras y en sus acciones. Nos inspiran a usar nuestro juicio y amor y corregirlos si es necesario. Creo que las 5 D, “Disciplina, Discernimiento, Dedicación, Determinación y Devoción”, enseñadas por Sathya Sai, son esenciales para la crianza de los niños. Como ha dicho Sai, debemos dar a nuestros hijos “entrenamiento moral y espiritual”. Reciben y siguen el mensaje cuando pensamos, hablamos y actuamos con virtud. La familia es un regalo de Dios, donde nos recordamos mutuamente el camino de regreso a la fuente, la esencia, que es nuestra divinidad innata.

Ser madre es un regalo divino. Para las mujeres que no tienen hijos, si están dispuestas a ser madres, Dios les brinda millones de oportunidades para desempeñar el papel de madre a través de sobrinos, ahijados, etc., o “estudiantes”. Swami le dijo a una maestra que no tenía hijos que Él le daría miles de estudiantes para guiarlos como lo haría una madre.

Sai, nuestra Madre Divina, se dedica incondicionalmente, día y noche, a amar, proteger, cuidar, educar, nutrir y guiar a Sus hijos. La madre terrenal de Sai, “Easwamma”, también hizo esto y fue una madre ejemplar. Como madre, necesito seguir su ejemplo. ¡Gracias, gracias, gracias! En una entrevista personal, **Sai me dijo a mí y a mi padre, Horacio, “¡Sé feliz! ¡ Sé feliz! ¡ Sé feliz!” y necesito practicar Su mandato Divino.**

Con infinito amor y gratitud,

Sra. Inés Redini Latrónico
Argentina



La Sra. Inés Redini Latrónico vive en Argentina, tiene un posgrado en Coaching Ontológico y es licenciada en Comercialización y Producción de Televisión. Tiene un Diploma Avanzado en Educación en Valores Humanos del ISSE en India, donde también es miembro de la facultad. Como miembro del equipo de la Escuela Sathya Sai Mahatma Gandhi en Argentina, le encanta trabajar especialmente con las familias de los estudiantes.





de los

JÓVENES ADULTOS SAI INTERNACIONALES

EN CONMEMORACIÓN DEL 97º ANIVERSARIO DEL ADVENIMIENTO

DE SRI SATHYA SAI BABA, los Jóvenes Adultos Sai presentaron una sesión en línea, "El Regalo del Amor". Moderado por el Dr. Suresh Govind (Presidente, Comité de Sagradas Escrituras de la OISSS), la sesión incluyó con oradores, el Sr. Satyajit Salian y el Sr. Aravind Balasubramanya, quienes compartieron experiencias de sus hermosos viajes con Swami.



La sesión incluyó maravillosas historias de lecciones divinas aprendidas en la proximidad del Señor, y un panel de edificante discusión sobre la espiritualidad práctica y el servicio en la misión divina. El Dr. Govind presentó el inspirador Programa SAI 100 en preparación para las celebraciones del centenario de Swami. Alrededor de 330 participantes de todo el mundo se unieron a la sesión.

[▶ Haz clic aquí para ver el video](#)

- 1 Aquel que tiene el nombre de Sai en la punta de la lengua será liberado en vida (*jeevanmukta*)
- 2 Uno puede meditar en la hermosa forma de Swami o en Su aspecto sin forma como amor y luz.
- 3 En Su vida como Shirdi Avatar, Baba nos aseguró que con sólo contemplar Sus leelas, realizaremos la meta de la vida.
- 4 Swami dice que dondequiera que se cante Su nombre, Él se manifiesta allí.
- 5 Él nos aseguró que aquellos que sirven desinteresadamente con amor serán liberados del ciclo de nacimiento y muerte..
- 6 Swami nos ha asegurado que seguir Sus enseñanzas de manera inmediata, implícita y completa nos otorgará el mayor bien de la vida: la autorrealización.

seis pasos espirituales

relaciona la descripción de la izquierda con la práctica espiritual de la derecha

respuestas en la página 35



- a Una práctica de meditación.
- b Cantar Sus glorias: bhajans.
- c Servicio, participar en la misión Divina: hacer Su obra.
- d Repetir el nombre Divino, Om Sri Sai Ram.
- e Mora en Sus leelas: Juegos divinos.
- f Profundizar en las enseñanzas de Bhagavan y practicarlas en nuestra vida diaria.



EN LOS ÚLTIMOS AÑOS, SE HA PUESTO ÉNFASIS EN MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA de los Adultos Jóvenes. Cuidar la salud mental es tan importante como cuidar el bienestar físico; los dos están intrínsecamente vinculados. Establecer una rutina es importante para mantenerse saludable. Aprovechemos esta oportunidad del comienzo de un nuevo año para compartir algunos consejos útiles recopilados por el Subcomité Internacional de Bienestar de Adultos Jóvenes Sri Sathya Sai. Los consejos ayudarán a llevar un estilo de vida saludable y equilibrado.

- **Comer bien.** A medida que aumenta el trabajo remoto, se ha vuelto más fácil comer bocadillos. Intenten ser conscientes de ello y en la medida de sus posibilidades, mantengan una dieta saludable.
- **Hidratarse.** Usen su botella de agua recargable para beber al menos tanta agua como lo harían normalmente en la oficina
- **Moverse.** Agregar movimiento a su día y tomar un poco de aire fresco. Si no pueden ir al gimnasio, consulten las clases de ejercicios que ofrecen opciones para ejercicios que pueden hacer en casa. Como mínimo, levántense y caminen/estírense regularmente durante al menos diez minutos cada hora.

¡Hagamos del 2023 un año de buena salud espiritual, mental y física!

Esta información NO pretende reemplazar la ayuda profesional y solo pretende ser una guía y un recurso. Para CUALQUIER problema de salud mental, se debe consultar a un profesional de salud mental para su evaluación y manejo.

LOS RETRASOS DE DIOS NO SON SUS NEGACIONES



La Sra. Sumiththa Puvaneswaran proviene de Jaffna, Sri Lanka. Es una Joven Adulta que participa en las actividades del Centro Punto Pedro Sai. Llegó a Sri Sathya Sai Baba en 2005 a la edad de cinco años. Es estudiante de medicina en la Universidad de Jaffna, Sri Lanka.

SIEMPRE HE SIDO UNA NIÑA CON SUEÑOS. Desde que tengo memoria, he querido ser piloto y volar los cielos. Pero luego, cuando mi abuelo murió de cáncer y mi prima hermana fue diagnosticada con cáncer en la sangre, sentí la necesidad de hacer algo al respecto. Era 2016 y decidí ser médico.

Sri Lanka no tiene universidades médicas privadas, y la única forma de convertirse en médico es obtener un puntaje alto en los exámenes de nivel A del gobierno. Me hice las pruebas en 2019 y los resultados destrozaron mis aspiraciones. No califiqué para los estudios de medicina. Estaba abatida y me sentía inútil, pero solo me salvó del abatimiento total la gracia de Swami que me envolvió.

Los Campamentos Juveniles Sathya Sai nos preparan para la vida

Cuando se publicaron los resultados, asistía al Campamento de Sadhana para Jóvenes en el Centro Sai en Pedro Point, Jaffna, donde conocí a la Coordinadora Nacional de Jóvenes, la Hermana Priyah, y al Presidente del Consejo Nacional, el Hermano Manoharan. Su humildad y amor al tratar de ayudar a los jóvenes me conmovió y encendió la lámpara de esperanza en mi corazón.

El hermano Mano fue una reserva inagotable de amor y fe en Swami. Manoharan me preguntó sobre los resultados de mi prueba cuando viajábamos en bote a otro lugar en el campamento. Le describí mi situación: “Soy una chica de mente simple y le he rezado a Swami para que escriba los exámenes por mí. Cuando Dios escribe los exámenes, los resultados seguramente serán buenos, ¿verdad?” Él respondió: “Si estás verdaderamente convencida de que Dios escribió tu examen, deberías

estar emocionada con los resultados que obtengas porque Swami te dará lo que es bueno para ti". Me sentí llena del amor de Swami al escuchar esas palabras.

Sin embargo, todavía estaba molesta con mis resultados y comencé a culpar a Swami por no tomarme de la mano en lo que sentí que era la prueba más crucial de mi vida. Fue entonces cuando Swami intervino de nuevo.

Los Campamentos de Sadhana son Puertas

Recibí una ráfaga de mensajes, llamadas y visitas de muchas personas para apoyarme y animarme. Nuestro Presidente del Centro Sai me llamó y me dijo que no me desanimara. Mano me llamó y me llenó de fuerzas para soportar el dolor. Priyah brindó consuelo y apoyo incondicional. Ella envió muchos discursos relevantes de Swami que me inspiraron a rendirme a Él con verdadero espíritu. Ver a estas personas tan ocupadas e importantes dedicar tanto tiempo a mí, me conmovió mucho. **Probé el amor de Swami a través de ellos.** Empecé a estudiar con renovado vigor.

En ese momento, también me enganché a las charlas inspiradoras sobre Swami del hermano Aravind Balasubramanya en YouTube. Tal fue el impacto de esos videos que dejé de ver películas por completo, y cada vez que me sentía un poco cansada

de estudiar, **miraba videos sobre Swami. También comenzaría mi día con Sai bhajans.** Mis padres me alentaron y me dijeron: "Mira, si te conviertes en médico, te convertirás en un recurso importante para el Centro Pedro Point Sai porque el Centro aún no tiene médicos". Eso cambió mi mentalidad. Ahora estaba decidida a convertirme en un médico Sai y servirle al máximo de mis habilidades.

Los dulces frutos de la paciencia

Los exámenes que se realizarán en septiembre de 2021 se pospusieron para febrero de 2022 debido a la pandemia de COVID. Cuando salieron los resultados en agosto de 2022, estaba nuevamente en un campamento de Sadhana del Centro de Jaffna, que se llevó a cabo en un famoso templo de Murugan. Esta vez, aprobé el examen con una buena calificación y pude perseguir mis sueños de convertirme en médico y servir a mi amado Swami.

Recibí muchos mensajes de felicitación de mi familia Sai y expresé mi gratitud a Swami en cada una de mis respuestas. No creo que haya sido una mera coincidencia que el mismo día también vi el video del hermano Aravind, "Las demoras de Dios no son Sus negaciones".

Sra. Sumiththa Puvaneswaran
Sri Lanka



Siga las cuentas de @saiyoungadults en las redes sociales



Facebook



Instagram



Telegram



Twitter



Spotify



Email



Adultos Jóvenes Sai

<https://sathyasai.org/ya>

yacoordinator@sathyasai.org

MUCHAS GRACIAS

PARA: BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA
Querido Swami:
Bendito soy... Sé que esto es verdad,
es un sentimiento completo que nunca
conoci.

En lo profundo de mi corazón donde una
vez estuvo el dolor,
me diste fuerza y me abrazaste,
Por las mañanas, charlamos.

Es el tipo de AMOR que te hace completo,
Tu AMOR para siempre... nunca pasa
factura.

Pero tu AMOR siempre da vueltas,
Incluso cuando estaba en el suelo.

No hay riquezas, arriba en el cielo,
Solo conocimiento, fuerza y todo TU
AMOR.

Con amor,
Sai Hridayaviharine M. | Grupo 3 | EE.UU

El Amor vive dando y perdonando
El Ego vive obteniendo y olvidando
Divya B | Grupo 3 | Canadá



Saisri | Group 1 | Germany



Divya B. | Group 3 | Canada

A Mi Amado Swami

Gracias por ser uno que siempre está ahí para mí.
Gracias por siempre responder a mis oraciones.
Gracias por escuchar mis llantos.
Gracias por darme una familia maravillosa.
Gracias por darme la oportunidad de estudiar en la escuela.
Gracias por darme una vida sana y feliz.
Gracias por darme libertad en mi país.
Gracias por darme 3 comidas al día.
Gracias por darme experiencias en la vida para aprender y crecer.
Gracias por mantenerme a salvo.
Gracias por darme una hermosa casa para vivir.
Gracias por permitirme experimentar el mundo a través de la vista, el gusto, el tacto, el olfato y el oído.
Gracias por darme la oportunidad de viajar y tener recuerdos.
Gracias por darme energía y positividad en días largos.
Gracias por darme disciplina para hacer las cosas.
Gracias por abrirme un nuevo mundo de oportunidades a través del Internet y la tecnología.
Gracias por darme una cama suave y cálida para dormir todas las noches.
Gracias por darme un mundo de belleza y naturaleza para vivir.
Gracias por darme la habilidad de disfrutar la música.
Gracias por inspirarme a ser una mejor persona.
¡Gracias, Swami!

Samriddhi G. | Grupo 3 | EE.UU



Karthika M. | Grupo 2 | EE.UU

Próximos Eventos en línea de la OISSS

La OISSS ha estado realizando eventos en línea para compartir el amor, el mensaje y el trabajo de Swami con todos, en todo el mundo. Se ha llegado a cientos de miles de personas a través de estos eventos, transmitidos en la página sathyasai.org/live. Visite: sathyasai.org/events/worldwide para obtener más detalles sobre los eventos programados, las fechas locales y los horarios.

Fecha del Evento en línea	Día(s)	Festival/Evento
14 enero 2023	Sábado	Zona 9 Presentacion Ubuntu - Yo Soy Porque Tú Eres
4 febrero 2023	Sábado	Año Nuevo Chino
11 y 12 febrero 2023	Sábado y Domingo	Akhanda Gayatri
18 de febrero 2023	Sábado y Domingo	Maha Shivaratri



Transmitiendo en sathyasai.org/live

Manténgase en contacto con las noticias y actividades de la OISSS, visitando los sitios web de la OISSS y siguiendo/suscribiéndose a los diversos canales de comunicación a continuación. Haga clic en cada icono o nombre para visitar el sitio. **Haga clic en cada icono o nombre para visitar el sitio.**



Facebook



Instagram



WhatsApp



Twitter



YouTube



Spotify



Telegram



Email



Lista de correo electrónico del Eterno Compañero



- Organización Internacional Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Universo Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Ayuda Humanitaria Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Sri Sathya Sai Jóvenes Adultos [🔗](#)
- Educación Sri Sathya Sai [🔗](#)
- Vida Sana [🔗](#)



Hoy se llama Sankranthi, el día en que el Sol comienza su viaje hacia el norte entrando en el signo Makara del Zodíaco. El cambio para el bien es Sankranthi (Samyak Kranthi ithi Sankranthi). Debemos transformarnos por completo. Sankranthi revela no solo la belleza de la naturaleza sino también la resplandeciente belleza de lo divino. Lo divino no considerará su estatus o posición, su pompa y su espectáculo. Está más allá del alcance del conocimiento y la inteligencia. Solo puede ser asegurado por amor puro (Prema).

Sri Sathya Sai Baba

13 de enero de 1984



sathyasai.org

Ama a Todos • Sirve a Todos
Ayuda Siempre • No dañes Jamás