



# Aradhana Mahotsavam

.....

## 30 CITAS DE BHAGAVÁN SRI SATHYA SAI BABA

1 Para lograr cualquier cosa en la vida, dos cosas son esenciales: fe firme y amor puro. Para experimentar el amor puro y divino, deben estar preparados para abandonar el egoísmo y el interés propio. Deben desarrollar pureza y firmeza. Con una fe firme en lo Divino, deben fomentar el amor de Dios independientemente de todos los obstáculos y pruebas. Nunca deben pensar que el placer y el dolor son causados por algunas fuerzas externas; no es así. Son el resultado de sus propios pensamientos. No tiene sentido culpar a otros. Si desarrollan el amor de Dios, ese amor desterrará todas las tendencias de tristeza y maldad como el apego, la ira y la envidia. Uno debe seguir tanto la educación espiritual como los estudios seculares. Tienen que darse cuenta de que la naturaleza también es una manifestación de Dios. Por lo tanto, la naturaleza no debe ser ignorada. La naturaleza es el efecto y Dios es la causa. Por lo tanto, deben reconocer la omnipresencia de lo Divino en todo el cosmos. .

Sathya Sai habla Vol.29 / Cap.22

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-22.pdf>

2 El amor es divino. Amen a todos, impartan su amor incluso a aquellos que carecen de amor. El amor es como la brújula de un marinero. Donde sea que lo guarden, señala el camino hacia Dios. En cada acción de la vida diaria manifiesten su amor. La divinidad surgirá de ese amor. Este es el camino más fácil para la realización de Dios. Pero, ¿por qué las personas no lo están tomando? Esto se debe a que están obsesionados con conceptos erróneos relacionados con los medios de experimentar a Dios. Consideran a Dios como una entidad remota que solo se puede lograr mediante arduas prácticas espirituales. Dios está en todos lados. No hay necesidad de buscar a Dios. Todo lo que ven es una manifestación de lo Divino. Todos los seres humanos que ven son formas de lo Divino. Corrijan su visión defectuosa y experimentarán a Dios en todas las cosas. Hablen con amor, actúen con amor, piensen con amor y hagan cada acción con un corazón lleno de amor.

Sathya Sai habla Vol. 29/Cap. 28

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/ss29-28.pdf>

3

Para el progreso espiritual, *kshama* (tolerancia) es la base o fundamento real. Grandes personas y países han perdido su gloria, prestigio y reputación debido a la desaparición de *Kshama*. Sin paciencia y la capacidad de tolerancia, uno se vuelve espiritualmente débil. Tal debilidad conduce a malos sentimientos, pensamientos indeseables y acciones impropias. Esta virtud se cultiva mejor en circunstancias adversas y, por lo tanto, debemos acoger con agrado los problemas en lugar de considerarlos inoportunos. Por lo tanto, los tiempos de angustia y un ambiente de tristeza y miseria ofrecen la oportunidad ideal para el desarrollo de *Kshama*.

Lluvias de verano en Brindavan 2000, Cap.12  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-12.pdf>

4

Lo bueno y lo malo, la riqueza y la pobreza, la alabanza y la culpa van juntas en este mundo. No pueden derivar la felicidad de la felicidad (*Na sukhat labhate sukham*). La felicidad solo surge de la tristeza. Un hombre rico hoy puede convertirse en un pobre mañana. Del mismo modo, un pobre puede convertirse en un hombre rico algún día u otro. Hoy los elogian, pero mañana pueden ser criticados. Considerar la alabanza y la culpa, la felicidad y la tristeza, la prosperidad y la adversidad con igual mentalidad es el sello distintivo de un verdadero ser humano. El Gita declara: "Permanecer igual en felicidad y tristeza, ganancia y pérdida, victoria y derrota (*Sukha Dukhe misma kritva labhalabhau jayajayau*). Realmente pueden disfrutar sus vidas como ser humano solo cuando consideran tanto la tristeza como la felicidad, las ganancias y las pérdidas con ecuanimidad. No hay valor para la felicidad sin pena. Por lo tanto, denle la

bienvenida al dolor si quieren experimentar la verdadera felicidad.

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

5

Tuvieron la valiosa oportunidad de escuchar los discursos y las instrucciones divinas, que se han impreso en sus corazones; Muchas de sus conversaciones se centran en Mí o en Mi juego divino (*leelas*) y gloria (*mahima*). Mi consejo para ustedes es: apliquen esta adoración en sus vidas. Dejen que sus compañeros vean cuán disciplinados son, cuán sinceramente obedecen a sus padres y cuán profundamente veneran a sus maestros. Sean una virtud ligera, radiante y de autocontrol donde sea que vivan, tan encomiable como lo hicieron en Mi divina presencia. No vuelvan a caer en la indisciplina, los malos modales, la irresponsabilidad y los malos hábitos.

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

6

No es fácil para la mente humana, inmersa en preocupaciones mundanas, recurrir a Dios. Solo cuando la mente se transforma y se pone bajo el control del Alma (*Atma*), el cuerpo experimenta la Divina Felicidad (*Ananda*). El medio por el cual se transforma la mente es la devoción (*Bhakti* - amor intenso por Dios). Progresivamente, dirijan su mente hacia Dios hasta que se una con Dios. La meditación, la repetición de los nombres del Señor, el canto grupal de canciones devocionales (*bhajans*), la lectura de las Escrituras y otras actividades similares están diseñadas solo para purificar la mente para que pueda concentrarse en Dios. Como un campo tiene que ser arado y preparado adecuadamente para sembrar, para cosechar una buena cosecha, el

campo de nuestro corazón debe volverse puro y sagrado a través de acciones buenas y santas y disciplina espiritual (*sadhana*) si es que va a producir el fruto de la sabiduría divina.

Sathya Sai habla Vol. 17/Cap. 17  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume17/sss17-17.pdf>

7 Con la oración a Dios, pueden lograr cualquier cosa en la vida. Quiero que recen. Siempre estoy con ustedes, en ustedes, por encima de ustedes y a su alrededor. Esfuércense por inculcar tal fe y devoción en los demás seres humanos. Eso me hará muy feliz. La felicidad radica en la unión con Dios. Por lo tanto, contemplan a Dios sin cesar. Nunca den margen para la ansiedad o la preocupación.

Sathya Sai habla, Vol.39/Cap.1  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-01.pdf>

8 Fomenten la pequeña semilla de Amor que se aferra a ‘mí’ y ‘mío’, dejen que brote en Amor para el grupo que les rodea, y se convierta en Amor para toda la humanidad, y extienda sus ramas sobre animales, pájaros y aquellos que se arrastran y gatea y dejen que el Amor envuelva todas las cosas y seres en todos los mundos. Procedan de menos Amor a más Amor, Amor estrecho a Amor expandido.

Sathya Sai habla, Vol. 13/Cap. 16  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume13/sss13.pdf>

9 Por encima de todo, es mejor que el aspirante espiritual sea alegre, sonriente y entusiasta en todas las circunstancias. Incluso más que la devoción y la sabiduría espiritual, esta actitud pura es deseable. Los que lo han adquirido merecen alcanzar la meta primero. Esta calidad de alegría en todo momento es el fruto del bien hecho en los nacimientos pasados. Una persona que siempre está

preocupada, deprimida y dudando nunca puede alcanzar la dicha, sea cual sea la práctica espiritual que uno emprenda. La primera tarea de un aspirante espiritual es el cultivo del entusiasmo. A través de ese entusiasmo, se puede derivar cualquier variedad de dicha espiritual (*ananda*).

Prema Vahini, Sec. 63, p. 42  
<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

10 “El mundo es impermanente. El nacimiento es una miseria. La vejez es una miseria. ¡Tengan cuidado!” dice un poema sánscrito. Mientras estén vivos, todos parecerán amar el cuerpo. Esto es por razones puramente egoístas. Solo Dios es completamente desinteresado. Amen a Dios y lleven su vida normal; No hay nada malo en esto. Hagan lo que hagan, trátelo como una ofrenda a Dios. Veán a Dios en todos. No tengan mala voluntad hacia nadie. No tengan un apego excesivo por nadie. Dirijan todo apego hacia Dios. Amen a toda. No confíen en nadie excepto Dios. Dense cuenta de la impermanencia del cuerpo y depositen su confianza únicamente en Dios. Busquen refugio en Él. Lo que más se necesita hoy en esta era de *Kali* es la fe. Tan a menudo como sea posible, cuando tengan la oportunidad, mediten en Dios. Ganen la estima de la sociedad a través del servicio sincero. Eso asegurará un buen futuro para ustedes.

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

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

11 La buena compañía puede elevar a uno al nivel de Divinidad, mientras que la mala compañía puede degenerar a uno al nivel de un animal. Deben hacer esfuerzos para elevarse por encima del nivel humano. No se necesita esfuerzo

para caer. Convertirse en malo es muy fácil. Los jóvenes de hoy albergan malos pensamientos y sentimientos, y realizan malas acciones, desperdiciando así su preciosa juventud. Desafortunadamente, las personas hoy en día se asocian con malas compañías, por lo que sus buenos sentimientos y acciones se convierten en malos sentimientos y acciones, lo que finalmente hace que sus vidas sean muy miserables. Aunque parezca muy difícil alcanzar el nivel superior, aún debe hacer esfuerzos para alcanzar niveles superiores. Sus pensamientos son la causa raíz de todo. Por lo tanto, solo deben tener pensamientos nobles, sagrados, puros y significativos.

Discurso Divino Sathya Sai Baba, 8 de julio de 1996, Sanathana Sarathi 54(7), p202, 2011  
<https://saireflections.org/journals/pdf/Sanathanasarathi/SSJul2011.zip>

12 Aunque es difícil contener la mente, se puede desviar. Cuando la mente inmersa en el mundo secular se desvía hacia la Divinidad, gana fuerza moral. La mente inmersa en los asuntos mundanos los hacen prisioneros del mundo, mientras que una mente inmersa en Dios asegura la liberación para ustedes. Su corazón es la cerradura y Su mente es la llave. Cuando gira la llave hacia la izquierda, se bloquea. Pero si gira la llave hacia la derecha, se desbloquea. Es el giro de la llave lo que marca la diferencia. Por lo tanto, la mente es la causa de su liberación, así como de la esclavitud. ¿Qué es entonces la liberación (*Moksha*)? No es una mansión con aire acondicionado, sino un estado sin engaño (*Moha*). La majestad y la moral residen en desviar la mente del mundo hacia Dios. Es este concepto simple y poderoso que realmente contribuye a su progreso y prosperidad. .

Lluvias de verano en Brindavan 1996, Cap. 1  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss1996/ss1996-01.pdf>

13 Dios está presente en todos. Él reside en cada corazón. Así que no confinen a Dios a un templo, una mezquita o una iglesia. Donde está un humano, allí está Dios. Dios toma la forma de un humano (*Daivam manusha rupena*). Al olvidar y no darse cuenta de este hecho importante, se entregan a las críticas a los demás. ¿A quién están criticando? ¿A quién adoran? Pregunten por ustedes mismos. Dios está presente en todos. Si critican a los demás, critican a Dios. Quienquiera que saluden, llega a Dios (*Sarva jeeva namaskaram Keshavam prati gacchati*) y a quien insultan o ridiculizan, ¡también llega a Dios! (*Sarva jeeva thiraskaram Keshavam prati gacchati*). Desde este momento, emprendan una nueva vida renunciando a los malos pensamientos y las malas cualidades. Purifiquen su corazón. Dejen que sus pensamientos, palabras y hechos sean sagrados. Solo entonces sus vidas serán maravillosas.

Sathya Sai habla, Vol. 35/Cap. 6  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume35/ss35-06.pdf>

14 Consideren el significado del nombre “Sai Baba”. “Sa” significa Divino; “Ai” o “ayi” significa madre, y “Baba” significa padre. Sus padres físicos exhiben amor con una dosis de egoísmo; pero Sai, su Divina Madre y Padre, derrama afecto o los regaña solo para llevarlos a la victoria en la lucha por la autorrealización. Sai descendió como Avatar para lograr la tarea suprema de unir a toda la humanidad como una familia a través del vínculo de hermandad, de afirmar e iluminar la realidad Divina (*Atmica*) en cada ser. ¡La divinidad es la base de todo el cosmos, y Mi misión es instruir a todos para reconocer la herencia divina común que une a una persona con otra, para que puedan deshacerse del animal y elevarse a lo Divino! Deseo que contemplen esto, obtengan

*Aradhana Mahotsavam*

alegría y se inspiren para observar las disciplinas espirituales que establecí para progresar hacia la meta de tomar conciencia del Sai, que brilla en sus corazones.

Sathya Sai habla, Vol. 12/Cap. 38  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume12/ss12-38.pdf>

15 El Señor se alcanza solo a través de la devoción suprema (*para-bhakthi*). La devoción suprema solo puede adquirirse a través de la sabiduría espiritual (*jnana*). La sabiduría espiritual puede ser cultivada solo a través de la fe (*sraddha*), y la fe solo viene a través del amor. Entonces, ¿cómo se cultiva el amor? A través de dos métodos: (1) Siempre consideren las faltas de los demás, por grandes que sean, insignificantes y despreciables. Siempre consideren que sus propias faltas, por insignificantes e insignificantes que sean, son grandes y siéntanse tristes y arrepentidos. De esta manera, eviten desarrollar fallas y defectos más grandes, y adquieran las cualidades de hermandad y tolerancia. (2) Hagan lo que hagan, consigo mismo o con los demás, háganlo recordando que Dios es omnipresente. Él ve, oye y lo sabe todo. Discriminen entre lo verdadero y lo falso y hablen solo la verdad. Discriminen entre lo correcto y lo incorrecto y hagan solo lo correcto. Esfuércense en cada momento en ser consciente de la omnipotencia de Dios.

Prema Vahini, Sec. 18-19  
<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

16 El cuerpo es el templo del individuo (*jiva*), por lo que pase lo que pase en ese templo es asunto de ese individuo. Así también el mundo es el cuerpo del Señor, y todo lo que sucede en él, bueno o malo, es Su preocupación. Del hecho observado de la relación entre el individuo y el cuerpo, conozcan la verdad de la relación no observable del Señor y la creación. La

relación del individuo (*jiva*) y el Señor, el parentesco entre los dos, puede ser comprendida por cualquiera que adquiera tres instrumentos principales: (1) una mente sin mancha por el apego y el odio, (2) un discurso sin mancha por la falsedad, y (3) un cuerpo inmaculado por la violencia. La alegría y la paz no residen en objetos externos; Están dentro de ustedes. Pero en su necesidad, los buscan fuera de ustedes, en un mundo del que, hoy o mañana, están obligados a partir. Por lo tanto, ¡despierten ahora! Traten de conocer la esencia de la verdad eterna. Intenten experimentar el amor que es Dios mismo.

Prema Vahini, Sec. 19  
<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

17 El camino de la entrega es como el de un gatito (*marjala kishora nyaya*), que simplemente maúlla en un lugar, colocando todas sus cargas sobre la gata madre. Del mismo modo, el devoto confía completamente en Dios. La gata madre sostiene al gatito en su boca y lo transporta de manera segura incluso a través de pasajes muy estrechos. Cuando el devoto pone todas las cargas sobre el Señor, sin temor ni preocupación, y se rinde completamente a Su voluntad, Él ciertamente proporcionará todo. *Lakshmana* es el testigo de este camino. Para servir a *Rama*, *Lakshmana* renunció a todos los obstáculos en su camino: riqueza, esposa, madre, hogar e incluso dormir y comer durante catorce años completos. Sintió que *Rama* era su todo, su felicidad y alegría, y le otorgaría todo lo que necesitaba. El propósito de su vida era solo seguirlo, servirlo y entregarle su voluntad. Esta es la característica de la completa entrega de uno mismo. Esta disciplina de entrega (*prapatti*) es muy superior a la de la devoción (*bhakti*).

Prema Vahini, Sec. 51  
<http://sssbpt.info/vahinis/Prema/PremaVahiniInteractive.pdf>

18

El aspirante espiritual siempre debe buscar lo verdadero y alegre, y debe evitar todos los pensamientos de lo falso, triste y deprimente. Depresión, duda, vanidad: son como *Rahu* y *Kethu* para el aspirante espiritual. Dañarán la práctica espiritual de uno. Cuando la devoción de uno está bien establecida, pueden descartarse fácilmente si aparecen. Por encima de todo, es mejor que el aspirante espiritual sea alegre, sonriente y entusiasta en todas las circunstancias. Incluso más que la devoción y la sabiduría espiritual, esta actitud pura es deseable. Los que lo han adquirido merecen alcanzar la meta primero. Esta calidad de alegría en todo momento es el fruto del bien hecho en los nacimientos pasados. Una persona que siempre está preocupada, deprimida y dudando nunca puede alcanzar la dicha, sea cual sea la práctica espiritual que emprenda. La primera tarea de un aspirante espiritual es el cultivo del entusiasmo. A través de ese entusiasmo, se puede derivar cualquier variedad de dicha espiritual (*ananda*).

Prema Vahini, Sec. 63

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

19

El amor puede conquistar cualquier cosa. El amor desinteresado, puro e inmaculado lleva al ser humano a Dios. El amor egoísta y restringido lo une a uno al mundo. Incapaces de comprender el amor puro y sagrado, los seres humanos de hoy son presa de infinitas preocupaciones debido al apego a los objetos mundanos. El deber principal de uno es comprender la verdad sobre el Principio del Amor. Una vez que una persona comprende la naturaleza del amor, no se extraviará. Los diversos contextos en los que se usa hoy la palabra amor no tienen relación con el verdadero significado del amor. El afecto entre una madre y un hijo o entre

un esposo y una esposa es incidental a una determinada relación temporal y no es un verdadero amor. El verdadero amor no tiene principio ni fin. Existe en las tres categorías de tiempo: pasado, presente y futuro. Solo eso es amor verdadero que puede llenar al ser humano de felicidad duradera.

Sathya Sai habla Vol. 28/Cap. 38

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

20

Hoy el mundo está perdiendo su equilibrio ecológico ya que el hombre, por completo egoísmo, le está robando a la madre Tierra sus recursos como carbón, petróleo, hierro, etc. Como resultado, encontramos terremotos, inundaciones y otras devastadoras calamidades naturales. La vida humana encontrará satisfacción solo cuando se mantenga el equilibrio ecológico. Equilibrio en la vida humana y equilibrio en la naturaleza, ambos son igualmente importantes.

Sathya Sai habla, Vol. 33/Cap. 15

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume33/ss33.pdf>

21

Una vez, Vivekananda fue a Swami Ramakrishna Paramahansa y le preguntó: “¿Has visto a Dios?”, “Sí”, dijo Sri Ramakrishna.”¿De qué forma?”, Preguntó Vivekananda. Ramakrishna respondió: “Lo estoy viendo tal como te estoy viendo a ti”. “¿Por qué entonces, soy incapaz de verlo?” Ramakrishna explicó que si anhelaba a Dios con la misma intensidad con la que anhelaba muchas otras cosas, él también experimentaría a Dios. Ramakrishna dijo que la gente derrama lágrimas por relaciones, riqueza y muchos otros aspectos, pero ¿cuántas lágrimas derraman por Dios? Ramakrishna le aconsejó a Vivekananda que anhelara a Dios con todo su corazón y alma. Dios está obligado a manifestársele. Si están interesados en experimentar lo Divino,

deben dedicarse a lo Divino. La gente emprende varios problemas para lograr riqueza, relaciones, posición y poder. Si dedican una pequeña fracción de ese tiempo a los pensamientos de Dios, definitivamente experimentarán liberarse del miedo a la muerte.

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

22 Nuestros Upanishads nos enseñan los caminos del *karma*, *upasana* y *jnana yoga*. La esencia del *karma yoga* (camino de acción) es realizar todas las acciones con dedicación como una ofrenda al Señor, para Su placer. *Upasana yoga* (camino de adoración) es amar a Dios de todo corazón con armonía y pureza en pensamiento, palabra y obra (*trikarana suddhi*). No es verdad la *upasana* si aman a Dios simplemente para lograr sus deseos mundanos. La devoción debe ser amar por amor. Los seguidores de *jnana yoga* (camino de la sabiduría) deben considerar todo el universo como manifestación de Dios. La fe firme de que la Divinidad reside en todos los seres en forma de *Atma* se llama *Jnana*. Si se preguntan cómo existe *Ekatwa* (Unidad) con tantas formas diferentes, nombres, diferentes tipos de comportamiento, diferentes doctrinas, etc., consideren el océano insondable con olas infinitas. Cada ola es única y diferente de la otra en su tamaño y forma, pero son manifestaciones diferentes de una y la misma agua y tampoco son diferentes del océano.

Lluvias de verano en Brindavan 1990, Cap. 16  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss1990/ss1990-16.pdf>

23 ¿Cuáles deberían ser las características de las personas en la Organización Sai? Sus corazones deberían ser fríos como la luna. Sus mentes deberían ser puras como la mantequilla. Su hablar

debe ser dulce como la miel. Solo cuando tengan estas cualidades, serán un miembro digno de la Organización. Cuando estos tres estén presentes, habrá Divinidad.

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

24 *Sathatham Yoginah* - ¡siempre un yogui! Sean tranquilos, calmos, serenos; no se vean afectados por la buena fortuna o la mala, porque ustedes son títeres haciendo movimientos y contorsiones de acuerdo con los tirones que le da a las cuerdas. Sean agradables en el habla y la manera; no inflijan lesiones ni insulten a otros ni se vean afectado por ningún acto adverso o comentario de otros. Sean felices de que todos y todo estén tan ordenados por Dios. ¡Es su juego, su deporte!

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

25 Cultiven buenos pensamientos, digan buenas palabras y hagan buenas obras con la visión general de que todos en el mundo deberían ser felices. Renuncien a sus malos pensamientos y malas cualidades, ya que son la causa de todos los sufrimientos en el mundo. Cualquier trabajo que hagan, manteniendo a Dios como su guía y salvador, seguramente les dará éxito. Dios es su único amigo verdadero. Él siempre está con ustedes, en ustedes y a su lado. Deben desear que todos sean felices. Todos deben llenar sus corazones con amor puro. ¡Entonces el país y el mundo prosperarán, y todos serán felices!

Sathya Sai habla Vol. 27/Cap. 1  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume27/sss27-01.pdf>

26 Como me movía libremente entre las personas, hablando y cantando con ellas, incluso los intelectuales no podían comprender Mi verdad, Mi poder, Mi gloria o Mi verdadera tarea como Avatar. Puedo resolver cualquier problema por intrincado que sea. Estoy fuera del alcance de la investigación más intensiva y la medición más meticulosa. Solo aquellos que han reconocido Mi amor y lo han experimentado pueden afirmar que han vislumbrado Mi realidad. No intenten conocerme a través de los ojos externos. Cuando van a un templo y se paran ante la imagen de Dios, rezan con los ojos cerrados, ¿no? ¿Por qué? Porque sienten que solo el ojo interno de la sabiduría puede revelártelo. Por lo tanto, no anhelan de Mí objetos materiales triviales; pero, anímenme desde dentro, y serán recompensados. El camino del amor es el camino real que lleva a la humanidad hacia Mí. Mi gracia siempre está disponible para los devotos que tienen amor y fe constantes.

Sathya Sai habla Vol. 12/Cap. 38  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume12/ss12-38.pdf>

27 El *japamala* (rosario) es muy útil para los principiantes en *sadhana*, pero a medida que avanzan, el *japa* debe convertirse en el aliento de su vida y, por lo tanto, la rotación de cuentas se convierte en un ejercicio superfluo y engorroso en el que no tienen más interés. “*Sarvada sarva kaaleshu sarvathra Hari chinthanam*” - Siempre, en todo momento, en todos los lugares, se medita sobre *Hari* (el Señor). Esa es la etapa a la que la *japamala* debería guiarlos. No deberían estar atados a él para siempre, es solo una invención para ayudarlos a la concentración y la contemplación sistemática.

Sathya Sai habla Vol. 9/Ch. 6  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume09/ss09-06.pdf>

28 La naturaleza es el mejor predicador. La vida es la mejor maestra. Llénense de asombro y reverencia ante la obra de Dios, la manifestación de Su poder y gloria, que se llama Mundo. Esta es suficiente instrucción y suficiente inspiración para ustedes.

Sathya Sai habla Vol. 12/Cap. 2  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume12/ss12.pdf>

29 Hay una tendencia a confundir la entrega con renunciar totalmente a todo. Renunciar en realidad significa alcanzar un estado de perfecta ecuanimidad. La gente puede criticarlos o alabarlos; tómenlos a ambos con un sentido de ecuanimidad. Uno puede tratar de hacerles daño, mientras que otro puede intentar darles un buen giro; Traten ambas situaciones con ecuanimidad. En una empresa comercial, se puede incurrir en una pérdida, mientras que se puede obtener una ganancia en otra; trátenlos a los dos por igual. La ecuanimidad es el sello distintivo del yoga. .

Lluvias de verano en Brindavan 1996, Cap. 12  
<http://sssbpt.info/summershowers/ss1996/ss1996.pdf>

30 Si se sientan en *Dhyana* (meditación) como primer paso, esta mente de mono no estará bajo nuestro control, por lo que deben confiar el deber de un vigilante a esta mente de mono. Esta mente de mono observa quién entra y quién vigila la respiración, “*So*” mientras inhalamos y “*ham*” mientras exhalamos: este proceso continúa y el mono se mantiene ocupado observando la respiración entrando y saliendo. Al hacer este ejercicio durante unos 5 minutos, la mente del mono estará bajo control. Después de mantener la mente enfocada en la respiración durante 5 minutos de esta manera, tengan una imagen que guste a sus corazones o una



llama frente a ustedes. Miren la llama constantemente con los ojos bien abiertos. Imagínense ahora la llama que han estado sosteniendo en su visión con los ojos abiertos: la misma llama que se encendió dentro de ustedes al cerrar los ojos. Allí también, la mente debe mantenerse ocupada con una actividad intensa. Debemos ordenarle a la mente que tome la llama y la instale en los recovecos de nuestro corazón.

En el loto de nuestro corazón, debemos imaginar que la llama está en llamas con un resplandor brillante. Entonces, esta llama debe viajar por todo el cuerpo, a través de las extremidades, el estómago, los ojos, la boca, los oídos y a través de cada parte de nuestro cuerpo. Después de que se haya movido por todo el cuerpo, la llama debe ser sacada del cuerpo. Deben imaginar que la misma llama brilla en todos los miembros de su familia. Entonces deben ver que la misma llama está brillando intensamente en sus vecinos, en la gente de su localidad y en sus amigos. En una etapa posterior, deberían ver que esta misma llama brilla intensamente, incluso en sus enemigos. Entonces, *Isa Vasyam Idam Sarvam* (Todo está impregnado por Dios).

Audio MP3 no publicado, 25 de mayo de 1979  
<https://sathyasai.us/devotion/discourse/sevadal-conference---divine-discourse>