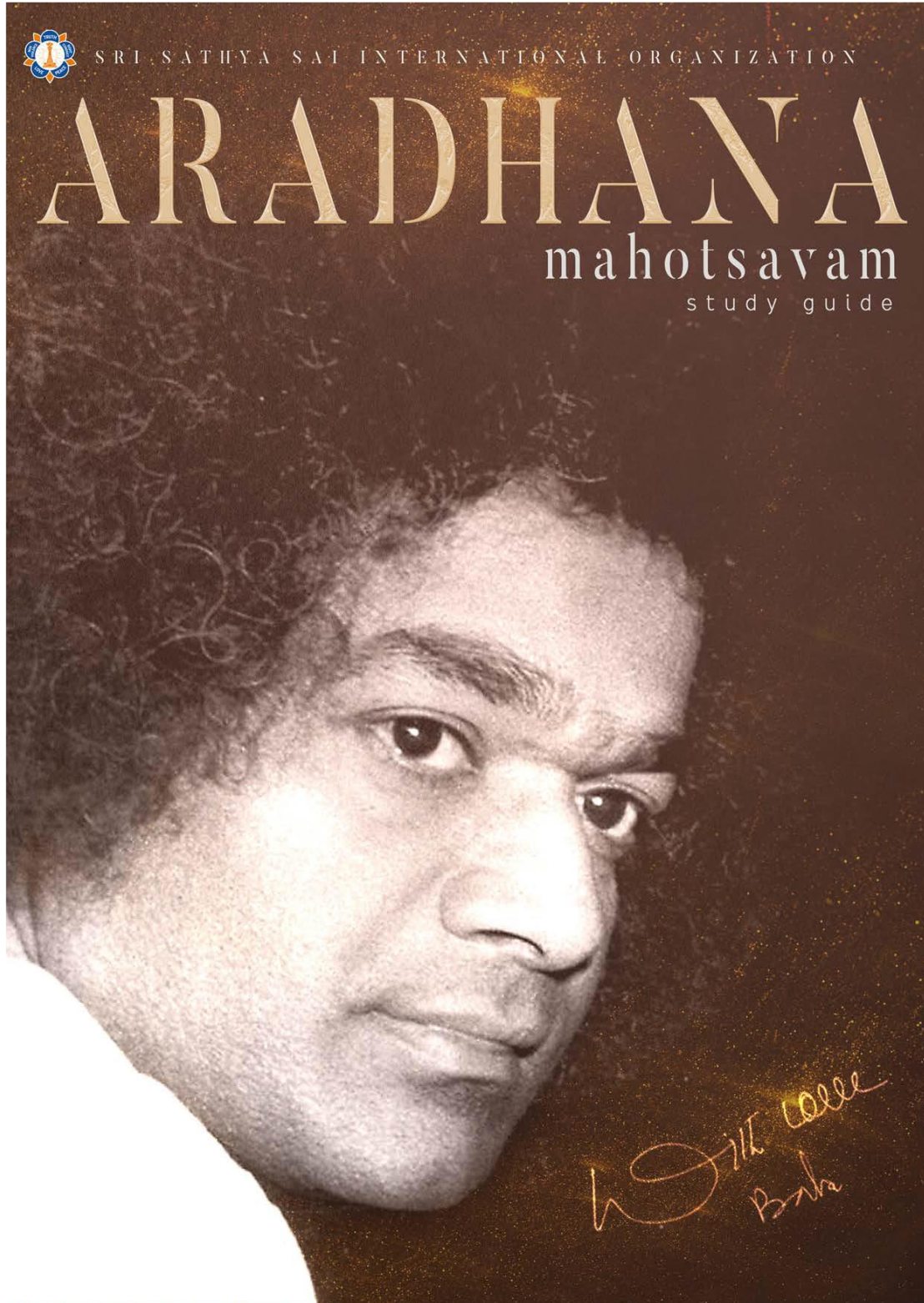


# Aradhana Mahotsavam 2022



# Ofiarowany z miłością i wdzięcznością u lotosowych stóp Bhagawana Śri Sathya Sai Baby

## Przewodnik na Aradhana Mahotsawam Dzień Refleksji

### O przewodniku

#### Treść

- Każdą z pięciu wartości przybliża boskie imię przypisane Śri Sathya Sai Babie (w książce *Girlanda 108 imion Sai*). Imiona opisują Bhagawana jako ucieleśnienie wartości lub cech. Poznanie tych boskich imion ma istotne znaczenie dla naszej praktyki duchowej, ponieważ uwidaczniają one boską naturę prawdziwej jaźni, którą wszyscy jesteśmy. Reprezentują cechy, jakie powinniśmy kontemplować i z jakimi powinniśmy się utożsamiać, aby uświadomić sobie naszą prawdziwą rzeczywistość, wolną od iluzji oddzielenia od Boga i od siebie nawzajem.
- Przewodnik wzbogacają fragmenty z książki *Prawda Dobro Piękno – opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby* (tom 1, 2, 3 i 4), które ukazują jak jasno mówił Śri Sathya Sai Baba i jak zachęcał do myślenia, postępowania i praktykowania skierowanego ku wartościom w codziennych relacjach z ludźmi.
- Pytania lub tematy do rozważań

#### Cel

Zachęcamy wielbicieli do kontemplowania nauk Śri Sathya Sai Baby traktujących o pięciu wartościach ludzkich, aby coraz bardziej zagłębiali się w naturę prawdziwej jaźni. Dociekanie to może być pomocne w wyrobieniu sobie codziennego dobrego nawyku spędzania czasu na kontemplacji w celu urzeczywistnienia wewnętrznej boskości.

## Spis treści

Prawda (satja).....	4
Właściwe postępowanie (dharma) .....	7
Pokój (śanti) .....	11
Miłość (prema).....	14
Niekrzywdzenie (ahimsa) .....	18
Do dalszej kontemplacji .....	20
Dodatkowe pytania do rozważań w kółkach studyjnych.....	20
Wskazówki do codziennej praktyki.....	20

# Prawda (satja)

## Om Śri Satja Swarupaja Namaha

### Ten, który jest ucieleśnieniem prawdy

Sai Baba mówi, że słowo 'satja' składa się z trzech głosek: 'sa', 't' i 'ja'. 'Sa' osiąga się przez 't' i 'ja', co znaczy, że do samorealizacji (sakszatkary) dochodzi się drogą żarliwej ascezy i wyrzeczenia się przywiązań (tapas) oraz opanowania i uwznioślenia zmysłów (jama). Satja to błogość duchowego urzeczywistnienia. Baba jest błogością, Absolutem, wiecznością i prawdą.

Upływ czasu – przeszłość, teraźniejszość i przyszłość – nie dotyczy prawdy określanej w sanskrycie słowem 'satja'. Baba objawił swoim wielbicielom, że będąc Bogiem nie posiadającym formy przybył na świat w ludzkiej postaci, tak jak to przyrzekł w Szirdi [miejsowości, gdzie żył Szirdi Sai Baba]. Dla wielbicieli Sai jest ucieleśnieniem prawdy (satja swarupa). Kiedy Bóg przybywa jako człowiek, Jego boskość w najmniejszym stopniu nie zostaje umniejszona ani splamiona. Przyjrzyj się Mu uważnie i rozpoznaj, czy Jego naturą jest niezmienna prawda (satja).

„Tylko głupcy twierdzą, że jestem ludzkim ciałem” – mawiał Kriszna. Baba też przestrzega nas przed tego rodzaju niewiedzą. „Bez względu na to, jak długo i jakimi sposobami badalibyście mnie, nigdy nie pojmiecie tajemnicy mojego majestatu, jednak jego przebłyśk możecie dostrzec, jeśli będziecie dogłębnie studiować święte pisma i wierzyć w to, czego one nauczają” – powiedział Baba.

Słowa Baby i jego wola muszą się spełnić, gdyż on jest prawdą. „Nie wypowiadam żadnego słowa, które nie miałyby znaczenia” – podkreśla Baba.

Źródło: N. Kasturi, *Girlanda 108 imion Sai*, wyd. 1, 2013, s. 39-41.

### Prawda jest oparta na sile fizycznej, mentalnej i duchowej

Baba jest wielkim uzdrowicielem, który przywraca siły mdlejącym duszom; jest wyjątkowym wskrzesicielem. Nalega na prawdę, ponieważ korzeniem fałszu jest tchórzostwo – ukrywasz fakty przed kimś tylko wtedy, kiedy się go obawiasz lub nienawidzisz. Prawda jest oparta na sile. Według Baby, usprawiedliwianie siebie słabością lub brakiem sił jest sprzeczne z naturą człowieka. Nie pozwala nikomu mówić: „Jestem grzechem, zrodzonym z grzechu, grzeszną duszą”. Kiedy jakiś wielbiciel zaczyna pod wpływem skruchy lżyć samego siebie, Baba natychmiast przywraca go do porządku: „Skoro przyszedłem na świat dla ciebie, nie powinienes tak czuć” – mówi.

Baba stawia znak równości pomiędzy siłą i cnotą oraz pomiędzy słabością i grzechem. Innymi słowy: „Słabość jest grzechem; siła jest święta”. Siła fizyczna,

umysłowa i duchowa – wszystkie trzy są konieczne, ale największym źródłem tych trzech sił jest wiara we własną jaźń, w wewnętrzny ducha. Baba mówi: „Pamiętaj o tym i czerp z tego siłę. Moim zadaniem jest dać ci wiarę w siebie i siłę, która z tej wiary wypływa”. Przygnębienie, jak mówi Baba, jest główną przyczyną upadku, więc każdy powinien pielęgnować w sobie pogodę ducha, „ponieważ życie w zadowoleniu jest nieustającym świętem”. „Zawiść wypija soki życiowe, rozprzestrzenia się jak trucizna po całym państwie. Poświęcaj wszystko Panu, zarówno radość, jak i smutek; oto tajemnica zadowolenia, najcenniejszego ze wszystkich skarbów”.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 14, wyd. I, 2011, s. 180.

### **Baba nalega, aby każdy usłyszał prawdę o sobie**

Każde swoje przemówienie Baba otwiera słowami: *Diwjatma swarupulara!* – Ucieleśnienia boskiej atmy! Jest to sednem i treścią wszystkich jego nauk. Człowiek musi uświadomić sobie, że jest atmą – niezwykłą, niezniszczalną, bezgraniczną; jest falą istnienia-poznania-błogości na oceanie, którym jest Bóg. Świadomość tej prawdy to bhakti. Stała kontemplacja najwyższej rzeczywistości, która jest najgłębszą naturą człowieka to bhakti – jak mówi Śankaraczarja.

Baba nalega, aby każdy usłyszał prawdę o sobie, żeby choć przez chwilę spojrzął na siebie w lustrze prawdy. Po to, by mógł żyć mając siłę i wiarę, odwagę i spokój. Mówi, że Aśwatta, czyli drzewo życia, ma korzenie zanurzone w atmie. Jeśli nie mamy wiary, wysychamy i jesteśmy niesieni to tu, to tam przez wiatr losu, poruszani każdym jego kapryśnym powiewem! Pień, gałęzie, liście i pędy drzewa życia to konsekwencje naszych związków z zewnętrznym światem i zobowiązań wobec niego – wobec członków rodziny, wobec „ja” i „moje”, wobec plusów i minusów, w jakie obfituje życie. Kwiaty tego drzewa to słowa, myśli i czyny pełne miłości, a płynąca z nich błogość – to owoce. Ale Baba mówi, że słodycz tego owocu pochodzi z cnót dobroci i pobożności. Bez cnót, które sprawiają, że owoc ten wart jest starań oraz bez atmicznego korzenia, który podtrzymuje drzewo, życie jest tylko oraniem jałowych piasków, ciało zaś jest jedynie paliwem i pożywką dla robactwa.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 3, rozdz. 4, wyd. I, 2013, s. 60-61.

### **Sathya Sai jest przykładem prawdy**

Baba rzadko odpłacał się, kiedy został szorstko potraktowany przez towarzyszy zabaw. Wieści o takim złym traktowaniu docierały do jego rodziców od innych malców, nigdy od Satji, który zdawał się nie odczuwać w najmniejszym stopniu bólu ani zmieszania. Zawsze mówił prawdę i nigdy nie uciekał się do wykrętów, którymi porażone strachem dzieci próbują ukryć swoje błędy. Jego zachowanie tak

wyróżniało się na tle innych, że pewien żartowniś nadał mu przydomek „dziecka-bramina!”. Tak, było to stosowne określenie. Ów żartowniś nie zdawał sobie sprawy z tego, że w poprzednim wcieleniu to dziecko, z którego tak się obecnie śmiano, powiedziało w Szirdi: „Ten bramin wprowadzi setki tysięcy ludzi na białą ścieżkę i zabierze ich do ich przeznaczenia!”.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 2, wyd. 1, 2011, s. 14.

### **Pytania do rozważań:**

1. Gdy poznałeś punkt widzenia Śri Sathya Sai Baby na temat wartości prawdy, jaka jest twoja świadomość i jak możesz inaczej postępować w codziennych sprawach i w relacjach z ludźmi?
2. Które twierdzenie dotyczące prawdy uważasz za najbardziej znaczące i inspirujące?
3. Co się dzieje, jeśli ty lub twoi znajomi ignorują wartość ludzką, jaką jest prawda?

# Właściwe postępowanie (dharma)

## Om Śri Sai Sadhu Wardhanaja Namaha

### Ten, który wspiera cechy pobożności i prawości

Słowo 'sadhu' znaczy cnota, prawość, pobożność i doskonałość. Baba wspiera cnoty w tych, których sam wybrał – są to osoby, które miały szczęście poddać się jego przewodnictwu. Kładzie szczególny nacisk na praktykę, doświadczenie i charakter człowieka, będący owocem jego sadhany oraz na cnoty, które są jak słodki sok dojrzałego owocu. Powiedział, że w słynnej frazie, w IV rozdziale Bhagawadgity: „Zawsze, kiedy upada prawość i przeważa nieprawość, przyoblekam ludzkie ciało, by chronić szlachetnych (sadhu), zniszczyć czyniących zło i ustanowić dharmę na trwałych fundamentach. Dlatego rodzę się w kolejnych epokach”. Fragment „by chronić szlachetnych” nie odnosi się do sadhu noszących mnisie szaty, ale do ludzi dobrych, którzy nie są przywiązani do doczesnych przedmiotów i przyjemności.

Znane są liczne przykłady wyleczenia przez Babę ran powstałych na skutek nieprawości. Najważniejsze wskazówki, jakie nam dał, to: czcij swoich rodziców, szanuj nauczycieli, ludzi starszych i uczonych, szukaj sposobności służenia innym, nieś wszystkim radość i zadowolenie, nie dopuszczaj się oszczerstwa, ignoruj wady innych, nie wychwalaj własnych zasług, skupiaj uwagę na Sai, który jest obecny w każdej istocie. Wypełniając jego zalecenia rozwiniemy w sobie cnoty, jakie osiągnęli prawdziwi sadhu.

Baba kocha i przywiązuje do siebie dobrych ludzi wszystkich krajów, kast i ras. Inspiruje ich do walki z własnymi wadami i nałogami, by stawali się coraz lepsi i w ten sposób zaskarbiali sobie jego miłość. On widzi ponad pozorami i kłamstwem. Nie sposób zdobyć łaski Baby zewnętrznymi oznakami dobroci lub czystości. Można go zadowolić tylko autentyczną szczerością.

Źródło: N. Kasturi, *Girlanda 108 imion Sai*, wyd. I, 2013, s. 46-47.

### Podstawowy obowiązek

Sathya Sai Baba mówi: „Pokonanie szkodliwych skłonności, popędów i nawyków oraz kształtowanie charakteru – te działania są jednak tylko wstępem do praktykowania dyscypliny duchowej... Obecnie niegodziwość jest cechą powszechną, więc muszę wprowadzić rewolucję w ludzkim charakterze, postawie i zachowaniu oraz nauczyć ludzi określonych zasad. Ludzie muszą wrócić na drogę jedności, harmonii i pokoju. Uświadomienie sobie, że wszystko we wszechświecie jest przejawieniem Pana, który jest prawdziwą podstawą i istotą wszystkiego, co istnieje, przędzą i osnową, nicią i tkaniną – jest prawem każdego człowieka, niezależnie od rasy, religii, klasy czy kasty. Wy, z obecnego pokolenia, jesteście

naprawdę szczęściarzami, że możecie rozmawiać ze mną i że macie szansę na uzyskanie przewodnictwa, jakie przyszedłem dawać.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 14, wyd. I, 2011, s. 177-178.

### **Pokaż dobrodziejstwa płynące z twojej wiary**

Przemawiając do członków Indyjskiego Stowarzyszenia Młodych Mężczyzn w Madrasie, Baba prosił obecnych tam starszych ludzi, aby stali się dla młodych lepszym przykładem uczciwości i efektywności oraz bezinteresownej służby.

„Wielkie osobistości, które twierdzą, że są wybitnymi ludźmi, obficie cytują porównania i przenośnie znajdujące się w świętych pismach. Jednak ich postępowanie, zarozumiałość i właśnie umniejszają blasku tym skarbom. Nie ma zgodności pomiędzy mówcą, przedmiotem i późniejszym postępowaniem” – powiedział.

Przemawiając w Sali Gokhale Hall Baba powiedział, że człowiek musi szukać odpowiedzi na cztery podstawowe pytania – Kim jestem? Skąd przyszedłem? Dokąd idę? Jak długo pozostanę? Stwierdził, że cztery Wedy poświęcone są odkrywaniu odpowiedzi na te właśnie pytania. Później pokazał jak można uświadomić sobie te odpowiedzi przez studiowanie, ale oznajmił, że łaska Pana, jeśli się ją zdobędzie dzięki stałej kontemplacji i samoanalizie, odstąpi je przed aspirantem duchowym w mgnieniu oka.

Rozpatrując przyczyny obecnego kryzysu moralności w społeczeństwie, Baba wskazał, że cynizm i skłonność do wyśmiewania się są dwiema wielkimi chorobami tych czasów i prowadzą do braku szacunku oraz szerzenia się niewiary. Życie spędzane w ciągłej obecności Boga jest dla człowieka najbezpieczniejsze i najszczęśliwsze, ponieważ wtedy ostrza społecznej nieprzychylności nie przenikną do niego i nie przyniosą mu bólu. Obecnie religii i wierze w Boga rzucane są ze wszystkich stron wyzwania. Dlatego obowiązkiem wszystkich wierzących jest stawić czoła tym wyzwaniom pokazując krytykom, że ich życie stało się słodsze dzięki religii, a uświadamianie sobie stałej obecności Pana sprawiło, że są bardziej skuteczni, sumienni i odważniejsi w podejmowaniu życiowych zadań.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 11, wyd. I, 2011, s. 158-159.

### **Naszą dharma jest odbijać i wyrażać jego istotę**

Baba głosi, że jego życie jest jego przesłaniem. Zatem kiedy jest się przed jego obliczem, widzi się jego współczucie, jego prostotę, jego zaangażowanie, jego wgląd, jego miłość – stanowi to cenną sposobność osiągnięcia pełni i wolności dla każdego aspiranta duchowego. Każde słowo Baby jest pełne znaczenia dla osoby, do której



się zwraca. I zajmuje się on każdym z osobna, indywidualnie. Nie oferuje tanich, „cudownych” leków na przeróżne ludzkie niedostatki. Mówi, że cel jest w was, lekarstwo jest w waszych rękach, gdzie jest choroba, tam zawsze istnieje lekarstwo. „Osiągnąć cel to znaczy otworzyć oczy, przebudzić się, zapalić lampę, odrzucić senny koszmar. Wszystko to jest takie proste; widzenie prawdy jest równie proste jak mówienie o niej” – twierdzi Baba. „Po co wydłużać drogę, a potem zyskiwać wdzięczność polecając skróty? Ciemności wieków znikną, gdy zapłonie lampa. Nie trzeba żadnej broni, aby je zniszczyć, żadnej książki, aby im zaprzeczyć, żadnych łań, aby je zmyć ani szczególnej waleczności, aby je pokonać” – mówi Baba.

Baba dla każdego ma lekarstwo najbardziej dlań odpowiednie, w łatwo przyswajalnej postaci i daje je z miłością i życzliwością. Hislop mówi: „Dzięki Babie każdy uświadamia sobie, że jest odbiciem jego rzeczywistości. Naszą dharmą, naszym obowiązkiem jest odbijać i wyrażać jego istotę, którą jest prawda i miłość, gdyż stanowią one również naszą prawdziwą naturę. Zaś główną naszą powinnością jest uwolnienie się od złudzenia, że różnimy się od Boga oraz ponowne połączenie się z Bogiem w jedno, niczym drobinki wody wzniesione przez wiatr w powietrze, które opadają z powrotem do morza i już niczym się od niego nie różnią”.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 3, rozdz. 7, wyd. I, 2013, s. 133-134.

### **Sathya Sai Baba daje przykład właściwego postępowania**

W bardzo młodym wieku trzech czy czterech lat, ten „bramin” (jak ludzie nazywali małego Sathya Sai Babę) zachowywał się tak, jakby jego serce topniało na widok ludzkiego cierpienia. Gdy w drzwiach pojawiał się jakiś żebrak wołając o pomoc, Satja przerywał zabawę i pędził, by zmusić swe siostry do wsparcia tego człowieka ziarnem zbóż czy posiłkiem. Dorośli byli oczywiście rozdrażnieni tą niekończącą się procesją wyciągniętych dłoni. Łatwo wpadali w złość i czasem odpędzali żebraka krzykiem, zanim Satja zdołał mu pomóc. Dziecko płakało wówczas tak długo i głośno, że można było je uciszyć tylko w jeden sposób – przyprowadzając żebraka z powrotem. Czasem, aby powstrzymać tę, zdaniem dorosłych, „kosztowną i źle skierowaną dobroczynność”, matka chwytła dziecko i ostrzegawczo podnosząc palec, mówiła: „Słuchaj, możesz dać mu jedzenie, ale pamiętaj, że wtedy sam będziesz głodować”. To nie odstraszało dziecka. Satja nadal wynosił z domu pożywienie dla głodnych, a potem sam nie jadł obiadu czy kolacji. Nikt nie mógł namówić go do jedzenia.

Kiedy Satja zaczął już biegać po ulicy, wyszukiwał osoby kalekie, ślepe, zniedołężniałe i chore, po czym przyprowadzał je za rękę na próg domu rodziców. Siostry musiały znaleźć w spiżarni czy kuchni trochę zboża lub jedzenia i włożyć do miski żebraczej, natomiast „mały mistrz” przyglądał się temu z zadowoleniem.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 2, wyd. I, 2011, s. 14-15.

### **Pytania do rozważań:**

1. Jakie znaczenie ma dla ciebie przesłanie dharmy na poziomie indywidualnym?
2. Co to znaczy przestrzegać ludzkiej wartości właściwego postępowania według Śri Sathya Sai Baby?
3. Jak włączasz do swojej praktyki duchowej koncentrację na właściwym postępowaniu?

# Pokój (śanti)

## Om Śri Sai Śanta Murtaje Namaha

### Ten, który jest ucieleśnieniem pokoju

Baba przykłada ogromną wagę do pokoju (śanti) jako do jednego z czterech filarów indywidualnego i społecznego szczęścia. Mawia, że w swojej najgłębszej istocie każda ludzka istota jest ucieleśnieniem pokoju (śanta swarupą). On i my jesteśmy ucieleśnieniem pokoju (śanti). Baba jest naszym wewnętrznym mieszkańcem, więc pokój jest naszą rzeczywistością.

Tak jak głębiny morza istnieją nieporuszone, pomimo wirów i przypływów, a głębiny ziemi niedostępne są dla huraganów i piorunów, tak i w nas istnieje wewnętrzne królestwo pokoju – śanti. Baba uczy, że: „Pokój nie jest równoznaczny z nieobecnością poruszeń lub niepokoju umysłu. Jest to wypełnienie satji i dharmy, czyli przestrzeganie prawdy i nakazów moralnych na wszystkich poziomach!”. Baba mówi, że pokój można uzyskać wyłącznie dzięki rygorystycznej kontroli zmysłów, które przyciągają i odpychają oraz są przyczyną postępu i regresu”. Śanti to hart ducha w nieszczęściu i w szczęściu, to równowaga, niewzruszoność.

Baba zwraca się do niezliczonych osób, które przybywają, by go słuchać: „Ucieleśnienia śanti”, gdyż widzi wewnątrz każdego człowieka. On sam jest tym wnętrzem, a zatem każdy z nas jest tej samej natury co on. Stwierdził, że „w każdym żyje Sai”. Tak więc rdzeniem każdego człowieka jest pokój – śanti, czyli Sai.

Źródło: N. Kasturi, *Girlanda 108 imion Sai*, wyd. I, 2013, s. 171-172.

### Ludzie potrzebują praśanti i premu

Zawsze warto zagłębić się w znaczenie imion i nazw, które czasem Baba nadaje ludziom czy rzeczom. Jego siedzibę w Puttaparthi, zbudowaną w latach 1948-50, nazwano Prasanthi Nilajam, siedzibą najwyższego pokoju. Wszystkie istoty muszą do niej dotrzeć, kiedyś, gdzieś. Każda istota musi ją sobie zbudować z jego łaską i pomocą. Baba ostrzegł dobroczyńców i filantropów naszych czasów, że ludzie nie tęsknią do zabawek i świecidełek, które karmią chciwe apetyty. Tęsknią raczej do chwały Boga, pokoju na ziemi i życzliwości między ludźmi. Potrzebują cichego zadowolenia, a nie głośnej sensacji.

Baba uparcie twierdzi, że ci, którzy opracowują plany pięcioletnie dla elektrowni, zapór wodnych, linii kolejowych i zakładów wytwórczych, muszą też zapewniać odpowiednie środki zapobiegające upadkowi tradycyjnych wartości, jaki następuje wraz z szerokim dostępem do pieniądza i do tego, co błahe. Ludzie odurzeni nagłym

dobrobytem i przygnębieni utratą swych tradycji potrzebują praśanti i premy, które obdarzają odwagą i równowagą.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 4, rozdz. 4, wyd. I, 2015, s. 186.

## **Niepokój jest jedynie podnoszeniem się i opadaniem fali na oceanie, którym ty jesteś**

Warto wspomnieć o książeczce *Rozmowy z boskością*, którą wydał oddział Prasanthi Widwan Mahasabhy z Maharasztry – ogólnoindyjskiej akademii uczonych i sadhaków, założonej przez Sathya Sai Babę. „Dzieło to” – pisze Sai – „wykwitło z błogości, jaką uzyskał V. S. Page i radował się nią w swym wnętrzu, kiedy usiadł u stóp Śri Sathya Sai Baby i pytał go z pokorą o różne zagadnienia, jakie pojawiły się w czasie jego studiów na drodze duchowej”.

Baba powiedział mu: „Niczego nie osiągnie się bez nieustannej praktyki. Dlatego w każdej chwili powinieneś wspominać Boga i być szczęśliwy myśląc o Nim. Tylko wtedy będziesz w stanie osiągnąć spokój. Czyż nie odczuwamy spokoju, kiedy jedna myśl znika, a kolejna nie powstaje? Musisz czekać na tę przerwę, bądź jednym z tym spokojem. Wówczas twój spokój stanie się ciągły i trwały”.

„Myśli zawsze wznoszą się i opadają, jak drobne fale na powierzchni wody. Ty musisz patrzeć na całą wodę, a nie tylko na te drobne fale. Podobnie atman zawsze spoczywa w spokoju, jednak człowiek nie może tego zrozumieć i pozostaje wiecznie pochłonięty falowaniem umysłu. Ciągła czujność jest potrzebna po to, by nie zwracać uwagi na te fale i patrzeć na wodę... Niepokój jest jedynie podnoszeniem się i opadaniem fali na oceanie, którym ty jesteś”.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 4, rozdz. 4, wyd. I, 2015, s. 193.

Baba uczy i upomina niektórych wielbicieli, że zaprzatają sobie umysły wszelkiego rodzaju drobnymi kłopotami. Powiedział im, że muszą skoncentrować się na powtarzaniu boskiego imienia, co jest najlepszym sposobem na osiągnięcie pokoju. Później nagle zwrócił się do jednej wielbicielki z pytaniem: „Czy powtarzasz imię Boga?”. Odpowiedziała coś, ale Baba nie słuchał jej słów i zapytał: „Och, zgubiłaś swoją dżapamalę (rózaniec), czyż nie?”. Następnie włożył rękę w piasek i wyjął dżapamalę, po czym stwierdził: „Chodź tu i weź ją”. Kobieta podeszła ze złożonymi dłońmi, aby ją przyjąć. Jednak Baba dał znak, aby przystanęła i powiedział z uśmiechem rozpromieniającym jego twarz: „Poczekaj! Najpierw powiedz, co to za rózaniec?”. Spojrzała i dech jej zapało. „Mój, Babo! A właściwie mojej matki”. Była bardzo szczęśliwa, że odzyskała dżapamalę, którą kiedyś otrzymała od umierającej matki! Baba opowiedział nam wszystkim o pobożności jej matki, surowej ascezie jej brata i jej własnej sadhanie (praktyce duchowej). Zapytał ją, gdzie straciła tę cenną

dżapamale. Kobieta wprowadziła nas w osłupienie oświadczając, że zgubiła ją cztery lata temu w Bangalore.

Źródło: N. Kasturi, Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby, tom 1, rozdz. 6, wyd. I, 2011, s. 65.

### **Pytania do rozważań:**

1. Dlaczego kontrolowanie zmysłów ma tak ogromne znaczenie? Co mogłoby się stać, gdybyś postanowił zignorować zalecenie, że powinieneś panować nad zmysłami?
2. Jeśli starasz się żyć zgodnie z taką wartością ludzką, jaką jest pokój, to jak właściwie przechodzisz transformację w życiu?

# Miłość (prema)

## Om Śri Sai Prema Pradaja Namaha

### Ten, który obdarza miłością

To imię wystawia go jako źródło, dawcę i inspiratora miłości we wszystkich istotach. Baba często określa zgromadzonych wokół niego ludzi jako „ucieleśnienia miłości”, gdyż przybył na ten świat, by pomóc wszystkim odkryć w sobie strumień miłości. Ale czym jest ten strumień? To Sai, który jest naszą prawdziwą, wewnętrzną rzeczywistością, antarjainem, wewnętrznym inspiratorem. On daje nam dar miłości płynącej z głębi serca. Znane są niezliczone przykłady, gdy serca twarde jak kamień, dzięki jego błogostawieństwu miękły we współczuciu dla cierpiących. Taka jest miara jego łaski.

Jego prema wyleczyła zadawnione rany w rodzinach, w których był wielbiony. Skłócenie ojcowie i synowie godzili się. Matki odzyskiwały miłość swych dzieci. Bracia ściskali się po latach niezgody. Rodzinne wojny kończyły się. Bezprawie poznawało słodki smak pokoju. Pycha przeradzała się w pokorę. Ręce łączyły się w modlitwie. Baba uczy, jak pomagać i służyć sobie nawzajem. Zapewnia nas, że jest we wszystkich i w ten sposób wspomaga braterstwo oraz akty miłości. Satja to prąd elektryczny. Dharma to drut, który umożliwia przepływ prądu. Śanti to żarówka, która przetwarza prąd w światło, czyli w premę, jak zwykł mawiać Baba.

Źródło: N. Kasturi, *Girlanda 108 imion Sai*, wyd. 1, 2013, s. 123-124.

### **„Moją misją jest obdarzyć was odwagą i radością, odpędzić słabość i strach”**

Baba obejmuje każdego swoją wszechobejmującą miłością. Gdy ogłasza zgromadzeniu: „Ja nie odrzucam nikogo, nie potrafię tego – odrzucanie kogokolwiek nie leży w mojej naturze. Bądźcie wolni od strachu; ja jestem wasz, wy jesteście moi”, jakaś serdeczność nie z tego świata pojawia się natychmiast pomiędzy nim i nami. Dlatego jego słowa zapadają głęboko w świadomość, wypuszczają korzenie i powoli wzrastają, objawiając się dobrym zachowaniem i boskim charakterem. Baba zwraca się do zgromadzonych: „Ucieleśnienia atmy!”. Jego najważniejszym celem jest obudzić człowieka ze snu niewiedzy i pokazać mu jego prawdziwą istotę – wieczną, nieśmiertelną, boską jaźń.

Baba daje impuls: „Jesteś niezwyknięty, niewzruszony przez wzloty i upadki życia. Cień, jaki rzucasz posuwając się naprzód drogą, pada na brud i kurz, krzak i różę, kamień i piach, ale ty wcale się nie martwisz, bo idziesz nietknięty. Dlatego też, jako duchowa substancja, nie masz powodu, aby martwić się losem tego cienia – ciała”.

Baba wykazuje to dobitnie na niejednym przykładzie i zaszczepia nam niezachwianą odwagę.

„Moją misją jest obdarzyć was odwagą i radością, odpędzić słabość i strach” – mawia przy wielu okazjach. „Nie potępiajcie siebie jako grzeszników; grzech to niewłaściwa nazwa tego, co jest tak naprawdę pomyłką. Ja wybaczę wam wszystkie wasze błędy pod warunkiem, że będziecie szczerze żałować i postanowicie więcej nie podążać za złem. Módlcie się do Pana, żeby dał wam siłę do przezwyciężenia nawyków, które zwabiły was, kiedy byliście pogrążeni w niewiedzy”.

W ten sposób Baba rozpala płomień nadziei i zdrowia w każdym sercu. Przez swoją słodycz, ogromne współczucie i słowa mądrości Bhagawan skorygował postępowanie setek osób i skierował ich na drogę służby i właściwych dążeń.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 11, wyd. 1, 2011, s. 162.

## **Jak żył i uczył Baba**

Sai Baba ciągle podkreśla potrzebę medytacji wraz z powtarzaniem boskiego imienia jako niezbędną dyscyplinę dla każdego. Udziela szczegółowych wskazówek i służy radą każdemu, kto pragnie wprowadzać w życie te praktyki. Dlatego w Prasanthi Nilajam jest wielu wielbicieli, którzy angażują się w takie oddawanie czci przez wiele godzin dziennie.

Gdy Baba przebywa w Prasanthi Nilajam, cały czas poświęca na błogosławienie wielbicieli, dając im możliwość, aby go zobaczyli, dotknęli, pokłonili się mu i porozmawiali z nim. Spożywa proste jedzenie, jakie jedzą najubożsi w tym kraju, jedzenie ugotowane z oddaniem i przyniesione przez wielbicieli z Nilajam. Śpi na pościeli rozłożonej na podłodze. W czasie śpiewania pieśni o miłości do Boga siedzi na krześle ustawionym zwykle na podwyższeniu w zachodniej części sali i udziela darszanu wszystkim zgromadzonym. Pozwala im dotknąć swych stóp, kiedy tylko schodzi z podwyższenia.

Baba daje każdemu nadzieję i odwagę, zadowolenie i wiarę, pewność i pociechę, ponieważ mówi: „Dlaczego się lękasz, skoro jestem tutaj? Zaufaj mi całkowicie. Poprowadzę cię i będę cię chronił”.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 7, wyd. 1, 2011, s. 72-73.

## **Tego dnia Baba wydawał się najszcześliwszy**

Siódmego dnia Daśary karmi się ubogich oraz rozdziela się ubrania pomiędzy ludzi kalekich i pozbawionych środków do życia. Pewnego razu ktoś zapytał Babę, dlaczego ta wielkiej uroczystość, na której suto karmi się od czterech do pięciu tysięcy osób, a około tysiącu daje się ubrania lub sari, nie jest opisywana w żadnej gazecie.

Baba odparł: „Niby dlaczego miałyby być opisywana? Kiedy przyjeżdżają do ciebie krewni i ich karmisz, czy to nagłaśniasz i zapraszasz prasę?”.

Tego dnia Daśary Sai Baba wydaje się najszczęśliwszy. Można też powiedzieć, że dzień ten jest dla niego najbardziej pracowity. Dogląda kuchni, sprawdza przyrządzone potrawy i nadzoruje przygotowywanie miejsc do siedzenia. Osobiście podaje prawie każdej osobie słodkie laddu, pochylając się nad każdym liściem, który służy za talerz i nakłada na niego tyle jedzenia, ile tylko można zjeść.

Idąc wzdłuż kolejki ubogich wybiera tych, którym trzeba dać ubrania. Każdemu z nich wydaje się bilet, a później odczytywane są ich nazwiska, aby mogli podejść do Baby i otrzymać z jego rąk upragniony dar. Jest to budujące i inspirujące przeżycie – widzieć Babę jak rozdaje te ubrania. Dla każdego ma dobre słowo. Ze szczególną troskliwością podchodzi do osób niewidomych, kalekich, bardzo starych i chwiejących się na nogach, prosząc wolontariuszy, aby ich podtrzymywali i prowadzili. Doradza im, aby byli uważni i ostrożni w ciemności. Pyta z troską o ich samopoczucie i sprawia, że ta chwila pozostanie dla wszystkich cennym wspomnieniem.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 7, wyd. 1, 2011, s. 79.

### **Sathya Sai jest przykładem miłości**

W wiosce Puttaparthi znajduje się mała szkoła podstawowa, do której Satja chodził ze swoimi rówieśnikami, aby zyskać coś szlachetniejszego niż nauka ortografii i pisanie. W tamtych czasach w szkole obowiązywał interesujący system karania uczniów, aby nauczyli się punktualności. Szczęśliwe było dziecko, które wchodziło do szkoły jako pierwsze i pozdrawiało nauczyciela oraz to, które przybywało jako drugie. Tych dzieci nie karano. Ale każdy dzieciak, który z jakiegokolwiek powodu, uzasadnionego czy nie, spóźnił się, musiał posmakować różgi, przy czym ilość uderzeń zależała od jego miejsca na liście spóźnialskich. Aby uciec od tej męki, dzieci zbierały się pod okapem budynku szkoły na długo przed wschodem słońca, w deszczu czy we mgle. Satja widział tę ciężką sytuację i czuł solidarność ze swymi drżącymi z zimna towarzyszami zabaw. Przychodził do nich. Przynosił z domu koszule i ręczniki, i okrywał nimi chłopców, aby było im ciepło i przyjemnie.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby*, tom 1, rozdz. 7, wyd. 1, 2011, s. 15-16.



### **Pytania do rozważań:**

1. Jaki najsilniejszy wpływ na twoje życie miała opisana tutaj wartość ludzka miłości?
2. Jakie zalecenia stosujesz i wcielasz w życie, postępując zgodnie z tą wartością ludzką?
3. Jak możesz umacniać swoją wiarę i ufność w moc boskiej miłości?

# Niekrzywdzenie (ahimsa)

## Om Śri Sai Anatha Nathaja Namaha

### Ten, który jest opiekunem, czyli Panem ubogich

Słowo ‘anatha’ odnosi się do tych, którzy są bez Pana, mistrza, przewodnika, obrońcy, opiekuna, a więc do sierot, nędzarzy, opuszczonych, uchodźców, zesłańców, odtrąconych. Dla nich wszystkich Baba jest nathą, czyli opiekunem, mistrzem i obrońcą. Pierwsze słowa, jakie wypowiedział Sathya Sai Baba, gdy uleczył się z trwającego osiem dni paraliżu, którą to chorobę wzięt na siebie, by ratować wielbiciela przed pewną śmiercią, brzmiały: „Pan jest jedynym schronieniem opuszczonych. Musiałem wziąć na siebie tę śmiertelną chorobę, by ratować bhaktę. To jedno z zadań, dla których przybyłem na ziemię”.

Baba podkreśla, że nikogo nie należy uważać za ‘anathę’, gdyż wszystkie istoty są jego dziećmi i w nim mają swego opiekuna. Nigdy nie wypowiedział słów, które ujmowałyby godności ubogim, analfabetom, trędowatym, kalekom czy ułomnym. Baba uczy nas widzieć w innych, nawet w tych, których nie potrafimy zaaprobować, samego Sai: „Nie żyw nienawiści, nikogo nie oczerniaj i nie odrzucaj, gdyż wszyscy ci, których nienawidzisz, oczerniasz lub odrzucasz, są tym samym Sai, którym i ty jesteś. Widzisz u nich wady”. Baba mówi: „Zostaw wszelki osąd Bogu. On zna przeszłość, teraźniejszość i przyszłość. To Bóg przydzielił rolę każdemu człowiekowi. Pozwól Jego woli wypełniać się. We wszystkich staraj się dostrzegać Sai, szanuj ich i kochaj” – oto zalecenie, jakie daje nam Baba.

Źródło: N. Kasturi, *Girlanda 108 imion Sai*, wyd. I, 2013, s. 84-85.

### Należy mieć pełną wiarę w boskość człowieka

Baba zaszczenia u wielbicieli ducha służby. W czasie obchodów święta Daśary jeden dzień jest zwykle poświęcony służbie społecznej. Baba uczy, że należy ją pełnić z postawą oddawania czci. Baba pisze i mówi, że gdy służysz innym, ostatecznie służysz samemu sobie, a gdy ranisz innych, ostatecznie ranisz siebie. Baba mówi: „Jakże szczęśliwy jest Bóg, który przychodzi na świat w ludzkiej postaci, aby służyć człowiekowi, jeśli człowiek angażuje się w służbę. Poświęć swój czas na służenie światu, niezależnie od rezultatów, jakie to przyniesie”.

Baba przywiązuje duże znaczenie do postawy, która inspirowa wielbiciela do wejścia na drogę służby. „Chociaż służba dla ludzkości jest święta, nie będzie z niej żadnego pożytku, jeśli nie będzie połączona z wyższą ideą służby Bogu, uświadamiania sobie wrodzonej obecności Pana w każdym człowieku i wielbienia Pana w postaci tej czy innej osoby. Należy mieć pełną wiarę w boskość człowieka, zaś służba powinna być oferowana jako nieprzerwana kontemplacja Pana. Używaj

siły i wiedzy oraz zdolności, którymi obdarzył cię Pan, ku Jego większej chwale, szczerze i bez żadnego udawania. To jest służba dla Boga, do której zostałeś wezwany, niezależnie od tego, jakie są twoje działania czy obowiązki”.

Źródło: N. Kasturi, Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby, tom 1, rozdz. 14, wyd. I, 2011, s. 180-181.

### **Sathya Sai jest przykładem niekrzywdzenia**

Satja trzymał się z dala od miejsc, gdzie zabijano lub męczono świnie, owce, bydło czy drób lub gdzie łowiono ryby. Unikał kuchni oraz naczyń używanych do gotowania mięsa lub drobiu. Kiedy jakiś ptak został wybrany ze stada z przeznaczeniem na obiad, Satjanarajana, mały chłopczyk, biegł ku niemu, przyciskał go do piersi i pieścił, jakby ta dodatkowa ilość miłości jaką nań wylał, miała skłonić starszych, by zmiękli i oszczędzili go. Sąsiedzi nazwali chłopca „Brahmadźniani”, zrealizowaną duszą, z uwagi na tę niechęć do zabijania i miłość do stworzeń. Chłopczyk często odwiedzał pobliski dom wiejskiego księgowego, gdzie mieszkali bramini i wegetarianie; jadł to, co przygotowała Subbamma, mieszkająca tam starsza pani.

Nawet jako dziecko Satja sprzeciwiał się wszelkim rozrywkom i zabawom, które były okrutne lub sprawiały ból. Nie pozwalał swoim kolegom oglądać wyścigów wozów zaprzężonych w woły po piaskach wyschniętej rzeki, które odbywały się rokrocznie w czasie jednego święta. Nie zgadzał się bowiem na skręcanie ogonów tym zwierzętom i bicie ich kijami po to, by właściciel jakiegoś zaprzęgu zaznał chwały zwycięstwa.

Źródło: N. Kasturi, Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram): opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby, tom 1, rozdz. 2, wyd. I, 2011, s. 13-14, 19.

### **Pytania do rozważań:**

1. Na co musisz zważać u siebie, aby nie wyrządzać krzywdy sobie ani innym?
2. Jak słuchasz nakazów swojego sumienia, że coś jest pomocne lub krzywdzące?
3. Jakie rozwijasz cechy osobowe, które pomagają ci nie stosować przemocy wobec innych?

## Do dalszej kontemplacji

Wypowiadając się o swojej biografii, Baba stwierdził: „Tytuł *Satjam-Śiwam-Sundaram* mówi o mnie jako o zawsze obecnym w każdym z was. Albowiem satjam to prawda. Nie lubicie, gdy oskarża się was o kłamstwo. Prawdziwym ‘ty’ jest satjam. Jak więc możesz przyjąć jakiegokolwiek inne miano? Jesteś też śiwam: radością, szczęściem, zadowoleniem i pomyślnością. Nie jesteś śawam – martwy, nieszczęśliwy i słaby – jesteś śiwam. Również prawdziwym ‘ty’ jest sundaram: piękno, harmonia, melodia i symetria. Jesteście urażeni – i jest to zupełnie zrozumiałe – gdy ktoś powie o was brzydki’. Jesteście uwikłaną w ciało atmą. Jesteście falą satjam, śiwam i sundaram, która igra na oceanie satjam, śiwam i sundaram. A ten ocean to Pan. Poznanie mnie dzięki tej książce lub – jeszcze lepiej – dzięki księdze własnego doświadczenia, jest częścią przeznaczenia ludzkości w obecnych czasach. Każdy z was musi zostać ocalony i będzie ocalony. Nie porzucę was, nawet jeśli trzymacie się z dala”.

Źródło: N. Kasturi, *Prawda Dobro Piękno (Satjam-Śiwam-Sundaram)*: opowieść o życiu Bhagawana Śri Sathya Sai Baby, tom 2, rozdz. 2, wyd. 1, 2012, s. 37.

## Dodatkowe pytania do rozważań w kółkach studyjnych

1. Co twoim zdaniem jest najważniejsze z tego, co przyswoiłeś sobie z nauk Śri Sathya Sai Baby na temat wartości ludzkich?
2. Jak łączysz swoją praktykę medytacji z wartościami ludzkimi?
3. Jaki nowy wgląd dają ci wartości ludzkie względem siebie i otaczającego świata?
4. Która nauka o wartościach ludzkich jest dla ciebie najważniejsza i ma największe znaczenie.
5. Co takiego jest w wartościach ludzkich, że zmieniły cię w istotny sposób?
6. Które zalecenie dotyczące spraw duchowych uważasz za najcenniejsze i możliwe do bezpośredniego zastosowania w sposobie swojego życia?

## Wskazówki do codziennej praktyki (uświadomienie sobie wartości)

Zaleca się, aby praktykować w medytacji wybrane boskie imię. Wskazówka dla wielbicieli jest taka, aby skoncentrowali się na dowolnym boskim imieniu związanym z wartościami ludzkimi i kontemplowali jego znaczenie, powtarzając je w ciszy w czasie codziennej medytacji, przynajmniej przez 10 minut.

Praktyka ta ma nam pomóc się skoncentrować, spędzać czas z Bogiem i uświadomić sobie te cechy w swoim wnętrzu. Coraz lepsze rozumienie znaczenia i mocy wrodzonych boskich cech ułatwi nam wprowadzanie ich w życie na różnych poziomach, a w konsekwencji poprawi nasz stan zdrowia i charakter.

Oprac. Dawid Kozioł

Źródło: <https://www.sathyasai.org/sites/default/files/pages/festivals/aradhana-mahotsvam/2022/2022-aradhana-mahotsavam-study-guide.pdf>



**Komitet ds. Studiowania Świętych Pism Sri Sathya Sai  
(Sri Sathya Sai Scriptural Studies Committee)**

**© 2022 Międzynarodowa Organizacja Sri Sathya Sai,  
wszelkie prawa zastrzeżone**

**[www.sathyasai.org](http://www.sathyasai.org)**