



## *Sai Vedas – Suplemento* *Guía de pronunciación de mantras* *6to. y 7mo. Anuvakas Sri Rudram*

Organización Sri Sathya Sai Baba de Argentina



"Los *Yajnas* y los *yagas*, los actos de caridad y virtud, las penitencias y los rituales ceremoniales, todos ellos están diseñados para promover la pureza del corazón. La pureza del corazón es promovida por la pureza de la mente. La pureza de la mente se alcanza mediante la asociación con personajes nobles, y estudiando los escritos de personas santas. "El *Atma Jnana* (el conocimiento del propio Espíritu) sólo se puede lograr por medio de la fe." Desarrolla la fe en tu propio Espíritu, y la fe en Dios. Este es el secreto de la grandeza."

**Bhagavan Sri Sathya Sai Baba**

Año 1. N° 5. Julio de 2009



1. Editorial
2. Video clip 6to. anuvaka Sri Rudram
3. Guía para la pronunciación del Sri Rudram -6to. anuvaka Namakam
4. Significado del 6to. anuvaka y preguntas de autoindagación, para círculos de estudio.
5. Video clip 7mo. anuvaka Sri Rudram
6. Guía para la pronunciación del Sri Rudram – 7mo anuvaka Namakam
7. Significado del 7mo. anuvaka y preguntas de autoindagación, para círculos de estudio.

## 1. Editorial

Con el corazón en el Sol de nuestras vidas, ofrecemos este Suplemento para todos aquellos que están aprendiendo a recitar el *mantra Sri Rudram*.



*Entre ustedes y Yo no existe la relación de gurú y discípulo, ni la de guía y peregrino. El gurú externo no debe equipararse al Morador interno. Ni Garuda*

*(el vehículo de Vishnú)*

*podrá alcanzar la meta si no abre sus alas y salta al espacio.*

*De modo que den el paso adelante. Esa es la tarea inmediata.*

*Comiencen con un sincero deseo de tener buen éxito.*

*La luz les será derramada por la gracia de Dios. El Señor ha venido a ayudarles.*

**Bhagavan Sri Sathya Sai Baba**



En el servicio a Sus Divinos Pies de Loto  
Vedas y Legado Divino – Consejo Central OSSSBA

Agradecemos tus opiniones, sugerencias y aportes, escribiéndonos a: [vedas@sathyasai.org.ar](mailto:vedas@sathyasai.org.ar)

**Ver escritura correcta, tutorial y audio por los estudiantes de Bhagavan Baba en:**

<http://sssbpt.org/sri-rudram/instructions-to-user.htm>

(Haciendo clic en [Audio pdf Tutorial](#) (del 6to. y 7mo. *Anuvaka* en este caso), tendrás a tu disposición el audio línea por línea, para aprender y repetir. Al final de la grilla, donde dice: [Rudram English Translation](#) <sup>NEW</sup>, podrás encontrar el mantra correctamente escrito). Como el audio de cada *anuvaka* puede contener errores, sugerimos tener en cuenta la versión completa del *Namakam*, que figura al pie del link señalado.

---

## 2. Video clip: 6to. anuvaka – Sri Rudram



<http://www.youtube.com/watch?v=KeJ8pDCz7Dg>

También en:



[http://worldtv.com/sai\\_baba\\_vedas\\_argentina](http://worldtv.com/sai_baba_vedas_argentina)

---

## 3. Guía para la pronunciación del Sri Rudram

### 6to. Anuvaka del Namakam



Línea 1

नमो ज्येष्ठाय च कनिष्ठाय च  
namo jyēsthāya ca kanīsthāya ca

### - namo

- La "o" siempre tiene **dos tiempos** de duración.
- El diacrítico representado por **dos líneas verticales por encima de la "o"**, es indicativo de dos distintos niveles de subida de tono acomodándose en una duración más larga en dicha letra.

### - jyesthaya

- La "j" se pronuncia como la "y" de nuestro alfabeto; como por ejemplo, en la palabra "jazz".
- La "y", suena como la "i" latina.
- La "e" tiene **dos tiempos** de duración.
- **Anudatta en la sílaba "jyes"**: baja el tono.
- **El punto situado debajo de la "s"** indica que es una sibilante que se articula desde la posición cerebral. El sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- **El punto debajo de la "th"** nos indica que se trata de una **consonante cerebral aspirada** (se articula poniendo la punta de la lengua hacia el centro del paladar; sacando el sonido de la "h" inherente a toda aspirada).
- La "a" de la sílaba "tha", es larga.
- **Swarita en la sílaba "ya"**: sube el tono.

### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.

### - kanisthaya

- **Anudatta en la sílaba "nis"**: baja el tono.
- **El punto situado debajo de la "s"** indica que es una sibilante que se articula desde la posición cerebral. El sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- **El punto debajo de la "th"** nos indica que se trata de una consonante cerebral aspirada (se articula poniendo la punta de la lengua hacia el centro del paladar; sacando el sonido de la "h" inherente a toda aspirada).
- La "a" de la sílaba "tha", es larga.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la sílaba "ya"**: sube el tono.

### \* - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

\* Se repite en todas las líneas, a excepción de la última.

## Línea 2

नमः पूर्वजाय चापरजाय च  
namaḥ pūrvajāya cāparajāya ca

### - namah

- **Swarita en la segunda "a"**: sube el tono.
- La **visarga (punto debajo de la "h")**, seguida de una palabra que comienza con la letra "p", suena como una "f" suave: "nama**f** purvajaya"

### - purvajaya

- La "u" de la sílaba "pur" y la "a" de la sílaba "ja", tienen dos tiempos de duración.
- Pronunciar el sonido de la "v" en su condición de consonante **dento labial**.
- **Anudatta en la sílaba "va"**: baja el tono.
- La "j" suena como la "y" de nuestro alfabeto; como por ejemplo, en la palabra "jazz".
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

### - caparajaya

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- Las "a" de las sílabas "ca" y "ja", tienen **dos tiempos** de duración.
- **Anudatta en la sílaba "ra"**: baja el tono.
- Pronunciar la "r" en su **sonido suave**.
- La "j" suena como la "y" de nuestro alfabeto; como por ejemplo, en la palabra "jazz".
- La "y" suena como la "i" latina.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

#### Línea 3

नमो मध्यमाय चापगल्भाय च  
namo madhyamāya cāpagalbhāya ca

### - namo

- La "o" tiene **dos tiempos** de duración en el alfabeto sánscrito.
- **Swarita en la última sílaba**: subida de tono.

### - madhyamaya

- **Sonido aspirado**, representado por la **consonante "dh"**.
- La "y", se pronuncia como la "i" latina.
- **Anudatta en la sílaba "dhya"**: baja el tono.
- La "a" de la sílaba "ma", es **larga**.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

### - capagalbhaya

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- Las "a" de las sílabas "ca" y "bha", tienen **dos tiempos** de duración.
- **Anudatta en la sílaba "gal"**: baja el tono.
- **Sonido aspirado** representado por la **sílaba "bha"**.
- La "y" suena como la "i" latina.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

#### Línea 4

नमो जघन्याय च बुध्नियाय च नमः  
namo jaghanyāya ca budhniyāya ca

### - namo

- La vocal "o" tiene **dos tiempos** de duración en el alfabeto sánscrito.
- **Swarita en la última sílaba**: subida de tono.

### - jaghanyaya

- La "j" se pronuncia como la "y" de nuestro alfabeto, como en la palabra "jazz".
- **Sonido aspirado** representado por la **consonante "gh"**.
- **Anudatta en la sílaba "ghan"**: baja el tono.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La "a" de la primera sílaba "ya", es larga.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**: sube el tono.

### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

### - budhniyaya

- **Sonido aspirado** representado por la **consonante "dh"**.
- **Swarita en "ni"**: sube el tono.
- Sacar tanto el sonido de la "i", como el de la "y"
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La "a" de la primera sílaba "ya" es larga.

### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

## Línea 5

सोभ्याय च प्रतिसर्याय च  
namaḥ sobhyāya ca pratisaryāya ca

### - namah

- **Swarita en la segunda "a"**: sube el tono.
- La **visarga (punto debajo de la "h")**, adopta el sonido inicial de la palabra siguiente: "namas sobhyaya".

### - sobhyaya

- La "o" tiene **dos tiempos** de duración.
- **Anudatta en la primera sílaba**: baja el tono.
- **Aspirada**, representada por la **consonante "bh"**.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La "a" de la primera sílaba "ya" es larga.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**: sube el tono.

### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.

### - pratisaryaya

- **Anudatta en la sílaba "sar"**: baja el tono.
- La "y" suena como la "i" latina.
- La "a" de la primera sílaba "ya" es larga.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**: sube el tono.

## Línea 6

नमो याम्याय च क्षेम्याय च  
namo yamyāya ca kṣemyāya ca

#### - namo

- La vocal "o" siempre tiene **dos tiempos** de duración, en el alfabeto sánscrito.
- **Anudatta en la última sílaba**: bajada de tono.

#### - yamyaya

- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- Las "a" de las sílabas "yam" y "ya" (la primera), tienen **dos tiempos** de duración.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**: sube el tono.

#### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

#### - ksemyaya

- El **punto situado debajo de la "s"** indica que es una sibilante que se articula desde la posición cerebral. El sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- La "e" tiene **dos tiempos** de duración.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La "a" de la sílaba "ya" (la primera), tiene **dos tiempos** de duración.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**: sube el tono.

### Línea 7

नम उर्वर्याय च खल्याय च  
nama urvāryāya ca khalyāya ca

#### - nama

- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

#### - urvāryaya

- **Pronunciar la "v"** en su condición de consonante **dento labial**.
- **Anudatta en la sílaba "va"**: baja el tono.
- **Pronunciar la "r"** en su **sonido suave**.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La "a" de la sílaba "ya" (la primera), tiene **dos tiempos** de duración.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**: sube el tono.

#### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- **Anudatta**: baja el tono.

#### - khalyaya

- **Aspirada** representada por la **consonante "kh"**.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La "a" de la sílaba "ya" (la primera), tiene **dos tiempos** de duración.
- **Swarita en la primera sílaba "ya"**: sube el tono.

## Línea 8

नमः श्लोक्याय चाऽवसान्याय च  
namah ślokyāya cā'vasānyāya ca

### - namah

- Anudatta en la segunda "a": baja el tono.
- La visarga (punto debajo de la "h"), adopta el sonido inicial de la palabra siguiente: "namash shlokyaya".

### - slokyaya

- La "s" con diacrítico, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (con la lengua en la posición que usualmente utilizamos al articular el sonido "sh"; por lo mismo, ésta suena más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- La "o" tiene dos tiempos de duración.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La primera "a" es larga, tiene dos tiempos de duración.
- Swarita en la sílaba "kya": sube el tono.

### - ca'vasanyaya

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- Las "a" de las sílabas "ca", "san" y "ya" (la primera), son largas.
- El apóstrofe tras la vocal "a", alarga el tiempo de la misma en medio tiempo más.
- Pronunciar el sonido de la "v" en su condición de consonante dento labial.
- Anudatta en la sílaba "san": baja el tono.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- Swarita en la primera sílaba "ya": sube el tono.

## Línea 9

नमो वन्याय च कक्ष्याय च  
namo vanyāya ca kaksyāya ca

### - namo

- La "o" es larga en el alfabeto sánscrito.
- Anudatta en la última sílaba: baja el tono.

### - vanyaya

- La "v" se pronuncia en su condición de consonante dento labial.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- La "a" de la sílaba "ya" (la primera), tiene dos tiempos de duración.
- Swarita en la primera sílaba "ya": sube el tono.

### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- Anudatta: baja el tono.

### - kaksyaya

- El punto situado debajo de la "s" indica que es una sibilante que se articula desde la posición cerebral. El sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.



- La "a" de la sílaba "ya" (la primera), tiene dos tiempos de duración.
- Swarita en la primera sílaba "ya": sube el tono.

### Línea 10

नमः श्रवाय च प्रतिश्रवाय च  
 namaḥ śravāya ca pratiśravāya ca

#### - namah

- Swarita en la segunda "a": sube el tono.
- La visarga (punto debajo de la "h"), adopta el sonido inicial de la palabra siguiente: "namash shravaya"

#### - sravaya

- La "s" con diacrítico, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (con la lengua en la posición que utilizamos al articular el sonido "sh"; por ello, ésta suena más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- Anudatta en la sílaba "sra": baja el tono.
- Pronunciar el sonido de la "v" en su condición de **consonante dento labial**.
- La "a" de la sílaba "va", es larga.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- Swarita en la última sílaba: sube el tono.

#### - ca

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.

#### - pratistavaya

- La "s" con diacrítico, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (con la lengua en la posición que utilizamos al articular el sonido "sh"; por lo mismo, ésta suena más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- Pronunciar la "r" en su sonido suave.
- Anudatta en la sílaba "ra": baja el tono.
- Pronunciar la "v" en su condición de **consonante dento labial**.
- La "a" de la sílaba "va", tiene dos tiempos de duración.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.
- Swarita en la última sílaba: sube el tono.

### Línea 11

नम आशुषेणाय चाशुस्थाय च  
 nama āśuṣeṇāya cāśurathāya ca

#### - nama

- Swarita en la última sílaba: sube el tono.

#### - asusenaya

- Las "a" (primera y segunda) son largas.
- Anudatta en la primera sílaba: baja el tono.
- La "s" con diacrítico, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (con la lengua en la posición que utilizamos al articular el sonido "sh"; sonando más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- El punto situado debajo de la "s" indica que es una sibilante que se articula desde la posición cerebral. El sonido debe emitirse colocando la punta de la lengua en el centro del paladar.

- La "e" tiene dos tiempos de duración.
- Swarita en la sílaba "se": sube el tono.
- La "n" con punto abajo corresponde a una "n" cerebral; se articula poniendo la punta de la lengua en el techo del paladar, resonando así, hacia el interior de la boca.
- La "y" se pronuncia como la "i" latina.

### - casurathaya

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- Las "a" de las sílabas "ca" y "tha": son largas.
- Anudatta en la primera sílaba: baja el tono.
- La "s" con diacrítico, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (con la lengua en la posición que utilizamos al articular el sonido "sh"; por lo mismo, ésta suena más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- Pronunciar la "r" en su sonido suave.
- Swarita en la sílaba "ra": sube el tono.
- Aspirada, representada por la consonante "th".
- La "y" suena como la "i" latina.

### Línea 12

नमः शूराय चावभिन्दते च  
 namaḥ śūrāya cāvabhindate ca

### - namah

- Anudatta en la segunda "a": baja el tono.
- La visarga (punto debajo de la "h"), adopta el sonido inicial de la palabra siguiente: "namash shuraya".

### - suraya

- La "s" con diacrítico, corresponde a una sibilante que se articula desde la posición palatal (con la lengua en la posición que utilizamos al articular el sonido "sh"; sonando más hacia afuera de la boca que la sibilante cerebral).
- La "u" es larga.
- La "r" siempre es suave.
- La "a" de la sílaba "ra", es larga.
- Swarita en la sílaba "ra": sube el tono.
- La "y" suena como la "i" latina.

### - cavabhindate

- La "c" se pronuncia como la "ch" de nuestro alfabeto.
- La "a" de la sílaba "ca", es larga.
- La "v", se pronuncia desde su condición de consonante dento labial.
- Aspirada, representada por la consonante "bh".
- Anudatta en la sílaba "da": baja el tono.
- La "e" tiene dos tiempos de duración.

### Línea 13

नमो वर्मिणे च वरूथिने च  
 namo varmiṇe ca varūthine ca

### - namo

- La vocal "o" tiene dos tiempos de duración en el alfabeto sánscrito.
- Swarita en la última sílaba: subida de tono.

### - varmine

- Pronunciar la “v” en su condición de consonante **dento labial**.
- **Anudatta en la primera sílaba**: baja el tono.
- La “n” con punto abajo corresponde a una “n” cerebral; se articula poniendo la punta de la lengua en el techo del paladar, resonando así, hacia el interior de la boca.
- La “e” tiene dos tiempos de duración.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

### - ca

- La “c” se pronuncia como la “ch” de nuestro alfabeto.

### - varuthine

- Pronunciar la “v” en su condición de consonante **dento labial**.
- La “u” es larga.
- **Anudatta en la sílaba “ru”**: baja el tono.
- **Aspirada**, representada por la **consonante “th”**.
- La “e” tiene dos tiempos de duración.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

#### Línea 14

नमो॑ विल्मिने॑ च॑ कवचिने॑ च॑  
namo॑ bilmine॑ ca kavacine॑ ca

### - namo

- La vocal “o” tiene dos tiempos de duración en el alfabeto sánscrito.
- **Swarita en la última sílaba**: subida de tono.

### - bilmine

- **Anudatta en la sílaba “bil”**: baja el tono.
- La “e” tiene dos tiempos de duración.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

### - ca

- La “c” se pronuncia como la “ch” de nuestro alfabeto.

### - kavacine

- La “v” se pronuncia en su condición de **consonante dento labial**.
- **Anudatta en la sílaba “va”**: baja el tono.
- La “c”, se pronuncia como la “ch” de nuestro alfabeto.
- La “e” tiene dos tiempos de duración.
- **Swarita en la última sílaba**: sube el tono.

#### Línea 15

नमः॑ श्रुताय॑ च॑ श्रुतसेनाय॑ च॑ ॥६॥  
namaḥ॑ śrutāya॑ ca śrutasenāya॑ ca. ॥6॥

### - namah

- **Swarita en la segunda “a”**: sube el tono.
- La visarga (punto debajo de la “h”), adopta el sonido inicial de la palabra siguiente: “namash shrutaya”.



Salutaciones a Él, en la forma de los campos generosos y los suelos trillados. Salutaciones a Él, que es alabado por los *Mantras védicos* y que es descrito en los *Upanishads vedánticos*. Salutaciones a Él, en la forma de los árboles en los bosques y las enredaderas en las zonas sombreadas. Salutaciones a Él, que es el sonido y el eco del sonido.

**Autoindagación:**

**-¿De qué maneras frecuentes la mente y el corazón lo saludan, lo buscan?  
-¿"Quién" lo reconoce?**

Salutaciones a Él, cuyos ejércitos se mueven velozmente y que monta sobre una carroza veloz. Salutaciones a Él, el guerrero que atraviesa a sus enemigos. Salutaciones a Él, que está revestido con una armadura y que se ha ocupado de la seguridad de Su auriga. Salutaciones a Él, que lleva un casco y un peto. Salutaciones a Él, que es alabado en los *Vedas* y cuyo ejército también es alabado.

**Autoindagación:**

**-¿Cuáles son los "enemigos" que sumergen a la mente más y más en el Sueño?**

**-¿Qué maneras tenemos de "atravesar" los enemigos verdaderos del Despertar de la mente: deseos, apegos, ira, lujuria, avaricia, ilusión, orgullo, envidia...?**