



**OMKAR**



“En Prashanti Nilayam se ha establecido que el canto del Om que se hace temprano, en la madrugada, debe repetirse 21 veces. Este número no es arbitrario; tiene un significado propio. Tenemos los cinco karmendriyas (órganos de acción) y los cinco jnanendriyas (sentidos), también tenemos los cinco pranas o aires vitales para sostenernos. Además tenemos las cinco kośas o envolturas que encierran la chispa divina que es la Realidad. Todos estos suman veinte, así que la recitación del Om 21 veces purifica y clarifica estos veinte componentes y hace al hombre la entidad número veintiuno, lista para la fusión final con la Realidad. Jivatatva (el principio de la vida) se funde con el Paratatva (el Absoluto Supremo). El principio de la vida puede ser descrito como un jinete sobre un caballo de veinte cabezas. Finalmente, ustedes terminan la recitación del Pranava entonando "Shanti" (Paz) tres veces. Eso también completa el proceso de clarificación y purificación, porque el primer llamado por shanti es para la pureza de la parte física del Ser, el cuerpo. El segundo es por la pureza de la segunda parte, la mente. El tercero es para la purificación del espíritu. Esta recitación del Pranava los tonificará y calmará todas las agitaciones de la mente y acelerará el torrente de gracia.”

*Bhagavan Sri Sathya Sai Baba 6 de Junio de 1978*

“Aquel que medita en el Om, permanentemente consciente de su importancia, puede avanzar con seguridad hacia la Conciencia Plena de lo Real, la cual se esconde detrás de toda esta Apariencia irreal, hacia el Paramatmatatva mismo.”

*Upanishad Vahini. Cap. 4 Upanishad Mandukya*

“Muchas personas no saben que el Om o Pranava es la unión de tres sonidos: a, u y m. Cuando escriben la palabra Dios, no la pronuncian de-i-o-ese, la pronuncian Dios. Así también, el Aum se pronuncia Om. El Om tiene una secuela, un sonido m que se va desvaneciendo hasta que finalmente se termina en silencio, un silencio que se debe sentir y experimentar.”

*Mensajes de Sathya Sai, Tomo 5 cap. 56*

**Purificación de los órganos de la acción:**

- 1) OM para los órganos vocales
- 2) OM para las manos
- 3) OM para las piernas
- 4) OM para los órganos genitales o generativos
- 5) OM para los órganos de eliminación

**Purificación de los órganos de los sentidos:**

- 6) OM para los Oídos
- 7) OM para la Piel
- 8) OM para los Ojos
- 9) OM para la Lengua
- 10) OM para la Nariz

**Purificación de los Aires vitales:** (Dios es el aliento vital de nuestra respiración. Él activa el cuerpo por medio de los 5 aires vitales)

- 11) OM para Samana: ubicado en el ombligo y esencial para la digestión
- 12) OM para Vyana: el que se distribuye por todo el cuerpo
- 13) OM para Udana: el que se encuentra en la garganta y se eleva
- 14) OM para Prana: el aliento vital. El aire vital ascendente
- 15) OM para Apana: el aire vital descendente y que sale por el ano

**Purificación de las envolturas del cuerpo que envuelven a la chispa Divina:**

- 16) OM para la Envoltura física o del alimento
  - 17) OM para la Envoltura de los aires vitales
  - 18) OM para la Envoltura mental o de los pensamientos
  - 19) OM para la Envoltura del budhi, intelecto o sabiduría
  - 20) OM para la Envoltura de la bienaventuranza
  - 21) OM para la persona misma y su autorrealización
- OM ŚĀNTIḤ ŚĀNTIḤ ŚĀNTIḤ



Área de Devoción Nacional- Consejo Central SSSBA