



SATHYA SAI INTERNATIONAL ORGANIZATION

Glaede
E R
F O R E N I N G M E D
G u d

STUDIEVEJLEDNING Del 4

Overvind hindringer for glæde.

BIRTHDAY *Celebration* 2020



Dedikeret

Med kærlighed og ærbødighed ved Hans lotusfødder

Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

Legemliggørelsen af Guddommelig kærlighed



This study guide is one of a six-part series featuring some of Bhagawan Sri Sathya Sai Baba's Divine teachings on Happiness.

Each guide contains an inspirational story, extracts from His discourses and writings, and a set of questions for reflection.

<https://sathyasai.org/birthday-study-guides>



Inspirerende History

Ubhaya Bharathi

En dag, da Ubhaya Bharati* var på vej til floden for at bade med sine kvindelige disciple, så hun en asket, der havde forsaget alt i livet og derfor lå og sov i vejsiden. Han hvilede sit hoved - med en tom vandkrukke som pude - og sikrede sig samtidig, at ingen fjernede den.



Så længe I har tilknytning og ego, kan I aldrig forstå Selvet (Atma) eller opleve Atmisk lyksalighed.

For at give asketen en lærestreg udtalte Ubhaya Bharati - inden



for hans hørevidde- følgendeord til en af sine disciple: ”Se asketen, som tilsyneladende har forsaget alle former for tilknytning, men ikke har opgivet tilknytning til sin vandkrukke!” Ved at høre disse ord, blev asketen rasende og tænkte: ”Er blot en kvinde berettiget til at lære mig, hvordan jeg bør opføre mig?”



Da Ubhaya Bharati vendte tilbage fra floden, kastede asketen krukken ned foran hendes fødder og sagde: ” Så! Viser det nu min forsagelse? Ubhaya Bharati bemærkede: “Ak! Du er ikke blot fuld af tilknytning, men du er også fyldt med ego.” Da han hørte disse ord, løb asketen hen til hende, faldt ned for hendes fødder og bad indtrængende om tilgivelse for sine fejl.

* Ubhaya Bharati, indisk helgeninde, som levede i det ottende århundrede i sit åndelige refugie ved Ganges floden.

Sathya Sai Speaks bind 23, kap. 17: 27. maj, 1990

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/ss23-17.pdf>



STUDIEVEJLEDNING

Sindet

Her er en dør. I har sat en hængelås på døren. Sæt nøglen i låsen. Når I drejer nøglen til højre, åbnes låsen. Når I drejer nøglen til venstre, lukkes den. Samme nøgle, samme lås. Forskellen består kun i, hvilken vej I drejer nøglen.

Jeres hjerte er låsen, sindet er nøglen. Drej sindet mod verden - der er tilknytning. Drej sindet mod Gud for at opnå ikke-tilknytning. Sindet er ansvarligt for tilknytning og ikke-tilknytning. Så vend jeres sind mod Gud.

Sathya Sai Speaks bind 26/kap. 39, 6. april, 1993

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930406.pdf>

Det siges, "Sindet er hovedårsagen til enten trældom eller frigørelse." Derfor må man holde sindet under behørig kontrol ved at sætte et eller andet loft over ønsker.

Sathya Sai Speaks bind 42/kap. 1, 1. januar, 2009

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume42/sss42-01.pdf>

I er selv ansvarlige for glæde eller lidelse. I er selv ansvarlige for jeres tilstand og for jeres oplevelser. Gør jeres tanker rene. Erkend, at I er mennesker, og at det Guddommelige er til stede i menneskesket... Det er blevet en dårlig vane at bebrejde andre for ens sørgelige forfatning.

Sathya Sai Speaks bind 29, kap. 8: 28. marts, 1996

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume29/sss29-08.pdf>

Hovedårsagen - til alle de vanskeligheder vi møder - er, at vi glemmer Gud og længes efter illusoriske verdslige ting. Glæde eller sorg er alt sammen vores eget værk. Gud er altid lykkelig. Han giver os altid glæde, fryd og lyksalighed.

I vores selvbedrag mistolker vi Guds gaver som vanskeligheder og føler sorg over det samme. Jeres egne følelser er ansvarlige for jeres lidelse. Derfor, bør I ændre jeres følelser, udvikle en positiv indstilling, og I vil aldrig opleve smerte og lidelse.

Sathya Sai Speaks bind 41, kap. 2: 15. januar, 2008

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume41/sss41-02.pdf>

Det er absolut nødvendigt, at I forstår, at alt sker ifølge Hans vilje. Hvad der end sker, er for jeres eget bedste. Med en sådan fast overbevisning bør I acceptere fornøjelse og smerte, godt og ondt, med sindsligevægt. Det er måske vanskeligt for jer at udholde ulykkelige hændelser. I bør bede Gud om at skænke jer den nødvendige styrke til at udholde den. I har måske vanskeligheder i dag, men i morgen vil det være anderledes. Vanskeligheder er som forbigående skyer. De vil givet bane vejen til glæde.

Sathya Sai Speaks bind 39, kap. 3: 26. februar, 2006

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-03.pdf>

Udhold alle vanskeligheder med det synspunkt, at de er skridt på vejen for at bringe jer til et højere niveau. Først da, vil I opleve fred og glæde. Hvis I bliver ved med at bekymre jer om jeres vanskeligheder, vil de forøges. Når der opstår vanskeligheder, undlad da at behandle dem som problemer.

Sathya Sai Speaks bind 30, kap. 37: 29. april, 1997
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume30/d970429.pdf>

Ønsker begrænser jeres glæde

Hold sindet væk fra lave ønsker, der jagter flygtige nydelser. Vend jeres tanker væk fra dem og ret jeres tanker mod vedvarende lyksalighed, som fremkommer gennem viden om den iboende guddommelighed. Hold jer for øje, at fejl og fejltagelser fremkommer af sansenydelser og verdslig lykke

Jnana Vahini, kap. 27: side 27

<http://www.sssbpt.info/vahinis/Jnana/Jnana25-27.pdf>

Kontempler uafbrudt på Gud. Da vil I altid være fysisk, mentalt og spirituelt glade. I vore dage mister I uheldigvis en sådan guddommelig kvalitet af lyksalighed på grund af forskelligartede ønsker. Hvis I kan afholde jer fra disse ønsker, vil I altid være lyksalige.

Sathya Sai Speaks bind 38, kap. 1: 14. januar, 2005
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume38/sss38-01.pdf>

Fremelsk kærlighed

Hvis I lukker hjertets dør for onde kvaliteter, kan de ikke trænge ind. I bør ikke blive vrede på nogen, ej heller kritisere eller skade nogen. Hvis der af den ene eller anden grund opstår sådanne omstændigheder - behersk da jer selv. Hvis vreden indhenter jer, slip den da øjeblikkelig og betragt det, når alt kommer til alt, som jeres fjende.

Det siges, at vreden er jeres fjende, tålmodigheden er jeres beskyttende skjold, glæde er jeres himmel. Fyld jeres hjerte med kærlighed og medfølelse. Hvis I har kærlighed i jeres hjerte, vil I se Gud overalt. Uden kærlighed vil I kun se modstand. Når I udvikler en fast tro på, at Gud er i jer, og at I er Gud, og at selve jeres krop er Guds tempel, da vil der overhovedet ikke være plads til vrede, jalousi, stolthed og så videre til at plage jer. Derfor, guldklumper! Udvikl kærlighed og medfølelse.

Sathya Sai Speaks bind 39, kap. 7: 2. maj, 2006
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-07.pdf>

Når I først har udviklet kærlighed, vil der ikke være plads til kvaliteter som vrede, jalousi og så videre. Hvis jeres tanker og handlinger er gode, er jeres fremtid bundet til at være god. Da vil hele landet, nej, hele verden blomstre. Bed for fred og fremgang i hele verden.

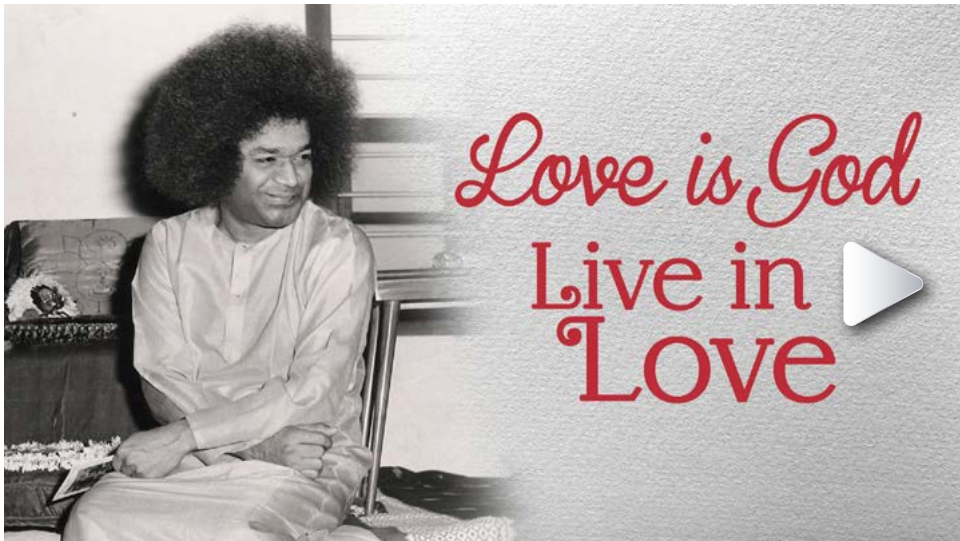
Sathya Sai Speaks bind 33, kap. 7, 5. April, 2000

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume33/sss33-07.pdf>



Spørgsmål

- Hvem er ansvarlig for vores glæde og elendighed?
- Hvilken indstilling bør vi have over for modgang i livet?
- Hvordan kan sindsligevægt føre til sand glæde?
- Hvordan kan det at sætte en grænse for vores ønsker forøge vores glæde?
- Hvordan hjælper kærlighed os til at overvinde hindringerne for glæde?



Sathya Sai Speaks, Vol.33/Ch.17, August 31, 2001
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume34/sss34-17.pdf>



sathyasai.org