



SATHYA SAI INTERNATIONALE ORGANISATIE

Geluk
IS
EENHEID MET
G O D

STUDIE GIDS - 5
TEKENEN VAN GELUK

BIRTHDAY *Celebration* 2020



M e t l i e f d e e n e e r b i e d

opgedragen aan de lotusvoeten van

Bhagawan Sri Sathya Sai Baba

De Belichaming van Goddelijke Gelukzaligheid



Deze studiegids maakt deel uit van een zesdelige reeks met enkele van Sathya Sai Baba's goddelijke leringen over geluk. Elke gids bevat een inspirerend verhaal, citaten uit Swami's toespraken en boeken, en een reeks vragen ter overdenking.

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

INSPIREREND VERHAAL

Suguna en Krishna

Er was eens een gopi (koeherderin ten tijde van Krishna), genaamd Suguna, die geen andere gedachte had dan alleen Krishna. Elke avond was het de gebruikelijke routine in Brindavan dat elke huisvrouw het licht van haar lamp aanstak met de lamp in Nanda's huis. Ze geloofden dat het verkrijgen van licht met deze vlam van de oudste en hoogst geplaatste in het dorp heel gunstig was.



Suguna ging met een lamp naar Nanda's huis. Toen zij daar aankwam, ging ze helemaal op in de opwinding en vreugde bij het zien van dit huis waar Krishna zijn kinderjaren had doorgebracht; zijn ondeugende kwajongensstreken trokken alle koeherdersjongens en -meisjes hier naartoe.

Suguna stond daar geruime tijd met haar onverlichte lamp vlakbij de grote olielamp die de centrale hal verlichtte.

Ze hield de lamp dichtbij de vlam maar niet dichtbij genoeg. Ze hield één van haar vingers daarbij precies boven de vlam, maar ze merkte niet dat deze door de vlam werd verschroeid. Suguna was zo vervuld van haar gedachten aan Krishna, dat ze zich niet bewust was van de pijn.

Yasoda zag haar benarde situatie en maakte haar wakker uit haar mijmering, of zullen we zeggen: visioen? Voor Suguna was het huis vol leven met Krishna, waar ze ook keek. Dat is de thanmayathwam (vereenzelviging) die men moet bereiken.

- Sathya Sai Baba, 15 april 1964, Sathya Sai Speaks, 4-16
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume04/sss04-16.pdf>



ST U DIE GI D S

Straal geluk uit

Je ogen moeten altijd vol medeleven zijn, je woorden moeten altijd doordrenkt zijn van waarheid en je gevoelens zoet als nectar. Wees altijd gelukkig en kijk onder geen enkele omstandigheid neerslachtig. Glimlach altijd - dat moet je handelsmerk zijn.

Sathya Sai Baba, 30 mei 2000, Summer Showers in Brindavan 2000, hfdst. 15 <http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-15.pdf>

Laat door principe en voorbeeld zien dat het pad van Zelfrealisatie het pad naar totale vreugde is. Daarom rust er een grote verantwoordelijkheid op je om door je kalmte, zelfbeheersing, nederigheid, zuiverheid, deugd, moed en overtuiging onder alle omstandigheden te tonen dat de sadhana (geestelijke discipline) die je beoefent, je beter, gelukkiger en nuttiger heeft gemaakt. Beoefen dit en laat dit niet alleen in woorden zien, maar ook in daden.

Sathya Sai Baba, 20 april 1967, Sathya Sai Speaks, 7-17. <http://sssbpt.info/ssspeaks/volume07/sss07-17.pdf>

Wees blij. Zet nooit een lang gezicht op. Negatieve gedachten tonen zich als lelijke uitdrukkingen. Zuivere gedachten en gevoelens zullen ons altijd opgewekt houden. Ik ben altijd blijmoedig. Mensen vragen zich af hoe Sai Baba altijd kan glimlachen. Ik kan niet anders. Ik heb geen negatieve gevoelens, geen slechte trekken, geen slechte gedachten noch slechte gewoonten. Ik ben altijd zuiver. Ook jij zou dit moeten navolgen. Volg de Meester, zie de duivel onder ogen, vecht tot het einde en voltooi het spel. Volg Mij. Wees blij, zoals ik ben. Wees blijmoedig. Dat maakt mij heel blij.

Sathya Sai Baba, 27 mei 2002, Summer Showers in Brindavan 2002, hfdst. 12 <http://sssbpt.info/summershowers/ss2002/ss2002d12.pdf>

Blijf vredig

Men moet onder alle wisselvalligheden van het leven vredig blijven. Alleen dan kan men goddelijke genade verkrijgen. Grote toegewijden, zoals Thyagaraja, Tukaram en Droupadi ondergingen vele ontberingen. Zij verdroegen alle lijden met geduld. Thyagaraja zei: 'Men kan geen geluk verkrijgen zonder innerlijke vrede.'

Sathya Sai Baba, 22 augustus 2000, Sathya Sai Speaks, 33-12 <http://sssbpt.info/ssspeaks/volume33/sss33-12.pdf>

Je moet vrede in je hart vestigen en altijd blij en gelukzalig zijn met een zoete glimlach dansend op je lippen. Je mag onder geen enkele omstandigheid een ontevreden gezicht hebben. Glimlach altijd. Als iemand je zo ziet, zal hij zich daardoor ook gelukkig voelen. Leid daarom altijd een gelukkig en blij leven met een lieve glimlach op je gezicht. Wees gelukkig en maak zo tegelijkertijd anderen gelukkig.

Sathya Sai Baba, 5 september 2006, Sathya Sai Speaks, 39-12 <http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-12.pdf>

Hoe dient de mens zich in de wereld te gedragen? Zoals de Bhagavad Gita leert (...) men moet gelijkmoedig blijven bij zowel geluk als verdriet, winst en verlies, overwinning en nederlaag. De mens moet plezier en verdriet, lofprijzing en afkeuring als gelijk beschouwen. Dat is de staat van echte yoga.

Sathya Sai Baba, 22 juli 1996, Sathya Sai Speaks, 29-68
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume29/d960722.pdf>

Leef in liefde

Je moet altijd gelukkig zijn, met een glimlach en liefdevol. Met een glimlach zal liefde zich vanzelf in je ontwikkelen.

Sathya Sai Baba, 28 juli 2007, Sathya Sai Speaks, 40-13
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume40/sss40-13.pdf>

Liefde kan zoveel vreugde schenken. Als je glimlacht, zullen anderen hetzelfde doen. Daarom moeten jullie allemaal met een glimlach en vreugde door het leven gaan. Als iemand op je scheldt, voelt men zich normaal gesproken gekwetst, en verkrijgt degene die scheldt daar enige voldoening uit. Voel je niet gekwetst als je bekritiseerd wordt of verguisd, maar reageer in plaats daarvan met alleen een glimlach. Je vraagt je misschien af: 'Waarom zou ik glimlachen als iemand zoveel onaangename dingen over mij zegt?' Het antwoord is simpel. Glimlach omdat je daarmee de ander de kans hebt gegeven om wat voldoening te verkrijgen al is dat door jouw gevoelens te kwetsen. Wees er gelukkig mee dat je een instrument was om een ander blij te maken. Dat is de positieve houding en het gevoel van Liefde die je moet ontwikkelen.

Sathya Sai Baba, 22 mei 2000, Summer Showers in Brindavan 2000, hfdst. 9
<http://sssbpt.info/summershowers/ss2000/ss2000-09.pdf>

Je zult dit liefdesprincipe (prema tattva) moeten begrijpen. Allen zijn broers en zussen, maar zelfs tussen broers en zussen ontstaan er verschillen. Ontwikkel daarom liefde voor elkaar. Houd altijd een opgewekt karakter, met een lieve glimlach op je gezicht. (...) Alleen dan kan je leven nobel en ideaal worden. Wees altijd blij en opgewekt. Waaraan ontbreekt het je? Met Swami's liefde en genade hebt je alles.

Sathya Sai Baba, 1 januari 2008, Sathya Sai Speaks, 41-1
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume41/sss41-01.pdf>

Deel je geluk met iedereen

Je moet gelukzaligheid op individueel niveau ervaren en in het gezin, en dit vervolgens in de samenleving delen. Dan zal iedereen gelukkig zijn. Geluk is eenheid met God. Je moet je van zo'n geluk bewust zijn. Mogen alle mensen gelukkig zijn! Mogen jullie allemaal als leden van één familie leven en je liefde en geluk met elkaar delen!

Sathya Sai Baba, 5 september 2006, Sathya Sai Speaks, 39-12
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-12.pdf>

Leid een gelukkig en gezegend leven en deel je geluk met anderen. Je weet niet hoe geweldig deze gelukzaligheid (ananda) is. Net zoals een klein stukje hout vuur wordt als het in contact met vuur komt, zo word je goddelijk als je in de geest dicht bij Mij bent. Je geest zal verlicht worden en de duisternis van onwetendheid in jou verdrijven.

Sathya Sai Baba, 5 juli 2001 Sathya Sai Speaks, 34-13
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume34/sss34-13.pdf>



Vragen

- Wat zijn de tekenen van geluk?
- Waarom is het op het spirituele pad zo belangrijk om te glimlachen en opgewekt te zijn, koel en beheerst?
- Hoe zijn een vredig gemoed en gelijkmoedigheid tekenen van geluk?
- Waarom is het delen van ons geluk een krachtige spirituele oefening?
- Hoe kunnen we meer geluk in ons leven uitstralen?



Video met toespraak van Baba - Geluk is eenheid met God

S athya Sai Baba, 25 december 1998, Sathya Sai Speaks, 31-45

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume31/sss31-45.pdf>

