



SATHYA SAI INTERNATIONALE ORGANISATIE

Geluk
IS
EENHEID MET
G O D

STUDIEGIDS - 4

HOE OVERWIN JE HINDERNISSEN OP
WEG NAAR 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

Ubhaya Bharathi

Op een dag ging Ubhaya Bharati samen met haar vrouwelijke discipelen naar de rivier om een bad te nemen. Ze zag een asceet, die alles in het leven had afgezworen en langs de weg lag te slapen. Zijn hoofd lag op een lege waterkruik als kussen en hij zorgde er zo tegelijkertijd voor dat niemand die kon wegnemen.



Zolang je gehechtheid en ego hebt, kun je het Atma (hogere Zelf) nooit begrijpen of atmische gelukzaligheid ervaren.



Om de asceet een les te leren, zei Ubhaya Bharati binnen zijn gehoorsafstand tot een van haar discipelen: 'Kijk naar die asceet, die ogenschijnlijk elke vorm van gehechtheid heeft opgegeven, maar hij heeft zijn gehechtheid aan zijn waterkruik niet opgegeven!' Bij het horen van deze woorden werd de asceet boos. Hij dacht: 'Heeft een vrouw het recht mij te leren hoe ik me zou moeten gedragen?'



Toen Ubhaya Bharati van de rivier terugkeerde, gooide de asceet de kruik voor haar voeten en zei: 'Zie je nu wat mijn verzaking is?' Ubhaya Bharati merkte op: 'Helaas! Je bent niet alleen vervuld van gehechtheid (*abhimana*), maar je bent ook vervuld van ego (*ahamkara*). 'Bij het horen van deze woorden rende de asceet op haar af, viel aan haar voeten en smeekte om vergeving van zijn fouten.

Sathya Sai Baba, 27 mei 1990, Sathya Sai Speaks 23-17
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/ss23-17.pdf>



ST U DIE GI D S

Het denken

Dit is een deur. Je hebt een slot op de deur gemaakt. Steek de sleutel in het slot: als je de sleutel naar rechts draait, gaat het slot open en als je de sleutel naar links draait, gaat hij dicht. Het is dezelfde sleutel op hetzelfde slot. Het verschil zit hem alleen in het draaien.

Je hart is het slot, de geest/het denken is de sleutel. Richt je de geest op de wereld, dan is er gehechtheid. Richt je je geest op God, dan bereik je onthechting. De geest is verantwoordelijk voor gehechtheid en onthechting. Richt je geest dus op God.

Sathya Sai Baba, 6 april 1993, Sathya Sai Speaks 26-39 (alleen online beschikbaar
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930406.pdf>

Er wordt gezegd: 'De (denkende) geest is de hoofdoorzaak van zowel gebondenheid als bevrijding' (*Manayevamanushyanam karanam bandha mokshayoh*). Daarom moet men de geest goed onder controle houden door grenzen aan verlangens te stellen.

Sathya Sai Baba, 1 januari 2009, Sathya Sai Speaks 42-1
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume42/sss42-01.pdf>

Jij alleen bent verantwoordelijk voor je geluk of ellende. Jij alleen bent verantwoordelijk voor je toestand en je ervaringen. Maak je gedachten zuiver. Besef dat je een mens bent en dat God in de mens is. (...) Het is een slechte gewoonte geworden om anderen de schuld te geven van de eigen benarde situatie.

Sathya Sai Baba, 28 maart 1996, Sathya Sai Speaks 29-8
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume29/sss29-08.pdf>

De hoofdoorzaak van alle problemen waarmee we worden geconfronteerd, is dat we God vergeten en naar allerlei wereldse zaken verlangen. Geluk of verdriet hebben we allemaal zelf gemaakt. God is altijd vol gelukzaligheid. Hij geeft ons altijd geluk, vreugde en gelukzaligheid. We interpreteren vanuit onze illusie Gods schenkingen als moeilijkheden en vinden ze naar. Je eigen gedachten en gevoelens zijn verantwoordelijk voor je lijden. Verander deze daarom, ontwikkel een positieve houding en je zult nooit verdriet en lijden ervaren.

Sathya Sai Baba, 15 januari 2008, Sathya Sai Speaks 41-2
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume41/sss41-02.pdf>

Het is zeer belangrijk dat je begrijpt dat alles volgens Zijn wil gebeurt. Wat er ook gebeurt, het is voor je eigen bestwil. Met zo'n vaste overtuiging moet je plezier en verdriet, goed en kwaad met gelijkmoedigheid accepteren. Het kan moeilijk voor je zijn om tegenslagen te verdragen, maar je moet tot God bidden om je de nodige kracht te geven om ze te dragen. Je kunt vandaag moeilijkheden ondervinden, maar morgen zal het anders zijn. Moeilijkheden zijn als voorbijdrijvende wolken; ze zullen zeker plaatsmaken voor geluk.

Sathya Sai Baba, 26 februari 2006, Sathya Sai Speaks 39-3
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-03.pdf>

Draag alle moeilijkheden met de gedachte dat dit stappen zijn om je naar een hoger plan te brengen. Alleen dan zul je vrede en geluk ervaren. Als je je zorgen blijft maken over je moeilijkheden, zullen de moeilijkheden toenemen. Als zich moeilijkheden voordoen, behandel die dan niet als problemen.

Sathya Sai Baba, 29 april 1997, Sathya Sai Speaks 30-37

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume30/d970429.pdf>

Verlangens beperken je geluk

Houd de geest weg van lage verlangens die achter vluchtige genoegens aan rennen. Wend je gedachten er vanaf en richt ze op blijvende gelukzaligheid, die kan worden ontleend aan de kennis van de immanente goddelijkheid. Houd de fouten en mislukkingen van zintuiglijke genoegens en werelds geluk voor ogen.

Sathya Sai Baba, Jnana Vahini, hfdst. 27, p.27

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

Denk voortdurend aan God. Dan zul je fysiek, mentaal en spiritueel altijd gelukkig zijn. Helaas verlies je tegenwoordig zo'n goddelijke eigenschap van gelukzaligheid door allerlei verlangens. Als je deze verlangens bij je vandaan kunt houden, zul je altijd gelukkig zijn

Sathya Sai Baba, 14 januari 2005, Sathya Sai Speaks 38-1

<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume38/sss38-01.pdf>

Ontwikkel liefde

Als je de deur van het hart sluit voor slechte eigenschappen, kunnen ze er niet binnenkomen. Je moet op niemand boos worden, noch iemand bekritisieren of kwaad doen. Als dergelijke omstandigheden zich om wat voor reden dan ook voordoen, beheers je dan. Als boosheid je overvalt, leg die dan onmiddellijk naast je neer als zijnde je vijand. Men zegt dat boosheid je vijand is, geduld je schild van bescherming en geluk je hemel. Vul je hart met liefde en mededogen. Als je liefde in je hart hebt, zul je God overal zien. Beroofd van liefde zul je alleen de duivel zien. Als je de vaste overtuiging ontwikkelt dat God in je is, dat jij goddelijk bent en dat je eigen lichaam een tempel van God is, dan zal er helemaal geen ruimte voor woede, jaloezie, trots, enz. zijn om je lastig te vallen. Dus, Bangaru, ontwikkel liefde en mededogen.

Sathya Sai Baba, 2 mei 2006, Sathya Sai Speaks 39-7

<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-07.pdf>

Als je eenmaal liefde hebt ontwikkeld, dan is er geen ruimte voor slechte eigenschappen, zoals woede, jaloezie, enz. Als je gedachten en daden goed zijn, zal je toekomst ongetwijfeld goed zijn. Dan zal het hele land, nee, de hele wereld er wel bij varen. Bid om vrede en welzijn voor de hele wereld.

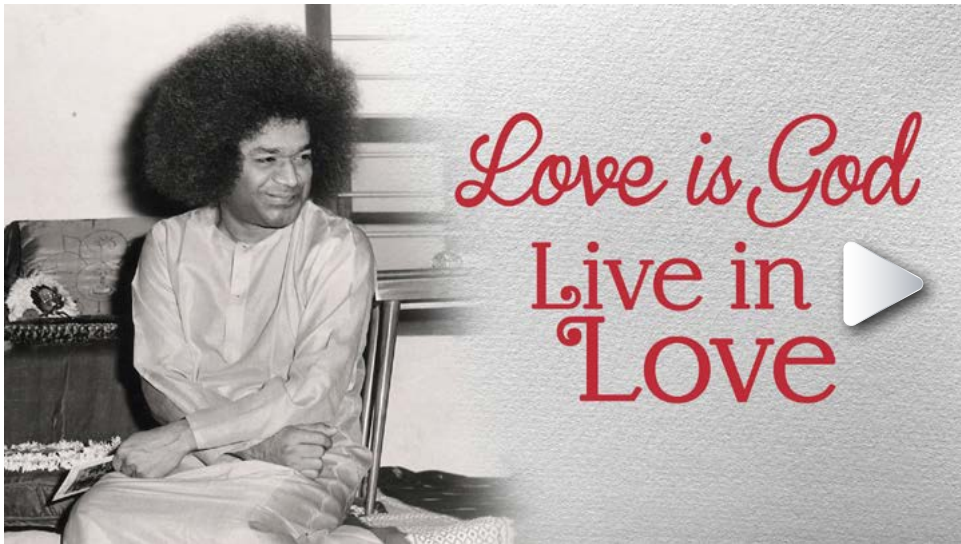
Sathya Sai Baba, 5 april 2000, Sathya Sai Speaks 33-7

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



Vragen

- Wie is er verantwoordelijk voor ons geluk en onze ellende?
- Welke houding moeten we hebben ten opzichte van onze hindernissen in het leven?
- Hoe leidt gelijkmoedigheid tot echt geluk?
- Hoe vergroot het stellen van grenzen aan onze verlangens ons geluk?
- Hoe helpt liefde ons de hindernissen naar geluk te overwinnen?



Sathya Sai Baba, 31 augustus 2001, Sathya Sai Speaks 33-17
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume34/ss34-17.pdf>

