



ΔΙΕΘΝΗΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΣΑΤΥΡ ΣΑΪ

# ΕΥΤΥΧΙΑ

ΕΙΝΑΙ  
Η ΕΝΩΣΗ ΜΕ ΤΟΝ

# Θ Ε Ο

ΟΔΗΓΟΣ ΜΕΛΕΤΗΣ - 4

ΞΕΠΕΡΝΩΝΤΑΣ ΤΑ ΕΜΠΟΔΙΑ  
ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΕΥΤΥΧΙΑ

BIRTHDAY *Celebration* 2020



# ΑΦΙΕΡΩΜΕΝΟ

ΜΕ ΑΓΑΠΗ ΚΑΙ ΕΥΛΑΒΕΙΑ ΣΤΑ ΑΓΙΑ ΠΟΔΙΑ ΤΟΥ

*Μπαγκαβάν Σρι Σάτσα Σάι Μπάμπα*

ΤΗΝ ΕΝΣΑΡΚΩΣΗ ΤΗΣ ΘΕΪΚΗΣ ΕΥΔΑΙΜΟΝΙΑΣ



Αυτός ο οδηγός μελέτης είναι ένας από μια σειρά έξι οδηγιών που παρουσιάζουν μερικές από τις θεϊκές διδασκαλίες του Μπαγκαβάν Σρι Σάτσα Σάι Μπάμπα για την ευτυχία.

Κάθε οδηγός αποτελείται από μια ιστορία, αποσπάσματα από ομιλίες και γραπτά Του, καθώς και μια σειρά ερωτήσεων για στοχασμό.

# ΙΣΤΟΡΙΑ

## Ουμπάγια Μπάρατι

Μια μέρα η Ουμπάγια Μπάρατι πήγαινε στο ποτάμι συνοδευόμενη από κάποιες μαθήτρίες της για να πάρουνε το μπάνιο τους. Είδε, τότε, έναν ασκητή, που είχε απαρνηθεί τα πάντα στη ζωή, να κοιμάται στο πλάι του δρόμου. Ακουμπούσε το κεφάλι του σε μια κανάτα για νερό, χρησιμοποιώντας την σαν μαξιλάρι αλλά και εξασφαλίζοντας ότι κανείς δεν θα του την πάρει. Όσο έχετε εγώ και κάποια προσκόλληση, δεν θα μπορέσετε να κατανοήσετε τον Άτμα, τον Ανώτερο Εαυτό, ούτε και να βιώσετε την θείκη Ευδαιμονία.



Για να δώσει ένα μάθημα στον ασκητή, η Ουμπάγια Μπάρατι είπε σε μια μαθήτριά της φροντίζοντας να την ακούσει ο ασκητής: «Κοίτα αυτόν τον ασκητή που φαινομενικά έχει απαρνηθεί τα πάντα, όχι όμως και την προσκόλληση στην κανάτα



του!» Όταν εκείνος άκουσε αυτά τα λόγια, εξοργίστηκε. Σκέφτηκε: «Μια απλή γυναίκα δικαιούται να με διδάσκει πώς να συμπεριφέρομαι;»



Την ώρα που η Ουμπάγια Μπάρατι επέστρεφε από το ποτάμι, ο ασκητής πέταξε στα πόδια της την κανάτα λέγοντας: «Τώρα, βλέπεις ποια είναι η απάρνησή μου;» Και η Ουμπάγια Μπάρατι παρατήρησε: «Αλίμονο! Δεν είσαι μόνο γεμάτος προσκόλληση, αλλά και γεμάτος εγωισμό!» Ακούγοντας αυτά τα λόγια ο ασκητής έτρεξε και έπεσε στα πόδια της ικετεύοντάς την να συγχωρήσει τα λάθη του!»

Ομιλίες Σάτσα Σάι, Τόμος 23/κεφ.17, 27 Μαΐου 1990  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume23/ss23-17.pdf>

## ΟΔΗΓΟΣ ΜΕΛΕΤΗΣ

### **Νους**

Ας πάρουμε μια πόρτα. Βάλτε το κλειδί στην κλειδαριά. Όταν γυρίσετε το κλειδί προς τα δεξιά, η κλειδαριά ανοίγει. Όταν το γυρίσετε προς τα αριστερά, κλείνει. Το ίδιο κλειδί, η ίδια κλειδαριά. Η διαφορά βρίσκεται στην κατεύθυνση που θα γυρίσετε το κλειδί.

Η καρδιά σας είναι η κλειδαριά, ο νους το κλειδί. Στρέψτε τον νου προς τον κόσμο και να η προσκόλληση! Στρέψτε τον νου προς τον Θεό και θα αποκτήσετε αποταύτιση. Για την προσκόλληση και την αποταύτιση ευθύνεται ο νους. Γι' αυτό κατευθύνετε τον νου σας προς τον Θεό.

Ομιλίες Σάτνα Σάι, Τόμος 26/κεφ. 39 (διαθέσιμο μόνον στο διαδίκτυο), 6 Απριλίου 1993  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume26/d930406.pdf>

Λέγεται: «Ο νους είναι η αιτία τόσο των δεσμών όσο και της Απελευθέρωσης». Γι' αυτό πρέπει να έχετε σωστό έλεγχο του νου, βάζοντας περιορισμό στις επιθυμίες.

Ομιλίες Σάτνα Σάι, Τόμος 42/κεφ. 1, 1 Ιανουαρίου 2009  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume42/sss42-01.pdf>

Μονάχα εσείς είστε υπεύθυνοι για την ευτυχία και για τη δυστυχία σας. Μονάχα εσείς ευθύνεστε για την κατάστασή σας και για τις εμπειρίες σας. Εξαγνίστε τις σκέψεις σας. Συνειδητοποιήστε ότι είστε ανθρώπινα όντα και ότι στον άνθρωπο ενυπάρχει το Θείο. Το να κατηγορείτε τους άλλους για τα δικά σας δεινά έχει γίνει μια κακιά συνήθεια.

Ομιλίες Σάτνα Σάι, Τόμος 29/κεφ. 8, 28 Μαρτίου 1996  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume29/sss29-08.pdf>

Η βασική αιτία για όλα τα προβλήματα που αντιμετωπίζουμε είναι ότι ξεχνάμε τον Θεό και λαχταράμε για απατηλά εγκόσμια πράγματα. Η ευτυχία και η θλίψη είναι δικά μας δημιουργήματα. Ο Θεός είναι πάντοτε σε Ευδαιμονία. Μας δίνει πάντα ευτυχία, χαρά και ευδαιμονία. Εμείς, εξαιτίας της ψευδαίσθησής μας, παρερμηνεύουμε τα δώρα Του ως δυσκολίες και στενοχωριόμαστε. Τα δικά σας συναισθήματα είναι υπεύθυνα για τα δεινά σας. Ως εκ τούτου, αλλάξτε τα συναισθήματά σας, αναπτύξτε μια θετική στάση και δεν θα βιώσετε ποτέ πόνο και ταλαιπωρίες.

Ομιλίες Σάτνα Σάι Τόμος 41 / κεφ.2, 15 Ιανουαρίου 2008  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume41/sss41-02.pdf>

Το πιο σημαντικό είναι να καταλάβετε ότι όλα συμβαίνουν σύμφωνα με το θέλημά Του. Ότι συμβαίνει είναι για το καλό σας. Με τέτοια σταθερή πεποίθηση, θα πρέπει να αποδεχτείτε την ευχαρίστηση και τον πόνο, το καλό και το κακό, με ηρεμία. Μπορεί να σας είναι δύσκολο να υποφέρετε τις ατυχίες. Θα πρέπει να προσευχηθείτε στον Θεό για να σας δώσει την απαραίτητη δύναμη για να τις αντέξετε. Μπορεί να έχετε δυσκολίες σήμερα, αλλά αύριο θα είναι διαφορετικά. Οι δυσκολίες είναι σαν τα περαστικά σύννεφα, σίγουρα θα υποχωρήσουν μπροστά στην ευτυχία.

Ομιλίες Σάτνα Σάι Τόμος 39 / κεφ.3, 26 Φεβρουαρίου 2006  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-03.pdf>

Να αντέχετε όλες τις δυσκολίες με την πεποίθηση ότι είναι βήματα που θα σας οδηγήσουν σε υψηλότερο επίπεδο. Μόνο τότε θα βιώσετε ειρήνη και ευτυχία. Εάν συνεχίζετε να ανησυχείτε για τις δυσκολίες σας, οι δυσκολίες θα αυξάνονται. Όταν προκύπτουν δυσκολίες, μην τις αντιμετωπίζετε ως προβλήματα.

Ομιλίες Σάττα Σάι, Τόμος 30 / κεφ.37: 29 Απριλίου 1997  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume30/d970429.pdf>

### **Οι επιθυμίες περιορίζουν την ευτυχία σας**

Κρατήστε τον νου σας μακριά από τις επιθυμίες που τρέχουν πίσω από φευγαλέες απολαύσεις. Στρέψτε τις σκέψεις σας μακριά από αυτές και κατευθύνετε τις προς τη διαρκή ευδαιμονία, η οποία απορρέει από τη γνώση της έμφυτης Θεότητάς σας. Να θυμάστε πάντα τα λάθη και τις αποτυχίες των απολαύσεων των αισθήσεων και της εγκόσμιας ευτυχίας.

Γκιάννα Βάχινι.27, σελ.27  
<http://www.sssbpt.info/vahinis/Jnana/Jnana25-27.pdf>

Να συλλογίζεστε συνεχώς τον Θεό. Τότε θα είστε πάντα ευτυχείς σωματικά, διανοητικά και πνευματικά. Δυστυχώς, σήμερα χάνετε μια τέτοια ποιότητα Θεϊκής Ευδαιμονίας λόγω διαφόρων επιθυμιών. Εάν μπορείτε να κρατήσετε αυτές τις επιθυμίες μακριά από εσάς, θα είστε πάντα ευτυχισμένοι.

Ομιλίες Σάττα Σάι, Τόμος38 / κεφ.1, 14 Ιανουαρίου 2005  
<http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume38/sss38-01.pdf>

### **Αναπτύξτε Αγάπη**

Εάν κλείσετε την πόρτα της καρδιάς στις κακές ιδιότητες, δεν θα μπορέσουν να μπουν σ' αυτήν. Δεν πρέπει να θυμώνετε με κανέναν, ούτε να επικρίνετε ή να βλάπτετε κανέναν. Εάν, για οποιονδήποτε λόγο, προκύψουν τέτοιες περιστάσεις, ελέγξτε τον εαυτό σας. Όταν σας καταλαμβάνει ο θυμός, απομακρύνετε τον αμέσως και θεωρήστε τον εχθρό. Λέγεται ότι ο θυμός είναι ο εχθρός σας, ενώ η υπομονή είναι η ασπίδα προστασίας σας και η ευτυχία ο παράδεισός σας. Γεμίστε την καρδιά σας με αγάπη και συμπόνια. Αν έχετε αγάπη στην καρδιά σας, θα βλέπετε τον Θεό παντού. Αν στερείστε αγάπης, θα βλέπετε μόνο το κακό. Όταν αναπτύξετε την σταθερή πίστη ότι ο Θεός είναι μέσα σας, ότι είστε ο Θεός και ότι το ίδιο το σώμα σας είναι ο ναός του Θεού, τότε δεν θα υπάρχει κανένα περιθώριο για θυμό, ζήλεια, υπερηφάνεια κ.λπ, που σας δημιουργούν τόσα προβλήματα. Ως εκ τούτου, αγαπημένοι Μου, αναπτύξτε αγάπη και συμπόνια.

Ομιλίες Σάττα Σάι, Τόμος39 / κεφ.7, 2 Μαΐου 2006  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume39/sss39-07.pdf>

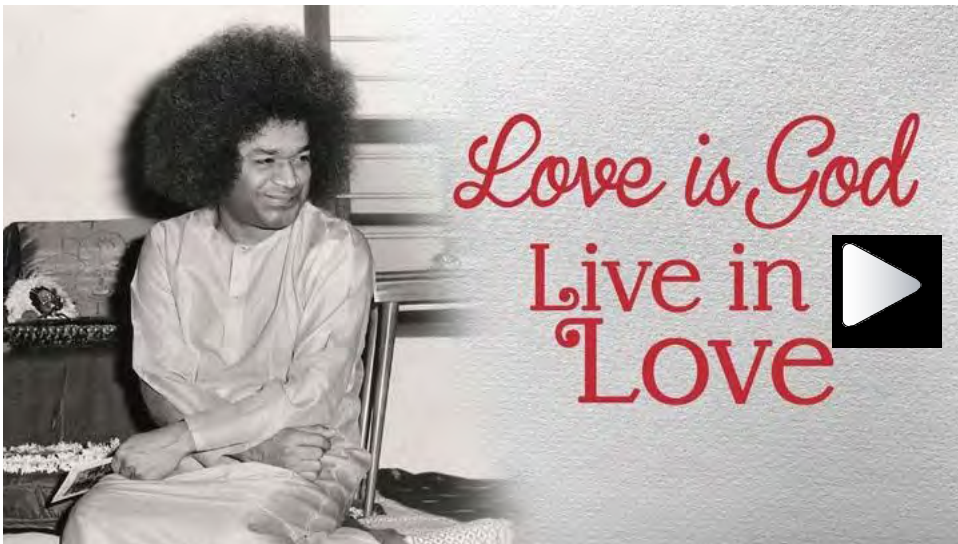
Μόλις αναπτύξετε αγάπη, δεν θα υπάρχει περιθώριο για κακές ιδιότητες όπως θυμός, ζήλεια κ.λπ. Εάν οι σκέψεις και οι ενέργειές σας είναι καλές, το μέλλον σας θα είναι καλό. Τότε ολόκληρη η χώρα και ολόκληρος ο κόσμος, θα ευημερήσει. Προσευχηθείτε για την ειρήνη και την ευημερία του κόσμου όλου.

Ομιλίες Σάττα Σάι, Τόμος33 / κεφ.7, 5 Απριλίου 2000  
<http://sssbpt.info/ssspeaks/volume33/sss33-07.pdf>



## ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

- Ποιος είναι υπεύθυνος για την ευτυχία και τη δυστυχία μας;
- Ποια στάση πρέπει να τηρούμε όταν βρισκόμαστε αντιμέτωποι με εμπόδια στη ζωή μας;
- Πώς η ηρεμία οδηγεί στην αληθινή ευτυχία;
- Πώς το όριο στις επιθυμίες μας αυξάνει την ευτυχία μας;
- Πώς μας βοηθά η αγάπη να ξεπεράσουμε τα εμπόδια για την ευτυχία;



Ομιλίες Σάτσα Σάι Τόμος 33/κεφ.17, August 31, 2001  
<http://www.ssbpt.info/ssspeaks/volume34/ss34-17.pdf>



sathyasai.org

©2020 Sathya Sai International Organization, All Rights Reserved