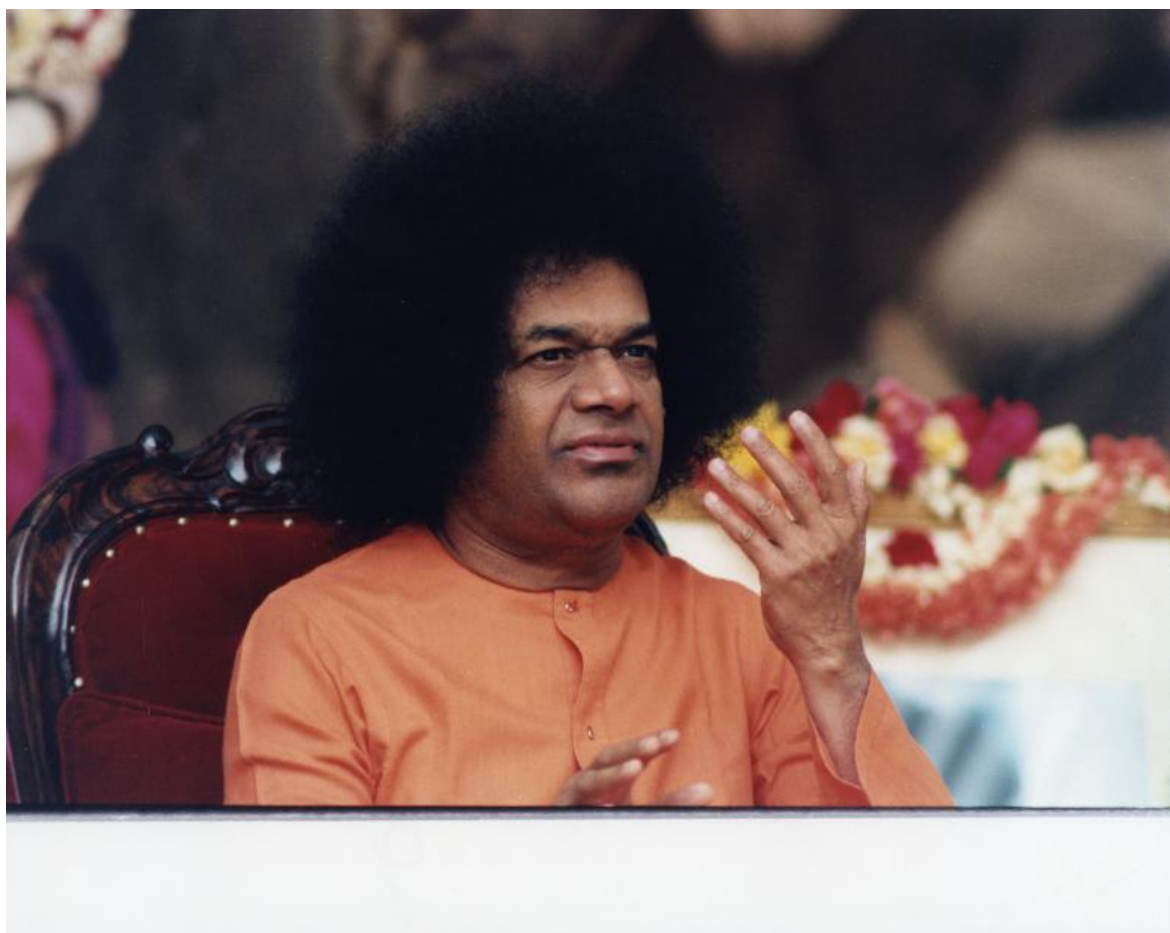


# Quotes for Global Sadhana

31 citater af Sathya Sai Baba - maj 2020



1

"So" betyder "Det", "Ham" betyder "Jeg".

Derfor betyder "Soham" "Jeg er Det".

"Det" henviser til Gud, der er til stede i mennesket i form af kærlighed.

Derfor bør mennesket bevare kærlighed sikret i sit hjerte. Andre tanker kommer og går som forbigående skyer. Kun kærlighed er permanent og evig.

Sathya Sai speaks Vol.40 / kap.22

2

Udvikl kærlighed. Gennem kærlighed alene kan du besejre sindet, og gennem kærlighed alene - kan du blive helbredt for enhver sygdom.

Kun kærlighed kan fjerne de onde egenskaber i dig.

Derfor, elsk alle.

Sathya Sai speaks Vol.33 / kap.10

3

Kærlighed er ikke noget, der kommer ind midtvejs i dit liv. Det er det Atmiske princip, der altid - hele tiden - er med dig. Du bør ikke tillade denne kærlighed at ændre sig fra tid til anden.

Du må forvandle alle dine tanker til udtryk for kærlighed.

At betragte hvilke som helst handlinger - du udfører - som et offer til Gud, er den bedste form for sadhana.

Uanset hvilke gode gerninger eller åndelige handlinger, du måtte udføre, hvis de ikke er gennemsyret af kærlighed, er de værdiløse.

Sathya Sai speaks Vol.25 / kap.21

4

Hvordan kan kærlighed fremelskes? Kun gennem kærlighed kan du pleje kærlighed. Der er ingen anden måde.

For at en plante kan vokse, er du nødt til at bruge gødning og vand.

Studerende burde indse, at for at fremme kærlighed til Gud, er de nødt til at anvende troens gødning og kærlighedens vand.

Kun således kan hengivenhedens plante vokse.

Sathya Sai speaks Vol.31 / kap.27

5

Pligt uden kærlighed er beklagelig. Pligt med kærlighed er ønskelig.

Kærlighed uden pligt er Guddommelig.

Pligt indebærer styrke eller tvang, mens kærlighed er spontan og udtrykker sig selv uden tilskyndelser udefra.

Al gentagelse af Guds navn, meditation og fortjenstfulde handlinger, du udfører, vil være nytteløse, hvis du ikke dyrker universel og uselvsk kærlighed.

Sommer Showers in Brindavan, 1979, kap 29

6

Kærlighed som tanke er Sandhed, Kærlighed som handling er Ret Adfærd,

Kærlighed som følelse er Fred, Kærlighed som forståelse er Ikke-Vold.

Kærlighed er uselvskhed - selvskhed er kærlighedsløst.

Kærlighed giver og tilgiver - selvskhed modtager og glemmer.

Sathya Sai speaks Vol.5 / kap.38

7

Ofre dine leveår, pengemidlerne, som du tjener eller besidder, i tjeneste for andre, der er i nød.

Kærlighed vokser ved en sådan tjeneste.

Tjeneste er den oprigtigste form for tilbedelse af Gud.

Sathya Sai speaks Vol.11 / kap.25

8

Man bør hellere være parat til at tjene andre - end vælge at blive tjent af disse. Desuden er der intet fortjenstfuldt i at tjene bedrestillede mennesker, for de kan blandt andet kræve tjeneste, ydet af de ansatte.

At yde tjeneste til personer, der er i samme omstændigheder som os selv, er heller ikke værd at anbefale.

Tjeneste skal ydes til dem, der er dårligere stillet end os selv, og som forsømmes af verden.

Sathya Sai speaks Vol.20 / kap.26

9

Man burde ikke være egoistisk og tænke, at man yder fremragende tjeneste.

Faktisk er tjeneste beregnet til at dræbe egoet.

Du kan ikke kalde det tjeneste, hvis den er ydet med ego.

Først og fremmest skal egoet være afdæmpet.

Sathya Sai speaks Vol.33 / kap.19

10

Man bør kun stræbe efter at gøre gode gerninger, som alene vil føre en til befrielse. Befrielse er ikke et objekt, der kan anskaffes udefra. Det er en vej til selve livet. Når du følger din iboende natur og fremelsker gode følelser, kan du opnå befrielse fra verdslig trældom.

Sathya Sai speaks Vol.27 / kap.10

11

Uselvisk tjeneste bringer dig nærmere mig. Blomsten, der er dit hjerte, får duft ved hjælp af den tjeneste, du udfører, og bliver derfor mere acceptabel for Mig. Kærlighed er essensen af denne duft.

Sathya Sai speaks Vol.13 / kap.18

12

Mere end udelukkende bordsøvelse, meditation eller tjeneste for andre - er det tiltænkt som en måde, hvormed man forvandler sig selv.

Med ydelse af tjeneste, burde I blive rørt af ægte bekymring for dem, I tjener.

I må forsøge at finde ud af årsagen til deres lidelse og forsøge at fjerne den.

Kun da, kan I udføre uselvisk tjeneste på en fyldestgørende måde.

Sathya Sai speaks Vol.17 / kap.16

13

Tjeneste betyder ikke udelukkende at hjælpe med hænder.  
Tal blidt og sødt. Tal gode ord. Det er også en form for tjeneste.

Sathya Sai speaks Vol.33 / kap.19

14

Hvad betyder enhed? Det er ikke kombinationen af mange;  
det er en erkendelsen af enhed.  
Når du har spejle rundt omkring dig, ser du dine mange former.  
Disse er alle dine forskellige former.  
Men dette er ikke sandheden.

Sathya Sai speaks Vol.42 / kap.19

15

For at opnå Guddommelighed, skal mennesket først af alt fremelske enhed.  
I enhed ligger den sande kultur. Enhed er det ideal, som mennesket bør stræbe efter  
at opnå.  
Enhver stor opgave kan fuldføres gennem enhed.

Sathya Sai speaks Vol.35 / kap. 2

16

Denne enhed er baseret på den Guddommelighed, der er til stede i alt i universet.  
Erkendelsen af denne enhed kan kun komme gennem fast tro på Gud.

Sathya Sai speaks Vol.34 / kap. 9

17

Når der er forståelse og harmoni i familien, vil fred sprede sig til samfundet og  
derfra til nationen og verden. Derfor er enhed det primære behov i dag.  
Enhed giver glæde og fred.

Sathya Sai speaks Vol.23 / kap. 31

18

Benyt en time om morgenen, en anden om natten og en tredje i de tidlige  
morgentimer (Brahmamuhurtha som det kaldes) - til gentagelse af Guds navn og  
meditation på Herren.

I vil opleve stor fred sænke sig over jer, og efterhånden som I gør fremskridt i denne  
åndelige disciplin, vil I opleve betydningsfulde nye kilder af styrke, vælde frem i det  
indre.

Efter nogen tid vil sindet dvæle ved Navnet, uanset hvor du er, og hvad du end  
engagerer dig i;  
og derefter vil fred og glæde være dine uadskillelige ledsagere.

Sathya Sai speaks Vol.1 / kap. 9

19

Hvis I ønsker at udvikle satwiske følelser og tanker, må jeres indstilling være ren. Hele skabelsen er baseret på observation.

Det er kun, når I har et forkert syn, at I har forkerte tanker.

I bør betragte enhver ældre kvinde som jeres moder og alle kvinder, der er yngre, som jeres søstre.

Når I er opfyldt af sådanne rene tanker, vil I have rene følelser.

Sathya Sai speaks Vol.18 / kap. 31

20

*Ren satwisk tjeneste.*

Med hensyn til tjeneste, skal du beslutte, hvad der er satwisk, og hvad der er rajasisk.

Vi renser gader, bygger veje i landsbyer eller graver brønde og gør det alt sammen som en tjeneste til samfundet.

Men den type tjeneste, som vi udfører, bør give sand lykke til folket.

Under betegnelsen "socialt arbejde" tager I hen til et hospital og henvender jer til en patient. Dette er ikke sand tjeneste.

I bør betragte enhver person, I ønsker at tjene, som en legemliggørelse af det Guddommelige.

At hjælpe de nødlidende og forsømte er at tjene Gud.

Sathya Sai speaks Vol.18 /kap. 31

21

Renhed er det sande kendetegn for et menneske.

Denne renhed bør manifesteres i alt, hvad man gør: i sine tanker, i det man ser eller siger, og i alt, hvad man gør.

Det er kun, når I udfolder en sådan renhed, I kan blive legemliggørelser af den Guddommelige Atma.

Da forsvinder sondringen mellem det Guddommelige og det verdslige.

Alt bliver Guddommeliggjort.

Sathya Sai speaks Vol.17 / kap.14

22

Renhed følger enhed og fra renhed opnås Guddommelighed.

For at opnå Guddommelighed må du fremelske renhed, og for renhed bør du leve i harmoni med alle.

Først da, vil du opnå positive resultater.

Sathya Sai speaks Vol.33 / kap. 21

23

Hvor der er enhed, skal der være renhed.

Hvor der er renhed, der er Guddommelighed.

I er alle nødt til at føre et liv under hensyntagen til disse tre aspekter af enhed, renhed og Guddommelighed.

I bør ikke vedblive at være ubekymrede om andres vanskeligheder og lidelser.

Betragt deres lidelser som jeres egne.

Den ene Gud dvæler i alle menneskers hjerter.

Gud er iboende selv i myrer og myg.

Der bør der være medfølelse i dit hjerte.

Sathya Sai speaks Vol.41 / kap.11

24

Når I sidder i meditation, skal I først recitere nogle få vers om Guds herlighed, så det urolige sind kan blive beroliget.

Derefter gradvis, mens I gentager Guds navn, forestil jer i det indre - billedet af den elskede form - som det navn repræsenterer.

Når sindet vandrer væk fra gentagelsen af Navnet, led det tilbage til billedet af Formen.

Når det vandrer væk fra Formen, led det tilbage til Navnet.

Sathya Sai speaks Vol.41 / kap. 14

25

Når vi tænker på meditation, er tre ting involveret.

For det første er der personen, der mediterer; for det andet er der genstanden for meditation; og for det tredje er der selve meditationsprocessen.

I ægte meditation burde alle disse tre smelte sammen.

Personen, der mediterer, skal identificere sig selv fuldstændigt med genstanden for meditation, og bør være uvidende om selv den omstændighed, at man mediterer.

Når I mediterer, bør jeres opmærksomhed være så opslugt af Formen, at I også mister jeres egen identitet og glemmer selve handlingen.

Sommer Showers in Brindavan, 1979,

26

Praktiser stilhed, for Guds stemme kan kun høres i din hjerteregion, når tungen og den indre storm er stilnet af, og sindets bølger faldet til ro.

Der vil ikke være nogen fristelse for andre til at råbe, når I taler til dem med en stille hvisken.

Indstil selv niveauet for tonelejet: så lavt som muligt, så højt som nødvendigt for at nå den yderste grænse for den kreds, I henvender jer til.

Spar på lyd, da det er elementet æters skat, som hidrører fra Gud Selv.

Sathya Sai speaks Vol.10 / kap. 4

27

Nogle personer bruger et lys som basis for meditation.

Lysen åbenbarer den enhed, der er basis for enheden eller det Guddommelige, såvel som mangfoldigheden, der genspejler manifestationerne af det Guddommelige.

Med denne metode kommer oplevelsen af lyksalighed ikke hurtigt.

Der er tre faser i denne type meditation: at forestille sig formen, at opleve formen og at erkende det - som en virkelighed.

Sathya Sai speaks Vol.17 / kap.6

28

Den vigtigste kvalitet er renhed.

I dag er alt forurenet. Vand, luft og alle de fem elementer er forurenede.

Som et resultat, er menneskets sind også forurenet.

Hvordan skal renhed opnås?

Fyld jeres sind med tanker om Gud, dediker alle jeres handlinger til Gud og betragt Gud som jeres indre drivkraft.

Sathya Sai speaks Vol.26 / kap. 36

29

At synge det Guddommelige navn er meget vigtigst i denne Kali-tidsalder.

Der er ingen bedre medicin end erindring eller gentagelse af Guds navn.

Derfor, syng altid det Guddommelige navn.

At synge det Guddommelige navn vil fjerne alle jeres problemer og uro, og skænke jer fred og lyksalighed.

Guddommelig Tale 12. juli 1996

30

'Namasankeerthana' - at synge Herrens navn er den ideelle vej, den rolige og stabile vej.

Gud tager en form;

når Han først har taget en form, har Han også et navn.

Således er meditation på Formen og at synge Navnet den ideelle åndelige vej, som har den perfekte kombination af Formen og Navnet.

Derfor, er det at synge Hans navn den kongelige vej til befrielse.

Guddommelig tale 19. juli 1996

31

I bør altid have Herrens navn på jeres tunge.

Når I udfører et hvilket som helst arbejde, skal det gøres med en bevidsthed om den iboende guddommelighed, da vil arbejdet bliver transformeret til tilbedelse.

Alt arbejde bør udføres med den følelse, at det er en guddommelig aktivitet.

Guddommelig tale 8. marts 1997