



Handleiding voor de Sathya Sai studiekring

'Als het hart tot het hart spreekt, wordt er liefde overgebracht.'
Sathya Sai Baba

1. Doel

Sathya Sai Baba zegt ons dat iemands spirituele groei het meest wordt bevorderd door een geïntegreerde beoefening van devotie, studie en dienstverlening. Het doel van een studiekering wordt door Sai Baba zeer helder uiteengezet:

'Het is niet zomaar boeken lezen. Een studiekering houdt in dat er een onderwerp wordt gekozen en dat elke persoon bespreekt wat dit voor hem/haar betekent - net als een rondetafelconferentie. Eenieder geeft de persoonlijke zienswijze, en tenslotte worden hieruit waarden afgeleid. Als er alleen maar gelezen wordt, is er twijfel, maar als iedereen zijn mening geeft zullen twijfels opgelost worden. Het onderwerp wordt onder de loep genomen, waarbij de studiekering de verschillende facetten bekijkt. Vergelijk het met een diamant met zijn verschillende facetten, al is er maar één facet dat horizontaal is, het bovenste, vanwaar ze allemaal kunnen worden overzien. Het ontdekken van dat bovenste facet is de taak (het doel) van de studiekering'.¹

Sathya Sai Baba zegt verder: *'Geen informatie, maar transformatie, geen instructie maar interpretatie moet het streefdoel zijn. Theoretische kennis is een last, tenzij deze in praktijk wordt gebracht, als zij zich tot wijsheid kan verlichten en in het dagelijks leven wordt opgenomen. Kennis die geen harmonie en heilheid in het leven brengt, is het niet waard geleerd te worden. Elke activiteit moet deugdelijk en nuttig zijn, door haar bijdrage aan het ontdekken van de waarheid, zowel van het Zelf als van de schepping'.²*

De studiekering levert de deelnemers veel voordeel op. Het belangrijkste voordeel is het opdoen van zelfkennis. Sai Baba zegt: *'In de studiekering kun je heel wat leren, maar het allerbelangrijkste dat je moet leren is je eigen ware natuur - je atmatattva. Alles over wereldse zaken willen weten zonder je ware zelf te kennen is alsof je de takken van een boom bestudeert en de wortels negeert'.³*

2. De juiste studiemethode

Wat is de juiste studiemethode? Swami beantwoordt deze vraag als volgt: *'Dit is de juiste studiemethode - lezen, overdenken en geregeld toepassen in je leven. Studeren is werken. Onderzoek naar de waarde en toepasbaarheid van het bestudeerde is erediens. Het ondervinden van de geldigheid en waarde van de praktische toepassing is wijsheid'.⁴*

Sai Baba waarschuwt ons in de volgende verklaring om de studiekering niet in een leesgroepje te veranderen: *'Nog iets over de studiekering. Ik ben niet voor het lukraak lezen van boeken, hoe waardevol ze ook kunnen zijn. Veel lezen verwacht de geest; het moedigt redetwist en intellectuele hoogmoed aan. Waar ik op aandring is dat het gelezene in praktijk wordt gebracht - tenminste een of twee dingen ervan. Bovendien moet je altijd onthouden dat het boek slechts een advies, een leidraad, een wegwijzer is. Met lezen wordt de reis niet voltooid. Het is slechts een eerste stap. Lees om het te kunnen beoefenen, niet om het lezen zelf. Teveel boeken in de kamer duiden op een persoon die aan verstandelijke ziekte lijdt, zoals teveel potjes, capsules en flesjes in de kast duiden op iemand die lichamelijke ziek is. Voorlezing van boeken of passages uit boeken kun je het beste op een ander tijdstip doen, niet als vervolg op, of voorafgaand aan het zingen van devotionele liederen'.⁵*
'Studeer met vertrouwen en toewijding. Verdiep je in de waarde en betekenis van wat je leest, en blijf

¹ *Conversation with Sathya Sai Baba*, blz. 125-126 (152 blz.)

² *Sathya Sai Speaks* 9, blz. 56 (2e Amerikaanse editie 261 blz.)

³ *Sathya Sai Speaks* 18, blz. 18

⁴ *Sathya Sai Speaks* 9, blz. 596 (2e Amerikaanse editie 261 blz.)

⁵ *Sathya Sai Speaks* 6, blz. 221-222 (1e Amerikaanse editie, 336 blz.)

*altijd voor ogen houden dat het gelezene in praktijk gebracht wordt. Als je dit niet doet, zal de studiekring altijd een halve cirkel blijven, dan kan de cirkel niet rond worden.*⁶

3. Belangrijke leidende principes

De volgende vier principes kunnen beschouwd worden als de belangrijkste richtlijnen om ervoor te zorgen dat het overleg in de studiekring voldoet aan de hoogste eisen, zoals die door Sai Baba zijn voorgeschreven voor uitwisseling van zienswijzen door spirituele zoekers.

3.1 Het principe van tactvol leiderschap van de gespreksleider

Elke deelnemer heeft recht op tactvolle aanmoediging en leiding. De gespreksleider, die de verantwoordelijkheid heeft dat de groep zich aan de tijd, de opdracht en de richtlijnen houdt, moet zich op een liefdevolle wijze gedragen. De gespreksleider dient een verlegen persoon te stimuleren, maar tevens iemand die wat overheersend wordt liefdevol te begrenzen. De gespreksleider moet de presentator aanmoedigen om diens samenvatting van studiemateriaal kort en bondig te houden. Tevens dient hij/zij het houden van lange lezingen en het gebruik van taal, die niet door alle aanwezigen begrepen wordt, te ontmoedigen.

3.2 Het principe van gelijke kansen voor deelnemers om zich uit te drukken

Eenieder behoort de kans te krijgen om beurtelings, kringsgewijs over het onderwerp van de studiekring te spreken. Het is belangrijk dat de volgorde kringsgewijs wordt aangehouden, waarbij wordt vermeden dat alleen diegenen het woord krijgen die onmiddellijk reageren. Ook krijgt niemand meer tijd of minder respect dan een ander. Hoewel sommige deelnemers misschien meer kennis hebben of welbespraakter zijn, heeft iedereen evenveel recht om zich te uiten. De bijdrage van minder geïnformeerden worden evenveel gewaardeerd als die van elke andere deelnemer.

3.3 Het principe van zienswijzen uitwisselen zonder elkaar met redenen te bestrijden

Alle leden van de kring moeten zich vrij voelen om zonder vrees voor tegenspraak te kunnen spreken. Elke persoon moet de eigen ideeën naar voren brengen, zonder te proberen te weerleggen wat anderen hebben gezegd. Elke persoon heeft er recht op dat zijn/haar commentaar gerespecteerd en terdege overwogen wordt.

3.4 Het principe van gelijke kansen voor iedereen om presentator te zijn

Elk lid dient de kans te krijgen een onderwerp aan de groep te presenteren en dient hiertoe ook aangemoedigd te worden. Leiderschap vergroot het zelfvertrouwen en helpt om zich op de studiediscipline toe te leggen. Wanneer we Sai Baba's leringen in onze eigen woorden uitleggen en voorbeelden uit ons eigen leven gebruiken, verplichten we ons om naar die woorden te handelen. Mettertijd wordt het vermogen tot studie en presentatie versterkt. We moeten leden de kans geven om te groeien en deze vaardigheden te ontwikkelen, zoals we ook vol geduld beginnerspogingen bij het voorzingen en de dienstverlening aanmoedigen.

⁶ *Sathya Sai Speaks* 7, blz 59 (2e Amerikaanse editie, 261 blz.)

4. Actieplan en richtlijnen

4.1 Procedure studiekring

De studiekring dient regelmatig gehouden te worden, indien mogelijk wekelijks. De plaats van samenkomst dient voor alle leden goed bereikbaar te zijn en elke deelnemer moet zich er welkom voelen. Elke deelnemer is een waardevol lid van de groep en heeft anderen iets te leren. Net als in andere activiteiten van een Sai centrum/groep vraagt Sai Baba of ook tijdens de studiekring mannen en vrouwen gescheiden in de kring zitten. Dit helpt alle deelnemers om zich beter te concentreren op het gegeven onderwerp.

Sai Baba zegt dat er geen bepaalde limiet is aan het aantal deelnemers van de studiekring. De grootte van de beschikbare ruimte en de toegemeten tijd kunnen echter begrenzingsnodig maken. Dit is met name het geval als niet alle leden op dezelfde tijd of plaats bijeen kunnen komen. Als dat het proces kan vergemakkelijken mag er meer dan één studiekring gehouden worden. Ook kunnen belangenverschillen het nodig maken dat er thema's worden aangeboden die betrekking hebben op een specifieke groep binnen een centrum/groep. Een groep ouders zal zich bijvoorbeeld graag willen verdiepen in vraagstukken over de opvoeding van hun kinderen. Een tijdslimiet van vijfenveertig minuten tot een uur biedt voldoende tijd voor een goede bespreking zonder vermoeiend te worden.

Begin de studiekring met driemaal *Om* om een sfeer van heiligheid en samenwerking te scheppen.

De presentator geeft dan een korte samenvatting van het studiemateriaal, waarbij de hoofdpunten naar voren worden gebracht voor degenen die het studiemateriaal niet van tevoren hebben bekeken. Die samenvatting kan het beste kort zijn, niet meer dan tien of vijftien minuten, en moet vanuit het hart komen. Om de discussie geconcentreerd te houden is het beter dat de presentator de groep niet meer dan een of twee vragen met betrekking tot het onderwerp ter overweging voorlegt. De vraag dient een praktisch probleem in te houden, dat deelnemers zal helpen om een bepaald iets van hun spirituele leven beter te begrijpen. Met transformatie als ons doel is het nuttig om de discussie te richten op kwesties met betrekking tot ons gedrag als Sai devotees.

Laat de groep voor het begin van de discussie twintig of dertig seconden nadenken over de vraag van de presentator. Dit helpt de leden om zich te concentreren en maakt dat ze zich meer in de gestelde vraag verdiepen. Na de meditatie kan de gespreksleider de leden vragen wie wil beginnen. Als de eerste vrijwilliger heeft gesproken maakt de studiekring de ronde met de wijzers van de klok mee, zodat iedereen achtereenvolgens de kans krijgt om te spreken, of de beurt voorbij te laten gaan. Indien nodig kan de gespreksleider de volgorde in de kring aangeven, als niet duidelijk is wie aan de beurt is of als iemand klaar is met spreken. Nieuwe of stille leden zullen vaak pas reageren als ze nog eens hiertoe worden uitgenodigd en ze rustig de tijd krijgen om te spreken.

De gespreksleider dient vanaf het begin duidelijk te maken dat niets van wat anderen hebben gezegd mag worden tegengeworpen. Eenieder moet zich vrij voelen om zonder angst voor tegenspraak op de vraag te reageren. Er mag geen oordeel van wel of niet juist over het gesprokene gegeven worden. Men kan als reactie de eigen zienswijze voorleggen, maar men mag geen kritiek op de zienswijze van anderen uitoefenen. Deelnemers die de indruk krijgen dat hun ideeën niet gerespecteerd worden, zullen voortaan hun mond houden en wellicht niet meer komen.

Nadat iedereen een kans heeft gehad om te spreken, kan de gespreksleider de groep als geheel vragen of iemand van degenen, die de beurt voorbij hebben laten gaan, alsnog op de vraag wil reageren. Het is niet de bedoeling iemand onder druk te zetten, maar wel iedereen de kans te geven. Als de tijd het toelaat kan er nogmaals een ronde gemaakt worden. Wanneer iedereen de kans heeft gehad om te reageren, kan de presentator zijn/haar eigen visie op de vraag geven en de discussie samenvatten.

Voor de deelnemers ligt het meeste profijt in het delen van elkaars zienswijzen, die ze dan in spirituele zin in het dagelijks leven toepassen. Leden van de studiekering vinden vaak evenveel baat bij wat ze zichzelf horen zeggen als wat ze anderen horen zeggen. Er is weinig verplichting om te handelen naar wat anderen zeggen, maar wel zijn we zeer verplicht te handelen naar wat we zelf in de studiekering verwoorden. Wanneer in de studiekering opgedane kennis in praktijk wordt gebracht, kan dit gaandeweg tot wijsheid leiden.

4.2 De gespreksleider

Een gespreksleider binnen het Sai centrum/de Sai groep is verantwoordelijk voor het algemeen functioneren van de studiekering. De gespreksleider kan de spiritueel coördinator zijn of diens afgevaardigde. Omwille van continuïteit en stabiliteit kan de functie van gespreksleider beter langere tijd door dezelfde persoon worden vervuld - verander niet elke week of elke maand van gespreksleider.

De taak van de gespreksleider is de coördinatie van de selectie van studiemateriaal met de kringleden en het benoemen van een lid die het onderwerp van de volgende zitting zal presenteren. De gespreksleider zal de studiekeringbijeenkomsten van het centrum/de groep aankondigen en de mensen stimuleren om te komen. Als er nieuwe deelnemers bij zijn, kan de gespreksleider vóór aanvang nog eens de regels van de studiekering doornemen, of desgewenst een samenvatting geven van vorige studiekeringen, die op hetzelfde onderwerp betrekking hebben. Deze persoon zal letten op het goede verloop van de discussie, door de mensen liefdevol op het goede spoor en binnen de gestelde tijdslimiet te houden. Als iemand te ver van het eigenlijke onderwerp van de studiekering afdwaalt, zal de gespreksleider deze persoon vriendelijk helpen herinneren. Indien nodig kan de gespreksleider vragen of er vrijwilligers zijn die een latere bijeenkomst willen presenteren.

4.3 De presentator

De functie van presentator dient elke bijeenkomst door een ander lid te worden waargenomen. De presentator zou een korte presentatie over het onderwerp van de studiekering kunnen houden, die niet langer dan tien of vijftien minuten mag duren. De groep kan uit een gemeenschappelijk boek lezen waarvan de presentator een gespreksthematema voorbereidt. Of de presentator kan informatie over een menselijke waarde of een ander spiritueel thema verzamelen (zie punt 5). De presentator kan het beste eigen ervaring erbij betrekken of in elk geval de gesprekken op de praktijk gericht houden. Theoretische voordrachten en politieke thema's zijn ongeschikt.

De presentator is een van de leden van de studiekering. Elke persoon in de groep moet aangemoedigd worden om presentator te zijn. Het is belangrijk dat de presentatie van onderwerpen door veel verschillende leden wordt verzorgd. Doorgaans werkt het ten nadele van de groepsdynamiek, wanneer bepaalde leden worden verheven tot 'experts', wier mening meer gewicht in de schaal legt, die meer tijd voor hun voordracht of antwoord krijgen, of die regelmatig het laatste woord mogen nemen.

De openingspresentatie van een onderwerp is geen opvoering om de kennis of presentatievaardigheden van de leider tentoon te spreiden; het is een katalysator, die het proces van de gedachteswisseling in gang zet. Het is beter dat de presentator met eigen woorden over Sai Baba's leringen vertelt, dan dat er simpelweg een citaat ter discussie wordt voorgelezen. Als er in de studiekering een citaat of voorlezing gebruikt wordt, dient deze kort en toepasselijk te zijn (zie Sai Baba's opmerkingen over voorlezing in punt 1).

5. Onderwerpen voor de studiekring

Voor de discussie of voorlezing dient men gebruik te maken van informatie uit bronnen die algemeen als gezaghebbend beschouwd worden. De beste informatie zijn de werken en toespraken van Sri Sathya Sai Baba. Sai Baba schreef persoonlijk de serie *Vahini's*. De reeks *Sathya Sai Speaks* zijn vertaalde toespraken van Sai Baba. Daarnaast zijn Sai Baba's lessen uit de zomercursussen voor academische studenten samengebracht in de reeks verhandelingen *Summer Showers*. Andere toespraken worden gepubliceerd in het maandblad *Sanathana Sarathi* (dat wordt uitgegeven door de *Central Book Trust* in India), in de Amerikaanse *Sathya Sai Newsletter* en op de officiële website van de internationale Sai organisatie www.sathyasai.org. Nederlandse vertalingen van Sai Baba's toespraken zijn te vinden in de drie delen *Sathya Sai Spreekt*, in het driemaandelijks tijdschrift *Sathya Sai Baba Nieuws* en op de website www.sathyasai.nl.

Vaak zijn de concrete spirituele problemen en aangelegenheden van toegewijden geschikt als onderwerp voor discussie. Als een lid moeite heeft met een theoretische of praktische kwestie, kan het voor die persoon nuttig zijn om dat in een studiekring te bespreken. Als één lid met een vraag zit, zullen gewoonlijk ook anderen dezelfde vraag hebben. Met name jonge volwassenen kiezen er vaak voor om zich te richten op aspecten uit het dagelijks leven.

Ook kan het goed zijn om in een Sai Baba centrum/groep discussies te wijden aan het doel van het centrum/de groep of aan de studiekring zelf. Door studiekringen te houden over het belang van de activiteiten van het centrum/de groep, krijgen nieuwkomers een beter inzicht in de betekenis en doelstelling van de centrumactiviteiten of de groepsactiviteiten.