

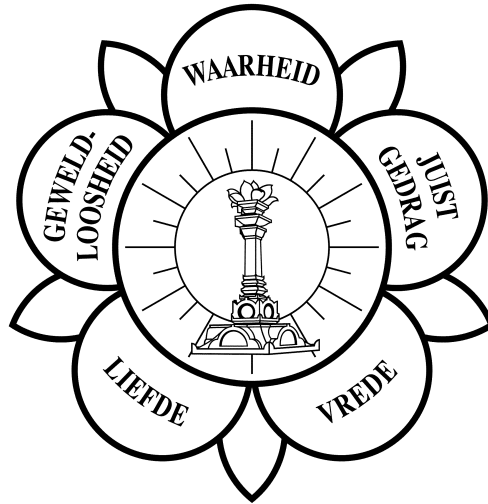
# STUDIEGIDS

# *Liefde*

Een compendium van toespraken en citaten uit de werken van

Sathya Sai Baba



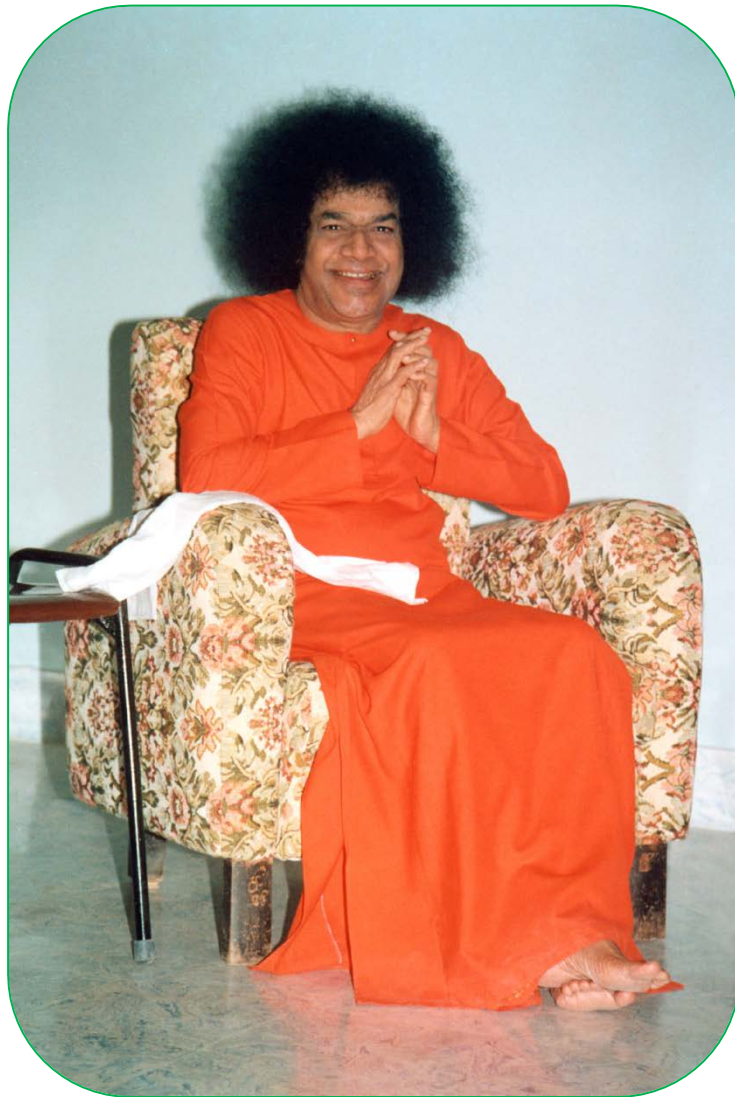


© 2014  
Sathya Sai Internationale Organisatie  
Alle rechten voorbehouden  
© Vertaling St. Sri Sathya Sai Baba - Nederland

Copyright © 2014  
Sathya Sai Internationale Organisatie

Copyright © 2014 Nederlandse vertaling  
Stichting Sri Sathya Sai Baba - Nederland  
[www.sathyasai.nl](http://www.sathyasai.nl), [info@sathyasai.nl](mailto:info@sathyasai.nl)

Oorspronkelijke titel:  
Love, Study guide; a compendium of discourses and quotes from the works of  
Bhagawan Sri Sathya Sai Baba.



Opedragen met liefde en eerbied  
aan de goddelijke lotusvoeten van  
**Bhagavan Sri Sathya Sai Baba,**  
de belichaming van goddelijke liefde

*Plicht zonder liefde is betreurenswaardig.  
Plicht met liefde is wenselijk.  
Liefde zonder plicht is goddelijk.  
Plicht suggereert dwang, terwijl liefde spontaan is en zich uit zonder  
aansporing van buitenaf.  
Herhaling van Gods naam, meditatie en de goede daden die je  
verricht zijn allemaal zinloos als je geen universele en onbaatzuchtige  
liefde ontwikkelt.*  
- Sathya Sai Baba, *Summer Showers* 1979, toespraak 29

*Ik ben gekomen om de lamp van liefde in jullie hart te ontsteken, om  
erop toe te zien dat ze van dag tot dag stralender schijnt. Ik ben niet  
gekomen om namens enige specifieke geloofsovertuiging of religie te  
spreken, zoals het hindoeïsme. Ik ben niet gekomen ten behoeve van  
een publiciteitsmissie voor enige sekte, gezindte of zaak; noch ben ik  
gekomen om volgelingen voor enige doctrine te verzamelen. Mijn plan  
is niet om leerlingen of toegewijde mensen in mijn of enig ander  
gevolg aan te trekken. Ik ben gekomen om jullie te vertellen over dit  
universele, unitaire geloof, dit atmisch beginsel, dit pad van liefde, dit  
dharma van liefde, dit werk van liefde, deze verplichting om lief te  
hebben.*  
- Sathya Sai Baba, *Sathya Sai Speaks* 8, toespraak 22, 4 juli 1968



## Noot van de samensteller

**D**eze studiegids is een compendium van toespraken en citaten van de volgende werken van Sathya Sai Baba: *Sathya Sai Speaks*, *Vahini's* en *Summer Showers*. De redactieleden hebben ernaar gestreefd een getrouwe kopie te geven van de citaten zoals ze voorkomen in de online uitgaven van de genoemde werken, met uitzondering van kleine aanpassingen om de leesbaarheid en samenhang in de context van de studiegids te bevorderen. Indien nodig wordt verwezen naar originele audiobestanden van Baba's toespraken. De lezer kan deze toespraken en citaten makkelijk vinden op de internationale website <http://www.sathyasai.org> door te klikken op 'Discourses-Writings' in het bovenste menu.

## Voorwoord

**D**eze set van twee studiegidsen, *Liefde en Onbaatzuchtige Dienstverlening*, is een compendium van zorgvuldig gekozen toespraken en citaten uit de toespraken en geschriften van Sathya Sai Baba over de thema's liefde en onbaatzuchtige dienstverlening. De twee uitgaven zijn samengesteld ten behoeve van individuen en groepen voor de pre-wereldconferenties ter voorbereiding van de Tiende Wereldconferentie in Prasanthi Nilayam, die in november 2015 gehouden zal worden. De twee studiegidsen kunnen ook nut hebben voor elke spirituele zoeker naar teksten over de onderwerpen liefde en onbaatzuchtige dienstverlening.

De keuze van deze twee thema's is weloverwogen. Als de essentie van Swami's leven en leringen in één woord samengevat moest worden, dan zou dat woord 'liefde' zijn. Sathya Sai Baba's leven, zijn boodschap, zijn idealen en zijn humanitaire werken kunnen allemaal met één woord omschreven worden - liefde. Zijn leven is zijn boodschap en zijn boodschap is liefde. Hij is waarlijk de belichaming van liefde - liefde op twee benen. Hij zegt: *'God is liefde; leef in liefde'*, en spoort ons aan met: *'Begin de dag met liefde, vul de dag met liefde, eindig de dag met liefde - dit is de weg naar God'*. Zoals de maan alleen bij maanlicht gezien kan worden en niet met behulp van een kaars, zo kan God, die de belichaming van liefde is, alleen door liefde ervaren worden. *'Maar deze liefde'*, zo zegt Swami, *'is onvoorwaardelijke, zuivere en onbaatzuchtige liefde die met eenpuntige aandacht op God gericht is.'*

Toen Jezus Christus gevraagd werd wat het grootste gebod is, zei hij: 'Het grootste en eerste gebod is: bemin God met heel je hart, geest, ziel en kracht en bemin je naaste gelijk jezelf'. De apostel Paulus schrijft in zijn brief aan de Korintiërs: 'Heb geloof, hoop en liefde, maar de grootste hiervan is liefde'. Baba zegt: *'Liefde is de bron, liefde is de weg en liefde is het doel'*. Dus als we ons leven met liefde doordrenken wordt het geheiligd. Baba zegt: *'De grootste voorbeelden van zuivere, ongerepte liefde zijn de gopi's, de herderinnetjes van weleer uit Brindavan'*. Er zijn nog wat andere voorbeelden van zuivere, onvoorwaardelijke, goddelijke liefde in dit compendium. Wie dit ene goddelijke principe kan beheersen zal automatisch ook de andere vier menselijke waarden - waarheid, vrede, rechtschapenheid en geweldloosheid - beheersen. Volmaakte beheersing van liefde staat gelijk met niets minder dan zelfverwerkelijking.

Onbaatzuchtige dienstverlening is misschien wel het enige, meest efficiënte en universele instrument om dit goddelijke principe van liefde te begrijpen, ervaren en tot uitdrukking te brengen. Dienstverlening is liefde in actie. Baba zegt dat de beste manier om God lief te hebben is om iedereen lief te hebben en iedereen te dienen. Het hoofddoel van de Sathya Sai Organisatie is: mensen te helpen hun ingeboren goddelijkheid te realiseren, door goddelijke liefde in praktijk te brengen door middel van onbaatzuchtige dienstverlening. Baba heeft ook duidelijk gemaakt dat de kwaliteit van dienstverlening het belangrijkste is en niet de kwantiteit. De geest of het motief achter de dienst is de beslissende factor. Als we dienstverlening doen, moeten we voelen dat we God dienen. Daarom zegt Baba: 'Dien de mens, dan dien je God'. Het dienen op deze wijze doet ons beseffen dat 'dienstverlening wordt gedaan door God, aan God en voor God'. Degene die dient, de ontvanger van de dienstverlening en het proces van dienen zijn allen één en zijn allen goddelijk. Zoals het bewijs van regen de vochtigheid van de grond is, zo worden wij door zuivere, onbaatzuchtige, liefdevolle dienstverlening getransformeerd en ervaren we opperste vrede en gelijkmoedigheid - 'vrede die elk begrip te boven gaat'.

Sathya Sai waarschuwt ons voor grote obstakels die onbaatzuchtige dienstverlening in de weg staan: ego (*ahamkara*) en gehechtheid (*mamakara*) en het gevoel de doener en de genietter te zijn. Een echte Sathya Sai vrijwilliger streeft ernaar deze obstakels door onbaatzuchtige dienstverlening te overwinnen. Dienstverlening op zuivere, onzelfzuchtige wijze wordt dan *yoga* - leidt tot eenheid met God. Baba zegt, dat als we werkelijk beseffen: 'Dien de mens dan dien je God', wij tevens de ultieme waarheid ervaren van: 'Alles is doordrongen van God' (*Ishavasyam idam sarvam*).

De twee onderwerpen - liefde en onbaatzuchtige dienstverlening - zijn daarom fundamenteel en volledig met elkaar verbonden.

Sathya Sai Baba's leringen zijn een schat zonder weerga. Het is mijn oprechte hoop dat de lezers zich deze schat niet laten ontglippen. Dit compendium is bedoeld om de lezers gemakkelijk toegang te verlenen tot Baba's leringen over deze twee belangrijke thema's. Mijn oprecht gebed is dat werkelijk iedere lezer de goddelijke aanwezigheid van Sathya Sai Baba door zijn woorden over liefde en onbaatzuchtige dienstverlening in deze studiegidsen mag ervaren en daardoor getransformeerd deze idealen in praktijk brengt.

Laten wij ons in de lieflijke woorden van Swami verdiepen, ons met zijn liefde doordrenken en ons leven verlossen door zijn universele en eeuwige boodschap van liefde en onbaatzuchtige dienstverlening dagelijks in praktijk te brengen.

Hierbij offer ik mijn innige dankbaarheid aan hem die de begrippen liefde en onbaatzuchtige dienstverlening door zijn geschriften en toespraken zo simpel en gemakkelijk te begrijpen heeft gemaakt. Nederig vraag ik zijn zegen en genade namens elke lezer die de bladzijden van deze gidsen doorneemt om te leren hem te volgen.

Dr. Narendranath Reddy  
Voorzitter Prasanthi Council

# Inhoudsopgave

Noot van de samensteller	5
Voorwoord	6
<b>DEEL I</b>	
Hoofdstuk 1 Wat is liefde?	10
Hoofdstuk 2 Hoe lief te hebben	23
Hoofdstuk 3 Het ontwikkelen van liefde	35
Hoofdstuk 4 Hindernissen op de weg van liefde	46
Hoofdstuk 5 Liefde en menselijke waarden	52
Hoofdstuk 6 De kracht van liefde	57
Hoofdstuk 7 Kenmerken van iemand die God liefheeft	63
Hoofdstuk 8 Liefde - het pad naar Zelfrealisatie	69
Hoofdstuk 9 Voorbeelden van goddelijke liefde	75
<b>DEEL II</b>	
Toespraak 1 <i>Parama prema</i> of goddelijke liefde	85
Toespraak 2 De kracht van goddelijke liefde	88
Toespraak 3 De ware naam van God is liefde	92
Toespraak 4 Liefde is God; leef in liefde	99

# DEEL I

## HOOFDSTUK 1

# Wat is liefde?

### Inleiding

*'Ik scheidde mijzelf van mijzelf af, zodat ik mijzelf kan liefhebben'*, verkondigt de Heer. Liefde is de allereerste impuls en de basis van de schepping. Liefde is God. Deze liefde neemt veel verschillende vormen aan in de wereld van verschijnselen en verschaft mensen een verscheidenheid aan ervaringen. Terwijl de vorm die liefde aanneemt steeds verandert, afhankelijk van de soort relatie tussen mensen, blijft het beginsel van liefde onveranderlijk.

In dit hoofdstuk geeft Baba een opsomming van de verschillende soorten liefde die mensen ervaren en hij maakt het verschil duidelijk tussen menselijke liefde en goddelijke liefde. Menselijke liefde is tijdelijk en is gebaseerd op gehechtheid en genegenheid. Goddelijke liefde is puur, onbaatzuchtig en blijvend. Swami vertelt ons dat echte devotie (*bhakti*) liefde voor God is. Deze liefde moeten wij aankweken om zo belichamingen van pure liefde te worden.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Liefde - de basis van de schepping
- ❖ Liefde - de essentie van devotie
- ❖ Liefde - de weg naar God
- ❖ Alle liefde is EEN
- ❖ Wereldse liefde
- ❖ Goddelijke liefde
- ❖ Liefde is God

## ❖ Liefde - de basis van de schepping

Zie jezelf in mij, want ik zie mijzelf in jullie allen. Jullie zijn mijn leven, mijn adem, mijn ziel. Jullie zijn allemaal mijn vormen. Wanneer ik van jullie houd, dan houd ik van mijzelf. Wanneer jullie van jezelf houden, dan houden jullie van mij. Ik heb mij van mijzelf afgescheiden opdat ik mijzelf kan liefhebben. Mijn geliefden, jullie zijn mijn eigen zelf.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 18, 29 mei 1996, colofon

De aantrekkingskracht die God, het onmetelijke *Brahman*, heeft voor het atoom (*anu*) is de aantrekkingskracht van het geheel voor het deel. Het is de basis van alle liefde - de liefde van de moeder, van de vader en zoon, van de vriend, de echtgenoot en zelfs van de God toegewijde mens. Het individuele zelf (*jiva*) heeft *Brahman*, het geheel waarvan het zelf een deel is, lief. Zie allen als delen van hetzelfde geheel waartoe je behoort. Dan kan er noch haat, noch afgunst, hebzucht of hoogmoed zijn.

- *Sathya Sai Speaks* 12, toespraak 40, Brindavan, Summer Camp 1974

Alles is gebaseerd op liefde, uitsluitend op liefde. De mens wordt geboren in liefde, wordt gedragen door liefde en gaat uiteindelijk op in liefde. Liefde is het fundament van menselijk leven. Maar jullie vergeten deze ware liefde en laten je meevoeren door wereldse en lichamelijke liefde, die geen liefde in de ware betekenis is.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 19, 20 november 2000

In deze wereld is liefde de grootste van alle deugden. Liefde is waarheid. Liefde is rechtschapenheid. En liefde is rijkdom. Deze wereld is ontstaan uit liefde, wordt gedragen door liefde en gaat uiteindelijk op in liefde. Elk atoom heeft zijn oorsprong in liefde. Er zijn talloze krachten in deze wereld, zoals atoomkracht en magnetische kracht, maar de kracht van liefde overtreft ze allemaal. Zonder geloof en liefde is het leven zinloos en nutteloos. Liefde is leven, liefde is alles voor mensen in deze wereld. Uit liefde zijn de vijf elementen ontstaan. Het is liefde die in ieder mens stralend schijnt. Maar mensen zijn niet in staat de draagwijdte van liefde te begrijpen en vereenzelvigen haar met een fysieke relatie. De liefde van een moeder voor haar kind is moederliefde (*vatsalya*). De liefde tussen man en vrouw is gehechtheid (*moha*). De liefde tussen vrienden en verwanten is genegenheid (*anuraga*). De liefde voor materiële dingen is verlangen (*iccha*). Liefde voor God in totaliteit wordt devotie of toewijding (*bhakti*) genoemd.

- *Sathya Sai Speaks* 32, deel 2, toespraak 2, 28 juli 1999

Bij nadere beschouwing komen wij tot de ontdekking dat het leven zelf liefde is. Ze zijn niet twee maar één. Liefde is het wezen zelf van leven, zoals branden het wezen van vuur is, of natheid dat van water, of zoetheid dat van suiker. Wij verzorgen een plant zolang als haar bladeren groen zijn. Wanneer ze verdorren en de plant een levenloos stuk hout wordt, dan stopt onze liefde. Er is liefde zolang als er leven is. Er is liefde voor de moeder zolang zij in leven is. Wanneer ze sterft, dan begraven wij haar zonder enig schuldgevoel. Liefde is verbonden met het leven. In feite is liefde leven. Iemand die geen liefde te delen heeft is vrijwel dood. Dit is de reden waarom liefde zich in een steeds wijdere kring uitbreidt.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 37, 25 december 1981

Liefde is niet iets dat halverwege je leven haar intrede doet. Ze is het wezen van de ziel (*atma*) dat werkelijk altijd bij je is. Sta niet toe dat deze liefde van moment tot moment verandert. Vorm al je gedachten om tot uitdrukkingen van liefde. Beschouw alles wat je doet als een offer aan God; dat is de beste vorm van geestelijke discipline. Welke goede daden of

spirituele handelingen je ook verricht, indien ze niet doordrongen zijn van liefde hebben ze geen enkele waarde.

- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 21, 30 mei 1992

Liefde is er voor de liefde en voor niets anders. Ze is spontaan en verschaft grote vreugde. Alles is doordrongen van liefde. Liefde ziet met het hart, niet met de ogen. Ze luistert niet met de oren maar vanuit de stilte van het hart. Ze spreekt niet met de tong maar door mededogen. Mededogen, vriendelijkheid en liefde zijn verschillende woorden die hetzelfde betekenen. Er bestaan veel synoniemen voor liefde. Liefde komt alleen voort uit het hart en uit geen enkele andere bron. Liefde is onsterfelijk, als goddelijke nectar, gelukzalig en oneindig. Een hart vervuld van liefde is onbegrensd. Net zoals rivieren met verschillende namen en vormen in de oceaan opgaan en er één mee worden, zo stroomt liefde in haar vele verschijningsvormen de oceaan van het hart binnen en vereenzelvigd zich ermee.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 38, 25 december 1995

Het is onmogelijk het beginsel van liefde volledig te beschrijven. Liefde trekt iedereen aan. De liefde van God manifesteert zich in de vorm van natuur. Daarom trekt de natuur iedereen aan. 'Krishna is degene die bekoort' (*karshatiti Krishnah*). God trekt iedereen aan en geeft allen gelukzaligheid. Hij is de belichaming van zoetheid. Mensen bereiden allerlei soorten zoetheid, maar in al die soorten zit dezelfde suiker. Zo is ook dezelfde goddelijkheid aanwezig in alle namen en vormen die we in deze wereld zien. God kan niet tot een specifieke vorm beperkt worden. Beschouw alle vormen als van Hem. Waar je ook gaat, eerbiedig elke vorm. Alle vormen zijn goddelijk. Wanneer je zulke liefde voor God en vertrouwen in God tot ontwikkeling brengt kun je Hem overal zien en Zijn liefde ervaren. Het is niet mogelijk God te ervaren zonder liefde aan te kweken.

- *Sathya Sai Speaks* 37, toespraak 9, 15 april 2004

De hele natuur is doordrongen van aantrekkingskracht. De wereld trekt iedereen aan. Deze aantrekkingskracht komt voort uit het onveranderlijke en eeuwige beginsel van waarheid, dat de basis van de schepping is. Dit is de bovenzinnelijke waarheid. Zij is aanwezig in de drie perioden van tijd, de drie werelden en de drie hoedanigheden (resp. *trikala's*, *triloka's* en *triguna's*). Zij is EEN, niet twee.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 5, 16 maart 2003

De mens is in staat elektrische energie, straling en telecommunicatie te genereren. De hele wereld is vol elektromagnetische energie. De wereld is onderhevig aan het principe van wederzijdse aantrekkingskracht. Groen gras trekt de koe aan. Het kind trekt de moeder aan. De wet van universele aantrekkingskracht heeft met deze magnetische kracht te maken. Rama is het opperste symbool van aantrekkingskracht. 'Degene die gelukzaligheid verschaft is Rama.' Deze Rama is niet de zoon van Dasharatha, maar de geestelijke Rama, de bewoner van ieders hart (*Atma-Rama*). Het ware zelf (*atma*) is de universele magneet die alles aantrekt.

Het feit dat nu zoveel mensen uit heel de wereld naar deze plaats worden aangetrokken is toe te schrijven aan aantrekkingskracht. Als je hier bloemen hebt, worden bijen van ver aangetrokken. Ze worden tot de bloemen aangetrokken vanwege de zoete honing. Geen bij wordt aangetrokken door een plastic bloem. De zoetheid die mensen aantrekt is liefde. Deze liefde uit zich op velerlei wijzen - moederliefde, kindliefde, broederlijke genegenheid, echtelijke liefde, vriendschappelijke liefde, enzovoort. Goddelijke liefde ligt aan de basis van al deze vormen van aantrekkingskracht. Ze is een krachtige magneet. Ze is overal aanwezig, ook in ieder mens.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 18, 20 juli 1997

Leef in liefde. Liefde is leven. Niemand kan op de aarde bestaan zonder lief te hebben of bemind te worden. Liefde ondersteunt. Liefde versterkt. Liefde is de drang achter elk avontuur, elke opoffering, elk succes.

- *Sathya Sai Speaks* 11, toespraak 30, 1 augustus 1971

## ❖ Liefde - de essentie van devotie

Devotie wijst op liefde. Liefde voor God is de enige ware liefde. Elke andere uiting van liefde is louter een of andere gehechtheid. *Liefde is God. Leef in liefde. Begin de dag met liefde. Vul de dag met liefde. Eindig de dag met liefde. Dat is de weg naar God.* Deze liefde moet door mensen van elk geloof als goddelijke liefde beschouwd worden. Geef blijk van je liefde, ongeacht hoe anderen zich gedragen. Kweek deze liefde aan.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 34, 21 november 1995

De essentie van devotie of toewijding (*bhakti*) is liefde en geen formele oefeningen als recitatie van Gods naam of bepaalde soorten eredienst. Betoon eerbied aan God die in alle wezens woont. Liefde is God. Leef in liefde. Liefde is het middel om de gelukzaligheid van het zelf dat in ons woont te realiseren. Het is niet nodig haar elders te zoeken; ze kan binnen jezelf gevonden worden wanneer alle gedachten onder controle zijn en de geest naar binnen gericht wordt. Wijd alle handelingen aan de Heer. Dit is de hoogste kennis. Deze kennis is het hoogste goed van het bestaan. Liefde moet een levenswijze worden. Alleen dat is ware devotie.

- *Sathya Sai Speaks* 19, toespraak 22, 8 oktober 1986

Er zijn negen soorten devotie: luisteren naar Gods glorie (*shravanam*), zingen van devotionele liederen (*kirtanam*), contemplatie (*vishnusmaranam*), verering van de voeten van de Heer (*padasevanam*), lofprijzing (*vandanam*), aanbidding (*archanam*), dienstverlening (*dasyam*), vriendschap (*sneham*) en overgave (*atmanivedanam*). Op welke wijze je God ook toegewijd bent, Hij antwoordt op dezelfde wijze.

- *Sathya Sai Speaks* 27, toespraak 1, 1 januari 1994

De geschriften hebben de levens van de grote voorbeelden van negen vormen van devotie beschreven. Dat zijn Parikshit voor luisteren naar de glorie, Narada voor devotioneel zingen, Prahlada voor contemplatie, Prithu voor aanbidding, Akrura voor lofprijzing, Hanuman voor dienstverlening, Arjuna voor vriendschap, Lakshmi voor verering van de voeten van de Heer en Bali voor zelfovergave.

- *Sathya Sai Speaks* 22, toespraak 1, 14 januari 1989

Wat is devotie? Dat is niet alleen diverse soorten eredienst opdragen of op bedevaart gaan. Zuivere en ware liefde om liefde alleen, dat is devotie. Ware devotie of toewijding is de liefde die stroomt uit een zuiver hart dat onbezoedeld is door zelfzuchtige motieven. Liefde is de innige betrekking tussen de toegewijde persoon en de Heer. Er zijn negen soorten devotie. Die zijn echter niet gelijk aan zuivere liefde (*prema*).

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 11, 6 mei 1995

De innerlijke stroom van alle negen soorten devotie is *prema* - liefde voor God.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 17, 19 juli 1997

De geschriften beschouwen bevrijding (*moksha*) als opgaan in God. Maar de gelukzaligheid die ervaren wordt door constante overpeinzing van God kan zelfs niet door het opgaan in God verkregen worden. De filosofie van *vedanta* verklaart dat de liefde voor God bevrijding is.

Het hart van de toegewijde vervuld met liefde voor God is teder en zacht. Iedereen zal ooit zijn of haar hart tot zo'n tempel van liefde voor de Heer moeten maken. Met de Heer in het hart gekoesterd geeft de toegewijde het verlangen naar bevrijding op. Devotie op zich maakt hem of haar één met de Heer. Als een druppel water in de oceaan valt, bereikt die onsterfelijkheid en oneindigheid. Een druppel water in je hand verdampt in luttele seconden, maar verenigd met de oceaan wordt hij grenzeloos en één met de uitgestrekte oceaan. Alleen door liefde kan eenheid met het Alomvattende gerealiseerd worden. Voor een toegewijde die zo'n eenheid met het eeuwig goddelijke bereikt heeft, lijkt alles goddelijk. De *gopi's* of herderinnetjes van Brindavan waren zulke toegewijde mensen. Door hun intense devotie ondervonden zij goddelijke gelukzaligheid. Zoals een vis niet buiten het water kan leven, zo kan de toegewijde, die in de hemelse oceaan van goddelijke liefde ondergedompeld is, geen moment bestaan zonder de liefde voor God. Die toegewijde kan nergens anders genoeg in scheppen. Elk deel van zijn of haar lichaam is zó vol liefde voor God, dat elk orgaan er uiting aan geeft door de glorie van God te verkondigen of diensten voor God te verlenen. Zo'n soort toewijding hadden de *gopi's* voor Krishna. Ze ging het intellect en de rede te boven. Krishna legde aan Uddhava de ware aard uit van de toewijding (*bhakti*) van de *gopi's*. Omdat zulke toewijding niet aan intellectuele analyse onderworpen kan worden, wordt ze als blind vertrouwen afgedaan. Zoiets subtiels kan niet rationeel onderzocht worden en kan alleen door eigen ondervinding gekend worden.

- *Sathya Sai Speaks* 19, toespraak 1, 19 januari 1986

### ❖ Liefde - de weg naar God

De weg naar God gaat over liefde. Met liefde kun je overal komen.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 27, 25 augustus 1998

Feitelijk zijn jullie belichamingen van liefde. Laat de stroom van liefde van het ene naar het andere hart vloeien. Beschouw liefde als je leven. Dit is je belangrijkste plicht. Waar je ook zoekt in de wereld, je zult niets vinden dat liefde overtreft. Hier is een voorbeeld. Jullie zijn met zoveel hier vandaag bijeengekomen. Wat is de reden? Jullie zijn allemaal aangetrokken door Swami's liefde. Liefde is de goddelijke magnetische kracht die in de mens aanwezig is. In alle heilige verhalen, zoals *Ramayana*, *Mahabharata* en *Bhagavata*, zie je dat liefde de onderstroom is. Als je liefde aankweekt, hoef je geen enkele andere eigenschap meer te verwerven. Je kunt God alleen door liefde bereiken, door geen enkel ander middel. Liefde is de magnetische kracht die zelfs je bittere vijand in een dierbare vriend kan veranderen.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 15, 17 oktober 2003

### ❖ Alle liefde is één

Liefde, liefhebbende en geliefde zijn één en dezelfde. Zonder liefde kan er niet iemand zijn die liefheeft. En zonder de geliefde hebben liefde en degene die liefheeft geen functie. In alle drie is liefde het hoofdbestanddeel. Aangezien alles verzadigd is van het hoogste Zelf (*Paramatma*), is er geen verschil tussen die drie en kan in alle drie de liefde (*prema*) worden gezien als God, de innerlijke Beweger (*Sarvantaryami*). Kunnen we het dan niet zo zien dat alles vorm geworden goddelijk Zelf (*Paramatmasvarupa*) is? Welzeker kan dat; alles is van liefde vervuld. Daarom kunnen we met stelligheid verzekeren dat Paramatma de liefde zelf (*Premasvarupa*) is.

- *Prema Vahini* 37

Voor iemand die ondergedompeld is in liefde lijkt alles één en al leven te zijn. De kracht van liefde is grenzeloos. De liefdesimpuls openbaart zich in verschillende mensen op verschillende wijze. Uiterst toegewijde mensen als de *gopi's*, de herderinnetjes van Brindavan, beschouwden Krishna als hun leven zelf en zij verheerlijkten hem. 'U bent alles voor ons', zo verklaarden ze. Daarentegen was Yashoda's liefde voor Krishna die van de moeder voor haar kind. Na Krishna's vertrek wachtte ze twee dagen op nieuws uit Mathura. Merk het verschil op tussen de devotionele liefde van de *gopi's* en de moederlijke liefde van Yashoda. Yashoda beschouwde Krishna als een gewoon kind, de lieveling van haar hart, die niet wist hoe het in de wereld toegaat. Ze stond doodsangsten uit bij de gedachte: 'Ik moet er niet aan denken welke folteringen die onmenselijke demonen in Mathura Balarama en Krishna hebben doen ondergaan. O Krishna, ik kan niet langer wachten tot je terugkomt.' Er is een groot verschil tussen de liefde van een toegewijde en de liefde van een moeder. De intense gevoelens van de moeder komen voort uit moederlijke gehechtheid. De gevoelens van toegewijde mensen zijn anders. De klacht van de *gopi's* was: 'O Krishna, waarom toont u niet uw prachtige gelaat en laat u ons niet naar uw goddelijk fluitspel luisteren?' De liefde van Radha, die totaal opging in liefde voor Krishna, was anders: 'O Krishna, waar u ook bent en welke vorm u ook aanneemt, zegen mij opdat ik één mag zijn met u in die vorm'. Radha smachtte naar deze soort eenheid. Toch is het liefdesbeginsel in al deze gevallen precies hetzelfde. Liefde kan verschillende namen hebben, maar de uitdrukking ervan is gelijk.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

Liefde is één, maar wordt op vele manieren geuit. Ervaringen verschillen, maar het doel is één. Om dit leven in deze wereld der verschijnselen voort te zetten heeft liefde deze vele vormen aangenomen. De vormen van liefde blijven veranderen naar gelang van je betrekkingen. Maar zuivere liefde is onveranderlijk. Zulke zuivere liefde is vandaag de dag beperkt door het eigenbelang van mensen.

- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 21, 30 mei 1992

## ❖ Wereldse liefde

Liefde kan alles overwinnen. Onzelfzuchtige, pure liefde voert de mens naar God. Zelfzuchtige en beperkte liefde bindt de mens aan de wereld. Niet in staat de zuivere, heilige liefde te doorgronden vallen mensen nu ten prooi aan eindeloos veel zorgen, vanwege hun gehechtheid aan wereldse dingen. De voornaamste plicht van de mens is de waarheid over het principe van liefde te begrijpen. Iemand die de aard van liefde echt begrijpt zal het spoor niet bijster raken. De uiteenlopende contexten waarin het woord liefde tegenwoordig gebruikt wordt hebben geen betrekking op de ware betekenis van liefde. De genegenheid tussen een moeder en kind, of tussen man en vrouw vloeit voort uit een bepaalde tijdelijke relatie en is helemaal geen echte liefde. Ware liefde kent geen begin noch eind. Ze bestaat in alle drie tijdeenheden - verleden, heden en toekomst. Van ware liefde is alleen sprake als ze de mens met blijvende gelukzaligheid vult. - *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 38, 25 december 1995

Op menselijk niveau neemt liefde vele vormen aan. Het woord liefde wordt gewoonlijk gebruikt in verband met de relaties tussen moeder en kind, man en vrouw, baas en ondergeschikte, leraar en leerling. Maar dit is geen ware liefde (*prema*). Ze is slechts genegenheid (*anuraga*). Ware liefde is alleen van toepassing op de totale liefde voor God. Ze is uiterst onzelfzuchtig. Ze is niet afkomstig van de wereld en komt ook niet uit de lucht vallen. Ze is de essentie van je wezen (*sahaja svarupa*) die zich zonder drang van buitenaf spontaan uitdrukt. - *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 21, 30 mei 1992

Liefde (*prema*) en genegenheid (*anuraga*) zijn hetzelfde. Als genegenheid echter op wereldse dingen gericht wordt, raakt ze bezoedeld. Deze ontarding brengt vreugde en smart met zich mee. Men valt ten prooi aan verlangens en teleurstellingen. Daarentegen wordt liefde die op God gericht is zuiver, onzelfzuchtig, blijvend en goddelijk.

- *Sathya Sai Speaks* 23, toespraak 35, 24 november 1990

Er kan geen leven zijn zonder liefde. Ter illustratie een voorbeeld. Een moeder had een zoon. Hij was twintig jaar. Na enige tijd overleed de zoon. De moeder jammerde boven het lichaam van de zoon. 'O zoon, ik kon leven zolang jij nog in leven was. Hoe kan ik nu verder leven?' Zo'n soort verdriet is het gevolg van de gehechtheid die de moeder voor de fysieke vorm van de zoon koesterde. Dat is geen echte liefde. Liefde is belangrijk, maar niet liefde voor de fysieke vorm. Alleen iemand die in staat is tot liefde om de liefde kan echte liefde verwerven. Wie het fysieke lichaam liefheeft doet dat zolang het lichaam aanwezig is. Erna ebt de liefde weg. Heb daarom lief om de liefde. Zulke liefde is leven. Dat leven is God. Dat is waarlijk het wezen van het zelf (*atmatattva*). *Atmatattva* is de enige werkelijkheid.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 18, 28 oktober 2003

Naarmate iemand van kind naar volwassenheid groeit, verandert zijn of haar gehechtheid - aan de moeder, vervolgens aan vrienden, echtgenoot/echtgenote en kinderen en dan aan het vergaren van rijkdom. In de ups en downs die gepaard gaan met het najagen van rijkdom begint die persoon behoefte aan God te voelen. Deze voortdurende afwisseling van gehechtheid en scheiding kan geen echte liefde genoemd worden, want die is spiritueel en blijvend. - *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 29, 27 juli 1996

Niet in staat de ware betekenis van dit liefdesbeginsel te begrijpen, ondergraaft de mens zijn of haar leven. Iedereen moet beseffen dat liefde in alle wezens in dezelfde mate aanwezig is. Deze liefde neemt echter vele verschillende vormen aan wanneer ze in verschillende relaties in het wereldse leven geuit wordt. De liefde tussen man en vrouw wordt aangeduid als verliefdheid en gehechtheid (*moha*). De liefde tussen moeder en kind heet moederliefde (*vatsalya*). De liefde tussen vrienden en verwanten is genegenheid (*anuraga*). De liefde voor God wordt devotie of toewijding (*bhakti*) genoemd.

- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 21, 30 mei 1992

Ieder lid van alle levende wezens koestert veelsoortige liefde voor het nageslacht, de ouders en comfort, en waakt over hun voedsel en drank, genoegens en spel. Elk van deze soorten liefde of gehechtheid heeft een eigen naam, passend bij het object waarop de liefde gericht is. Ze wordt genegenheid genoemd als ze gericht is op het nageslacht. Men spreekt van welgezindheid indien het iemand betreft die minder fortuinlijk is, van kameraadschap als het gelijkwaardige personen zijn en gehechtheid indien gericht op voorwerpen of plaatsen. In sommige gevallen uit liefde zich als geboeidheid en in andere als vriendschap. Gericht op oudere mensen, leraren en ouders drukt ze zich uit als eerbied en nederigheid. Maar devotie (*bhakti*) is een woord dat alleen gebruikt wordt met betrekking tot liefde die op de Heer gericht is. Wanneer deze liefde in vele delen wordt opgesplitst en alle kanten uit stroomt, geeft dat slechts ellende, want het betekent dat ze zich aan vergankelijke dingen van het moment vastklampt. Laat de liefde in plaats daarvan enkel en alleen naar de oceaan van Gods genade stromen. Dit is de geestelijke discipline genaamd devotie of toewijding (*bhakti*). Waarom je leven verspillen in het zilte moeras van het wereldse bestaan (*samsara*)? Tracht liever de onmetelijke oceaan van genade te bereiken. Daar word je je bewust van je ware zelf. Daar bereik je de toestand van volmaakt zijn, volmaakt bewustzijn en volkomen gelukzaligheid (*sat-chit-ananda*). Hoe heilig is dat einddoel, hoe vol gelukzaligheid!

*Geetha Vahini* 21

Een leven zonder liefde is zonder betekenis. Hoe meer liefde je geeft, hoe meer ze toeneemt. Ware liefde moet wel onderscheiden worden van gehechtheid aan personen of dingen. Gehechtheid berust op egoïsme. Liefde berust op onzelfzuchtigheid. Liefde is de vrucht van de bloem van je goede daden. Alleen als we onbaatzuchtige dienstverlening doen kunnen we de essentie van deze pure liefde ondervinden.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 28, 11 december 1985

## ❖ **Goddelijke liefde**

Alles in de wereld wordt beheerst door de grenzen die eraan gesteld zijn. Liefde kent echter geen grenzen. 'Liefde gaat woorden voorbij', zo verklaarde de wijze Narada. De stroom van liefde is het levengevende water voor iedereen. Hoe kun je deze liefde bemachtigen? Niet door Gods naam te herhalen, of meditatie, of studie van de geschriften. God is niet te vinden in de *Veda's* of de *Purana's*. God woont in het hart en moet daar gezocht worden. Mensen moeten hun mond sluiten en hun hart openen. Dan zullen ze de goddelijke gelukzaligheid ondervinden.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

Wat wij over het algemeen geluk noemen heeft betrekking op lichamelijk comfort en is voorbijgaand. Zo'n vluchtig genoegen, dat alleen het lichaam betreft, valt ons even ten deel, om ons vervolgens in diepe smart te dompelen omdat het zo kortstondig is. Maar de gelukzaligheid die je door het ware zelf (*atma*) krijgt is permanent, zuiver en onbaatzuchtig. Dit is de reden waarom de wijsheidsleer (*Brahmavidya*) ons voorhoudt dat liefde (*prema*) uitsluitend om de liefde bevorderd moet worden. Toon geen liefde om er materieel voordeel van te krijgen. Als liefde op die manier geuit wordt, zal ze slechts van korte duur zijn en snel slijten. Geen enkel stoffelijk object is blijvend en dus is de liefde die geuit wordt om zulke objecten te bemachtigen evenmin blijvend. *Atma* of het ware zelf symboliseert waarheid en is dus permanent. Daarom is liefde die inherent is aan *atma* eveneens waar en permanent. Deze liefde en waarheid zijn in ieder mens aanwezig. Als wij liefde en waarheid ter wille van liefde en waarheid tot ontwikkeling brengen, dan zullen de liefde en waarheid die iedereen koestert en de liefde en waarheid die in iedereen aanwezig zijn zich geheel samenvoegen en oneindige liefde en waarheid worden. Daarom wordt in de *Upanishaden* gesproken van de 'waarheid der waarheden' (*satyasya satyam*).

- *Summer Showers* 1974, deel 1, hoofdstuk 13

Vul je hart met liefde. Liefde gebaseerd op eigenbelang kan geen goddelijke liefde genoemd worden. Alleen liefde die zich totaal niet bekommert om eigenbelang en uitsluitend betrekking heeft op de hunkering naar God is geheiligd. In voorbije tijden leefden de wijzen in de wildernis te midden van wilde dieren en beoefenden zij strenge discipline. Hoe konden ze in vrede tussen die dieren leven? Omdat de wijzen van goddelijke liefde vervuld waren konden ze die liefde ook tot de wilde dieren uitbreiden en ze in schepselen van liefde veranderen. De wijzen hadden geen dodelijke wapens bij zich. Ze gebruikten uitsluitend het wapen van liefde, dat zelfs de aard van wilde dieren kon transformeren.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 25, 18 oktober 1991

Het waarmerk van liefde is onbaatzuchtige opoffering (*tyaga*). Liefde verlangt niets van wie ook. Ze draagt niemand een kwaad hart toe. Ze is volslagen onbaatzuchtig en puur. Niet in staat de ware aard van liefde te begrijpen, hunkert de mens er op allerlei manieren naar. Liefde moet gekoesterd worden met gevoelens van onbaatzuchtigheid en opoffering. In wat in de wereld als liefde beschouwd wordt - of het nu moederliefde, broederlijke liefde of

vriendschap betreft - zit een element van eigenbelang. Alleen Gods liefde is totaal vrij van de smet van eigenbelang. Goddelijke liefde strekt zich uit tot schepselen in de verste uithoeken. Ze brengt mensen ondanks verschillen tezamen. Ze verheft de mens van dierlijkheid naar goddelijkheid. Ze transformeert geleidelijk aan alle vormen van wereldlijke liefde in goddelijke liefde. Om deze goddelijke liefde te ervaren moeten mensen bereid zijn egoïsme en eigenbelang op te geven. Ze dienen zuiverheid en standvastigheid aan te kweken. Met vast vertrouwen in God moeten ze de liefde voor God koesteren, ongeacht alle hindernissen en beproevingen.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 22, 20 juni 1996

De liefde voor God kan vier vormen aannemen:

- *Svarthaprema* - liefde gebaseerd op eigenbelang - is als een lamp in een kamer. De lamp verlicht alleen die kamer. Dergelijke zelfzuchtige liefde beperkt zich tot een bepaalde groep en strekt zich niet uit tot anderen daarbuiten.
- *Samanjasaprema* kan vergeleken worden met het licht van de maan. Dit maanlicht is zowel binnen als buiten zichtbaar, maar is niet zo helder. Het licht is zwak. Dergelijke liefde omvat een grotere groep maar is niet zo intens.
- *Pararthaprema* is als zonlicht. De zon geeft stralend licht, dat zowel binnen als buiten schijnt. Maar het licht is niet continu, omdat het 's nachts niet zichtbaar is. Dit is echter geen permanente afwezigheid, omdat de zon weer opkomt. Feitelijk is de zon er altijd. Net zo kan het soms lijken alsof deze onzelfzuchtige liefde afwezig is, maar ze komt toch weer te voorschijn.
- *Yatharthaprema* of *atmaprema* is altijd aanwezig, binnen en buiten, altijd en overal onder alle omstandigheden. Dit is goddelijke liefde. Ze is onvergankelijk. Ze is eeuwig. Ze is van nature eigen aan iedereen. Iemand die deze liefde tot uitdrukking brengt, ervaart vrede die elk begrip te boven gaat.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 29, 27 juli 1996

Liefde is een klein woord maar heeft een diepe betekenis. Mensen gebruiken het echter in wereldse zin: 'Ik houd van je. Ik houd van je...' Je moet bereid zijn alles wat je dierbaar is op te geven voor anderen; dat is ware liefde. Liefde is God. Leef in liefde. Alleen dan ben je in staat de ware aard van liefde te begrijpen. Vat liefde niet in wereldse zin op. Stel liefde niet gelijk aan een fysieke relatie. Je zou bereid moeten zijn je liefde uit liefde op te geven. Tegenwoordig is echter niemand bereid zijn leven uit liefde op te offeren. Mensen zijn bereid andermans leven te nemen om in hun egoïstische behoeften te voorzien. Al heb je nog zulk hoog gekwalificeerd onderwijs genoten, dat zal nutteloos zijn als je geen goddelijke liefde verwerft. Alleen goddelijke liefde is waarachtig en eeuwig. Wereldse liefde is tijdelijk. Ze bekoort je maar even, als een twinkelende ster. Verwerf goddelijke liefde, die de grondslag van je leven is. Wees bereid je leven te geven ter wille van goddelijke liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 19, 22 november 2003

Liefde verdraagt geen scheiding van de geliefde. Vandaag is de dag dat we de komst in menselijke vorm viëren van Krishna, die naar de aarde afdaalde om mensen van liefde te doordringen. De aard van goddelijke liefde kan alleen begrepen worden wanneer God in menselijke vorm deze liefde als een mens aan mensen onderwijst.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

Hier is dit lichaam (Baba wijst naar zijn lichaam). Het is uit de vijf elementen opgebouwd [aarde, water, vuur, lucht en ether]. Hier is een ander lichaam (Baba wijst naar iemand dichtbij). Ook dat is uit dezelfde vijf elementen opgebouwd. Daarom zijn beide één. Hoe kan

er verschil zijn? Je moeder, vader, vriend - elk van hen is uit dezelfde vijf elementen opgebouwd. Dus ook vanuit een louter materieel standpunt is er slechts één, overeenkomstig de filosofie van *advaita* of non-dualisme. In de hele kosmos bestaan slechts de vijf elementen; een zesde element is er niet. Waar je ook zoekt, een nieuw element is niet te vinden; overal vind je alleen deze vijf. Toch is er in het menselijk lichaam nog een ander element. Dat is niet grofstoffelijk maar subtiel. En dat is opperste liefde. Deze opperste liefde kan als het zesde element beschouwd worden; het getuigt van de Bewoner en het goddelijk Beginsel. De vedische zinspreuk *Tat tvam asi* - 'Dat ben jij' heeft betrekking op dit goddelijk Beginsel. Naar dit gevoel van eenheid tussen jezelf en God moet je streven.

*Summer Showers* 2000, 9

Liefde is je leven. Liefde is je doel. De *Bhagavad Gita* legt ook grote nadruk op het beginsel van liefde. Vul je leven met liefde. Jullie hebben immense liefde voor mij; die is niet in woorden uit te drukken. Heb anderen lief zoals je Swami liefhebt. Geef mij je liefde. Ontvang mijn liefde daarvoor terug. Er is geen spoortje lichaamsgehechtheid in mij. Dokters zeiden dat ze een heupoperatie bij mij wilden uitvoeren. Ik zei: 'Jullie kunnen doen wat jullie willen. Ik ben niet het lichaam. Dit lichaam is van jullie.' Je liefde wordt werelds van aard als je lichaamsbewustzijn hebt. Breng liefde tot ontwikkeling die lichaamsbewustzijn te boven gaat. Alleen dan kun je de eeuwige waarheid begrijpen. Wanneer je werkelijk goddelijke liefde ervaart, dan zul je geen werelds leven leiden. Dan stroomt je liefde voortdurend naar God.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 19, 22 november 2003

Je zou je van zwakheid moeten ontdoen door je op goddelijke liefde te concentreren, want goddelijke genade geeft de grootste kracht. Alle anderen dingen komen en gaan, maar goddelijke genade blijft altijd stromen. Wat je verder ook al of niet kunt doen, breng in elk geval goddelijke liefde tot ontwikkeling. God is de regisseur en alle mensen zijn acteurs. Wees goede toneelspelers in Gods spel. Te midden van een wereld vol angst, wantrouwen en beschuldigingen over en weer moeten jullie laten zien dat jullie boodschappers van God en belichamingen van liefde, vrede en waarheid zijn. Toon de hele wereld je goddelijke werkelijkheid en maak dat iedereen de goddelijkheid in zichzelf realiseert.

- *Sathya Sai Speaks* 30 toespraak 15, 17 juli 1997

Liefde is God. Liefde heeft geen vorm. Kweek zulke goddelijke liefde aan. God bestaat, daar kan geen twijfel over zijn. Als God niet bestond, dan zou de wereld ook niet kunnen bestaan. Het ervaren van de schepping levert begrip op van het hoogste Zelf (*Paramatma*). Uit *Paramatma* ontstaat bewustwording van de hoogste Werkelijkheid (*Paratattva*). Dat *Paratattva* is de werkelijkheid van het zelf (*atmatattva*). Heb daarom altijd die hoogste Werkelijkheid lief. Beperk je liefde niet tot het afzonderlijke, dat altijd aan verandering onderhevig is. Wanneer studenten in staat zijn de aard van deze goddelijke liefde te begrijpen, dan krijgt teleurstelling geen kans. Ze worden altijd in beslag genomen door afspraken en teleurstelling (Engels: *appointment and disappointment*). Liefde heeft een naam, maar geen vorm. Die liefde kun je op elke vorm richten.

- *Sathya Sai Speaks* 36 toespraak 18, 28 oktober 2003

Het beginsel van volkomen liefde is niet in woorden te beschrijven. Alle omschrijvingen zullen hooguit een deel van de hele waarheid weergeven. Dus in plaats van te proberen het te beschrijven moet je je uiterste best doen Gods liefde waardig te worden. Liefde is de vorm van God. Hij kan je Zijn liefde in elke mogelijke vorm schenken. Liefde is je uiteindelijke doel. Alleen liefde kan je leven heiligen. Kweek daarom steeds meer liefde aan. Alleen liefde zal je beschermen. Liefde voor het fysieke lichaam is gehechtheid. Een kind wordt een jongere; een jongere wordt oud en met het verstrijken van de tijd verandert gaandeweg ook

het lichaam en verliest het zijn schoonheid en charme. Maar liefde blijft te allen tijde onveranderlijk. De term liefde is niet alleen een woord. Ze heeft een vorm. Er is geen plaats waar liefde niet bestaat. Liefde is allesdoordringend. Ze omvat 'het ei, het stoffelijk lichaam en de gehele kosmos' (*anda, pinda* en *Brahmanda*). Liefde is de basis van al onze activiteiten, zoals eten, praten en lopen. In feite houdt liefde ons leven in stand. Mensen zijn geneigd dat heilige beginsel van liefde te vergeten, zelfs als ze de grote waarde ervan kennen. Hoe dwaas zijn ze. Ervaar liefde, geniet ervan en deel haar met anderen.  
- *Sathya Sai Speaks* 37, toespraak 9, 15 april 2004

Over goddelijke liefde verklaren de *Veda's*: 'Ze kwam niet voort uit het firmament. Ze groeide niet uit de aarde. Ze kent geen geboorte en dood. Alles is ervan doordrongen. Ze komt op uit het hart als de knopen van onwetendheid ontward worden.' Zo is goddelijke liefde door de *Veda's* verheerlijkt. Zelfs Narada, de auteur van de zinspreuken over devotie (*Bhakti Sutra's*), kon de aard van goddelijke liefde niet beschrijven. Hij beschreef uitgebreid de geestestoestand van de toegewijde mens die met liefde voor de Heer vervuld is, maar hij kon de liefde zelf niet beschrijven. Hij vergeleek liefde met een onschatbaar juweel. Zo ook vergeleek Tulasidas Rama's naam met een kostbaar juweel. Waar is deze liefde te vinden? Die kun je alleen van de Heer zelf krijgen, die de belichaming van liefde is. Vat deze oneindig waardevolle liefde niet te licht op; ze is eeuwig, zuiver, heilig en buitengewoon machtig.  
- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 29, 27 juli 1996

## ❖ Liefde is God

Liefde is de vorm van God. Om de leer van liefde te onderwijzen kwamen de avatar Krishna en andere goddelijke incarnaties op aarde. Afhankelijk van de plaats, tijd en toen heersende omstandigheden kreeg de Heer verschillende namen. Deze verschillen zijn als de diverse figuurtjes van suikergoed, gemaakt om aan de verschillende voorkeuren van kinderen tegemoet te komen. Of die nu de vorm van een pauw, een hond, een vos of wat ook hebben, wat ze gemeen hebben is suiker.  
- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

Alle wereldse betrekkingen zijn net zo tijdelijk als overtrekkende wolken. Met het verstrijken van de tijd zijn ze aan verandering onderhevig, terwijl de werkelijkheid absoluut onveranderlijk is. Dat is het principe van volkomen liefde. Wereldse liefde kan na verloop van tijd omkeren in haat. Wat men vandaag aangenaam vindt, kan morgen niet meer aangenaam zijn. Ware liefde kent echter geen voorkeur en afkeer. God is niet anders dan liefde. Je kunt Hem aanbidden als Jezus, Zoroaster, Allah, Rama, Krishna, Boeddha, Goeroe Nanak of welke naam ook. Al deze namen zijn ooit door iemand gegeven. Alleen liefde is de natuurlijke naam. De gegeven namen zijn aan verandering onderhevig, maar ware liefde is onveranderlijk. Streef zulke liefde na; dat is ware toewijding of *bhakti*. *Bhakti* schenkt je onderscheidingsvermogen (*yukti*), onthechting (*virakti*) en bevrijding (*mukti*).  
- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 10, 16 juli 2000

Besef dat niets goddelijker is dan liefde. Liefde is God. Leef in liefde. Dit is je plicht. Vul je hart met liefde; dan zul je vrij zijn van alle bekommernis. Je moet inzien dat je lijdt vanwege liefde. Dat lijden is echter het gevolg van beperkte liefde. Wanneer je liefde allesomvattend is, zal er geen reden meer zijn tot lijden.  
- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 33, 25 december 1997

Vergeet God nooit. Alleen God is eeuwigdurend. Dat is de enige waarheid. Je ouders zullen op zeker moment sterven, maar God blijft altijd bestaan. God is eeuwig. Aanbid God altijd. Heb daarnaast je ouders en alle anderen lief. Je liefde voor God moet bestendig en onwankelbaar zijn. Zo'n liefde is God. Ze is de vorm van *Ganapati (Ganesha)*. Die liefde is in alle schepselen aanwezig.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 27, 25 augustus 1998

Het *atma* of ware zelf heeft geen benen, maar beweegt zich sneller dan wat ook. Het heeft geen handen, maar kan alles vastpakken. Het heeft geen ogen, maar er is niets in de wereld wat het niet kan zien. De enige manier om dit atma te ervaren is door middel van liefde. Wanneer je vervuld bent van liefde is de Heer zonder moeite te bereiken. Liefde is God. Leef in liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 10, 4 april 1992

Alleen liefde kan de goddelijkheid die in alles aanwezig is onthullen. Liefde is God. Leef in liefde. *Liefde leeft door geven en vergeven; ego leeft door krijgen en vergeten. Liefde is onbaatzuchtig; zelfzucht is liefdeloos.* Verspil je leven niet door de bekrompen belangen van het ego na te jagen. Heb lief! Heb lief! Word wat je werkelijk bent: de belichaming van liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 14, toespraak 45, 25 december 1979

God heeft vier kwaliteiten en alleen als je die aankweekt kun je Hem begrijpen. Ze zijn: goddelijke liefde (*prema*), schoonheid (*sundara*), beminnelijkheid (*madhura*) en heerlijkheid (*shobha*). De ontwikkeling van liefde is genoeg om je de andere drie eigen te maken. Ben je eenmaal vol liefde voor het goddelijke in heel de schepping, dan is dat stadium schoonheid. Wanneer je ondergedompeld bent in de zee van universele liefde, dan bereik je het summum van beminnelijkheid. Als je geest zijn identiteit verliest en in de alomvattende Geest opgaat, dan is de heerlijkheid onbeschrijfelijk.

- *Sathya Sai Speaks* 6, toespraak 42, 23 november 1966

Ik onderwijs jullie steeds weer liefde, liefde en alleen maar liefde. Jullie proberen liefde op verschillende manieren te beschrijven. Dat is onmogelijk. Liefde heeft slechts één vorm, namelijk de vorm van aantrekking. Liefde geeft je gelukzaligheid en genade. *Liefde is God; leef in liefde.* Wereldse liefde is slechts kunstmatig. In hun onwetendheid denken mensen dat deze gelukkig maakt. Al die menselijke liefde is negatief. Men dient liefde op het positieve principe te richten. Dat verandert nooit.

- *Sathya Sai Speaks* 37, toespraak 9, 15 april 2004

Ik verlang niets. Ik heb zuiverheid, geduld en volharding (in de Engelse taal de drie p's van 'purity', 'patience' en 'perseverance'). Deze drie hebben de hoogachting van de wereld afgedwongen. Er zijn geen uitnodigingen verstuurd naar allen die hier bijeengekomen zijn. Alleen Swami's liefde heeft hen allen als een magneet aangetrokken.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996



## **Studievragen: wat is liefde?**

### **Vragen voor de studiekring**

1. Hoe verhoudt liefde zich tot de schepping, de natuur en de mens?
2. Wat zijn de verschillen tussen gehechtheid, onbaatzuchtige liefde en hoogste liefde?
3. Beschrijf de rol van opoffering in liefde.

### **Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek**

Denk aan de belangrijke relaties in je eigen leven. Welke zijn gehechtheid en welke onbaatzuchtige liefde? Omschrijf het. Heb je ooit een voorbeeld van hoogste liefde meegemaakt? Beschrijf hoe je die ervaring herkende.

## HOOFDSTUK 2

# Hoe lief te hebben

### Inleiding

We moeten ernaar streven om mensen meer en meer lief te hebben en God in hen te zien. Swami zegt dat zijn liefde expansie is en dat deze de hoogste spirituele oefening is. Opoffering, mededogen, vergevingsgezindheid, verdraagzaamheid en beheersing van de zintuigen zijn de belangrijkste kwaliteiten van liefde. We behoren onbaatzuchtige liefde te beoefenen door deze kwaliteiten in ons leven te integreren.

Alles kan bereikt worden door zuiverheid, doorzettingsvermogen en geduld. Swami herinnert ons eraan dat onze liefde vastberaden en standvastig moet zijn. 'Eén weg, één doel' moet de geesteshouding zijn om Gods liefde te verdienen. Goddelijke genade zal ons hart transformeren tot de bron van een ononderbroken stroom van liefde jegens iedereen.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Houd van iedereen; dien iedereen
- ❖ Heb God lief in iedereen
- ❖ Breng verdraagzaamheid en vergevingsgezindheid tot ontwikkeling
- ❖ Stel grenzen aan wensen
- ❖ Koester standvastige devotie
- ❖ Zuiver geest en hart
- ❖ Heb intens lief
- ❖ Houd altijd je liefde op God gericht
- ❖ Heb lief zonder de verwachting van een beloning

## ❖ Houd van iedereen; dien iedereen

Er is slechts één kaste, de kaste van de mensheid. Er is slechts één godsdienst, de godsdienst van liefde. Er is slechts één taal, de taal van het hart. Als deze fundamentele idealen nagevolgd worden, zal er geen plaats zijn voor onbetekenende verschillen en wederzijdse beschuldigingen.

- *Sathya Sai Speaks* 19, toespraak 2, 20 januari 1986

Tegenwoordig heeft de mens drie vormen van geloof/vertrouwen. Een is de laagste vorm, de tweede is de midden vorm, terwijl de derde de hoogste vorm is. Als onze liefde (*prema*), ons geloof en onze genegenheid beperkt zijn tot onze naaste familieleden en bekenden, dan zal dat de laagste vorm van *prema* genoemd worden. Anderzijds, als je enigszins verder gaat, voorbij de kleine kring van je familie, en je vertrouwen en je geloof uitbreidt tot je land en andere mensen, dan zeggen we dat dit de tussenliggende vorm van *prema* is. Als je de hele wereld behandelt als één, en alle mensen die over de hele wereld wonen beschouwt als één, en je geloof en medegevoel uitbreidt tot hen allen, dan is dat de hoogste vorm van *prema*. We moeten ons dus geleidelijk verplaatsen vanuit de beperkte kring van onze familie naar de wijdere cirkel van ons land en dan verdergaan naar het wijdste aspect van één wereld. Als we spreken over mensheid mag dat niet beperkt worden tot een kleine gemeenschap of groep mensen. Er is slechts één kaste en dat is de kaste der mensheid. Onze *prema* moet zich uitbreiden tot de gehele mensheid.

- *Summer Showers* 1976, 15

Liefde, liefde, liefde. Ik heb allen lief en ik vraag allen lief te hebben. Mijn grootste rijkdom is liefde. Mensen praten over mijn vermogens en mijn wonderen, maar mijn liefde is mijn grootste wonder. Allen moeten delen in deze liefde. Alleen dan zal er eenheid zijn.

- *Sathya Sai Speaks* 23, toespraak 35, 24 november 1990

Verkrijg liefde door liefde. Alleen door liefde kan eenheid in verscheidenheid worden ervaren. Dit soort eenheid door liefde kan alleen in Prasanthi Nilayam beleefd worden, en nergens anders. Er zijn talloze ogenparen hier. Er kunnen grotere bijeenkomsten elders zijn, maar de ogen van de menigten daar kijken verschillende kanten op. Hier kijken de ogen van iedereen, jong en oud, mannen, vrouwen en kinderen maar in één richting. Kijk naar ieders gezicht. De blikken zijn alleen op Swami gericht. Wat is de reden? Alleen liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 23, toespraak 35, 24 november 1990

Beschouw liefde als je leven en waarheid als je adem. Er is een innige en onafscheidelijke relatie tussen liefde en waarheid. Tegenwoordig gebruiken mensen het woord liefde zonder eigenlijk de betekenis te kennen. Omdat men de waarde en betekenis van liefde niet kent, gebruikt men dit voor onbeduidende en alledaagse doeleinden. Mensen gaan uit van het verkeerde denkbeeld dat wereldse en lichamelijke gehechtheid liefde is en beschouwen dergelijke liefde als hun leven. Ware liefde zal alleen de opperheerschappij voeren als mensen afstand doen van egoïsme en opofferingsgezindheid aankweken. Liefde is God; God is liefde. Maar jullie hunkeren naar wereldse liefde, die beroofd is van leven. Jullie behoren te streven naar goddelijke liefde die het leven zelf is. Tegenwoordig zijn er veel hoogopgeleiden. Maar welke hulp bieden ze aan de samenleving? Nagenoeg niets. Ze behalen diploma's om geld te verdienen. Ze dienen de samenleving niet in een geest van liefde en opoffering. Liefde is de ware vorm van God (*Brahman*). Ware spirituele discipline houdt in het verbinden van jouw liefde met de goddelijke liefde. Jouw leven zal geheiligd worden als je standvastige en onzelfzuchtige liefde hebt.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 19, 22 november 2003

Liefde moet te zien zijn in onbaatzuchtige dienstverlening (*seva*). Seva moet de vorm aannemen van voedsel voor de hongerigen, troost voor de wanhopigen en vertroosting voor de zieken en hen die lijden. Jezus putte zich uit in zulke seva. Een hart vol mededogen is de tempel van God. Jezus pleitte voor mededogen. Mededogen was zijn boodschap. Hij was diepbedroefd bij de aanblik van de armen. Vandaag wordt Jezus aanbeden, maar zijn leringen worden veronachtzaamd. Sai wordt aanbeden, maar zijn leringen worden veronachtzaamd. Overal pracht, praal, leeg vertoon. Lezingen, lezingen, lezingen! Geen actie, geen liefde, geen seva. Helden in het onderrichten; niet in staat om wat gezegd is in praktijk te brengen. Breng mededogen tot ontwikkeling. Leef in liefde. Wees goed, doe goed en zie het goede. Dat is de weg naar God.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 37, 25 december 1981

Je denkt dat je van je gezin en je vrienden houdt, maar dat kan geen liefde genoemd worden in de ware zin van het woord. Dat is alleen maar gehechtheid. Alleen liefde jegens God is ware liefde. Als je jezelf een toegewijde van Swami noemt, handel dan in overeenstemming met Swami's verwachting. Tel niet het aantal zakken rijst en het aantal sari's en dhoti's dat je hebt weggegeven als liefdadigheid aan de armen. Je kunt dergelijke uitgaveposten voorleggen aan de afdeling inkomstenbelasting, niet aan God. God wil kwaliteit, geen kwantiteit. Hij doorziet de intentie achter jouw liefdadig handelen.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 13, 1 september 2000

Geloof door geestelijk inzicht (*jnana*) dat allen God zijn. Maar ook dan moet je met mededogen liefhebben en dienen. Geloof door devotie (*bhakti*) dat God de Meester of de Vader is en dat jullie Zijn dienaren of kinderen zijn. Maar ook dan draagt Hij op de tranen te drogen, de zieken te koesteren en de lammen een te helpen door medegevoel en mededogen. Geloof door vertrouwen in karma dat God met toewijding aanbeden moet worden. Maar ook dan zegt liefde dat dienstverlening (*seva*) die met liefde wordt gedaan de hoogste vorm van aanbidding is. Liefde is daarom de adem van de spirituele aspirant (*sadhaka*).

- *Sathya Sai Speaks* 10, toespraak 31, 29 oktober 1970

Liefde voor God betekent niet dat je je normale taken op moet geven. Bij de uitvoering van deze taken moet elke handeling verricht worden als een offer om God te behagen. Zie het lichaam als een bewegende tempel waarin God woont. Erken dat God altijd met je en om je heen is.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 38, 25 december 1995

Hedendaagse studenten nemen in de naam van liefde de verkeerde weg. Ze begrijpen niet wat ware liefde is. Liefde is het geschenk van God aan ieder mens. Ze behoort benut te worden ten dienste van de samenleving. Eenheid is heel essentieel voor de voortgang van de maatschappij. Men behoort zijn of haar liefde met anderen te delen. Alleen dan zal men het recht hebben om deel uit te maken van de maatschappij.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 19, 22 november 2003

## ❖ Heb God lief in iedereen

Hetzelfde atma, dezelfde liefde, dezelfde God is aanwezig in alle wezens. Eén God met vele namen. Breng met zulke gevoelens van eenheid liefde voor God tot ontwikkeling. Dan zal je hart ook gevuld zijn met liefde. Het hart is als een reservoir en alle zintuigen zijn als kranen. Als het 'reservoir' vol liefde is, zal alles wat uit de 'kranen' komt ook alleen liefde zijn. Wat je ook in anderen ziet, het is slechts een weerspiegeling van je innerlijk wezen. Begrijp allereerst deze waarheid. Als je slechtheid in anderen ziet, is het in feite de weerspiegeling

van je eigen snode gevoelens. Allen zijn één. Dat is liefde (*prema*). Dat is God. Dat is atma. Dat is alles.

- *Sathya Sai Speaks* 34, toespraak 10, 1 juni 2001

Jullie allen behoren te leven als broeders en zusters. Allen zijn kinderen van God. Als je je deze waarheid realiseert zul je ware liefde ervaren. Jullie zijn geboren uit verschillende ouders, maar het levensbeginsel in ieder van jullie is één en hetzelfde. Beschouw liefde als je leven. Alleen dan zal de opleiding die je krijgt zinvol zijn. Als je liefde vergeet wordt je leven zinloos. Leef ter wille van de liefde. Deel je liefde met je medemens en word de ontvanger van goddelijke liefde. Wat je moet delen met anderen is niet wereldse liefde. Ware liefde is verbonden met het hart. Mensen praten over goddelijke liefde, maar raken bedwelmd door het drinken van de zware wijn van wereldse liefde. Houd van iedereen zonder een spoor van egoïsme. Dat is goddelijke liefde. Alleen als je zo'n liefde ontwikkelt kun je de ultieme samensmelting met het goddelijke bereiken. Bid God om Zijn liefde. Leef je leven met de verspreiding van de boodschap van liefde. Liefde is het doel van je leven. Wanneer je eenmaal de ontvanger wordt van Gods liefde, zal de hele wereld je liefhebben. Zo groot is de kracht van Gods liefde. Ze is volledig onbaatzuchtig en heilig. Bid daarom altijd om Zijn liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 19, 22 november 2003

Alle godsdiensten spreken over Hem als liefde en als bereikbaar door liefde. Vormen van aanbedding van God verschillen, want ze zijn gemodelleerd door tijd en plaats, maar liefde is de basisinhoud van alle vormen. De taal van liefde wordt begrepen en gesproken door elk hart. Er is echt maar één ras en dat is het ras van de mensheid. We beschouwen nu onbetekenende verschillen in nationaliteit, ras, godsdienst en taal als essentieel en zijn terughoudend in de liefde die vanuit het hart naar iedereen behoort te stromen.

- *Sathya Sai Speaks* 14, toespraak 45, 25 december 1979

Uitbreiding is liefde. Uitbreiding is de essentie van liefde. Liefde is God. Leef in liefde. Dat is de boodschap van *Dipavali* (Lichtfeest) die ik jullie geef. Als een lamp door een andere wordt aangestoken, dan branden er twee waar er eerst maar één was. De eerste hield niet op met licht geven. Je kunt een miljoen lampen aansteken met één lamp, maar toch zal die eerste er totaal geen hinder van hebben. Met liefde is het net zo. Deel haar met een miljoen en ze zal nog steeds even helder stralen als toen ze alleen was.

- *Sathya Sai Speaks* 10, toespraak 31, 29 oktober 1970

### ❖ **Breng verdraagzaamheid en vergevingsgezindheid tot ontwikkeling**

Liefde is onzelfzuchtig en het zelf (ego) is liefdeloos. Liefde geeft en vergeeft; het zelf ontvangt en vergeet. Als liefde de basis is van je handelen zal alles volmaakt zijn.

- *Sathya Sai Speaks* 13, toespraak 30, 16 februari 1977

Bij elk van je spirituele inspanningen moet je je voornemen: 'Dit moet ik bereiken. Deze deugd zal ik mij eigen maken.' Dit is het pad naar liefde (*prema*) en verdraagzaamheid (*kshama*). Als je zo te werk gaat met onwankelbaar vertrouwen en idealisme, dan zal je leven ongetwijfeld geheel vervuld worden. Al je handelingen en gevoelens moeten overlopen van verdraagzaamheid, liefde en mededogen (*daya*). Liefde kent geen haat en is geheel vrij van verlangens. Bijgevolg zegt men van God dat Hij de liefde zelf is. Verdraagzaamheid zal toenemen als je onwankelbaar geloof in God hebt. Wanneer je eenmaal geleerd hebt oneindig geduld te hebben, zal liefde bijna onmiddellijk binnentreden. Liefde in combinatie met verdraagzaamheid is de zekerste weg naar vervulling. Daarom, als je God aanbidt, verzeker

je er dan van dat je totaal vertrouwen in Hem hebt. Wat is het nut van aanbidding zonder vertrouwen? Alleen vertrouwen zet je over je zorgen heen.

- *Summer Showers* 2000, 12

Ware en onzelfzuchtige liefde maakt zich kenbaar als opoffering. Dergelijke liefde kent geen haat. Ze omvat het hele universum en is zelfs in staat diegenen naar zich toe te trekken die schijnbaar ver weg zijn. Het is liefde die de mens omvormt tot het goddelijke. Ze kan een dierlijk persoon (*pashu*) tot goddelijkheid (*Pashupati*) transformeren. In de waarneembare wereld stuit je op vele nuances en afgeleide vormen van deze fundamentele liefde. Je houdt van je vader, moeder, broer, zus, vrienden, enzovoort. In al die gevallen is er altijd ergens een zweem van zelfzucht. Goddelijke liefde daarentegen is geheel vrij van zelfs het kleinste spoortje zelfzucht. Je moet je aan zo'n liefde overgeven, je er volledig in onderdompelen en de gelukzaligheid ervaren die ze schenkt. Om je zo'n liefde eigen te maken is de eigenschap verdraagzaamheid (*kshama*) een essentiële noodzaak. Elk individu moet deze nobele eigenschap aankweken. Verdraagzaamheid wordt niet verkregen door boeken te lezen of door lessen van een instructeur. Noch kan ze als geschenk van iemand worden ontvangen. Deze hoofddeugd *kshama* kan alleen verworven worden door eigen inspanning, door diverse problemen - zowel angst en verdriet als zorgen - recht onder ogen te zien. Bij het ontbreken van verdraagzaamheid wordt men ontvankelijk voor allerlei soorten kwade neigingen. Haat en afgunst schieten gemakkelijk wortel in iemand bij wie deze deugd ontbreekt.

- *Summer Showers* 2000, 12

Het hart van de Indiërs is overgoten met verdraagzaamheid (*kshama*). India heeft sinds de aanvang van haar geschiedenis aan veel tegenslag en lijden het hoofd moeten bieden. Maar de Indiërs lieten zich niet van de wijs brengen. Vol lof spraken zij: '*Verdraagzaamheid is waarheid. Verdraagzaamheid is rechtschapenheid. Verdraagzaamheid is de leer van de Veda's. Verdraagzaamheid is geweldloosheid. Verdraagzaamheid is mededogen. Verdraagzaamheid is opoffering. Verdraagzaamheid schenkt geluk en gelukzaligheid. In feite vertegenwoordigt het alles in alle werelden.*' (Telegu vers)

Verdraagzaamheid is hun levensadem. Ze ademen verdraagzaamheid in en uit.

Verdraagzaamheid is de grootste kracht van Bharat (India). Dat is de reden van haar stabiliteit ondanks zoveel lijden en verlies. Geen moeilijkheid, hoe groot ook, kan een verdraagzaam iemand doen wankelen. Wie geen verdraagzaamheid heeft zal ongekende moeilijkheden tegemoet treden. Wie gelooft in verdraagzaamheid blijft onbewogen en onverstoort in het aangezicht van moeilijkheden. De Indiërs (*Bharatiya's*) zijn vervuld van dergelijke verdraagzaamheid. Een andere vorm van verdraagzaamheid is liefde. Liefde is ook synoniem met vrede. Dus verdraagzaamheid, liefde en vrede betekenen allemaal hetzelfde. Door de *Upanishaden* wordt naar de mensheid (*manava*) verwezen als naar liefde. Een *Bharatiya* is iemand die van nature liefde bezit. Indiërs doen tegenwoordig afstand van de Indiase cultuur en jagen wereldse, materialistische en vergankelijke dingen na die ellende veroorzaken. Het antwoord op de vraag: 'Wat is de kracht van verdraagzaamheid?' is te groot voor woorden. Verdraagzaamheid kan niet in gedachten en woorden gemeten worden.

- *Summer Showers* 2002, 13

In dit wereldse leven manifesteert liefde zich in verscheidene vormen, zoals de liefde tussen moeder en zoon, echtgenoot en echtgenote en tussen bloedverwanten. Deze liefde, die gebaseerd is op fysieke verhoudingen, komt voort uit zelfzuchtige motieven en eigenbelang. Maar bij goddelijke liefde ontbreekt elk spoor van eigenbelang. Het is liefde alleen ter wille van de liefde. Dit wordt devotie (*bhakti*) genoemd. Een kenmerk van deze liefde is geven en niet ontvangen. In de tweede plaats kent liefde geen angst. Ten derde is het liefde alleen om de liefde en niet met een zelfzuchtig motief. Deze drie gezichtspunten van liefde tezamen

houden overgave (*prapatti*) in. Als men intens opgaat in deze houding van overgave, dan ervaart men de goddelijke gelukzaligheid. Hiervoor is het eerste vereiste verdraagzaamheid (*kshama*). Slechts iemand die deze geesteshouding van verdraagzaamheid bezit kan gezien worden als begiftigd met heilige liefde. Zo'n houding kan niet uit studieboeken worden geleerd; noch kan ze verkregen worden bij leermeesters, of bij wie ook. Ze moet door onszelf aangekweekt worden, in perioden van moeilijkheden, beproevingen en rampspoed waaraan we noodgedwongen het hoofd moeten bieden. Pas wanneer we problemen en moeilijkheden die verdriet en ellende veroorzaken moedig tegemoet treden zal deze eigenschap van verdraagzaamheid en vergevingsgezindheid de kans krijgen om te wortelen. Als je geconfronteerd wordt met problemen en moeilijkheden, moet je niet overstuur raken en je overgeven aan depressie, wat een teken van zwakte is. In zo'n situatie moet je verdraagzaamheid en een vergevingsgezinde houding in het spel brengen en niet opgewonden raken, wat weer aanleiding geeft tot boosheid, haat en een wraakzuchtige houding. Jullie zijn belichamingen van kracht en niet van zwakheid. Daarom behoor je in tijden van wanhoop verdraagzaam te zijn en bereid te zijn te vergeven en te vergeten. Deze eigenschap van *kshama* is de grootste kracht van een mens. Iemand die deze eigenschap verliest wordt demonisch.

- *Sathya Sai Speaks* 27, toespraak 1, 1 januari 1994

### ❖ Stel grenzen aan wensen

God is de belichaming van liefde en de oceaan van mededogen. Maar jullie zijn niet in staat Gods liefde en mededogen te ontvangen, omdat je geest vervuld is van wereldse gevoelens. Als je iets heiligs wilt ontvangen, geef dan alles op wat niet heilig is. Als het hoofd leeg is, kan het met iets gevuld worden. Maar als het hoofd al volgepropt is met wereldse verlangens, hoe is het dan nog mogelijk om het met heilige gevoelens te vullen? Leeg allereerst je hoofd van alle wereldse gevoelens. Pas dan kan het gevuld worden met goddelijke liefde. Daartoe moet je opoffering aankweken.

- *Sathya Sai Speaks* 34, toespraak 9, 7 mei 2001

Wereldse gehechtheid kan absoluut geen echte liefde zijn. Ze is voorbijgaand. Eeuwige, zuivere liefde komt voort uit het hart. In feite is ze eeuwigdurend en allesdoordringend. Hoe komt het dat de mens niet in staat is zulke allesdoordringende liefde te herkennen? Dat komt omdat het mensenhart tegenwoordig dor en vervuld is geworden. Het hart zit vol met allerlei soorten verlangens en er is geen ruimte meer over voor zuivere, onbezoedelde liefde. Pas als de wereldse gehechtheid uit het hart verbannen is, zal er ruimte zijn voor echte liefde om zich daar te vestigen en te groeien.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 29, 27 juli 1996

De kosmos is gevuld met liefde. Liefde is rechtschapenheid. Liefde is waarheid. Het universum is gegrondvest op liefde. Verloren in de voorbijgaande genoegens van het wereldse leven vergeten de mensen dit allerhoogste liefdesprincipe. Wat is de reden? Egoïsme is toegenomen en onbaatzuchtigheid is afgenomen. Kleingeestigheid is wijd verspreid. Ruimhartigheid is aan het afnemen. Verlangens zijn toegenomen. Idealen verdwijnen. Het leven van een mens wordt gedomineerd door zelfzucht en eigenbelang. De wijzen uit de oudheid plaatsten opoffering (*tyaga*) op het hoogste voetstuk. Zij adoreerden rechtschapenheid. Tegenwoordig zijn deze sublieme idealen in *Bharat* vergeten. Met als consequentie dat het land wordt geteisterd door allerlei soorten moeilijkheden.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

Alexander regeerde over een uitgestrekt keizerrijk, maar wat nam hij mee toen hij stierf? Hij ging met lege handen. Je behoort alleen zuivere liefde bij je te hebben als je deze wereld verlaat. Als je de schat van zuivere liefde verwerft, dan ben je de rijkste persoon ter wereld. Degene die heel tevreden is, is de rijkste persoon ter wereld en degene die veel verlangens heeft, is de armste persoon ter wereld. Tegenwoordig zijn mensen van top tot teen vervuld van verlangens. Zolang je verlangens hebt, zul je nooit gelukkig en tevreden zijn.

- *Sathya Sai Speaks* 34, toespraak 10, 1 juni 2001

### ❖ Koester standvastige devotie

Waar liefde heerst, daar zal geen plaats zijn voor haat of afgunst. Liefde heeft niets te maken met kwade gedachten en handelingen. Liefde moet standvastig en onwrikbaar zijn. Als men voortdurend van de ene Swami naar de andere, van de ene vorm van aanbidding naar de andere gaat, dan zal men nooit de liefde van God ervaren. 'Eén woord, één weg' - dat moet het doel zijn. Vandaag hebben duizenden mensen zich hier verzameld. Wat heeft hen hier samengebracht? Liefde is de hoofdoorzaak. Zonder liefde zouden maar weinig mensen van zover gekomen zijn. Hoe drukt die liefde zich uit? Het is een proces van geven en nemen. Je moet Gods liefde ontvangen. En je moet jouw liefde aanbieden. Maar beide zijn één en dezelfde liefde. Gods liefde wordt weerspiegeld in onze lichamen. Dat is de betekenis van de verklaring in de *Bhagavad Gita*: 'Een deeltje van mij is in iedereen in de kosmos aanwezig.'

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

Iedereen moet ernaar streven het hart te vullen met echte devotie. Voortdurende meditatie op de vorm van de Heer en veelvuldige herhaling van de naam van de Heer zijn de middelen waardoor het hart vervuld is van liefde voor God.

- *Sathya Sai Speaks* 19, toespraak 1, 19 januari 1986

God is de entiteit die de mens het meest nabij is, die de mens het meest dierbaar is. Je moeder en vader kunnen soms wat ver weg zijn, maar God is direct bij je, is in je. Zelfs als je niet van Hem houdt zal Hij je niet verlaten of ver weg gaan. 'Kleiner dan het atoom', zo zeggen de *Veda's*, 'breidt Hij zich uit voorbij de kosmos en vervult allen met genade'. Hij is in je, in elke cel. Door intense liefde kun je dit gewaar worden.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak.37, 25 december 1981

### ❖ Zuiver geest en hart

Al je handelingen moeten erop gericht zijn je geest en hart te zuiveren om het goddelijke te ervaren. Als het hart zuiver is, schijnt het licht van wijsheid. Het verlichte hart wordt de ontvanger van zuivere liefde. Liefde is alles. Iemand zonder liefde is een levend lijk. Liefde is niet de relatie tussen mens en mens, of tussen de mens en voorwerpen. Ze is eigen aan elk wezen. 'Ik ben de Geest, eigen aan alle wezens' (*Mama Atma sarva bhutatma*). Het goddelijke zelf of *atma* is aanwezig in alle wezens. Het *atma* heeft geen vorm. Het wordt ervaren als liefde. Als er geen liefde is, is er geen *atma*. Dus liefde is onze levensadem. Liefde is onze ziel. Liefde is ons alles. Ze behoort onveranderlijk te zijn. Jongeren behoren standvastige liefde te koesteren en een evenwichtige visie aan te kweken.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 10, 6 mei 1985

Als hij niet in staat is zuivere liefde te begrijpen leidt de mens een miserabel bestaan. Iemand die tot zijn nek in het water staat kan nog steeds spreken. Maar iemand die helemaal ondergedompeld is kan dat niet. Evenzo kan iemand die ondergedompeld is in zuivere liefde geen woorden vinden voor die ervaring. Alleen zij die boven het oppervlak uitsteken,

proberen haar te beschrijven. Hoe kan deze goddelijkheid dan worden omschreven? Daar bestaat een standaardmethode voor. Sommige mensen hebben een direct inzicht in het goddelijke. Sommige anderen zijn ondanks al hun spirituele discipline niet tot zo'n ervaring in staat. Hoe komt dat? Er zijn verschillende soorten gebedssnoeren (*japamala's*). De ene is een snoer van rudraksha-kralen, de andere een van lotuszaden of van koraal. Niemand kan de draad zien die door al die verschillende kralen loopt. Alleen in een gebedssnoer van doorzichtige kristallen kralen is de draad zichtbaar. Op dezelfde wijze is in het hart van iedereen de subtiele draad van goddelijkheid (*Brahmasutra*) aanwezig. Maar alleen in een hart dat vervuld is van zuivere liefde kan goddelijkheid worden waargenomen.

- *Sathya Sai Speaks* 23, toespraak 35, 24 november 1990

Nectar wordt in de geschriften beschreven als heel erg zoet. Maar nergens benadert nectar de zoetheid van liefde. Vergeleken met liefde lijkt nectar smakeloos. De uniekheid van zo'n liefde gaat het begrip van gewone mensen te boven. Dergelijke liefde doet zich alleen voor als je de oceaan van gelukzaligheid karnt. Al onze handelingen moeten dus op liefde gebaseerd zijn. Maar in deze wereld neemt liefde uiterlijke vormen aan. Als zuiver goud aan de goudsmid wordt gegeven om er een sieraad van te maken, dan mengt deze het met koper en andere metalen, waarbij de waarde minder wordt. Evenzo wordt zuivere liefde bezoedeld als ze gemengd wordt met wereldse gehechtheid. Maar als zulke bezoedelde liefde gericht wordt op onzelfzuchtige dienstverlening (*seva*), dan wordt ze gezuiverd.

- *Sathya Sai Speaks* 23, toespraak 35, 24 november 1990

Je bent je niet bewust van je ware aard. Als je vertrouwen hebt in jezelf, dan heb je vertrouwen in God. Realiseer je dat er niets gaat boven de macht van God. Heb God lief met dat allerhoogste geloof. Dan zul je naar God toetrokken worden. Er is zuiverheid voor nodig. Een magneet kan niet een stuk ijzer aantrekken dat bedekt is met roest. Evenzo zal God geen onzuiver persoon naar zich toetrekken. Verander daarom je gevoelens en gedachten en laat de overtuiging groeien dat God alles is. God zal je niet opgeven als je deze overtuiging hebt.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 4, 27 februari 1995

Waar liefde is, daar is geen ruimte voor haat. Wees op niemand afgunstig. Als deze kwade eigenschap zich voordoet, slaat liefde op de vlucht. Een zuiver hart is de verblijfplaats van liefde. Waar zuiverheid is, is eenheid. Eenheid leidt tot goddelijkheid. Vandaag de dag is zuiverheid afwezig. Hoe realiseer je dan goddelijkheid? Je moet alles aan God offeren zonder te verlangen.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 33, 25 december 1997

### ❖ **Heb intens lief**

Houd voortdurend de waarheid in gedachten dat God liefde is. Leef in liefde. Als je zulke positieve en nobele gedachten kunt aankweken, zal alles goed voor je aflopen. Er zijn verscheidene mensen hier die misleid worden door tijdelijke dingen. Zonder twijfel zijn jullie zuiver van hart. Jullie hebben alleen zuivere gedachten. Maar nu en dan sluipt er een zekere mate van vervuiling in. Verzeker je ervan dat dat niet gebeurt. Dat is spirituele discipline (*sadhana*) voor jullie. Wat is *sadhana*? Is het zitten in meditatiehouding en bezig zijn met het herhalen van de naam (*japa*)? Nee. Dit is geen *sadhana*. Wat denk je dat meditatie inhoudt? Betekent het op een eenzame plek zitten mediteren op de naam van de Heer? Niets van dat alles. Mediteer op de zuivere gedachten in je geest. Mediteer op de innerlijke waarheid. Als je werkelijk graag het geheim van *sadhana* wilt kennen, dan kan dat op heel simpele wijze worden uitgelegd.

Bijvoorbeeld, breng je geest tot rust en zit zo'n elf seconden stil. Zelfs in zo'n korte periode kun je zelfrealisatie bereiken. Realisatie kan niet worden verkregen door zo onrustig te worden als een klok. Precies elf seconden denkstilte zou al genoeg zijn. Maar zelfs dat doen jullie niet. Je kunt heel wat bereiken in deze korte tijd. Dus maak je niet onnodig zorgen. Op dit moment bezorgen jullie je lichaam een hoop moeilijkheden. Jullie verspillen ook nog een heleboel geld. Tijd verspillen is je leven verspillen. Geld verspillen is een kwade zaak. Dus verspil geen geld en geen tijd. Tijd is God en God is tijd. Dus wanneer je ook maar tijd over hebt, denk dan aan Swami. Ik zal zeker aan je verschijnen. Niet alleen dat; ik zal zelfs met je praten. Ik ontvang verscheidene brieven waarin staat dat Swami aan hen is verschenen en met hen heeft gesproken. Ook jullie kunnen dergelijke sadhana doen. Breng zo'n onwankelbaar geloof in Swami tot ontwikkeling; dan zul je zeker slagen in je sadhana. Verscheidene mensen zijn hier als toegewijde gekomen. Zij hebben ongetwijfeld diepe devotie voor Swami. Maar wat is devotie? Wat is het waarmerk van een toegewijd iemand? Dit moet eerst worden onderzocht. Vóór alles zou je geloof aan moeten kweken. Waar geloof is, is liefde. Waar liefde is, is waarheid. Waar waarheid is, daar is God. Je hoeft je niet speciaal in te spannen om te weten wat waarheid is. In feite zijn elf seconden genoeg om waarheid te realiseren. Je mediteert gewoon in gedachten elf seconden over waarheid en je zult in staat zijn om Gods darshan te ontvangen. Devotie is niet enkel bepaalde vormen van verering verrichten, of religieuze beloften ten uitvoer brengen, of bezig zijn met het herhalen van de naam (*japa*). Ware devotie vooronderstelt onwankelbare liefde voor God, zonder zelfbedrog. Zulke standvastige liefde voor God zul je moeten aankweken. Dan zul je God zeker bereiken.

- *Sathya Sai Speaks* 40, toespraak 13, 28 juli 2007

Als er verontreinigd water aan melk wordt toegevoegd, dan moet de melk gekookt worden om hem te zuiveren. Evenzo moet de mens verschillende soorten geestelijke discipline verrichten om zijn hart te reinigen van onzuiverheden. Oefeningen zoals meditatie, rituelen (*yagna*) of boetedoening (*tapas*) kunnen alleen mentale genoegdoening opleveren. Pas wanneer het hart gesmolten is in de hitte van goddelijke liefde kan men erin slagen zich van slechte eigenschappen te ontdoen en het hart weer in zijn oorspronkelijke luister laten stralen. Zoals zonnestralen een hoop katoen kunnen ontbranden als de stralen door een lens worden geconcentreerd, zo zullen de stralen van het intellect iemands slechte eigenschappen vernietigen als ze door de lens van goddelijke liefde worden geleid.

- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 36, 24 oktober 1992

Ik zal een boodschap voor jullie achterlaten om te overdenken - dat is de boodschap van liefde. Liefde is God. God is liefde. Waar liefde is, daar is God zeker zichtbaar. Heb steeds meer mensen lief. Heb hen steeds intenser lief. Transformeer de liefde in dienstverlening. Transformeer de dienstverlening in aanbidding. Dat is de hoogste spirituele oefening. Er is geen levend wezen zonder de vonk van liefde. Zelfs een dwaas houdt veel van iemand of iets. Maar je moet wel erkennen dat deze liefde slechts een weerspiegeling is van de Belichaming van liefde (*Premaswarupa*) die jouw werkelijkheid is, de God die verblijft in je hart. Zonder die bron van liefde die in je hart opborrelt, zou je helemaal niet tot liefde aangespoord worden. Herken die bron. Vertrouw er steeds meer op. Breng de mogelijkheden ervan tot ontwikkeling. Probeer de hele wereld ermee te besproeien. Ontdoe je van elk spoor van ego daarin. Verwacht niets terug van degenen die je van dienst bent geweest. Creëer bij je dagelijkse werkzaamheden geen belangengroepjes om je heen en verlustig je niet in haatgevoelens. Zie het goede in de anderen en de tekortkomingen in jezelf. Zie met eerbied op naar anderen door je bewust te zijn van Gods aanwezigheid in hen. Eerbiedig ook jezelf als de verblijfplaats van God. Maak je hart zuiver zodat Hij erin kan verblijven.

- *Sathya Sai Speaks* 5, toespraak 17, 26 maart 1965

## ❖ Houd altijd je liefde op God gericht

Liefde (*prema*) moet als een kompas zijn. Waar het kompas ook wordt geplaatst, de naald zal uitsluitend naar het noorden wijzen. Evenzo dient de liefde van een mens onder alle omstandigheden op God gericht te zijn. Alleen dat is ware liefde. Ze behoort niet beïnvloed te worden door vreugde of verdriet. Ze maakt geen verschil tussen mijn en dijn. Liefde mag alleen verkregen worden door liefde en door geen enkel ander middel. Niemand kan de aard van goddelijke liefde beschrijven. Ze gaat het vermogen van dichters te boven. Wie ondergedompeld is in het water van goddelijke liefde zal niet in staat zijn met iemand te spreken. Iemand die slechts tot de nek in het water staat zal wel in staat zijn een paar woorden te spreken.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 1, 14 januari 1995

Liefde (*prema*) gaat de drie hoedanigheden van zuiverheid, hartstocht en traagheid (de *guna's sattva, rajas* en *tamas*) te boven. Ze is grenzeloos. Ze straalt voortdurend als een eeuwig licht. De wijzen noemden haar *atma*. Deze goddelijke vlam van liefde schijnt in elk hart. *Atma* en hart (*hridaya*) zijn synoniemen van goddelijkheid. Voor deze liefde geldt geen onderscheid naar mijn en dijn. Ze is volkomen vrij van eigenbelang. Liefde is als het kompas dat altijd naar het noorden wijst. Op elk moment, op elke plaats, onder elke omstandigheid wijst liefde alleen naar God. Daarom moet iedereen proberen te begrijpen hoe het liefdesprincipe werkt. Liefde kan alleen maar vergeleken worden met liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 23, toespraak 35, 24 november 1990

Er zijn twee vormen van liefde. De ene verbindt je met God. De andere vorm bindt je aan de wereld. De geest (het denken) is verantwoordelijk voor beide. Hij is als een slot. Draai je de sleutel naar rechts, dan gaat het slot open. Draai je de sleutel naar links, dan gaat het op slot. Het hart is de sleutel voor het slot van de geest. Draai je de sleutel naar de wereld, dan krijg je gehechtheid (gebondenheid). Je moet ervoor zorgen dat begeerte en haat niet in je geest komen wonen. Koester geen vijandige gevoelens tegen wie dan ook. Vermijd het gezelschap van boosaardige figuren. Door het gezelschap van goede mensen te koesteren kun je jezelf verbeteren, omdat je slechte eigenschappen verwateren door omgang met goede mensen, zoals gebeurt met rioolwater als het de zee in stroomt.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 30, 25 december 1985

Genegenheid (*anuraga*) en liefde (*prema*) zijn onderling afhankelijk en onafscheidelijk. Als het denken gericht is op wereldse dingen wordt het *anuruga* genoemd en is het gericht op God dan wordt het *prema* genoemd. Liefde is de vrucht van liefde. Liefde is alleen vergelijkbaar met liefde. Liefde kan alleen zelf liefde aanbieden. Liefde kan niet worden beschreven in gedichten. Ze kan niet worden aangetoond door het verstand of door het gesproken woord. Daarom verklaren de *Veda's* dat liefde het denken en spreken te boven gaat. Liefde is onschatbaar en onbeschrijfelijk kostbaar. Haar zoetheid is onovertroffen. De geschriften hebben nectar (*amrita*) beschreven als buitengewoon zoet. Maar liefde is zeer veel zoeter dan nectar.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

## ❖ Heb lief zonder de verwachting van een beloning

Wat is ware liefde (*prema*)? Zuivere, onzelfzuchtige liefde ten opzichte van alle levende wezens, die beschouwd worden als belichamingen van God, zonder beloning te verwachten - dat is ware liefde. 'Vrij van afkeer, vriendelijk en mededogend ten opzichte van alle wezens'

(*Advешta sarvabhutanam maitra karunaivacha*) - alleen met deze houding, waarbij men ziet dat Goddelijkheid in alle wezens aanwezig is, kan men spreken van ware liefde. Welke wisselvalligheden men ook onder ogen moet zien, welke persoonlijke smart en ontberingen men ook ondergaat, ware liefde wordt er niet door beïnvloed. Als zich tegenwoordig een moeilijkheid voordoet, of als er plotseling een tegenslag is, dan verandert liefde in haat. Ware liefde is de zoete vrucht die voortkomt uit de geurige bloem van goede daden. Liefde regeert zonder toevlucht te nemen tot het zwaard. Ze bindt zonder wetten. Alleen iemand die zulke ware liefde heeft kan als menselijk worden beschreven. Iemand zonder dergelijke liefde is alleen menselijk in de vorm. Zoals de lotus die bloeit als de zon opkomt, zo bloeit het hart van een mens als er liefde binnenkomt. Als de gloed van de vlam in een vuur, als de stralen van de zon, als golven in de oceaan, zo is goddelijke liefde de basiskwaliteit van een waarachtig mens. Pas als men vervuld is van zuivere, onzelfzuchtige liefde kan men menselijk genoemd worden.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 10, 6 mei 1985

Er is niets kostbaarder in de wereld dan goddelijke liefde. God gaat alle eigenschappen (*guna's*) te boven. Daarom gaat Zijn liefde alle eigenschappen te boven (*gunatita*). Maar omdat menselijke liefde beheerst wordt door *guna's*, ontaardt ze in gevoelens van voorkeur en afkeer. Liefde behoort niet gebaseerd te zijn op verwachtingen van beloning of tegenprestatie. Liefde die op zulke verwachtingen gebaseerd is, wordt tot een zakelijke overeenkomst. Liefde is geen handelsartikel. Ze is niet iets wat je uitleent en weer terugkrijgt. Ze wordt spontaan aangeboden. Dergelijke zuivere liefde kan alleen voortkomen uit een zuiver hart.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 1, 14 januari 1995

Veel hedendaagse toegewijde mensen bidden: 'O God, als u mijn wensen vervult, dan offer ik U tien kokosnoten'. Ze offeren hun ongewassen haren en bidden om kolossale gunsten. Kan dit devotie genoemd worden? Absoluut niet. Een ware toegewijde is iemand die alleen geeft en niet verwacht er iets voor terug te krijgen. Overgave is het ware kenmerk van devotie.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 10, 16 juli 2000

Liefde is geen koopwaar. Marchandeer er niet mee alsof er een prijs voor betaald moet worden. Laat liefde zuiver vanuit het hart vloeien als een stroom van waarheid, een rivier van wijsheid. Laat haar niet uit het hoofd of uit de tong komen. Laat haar volledig vrij uit het hart verrijzen. Dit is de hoogste plicht, de edelmoedigste devotie.

- *Sathya Sai Speaks* 9, toespraak 16, 29 juli 1969

Aanbidding van God moet geheel vrij zijn van eisen, vooral omtrent de vervulling van wereldlijke verlangens en de verwachting van wereldlijke beloningen. Mensen aanbidden God echter altijd met een heleboel eigenbelang. Dat is geen ware devotie. Wat je God moet offeren is zuivere en onzelfzuchtige liefde. Alleen zulke liefde kan je verzekeren van bevrijding. Inderdaad, zulke liefde is op zich bevrijding, omdat ze je bevrijdt van wereldse verlangens. Zoals Swami vaak zegt: 'Bevrijding van gehechtheid en verlangens is ware bevrijding.' (*Moksha is mohakshaya*).

- *Summer Showers* 2000, 8

Als je beladen met behoeften, gebeden om gunsten en materialistische wensen naar mij komt, dan loop je het risico je geloof en je houvast te verliezen, want dat geloof is broos. Breng liefde tot ontwikkeling die niet om een tegenprestatie vraagt. Vestig je geloof op deze basis. Daarmee kun je jezelf verlossen van de dualiteit van verrukking en wanhoop. Het pad van

liefde kent geen ups en downs. Het is effen en vlak, recht en veilig. Het leidt je naar de troon van de Koning der koningen, gevestigd in je hart. Niets kan je reis vertragen of hindernissen opwerpen om je tegen te houden.

- *Sathya Sai Speaks* 11, toespraak 29, 23 juli 1971



## **Studievragen: hoe lief te hebben**

### **Vragen voor de studiekring**

1. Hoe helpen vergevingsgezindheid en verdraagzaamheid ons om God lief te hebben?
2. Waarom zijn op één punt gerichte aandacht en intensiteit nodig om God lief te hebben?
3. Waarom is zuiverheid belangrijk om God lief te hebben?

### **Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek**

Kun je je een periode herinneren waarin je van iemand hield zonder enige verwachting van een beloning? Beschrijf die ervaring.

## HOOFDSTUK 3

# Het ontwikkelen van liefde

### Inleiding

God, die pure liefde is, kan alleen bereikt worden als we pure en smetteloze liefde aankweken. Iedereen heeft deze vonk van liefde in zich. Dit sprankje liefde moet aangewakkerd en gevoed worden voordat het kan uitgroeien tot een vlam die de gehele schepping omvat. Om deze vlam aan te wakkeren moeten we altijd goed gezelschap kiezen en goede gedachten koesteren, door het constant en gedisciplineerd overdenken van Gods naam (*namasmarana*), meditatie en zelfonderzoek. In dit hoofdstuk laat Baba ons verschillende manieren zien om onze liefde uit te breiden en de ontvangst van goddelijke genade waardig te worden.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Kweek liefde aan door middel van liefde
- ❖ Heb lief om de liefde
- ❖ Doe je plicht met liefde
- ❖ Ga met goed gezelschap om
- ❖ Koester goede gedachten
- ❖ Elimineer het ego
- ❖ Streef naar Gods liefde
- ❖ Beoefen meditatie
- ❖ Beoefen *namasmarana* (constante overpeinzing van Gods naam)
- ❖ Breng eenheid van gedachte, woord en daad tot stand
- ❖ Maak onderscheid tussen goddelijke en wereldlijke liefde

## ❖ Kweek liefde aan door middel van liefde

Hoe kweek je liefde aan? Dat kan alleen door liefde; een andere manier is er niet. Om een plant te laten groeien moet je mest en water geven. Besef dat je om goddelijke liefde aan te kweken de mest van vertrouwen en het water van liefde moet toedienen. Alleen dan kan de plant van devotie groeien.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 27, 25 augustus 1998

Ware liefde is zuiver, onzelfzuchtig, vrij van hoogmoed en vol gelukzaligheid. Zulke liefde kan alleen door middel van liefde ervaren worden.

- *Sathya Sai Speaks* 29 toespraak 29, 27 juli 1996

Je kunt ondergedompeld zijn in liefde, haar ervaren en ervan genieten. Maar je honger naar liefde kan nooit gestild worden. Liefde kan alleen door middel van liefde ervaren worden. Een andere manier om liefde te ervaren is er niet. Liefde is liefde en dat is alles. Wees ervan overtuigd dat God de belichaming van liefde is. Houd van Hem met heel je hart. Stel je wereldlijke liefde niet boven Gods liefde. Zijn liefde is de enige ware en eeuwige liefde. Richt je liefde alleen op God. God is overal aanwezig in de vorm van liefde. Heb daar geen enkele twijfel over. Laat de stroom van liefde onafgebroken door je heen gaan. Alleen dan kun je God zien. Ongetwijfeld verlangen jullie ernaar God te zien, maar jullie breiden je liefde niet uit. Als je graag wilt, sta ik klaar om je een glimp van God te geven. Je kunt Hem zien wanneer je ware en eeuwige liefde in jezelf aankweekt.

- *Sathya Sai Speaks* 37 toespraak 9, 15 april 2004

We hebben het grote reservoir van God dat vol zit met Zijn genade. We hebben ook toegewijde mensen die je kunt vergelijken met kranen, maar de verbinding tussen zo'n kraan en het reservoir van Gods genade ontbreekt. Hoe kan de genade van de Heer stromen als er geen liefde is? De buis die de devotie van de toegewijde met de genade van God verbindt is de liefde. God is altijd een belichaming van liefde en als de toegewijde vol liefde is, dan kan liefde de verbinding tot stand brengen. Als deze niet alle drie aanwezig zijn - de devotie van de toegewijde, God die de liefde zelf is en de schakel van liefde tussen deze twee, kan er geen verbinding tot stand komen. God, de belichaming van liefde, is door geen andere methode dan alleen door liefde te bereiken.

- *Summer Showers* 1974, deel 2, 29

De Heer laat zich niet leiden door rijkdom of geleerdheid, macht of positie. Alleen liefde kan Hem in beweging brengen. Als je de Heer voor je wilt winnen moet je liefde, uitsluitend liefde offeren. Helaas is liefde vandaag de dag schaars geworden. Zelfs liefde voor het materiële is aan het verdwijnen. Gods liefde is echter onbegrensd. Op welke wijze je Hem ook liefhebt, Hij antwoordt in gelijke mate. Maar zonder liefde heb je geen recht om Zijn liefde na te streven. Als je vol slechte gevoelens en gedachten tot de volkomen zuivere Heer bidt, hoe kun je dan verwachten Zijn genade te ontvangen? Blijf ten minste zuiver in je gebedsruimte, dan kun je iets van goddelijke liefde verwerven.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

Sommige mensen denken: 'Swami noemt zichzelf een krachtige magneet, maar hij is niet eens in staat ons aan te trekken'. De fout ligt uitsluitend bij hen. Hun hart is verroest. Ze worden alleen door de magneet van Swami's liefde aangetrokken als ze hun hart zuiveren. Hoe kun je opgehoopt roest en stof uit het hart verwijderen? Alleen door het hart met liefde te poetsen en te polijsten. Iedereen moet het hart met liefde zuiveren en die liefde moet totaal onzelfzuchtig zijn. Wanneer je zulke onzelfzuchtige liefde aankweekt, dan kun je de hele

wereld aantrekken. Het zelf (ego) is liefdeloos en liefde is onzelfzuchtig. Leid dus een leven vol liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 35, toespraak 23, 25 december 2002

Alleen door liefde kun je studenten liefde bijbrengen. Vanwege mijn liefde die mijn natuur (*svabhava*) is, zijn de studenten van de Sathya Sai Academie gedisciplineerd en ordelijk en is er geen onrust op onze campus. Ik draag niemand een kwaad hart toe. Er kunnen mensen zijn die mij bekritisieren of zelfs wrok of haat tegen mij koesteren. Maar ik heb totaal geen vijanden. Iedereen is mij dierbaar. Daar liefde mijn permanente eigenschap is, heb ik geen zorgen en ben ik altijd gelukkig en vredig. *Liefde in het spreken is waarheid (sathya)*. *Liefde in het handelen is rechtschapenheid (dharma)*. *Liefde in het denken is vrede (shanti)*. *Liefde in begrip is geweldloosheid (ahimsa)*. Deze liefde stroomt als een onzichtbare rivier in ons. Alleen door liefde te ontwikkelen kunnen we het onderwijsstelsel onze zegen geven en de studenten leren menselijke waarden in praktijk te brengen, want dat is de essentiële voorwaarde om een eerzaam leven te leiden. Ik doe een beroep op jullie allen dit na te streven en onderwijs echt doelbewust zo te maken dat studenten zich tot goede burgers ontwikkelen op wie het land trots kan zijn.

- *Sathya Sai Speaks*, deel 19, toespraak 2, 20 januari 1986

### ❖ Heb lief om de liefde

Je hoeft helemaal niets op te geven. Heb alle wezens lief - dat is genoeg. Heb lief zonder iets terug te verwachten. Heb lief om de liefde. Heb lief omdat je ware aard liefde is. Heb lief omdat dat de soort eredienst is die je kent en aangenaam vindt. Als anderen gelukkig zijn, wees dan ook gelukkig. Als anderen in nood zijn, probeer dan hun lot zo goed als je kunt te verbeteren. Breng liefde in praktijk door onbaatzuchtige dienstverlening (*seva*). Op deze manier zul je eenheid bereiken en het ego dat kwaad doet, kwijtraken.

- *Sathya Sai Speaks* 12, toespraak 4, 5 maart 1973

Heb lief om de liefde, niet om materiële dingen te verwerven of om wereldse verlangens in vervulling te doen gaan. Verlangen brengt woede voort. Woede lokt zondig gedrag uit. Want onder invloed ervan worden vrienden als vijanden gezien. Woede ligt aan de basis van elke soort ellende. Val er dus niet aan ten prooi. Behandel iedereen, wie dan ook, met het alles omvattende medeleven van liefde. Dergelijk opbouwend medeleven moet de spontane reactie van heel de mensheid worden.

- *Sathya Sai Speaks*, deel 9, toespraak 16, 29 juli 1969

De rivieren van liefde moeten onophoudelijk stromen. Het is voldoende als je het ene beginsel van volkomen liefde kunt begrijpen. Deze liefde is alles. Beschouw deze liefde als de essentie van je leven. Richt je liefde niet op materiële zaken. Als je aanhoudend liefhebt om de liefde, dan is zulke liefde eeuwigdurend. Heb niet het lichaam lief, maar het principe van ware liefde. Alle namen en vormen zijn tijdelijk en voorbijgaand. Zulke dingen zouden we geen liefde moeten geven. Liefde gericht op die dingen is fysiek, terwijl liefde om de liefde eeuwigdurend is. Beschouw de waarheid als waarheid. Je zou waarheid niet in verband moeten brengen met materiële zaken. Zo zou je ook liefde niet in verband moeten brengen met materiële dingen. Liefde is eenvoudig liefde. Als zodanig is liefde God. Met zulke liefde moet je God bereiken.

- *Sathya Sai Speaks* 38, toespraak 18, 28 oktober 2003

## ❖ Doe je plicht met liefde

*Plicht zonder liefde is betreuenswaardig. Plicht met liefde is wenselijk. Liefde zonder plicht is goddelijk.* Plicht suggereert dwang, terwijl liefde spontaan is en zich zonder aansporing van buitenaf uitdrukt. Elke recitatie van Gods naam, meditatie of verdienstelijke handeling die je verricht is zinloos als je geen alomvattende en onzelfzuchtige liefde aankweekt.

- *Summer Showers* 1979, toespraak 29

Indien je in aanmerking wilt komen voor Gods liefde, dan moeten je handelingen verenigbaar zijn met liefde. Het is onmogelijk Gods liefde te verwerven zonder passende en heilige handelingen. Kan iemand die altijd hunkert naar een beloning ooit echt gelukkig zijn? De enige compensatie die je mag nastreven is het plezier en de vreugde die je krijgt door je plicht op de juiste manier te doen. De vreugde van dienstverlening is de ware beloning. Als je tegen het goddelijke gebod ingaat zal alles zeker verkeerd aflopen.

- *Summer Showers* 2000, 11

Het koesteren van liefde is alleen mogelijk in een teder hart. Vanwege gehechtheid aan wereldse dingen is die tederheid verloren gegaan. Wanneer de geest zich op de uiterlijke wereld richt wordt het leven kunstmatig. Als je naar je werk gaat, groet je mensen plichtmatig. Het groeten (*namaskaram*) wordt dan met het ego (*ahamkaram*) gedaan. Respect wordt plichtmatig alleen voor de positie gegeven en komt niet vanuit het hart. Wat uit het hart komt is waarheid. Als je iemand ziet die anderen met liefde dient, dan moet je die persoon hoogachten. Het is niet de uiterlijke handeling die telt. Alleen het goede hart achter de handeling verdient respect en achting. Dus moeten we in plaats van mechanisch te handelen een teder hart gevuld met liefde aankweken. Als er geen liefde in het hart is, dan heeft het geen zin om ook maar iets te doen.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 2, 25 januari 1985

## ❖ Ga met goed gezelschap om

De gedachte in de geest, het woord op de tong en de daad door de handen - probeer ze alle drie één te maken. Veel mensen hopen goed te leven door goede daden te verrichten. Ik geloof echter niet dat dit mogelijk is. Je kunt nooit goed worden door goede daden te doen. Je daden en woorden kunnen alleen goed zijn als jij goed bent. Streef er eerst naar een goed mens te worden. Daarna wordt het mogelijk dat je goed doet. Wees goed. Doe goed. Het is niet mogelijk te voorspellen wanneer en waar, of om welke reden iemands leven tot bloei of ontwikkeling komt. Je kunt bidden onder een boom die bittere vruchten draagt; toch kan die boom je geen zoete vrucht geven. Als echter een tak van een boom met zoete vruchten op die boom geënt wordt, kan hij wel zoete vruchten opleveren. Dit proces van enten is te vergelijken met goed gezelschap (*satsanga*) - omgang met goede en godvruchtige mensen. Dien dus je medemensen met zuivere intenties en zoek altijd goed gezelschap. Dan kun je jezelf transformeren. De slechte neigingen die gedurende vele levens en generaties gegroeid zijn kunnen niet zomaar ineens uitgewist worden. Dus beweeg je in godvruchtige kringen, kweek goede gewoonten en gedrag aan en doe mee met goede activiteiten.

- *Sathya Sai Speaks* 14, toespraak 55, 19 november 1980

Alleen het hoogste Zelf (*Paramatma*) is werkelijk. Paramatma is waarheid. Paramatma is liefde. Mediteer erop als waarheid, als liefde. Het is mogelijk het hoogste Zelf te realiseren in de vorm waarop je mediteert. Ga altijd om met aan God toegewijde mensen. Door dit goede gezelschap worden spiritueel onderscheidingsvermogen (*viveka*) en onthechting (*vairagya*)

ingeprint en vergroot. Deze versterken het karakter en geven je innerlijke vrede. Je geest zal dan opgaan in *Paramatma* of het hoogste Zelf.

- *Prema Vahini* 14

### ❖ Koester goede gedachten

Ik spreek altijd liefdevol. Ook jullie worden goddelijk als jullie zulke goddelijke liefde aankweken. Koester goede gedachten. Goede gedachten leiden tot goede handelingen. Goede handelingen leiden tot goed gezelschap. Kweek liefde aan.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 19, 20 november 2000

Het is niet genoeg als je Swami toegewijd bent. Je liefde (*prema*) voor Swami zal niet per definitie leiden tot Swami's liefde voor jou. Tenzij je de juiste manier vindt om Swami's genade te verdienen is je streven nutteloos. Volg een weg waarbij je in staat bent liefde te ondervinden en ervan te genieten. Het is belangrijker te weten op welke wijze je liefde zult ontvangen dan simpelweg te zeggen dat je liefde hebt. Jouw liefde op zich is enkel eenrichtingsverkeer. Indien jouw liefde leidt tot het ontvangen van liefde van de ander, dan wordt het tweerichtingsverkeer. Het is geven en nemen. Als je goede ideeën hebt, goede gedachten koestert en goede gewoonten aanneemt, dan hoef je niet om Gods genade te vragen. Dan zal God uit zichzelf Zijn genade en liefde over je uitstorten als beloning voor je goede gedrag.

- *Summer Showers* 1974, deel 2, 30

Ervaar het beginsel van volkomen liefde. Daardoor zul je de wereld bevrijden van haat. Als haat verdwijnt, zal de wereld vrij zijn van geweld en strijd. De fundamentele oorzaak van alle wreedheid en geweld die we nu in de wereld zien is egoïsme. Dit moet uitgebannen worden. Door het beginsel van volkomen liefde aan te kweken en liefde in al je gedachten en handelingen tot uitdrukking te brengen zul je de gelukzaligheid van liefde ervaren. Wanneer je vol liefde voor God bent, vergeet je alle verdriet en moeilijkheden. Juist om dit principe van goddelijke liefde te verspreiden komt er van tijd tot tijd een avatar.

- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 25, 21 augustus 1992

### ❖ Elimineer het ego

Het ego maakt dat je je blij of bedroefd voelt. Houd het ego dus in toom door ieder levend wezen liefde te geven. Het ego is liefdeloos. Geen mens die aan zelfzucht lijdt kan zich gelukkig voelen als anderen gelukkig zijn en zich ellendig voelen als anderen ellendig zijn, of kan positieve stappen nemen om in het geluk of de ellende van anderen te delen. Zonder deze diepe liefde is men slechts een gevaar voor de samenleving, hoe hoog opgeleid men ook is.

- *Sathya Sai Speaks* 14, toespraak 17, 15 januari 1979

Er is geen grotere leraar dan je hart. De tijd is een grote leraar. De wereld is een heilig boek. God is de grote vriend. Leid je leven op deze aarde met het volste vertrouwen in deze vier grootheden. Liefde is het natuurlijke bezit van ieder mens. Ze is de vrucht van de boom van het leven. Er zijn wat dingen die het genieten van de vrucht belemmeren. Voordat je de vrucht kunt proeven moet je de schil die om het vruchtvlees zit verwijderen en ook de pitten eruit halen. De vrucht van liefde is bedekt door de dikke schil van ego. Deze schil van 'mijn en dijn' moet je afpellen. Dan pas kun je het zoete sap proeven. Daarom beschrijven de *Veda's* God als 'Opperste Zoetheid (*Raso Vai Sah*).

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 15, 17 juli 1997

## ❖ Streef naar Gods liefde

Indien je echt vol toewijding bent, geef dan blijk van je liefde voor God, die de liefde zelf is. Indien je werkelijk hongert en dorst naar God, deel dan in goddelijke liefde om je honger te stillen en je dorst te lessen. Goddelijke liefde is het enige panacee voor al je problemen en ellende als gevolg van onverzadigbare verlangens en gefrustreerde ambities. Gods liefde is als een vuurtoren. Ze toont je de goede richting. Wend de boot van je leven naar de vuurtoren van goddelijke liefde. Dan zul je zeker de kust van gelukzaligheid bereiken. Je hoeft geen speciaal soort boetedoening of meditatie te doen. Mediteer op liefde. Vul je geest met liefde. Ook als je met je dagelijkse werk bezig bent, beschouw dan alle karweitjes als offers aan God. God is overal aanwezig. Zie God in alles en in ieder wezen. Laat liefde in je hart groeien als de wassende maan. In tegenstelling tot de maan neemt goddelijke liefde niet af. Koester zulke standvastige liefde in je hart. Zoals Tukaram zei: 'Rama in het hart en werk in de hand' (*Dil me Ram, hath me kam*). Van nu af aan is het de plicht van iedereen om ware, zuivere liefde aan te kweken. Met Gods liefde kun je alles bewerkstelligen. Zonder die liefde zul je ondergedompeld zijn in ellende.

- *Sathya Sai Speaks*, deel 29, toespraak 52, 23 november 1996

Zoals je voelt, zo zal het worden (*Yad bhavam tad bhavati*). Indien je Gods liefde verlangt, dan moeten je handelingen daarbij passen en met je verlangen overeenstemmen. Als je Gods liefde niet wenst, dan ben je vrij om te doen wat je maar wilt. Wil je Gods liefde wel, dan moet je op passende wijze handelen. In deze wereld dien je eerst de prijs te betalen voordat je iets wat je verlangt mag bezitten. Je gaat naar een winkel om een handdoek te kopen. De winkelier vraagt er twintig roepies voor. Als je twintig roepies contant betaalt, dan pakt de winkelier de handdoek in en geeft die aan jou. Geen geld, geen handdoek. God volgt een vergelijkbare 'transactieprocedure'. Wat voor 'handel' drijft God? Goddelijke handel. Wanneer je met liefde Gods gebod gehoorzaamt, dan kun je er zeker van zijn dat je liefde ontvangt. Gods liefde kent geen beperkingen of bepalingen; er is slechts één voorwaarde: jij geeft en dan ontvang je.

- *Summer Showers* 2000, 11

Kweek liefde aan voor allen, dan heb je recht op goddelijke genade. Je kunt nog geen zakdoek zomaar krijgen als je er niet voor betaalt. Je vraagt God om vrede, geluk en bevrijding, maar wat geef je God daarvoor terug? Offer Hem je liefde, dan ontvang je Zijn genade in de vorm van vrede, geluk en bevrijding. Iedereen heeft dit recht. Maar je moet eerst geven om het te verdienen. Alleen door liefde en dienstbaarheid heb je het recht dit te vragen. Een andere manier is er niet.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 3, 14 januari 2000

De genade van God is niet te krijgen door gymnastische hoogstandjes van het verstand, de kronkelingen van yoga of de ontzeggingen van ascese; alleen door liefde - liefde die geen beloning nodig heeft, liefde die geen onderhandeling kent, liefde die standvastig is, liefde die met genoeg wordt geschonken als huldeblijk aan God die een en al liefde is. Alleen liefde kan hindernissen overwinnen, hoeveel en hoe omvangrijk die ook zijn. Er is geen kracht die doeltreffender is dan zuiverheid, geen geluk dat meer voldoening schenkt dan liefde, geen vreugde die meer teruggeeft dan toewijding, geen overwinning die verdienstelijker is dan overgave.

- *Sathya Sai Speaks* 11, toespraak 12, 23 februari 1971

## ❖ Beoefen meditatie

Mediteer altijd op de goddelijke naam - niet gewoon overdenking maar meditatie. Die meditatie moet met liefde voor God gebeuren. Zonder liefde bereikt je meditatie niet het verlangde resultaat. Je liefde voor God moet altijd, dag in dag uit, voortduren. Het kan gebeuren dat wanneer je tot God bidt om vervulling van een wens en de dingen lopen anders, jij dan boos op Hem wordt en haat ontwikkelt. Dan is er geen sprake van spiritualiteit. Je ingeschapen aard en liefde voor God mogen nooit aan verandering onderhevig zijn. Blijf je aan Gods naam vasthouden. Dat is echte meditatie. Als je in diepe meditatie bent, mag niets van de uiterlijke wereld zichtbaar voor je zijn, zelfs als je je ogen opent.

- *Sathya Sai Speaks* 42, toespraak 5, 23 februari 2009

Meditatie is een proces dat voorbij de zintuigen plaatsvindt. Tussen concentratie op het zintuiglijk vlak en meditatie die de zintuigen te boven gaat is een scheidslijn waar contemplatie (*chintana*) plaatsvindt. Contemplatie is de tweede helft van het bewustzijn (*chitta*), waarvan de andere functie het maken van onderscheid is tussen goed en fout. Een illustratie kan dit duidelijk maken. Neem een rozenstruik met takken, bladeren, bloemen en doornen. Om vast te stellen waar een bloem zit, is concentratie nodig. In deze fase zijn we alleen bezig met de plaats van de bloem te bepalen. Maar de bloem moet geplukt worden zonder de doornen aan te raken. Liefde is de bloem. Begeerte is de doorn. Er is geen roos zonder doorn. Het probleem is hoe je bij de bloem van liefde kunt komen zonder de doorn van begeerte aan te raken. Hier is contemplatie nodig. Als de bloem geplukt is, wat doen we er dan mee? We offeren haar aan God. Meditatie betekent het offeren van de bloem van liefde aan God. Aan de rozenstruik van ons lichaam zit de roos van zuivere en heilige liefde, die de zoete geur van goede eigenschappen afgeeft. Onder de roos zitten echter doornen in de vorm van zintuiglijke verlangens. Het doel van meditatie is de roos van onbaatzuchtige liefde te scheiden van de zintuigen en haar aan de Heer aan te bieden.

- *Sathya Sai Speaks* 17, toespraak 6, 11 maart 1984

Het zingen van devotionele liederen (*bhajan*) en meditatie zijn slechts oefeningen om de geest of het denken te zuiveren. Kweek liefde aan die je levensadem is. Een boom vol groene bladeren, takken en vruchten vind je aantrekkelijk, maar als hij verdort, haal je hem weg, omdat er geen leven meer in zit. Iemand zonder liefde is als een dode boom. Liefde is voor een mens net zo vitaal als vuur is voor een stuk kool om te kunnen gloeien.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 15, 17 juli 1997

## ❖ Beoefen *namasmarana* (constante overpeinzing van Gods naam)

De avatars van de vier tijdperken (*yuga's*) zijn geïncarneerd om te onderrichten wat in het betreffende tijdperk nodig was: meditatie voor *Kritayuga*, strenge discipline (*tapas*) voor *Tretayuga*, verering van God (*upasana*) voor *Dvaparayuga* en het voortdurend herinneren of reciteren van Gods naam (*namasmarana*) voor [het huidige] *Kaliyuga*. Wat ze alle vier gemeen hebben is liefde voor God. Op dezelfde wijze geldt dit voor de negen vormen van verering - luisteren naar Gods glorie (*shravanam*), devotioneel zingen (*kirtanam*), verering van de voeten van de Heer (*padasevanam*), lofprijzing (*vandanam*), aanbidding (*archanam*), als een dienaar (*dasyam*), als een vriend (*sneham*) en overgave (*atmanivedanam*) - deze hebben liefde gemeen. Bij al deze vormen van verering past het vol devotie zingen van Gods naam.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

Een ander speciaal kenmerk betreffende herhaling van de naam (*namasmarana*) is het volgende. Het is mogelijk door yoga en strenge discipline (*tapas*) verscheidene occulte krachten (*siddhi's*) te verwerven. En als die krachten komen, is de kans groot dat de Heer vergeten wordt. Door hoogmoed verblind kan iemand zelfs de basisoverwinning, verkregen door zijn of haar spirituele oefeningen, loslaten. Dit gebeurt niet door overpeinzing van de Naam, herhaling van de Naam en meditatie. Bij deze disciplines bestaat dat gevaar niet. Deze drie disciplines maken dat de liefde in mensen steeds meer toeneemt. Door liefde wordt vrede bereikt. Als er eenmaal gemoedsrust is, wordt er vanzelf aan alle andere voorwaarden voldaan. Door yoga en strenge discipline komen er buitengewone krachten op; door overpeinzing van de Naam, herhaling van de Naam en meditatie komt er buitengewone liefde op. Dit is het verschil tussen de twee.

- *Dhyana Vahini*, hoofdstuk 7

Spreek met liefde, handel met liefde, denk met liefde en doe elke handeling vanuit een hart vol liefde. Het heeft geen zin om kralen af te tellen of te mediteren terwijl je in gedachten bezig bent met wereldse aangelegenheden. Reciteer Gods naam (*japa*), dan word je constant herinnerd aan het goddelijke in je. Dit is de voornaamste boodschap van de *Veda's*. Besef dat de weg van goddelijke liefde de makkelijkste, aangenaamste en betrouwbaarste weg naar God is.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 28, 5 juli 1996

Hoe kun je blijk geven van de liefde die in je is? Klap in je handen als je de namen van Rama, Krishna en anderen zingt. Reciteer de namen van de Heer met je mond. Als je God echt heel graag wilt ervaren moet je de naam van de Heer altijd in gedachten houden, zoals Prahlada: 'Om namo Narayanaya'. Zing de lof van de Heer zoals Radha en Mira. Aanbid de Heer zoals Jayadeva, Gauranga en Tukaram. Stort tranen van devotie voor de afbeelding van de Heer zoals Ramakrishna Paramahansa. Dan zul je de Heer ervaren. Mensen storten tranen voor onbetekenende dingen, maar geen enkel traantje voor de Heer. Er zijn twee soorten tranen: tranen van vreugde en tranen van verdriet. Voor God moet je tranen van vreugde storten.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

### ❖ **Breng eenheid van gedachte, woord en daad tot stand**

Het heeft geen zin om vriendelijk te spreken als er geen vriendelijkheid in je hart is. Vriendelijkheid van spreken met bitterheid in het hart past de mens niet. Wees in gedachte, woord en daad vriendelijk. Dit is het ware teken van menselijkheid. Vul je leven met liefde. In deze wereld is niets hoger dan liefde. De mens wordt als uiterst heilig beschouwd omdat de mens de unieke kwaliteit van liefde in zich heeft. Jullie zijn echter niet in staat de waarde van de geboorte als mens te beseffen. God incarneert in menselijke vorm om de boodschap van liefde te verspreiden. Heb je eenmaal liefde in je hart, dan kun je de hele wereld aan. Er is liefde in jullie, maar jullie zijn niet in staat haar op de juiste wijze uit te drukken.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 15, 17 oktober 2003

Iedereen gelooft in de kracht van liefde. Maar hoe moet deze liefde aangekweekt en gevoed worden? Deze vraag kan bij veel mensen opkomen. Als mensen vragen: 'Hoe kunnen we onze liefde voor de Heer doen groeien?', dan is het antwoord: 'Er is slechts één manier. Als je de liefde waarin je gelooft in praktijk brengt, dan zal die liefde groeien.' Omdat jullie niet in praktijk brengen wat jullie belijden, wordt jullie geloof zwakker. Een plant groeit alleen als deze regelmatig water krijgt. Wanneer je het zaad van liefde geplant hebt, kun je het alleen laten groeien door het dagelijks met het water van liefde te besproeien. Dan zal de plant van

liefde groeien en de vruchten van liefde opleveren. Tegenwoordig verrichten mensen niet meer zulke handelingen die liefde bevorderen. Wil je liefde voor de Heer aankweken, wees de Heer dan voortdurend met liefde toegewijd.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

### ❖ **Maak onderscheid tussen goddelijke en wereldse liefde**

Dat goddelijke element in je zou niet misbruikt mogen worden. Het zou gebruikt moeten worden ten gunste van anderen. Het goddelijke beginsel van liefde wordt met bekrompen ideeën tegemoet getreden. Door de wijzen van weleer werd dit beginsel met open armen ontvangen. De wijze Narada verklaarde: 'Iemand die goddelijke liefde verwerft wordt volmaakt, onsterfelijk en tevreden'. Goddelijke liefde beschouwde hij als boven alle dingen verheven. Zoals zonder suiker geen enkele zoetheid zoet kan zijn, zo kan zonder liefde niets in het leven van enige waarde zijn. Je hart is volledig vervuld met liefde. Jullie negeren echter deze volheid en jagen het onbeduidende na. Je echte voeding komt van deze goddelijke liefde en niet van triviale genoegens. Iedere cel in het menselijk lichaam is vervuld van liefde. Deze microkosmische liefde vult de gehele kosmos.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

Er is goddelijke liefde in je die geen geboorte of dood kent. Houd je liefde op die goddelijke liefde gericht. Die liefde is altijd bij je. Door zulke liefde te cultiveren zul je altijd als belichaming van liefde blijven bestaan. Heb vast vertrouwen in deze goddelijke liefde. Geloof niet in wereldse liefde, want dan zou je bedrogen uitkomen. Wereldse liefde is als overtrekkende wolken. Zulke wolken komen en gaan; ze zijn niet permanent. Houd van de eeuwige liefde. Dat is het wezen van het innerlijk zelf (*atmatattva*). Heb dat *atmatattva* lief. Laat je niet misleiden door wereldse liefde die slechts teleurstelling oplevert. Kweek liefde aan die niet teleurstelt. Laat je niet teleurstellen door je liefde op van alles en nog wat te richten. Houd van de wezenlijke liefde zelf die goddelijk en eeuwig is. Hoe meer je die goddelijke liefde liefhebt, hoe meer ze groeit.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 18, 28 oktober 2003

Je hoeft niet elders op zoek te gaan naar liefde. Ze is volledig in je. Mensen doen hun uiterste best om rijkdom te vergaren. Eenzelfde inspanning is nodig om de rijkdom van liefde te verwerven. In de huidige tijd investeren mensen hun liefdeskwaliteiten in armzalige ondernemingen. In plaats daarvan moeten ze al hun liefde investeren in de goddelijke bank van devotie. Dit deposito is niet alleen veilig, maar levert je steeds meer rendement op in termen van gelukzaligheid. Je hart is de bank waar je liefde voor God gedeponereerd moet worden. Andere deposito's zijn niet veilig. Geldstortingen kunnen gevaar lopen verloren te raken. Het deposito in je hart is echter immuun voor elke vorm van diefstal of verlies. Maak je deposito veilig door het in je hart te 'verzekeren'. Het is daar volledig veilig, ook al zijn er geen grendels, deuren of sloten. Deze liefde is gekenschetst als de vorm van eeuwige nectar (*amritasvarupa*). Nectar streelt alleen het gehemelte. Goddelijke liefde geeft echter eeuwige gelukzaligheid die heerlijker is dan nectar. Iedereen moet zich voornemen deze goddelijke liefde te verwerven.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

God geeft je waar je om bidt. Wees dus voorzichtig en vraag om de juiste dingen. Een man die vier vrouwen had moest eens voor zijn werk naar Bombay. Van daar schreef hij hun dat hij bereid was voor elk van hen mee te brengen wat zij graag wensten. De eerste vrouw vroeg om versterkende middelen voor haar gezondheid, plus omslagdoeken en wollen kleding voor als ze ziek werd. De tweede vrouw wilde een paar sari's naar de laatste mode, sieraden die in

Mumbai in zwang waren en meer van dergelijke opsmuk. De derde vroeg hem wat religieuze boeken uit te kiezen, spirituele geschriften die in boekwinkels in Mumbai verkrijgbaar waren, alsmede afbeeldingen van Pandharinath, Bhavani en Sai Baba. De vierde vrouw had helemaal geen lijstje; ze schreef simpelweg: 'Als je veilig en wel thuiskomt is dat genoeg voor mij.' Terwijl de anderen grote pakketten kregen met alles waar ze om gevraagd hadden, ontving de vierde vrouw zijn liefde. Denk dus goed na en maak duidelijk onderscheid voordat je om iets vraagt of bidt.

- *Sathya Sai Speaks* 4, toespraak 18, 16 mei 1964

Wie zijn je ouders? Wie zijn je kinderen, familieleden of vrienden? Wie zijn wij? Wat waren we in onze vorige levens? Wat zal onze toekomst zijn? Volledig in beslag genomen door deze tijdelijke relaties raken we de goddelijke liefde, die eeuwigdurend en onveranderlijk is, uit het oog. Ook met betrekking tot tijdelijke relaties moet de aard van goddelijke liefde begrepen worden. De geboorte als mens houdt mede in dat er ouders zijn. De relatie tussen een kind en zijn ouders is fysiek. De ouders zijn van belang voor de geboorte, maar ze zijn niet de oorzaak. Toch hebben zij ook in die rol elementen van God in zich. Men moet beseffen dat de geboorte als mens het product is van waarheid als vader en liefde als moeder. Ook al zijn de biologische ouders afwezig, men mag de echte ouders - waarheid en liefde - niet vergeten. Wanneer waarheid en liefde wijsheid (*jnana*) als zoon voortbrengen, is het ware nakomelingschap van de mens gevestigd.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 10, 6 mei 1985

Direct na de geboorte klampt de pasgeborene zich aan moeders borst vast en beschouwt die als het paradijs. Als het kind groter wordt, krijgt het belangstelling voor onderwijs en vergeet het de moeder. Als jongere vat hij liefde op voor sport en wedstrijden, studie en recreatie. Na voltooiing van zijn opleiding start de jongeman een gezinsleven en dompelt zich onder in zintuiglijke genoegens. Later raakt hij geïnteresseerd in het vergaren van rijkdom en verliest hij zijn belangstelling voor vrouw en kinderen. Nog later verliest hij ook zijn belangstelling voor rijkdom en richt hij zijn gedachten op God. Zo geeft een man in verschillende stadia van zijn leven blijk van zijn liefde voor verschillende zaken. Vandaag de dag is de mens niet in staat te begrijpen wat ware liefde is. Als iemand zich tot een bepaald object aangetrokken voelt, dan denkt die persoon dat hij of zij ervan houdt. Heb je gevoelens van voorkeur, dan heb je ook gevoelens van afkeer. Heb je echter ware liefde, dan kan niets negatief zijn. Liefde is onveranderlijk en eeuwig. Ze is goddelijk. Ze is waarlijk de vorm van goddelijkheid. 'Eén zonder een tweede, eeuwig, zuiver, onveranderlijk, de getuige van alle functies van het intellect, verheven boven alle geestelijke condities en de drie hoedanigheden (*guna's*) van harmonie, hartstocht en passiviteit (*sattva, rajas* en *tamas*).' Het is niet mogelijk liefde in wereldse termen te beschrijven. Het is dwaasheid om in wereldse zin aan liefde te denken. Er is geen uitdrukking te vinden die gelijkwaardig is aan liefde. Voor je eigen genoegens kun je liefde op verschillende manieren omschrijven, maar geen ervan komt met de werkelijkheid overeen. Alleen liefde evenaart liefde; ze kan op geen enkele andere manier beschreven worden. Dit goddelijke principe van liefde nu moeten jullie begrijpen en in praktijk brengen.

- *Sathya Sai Speaks* 37, toespraak 9, 15 april 2004



## **Studievragen: het ontwikkelen van liefde**

### **Vragen voor de studiekring**

1. Beschrijf ten minste drie manieren waarop liefde gekoesterd kan worden
2. Wat is 'liefde om de liefde'?
3. Hoe wordt liefde door onderscheidingsvermogen, herhaling van Gods naam en meditatie gevoed?
4. Hoe wordt liefde door 'eenheid van gedachte, woord en daad' gevoed?

### **Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek**

Welke factoren hebben de liefde in jouw eigen leven gevoed?

## HOOFDSTUK 4

# Hindernissen op de weg van liefde

### Inleiding

Sathya Sai Baba zegt dat wij belichamingen van liefde zijn en dat de reden waarom wij onze ware natuur niet kunnen ervaren de negatieve neigingen als ego, jaloezie, woede, haat en hoogmoed zijn. Worden deze hindernissen verwijderd, dan komt goddelijke liefde spontaan tot uitdrukking. In dit hoofdstuk stelt Baba de voornaamste hindernissen vast en toont ons hoe we ze kwijtraken.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Zes vijanden
- ❖ Kritiek
- ❖ Competitie
- ❖ Angst
- ❖ Verlangen
- ❖ Dualiteit
- ❖ Egoïsme

## ❖ Zes vijanden

De geest is onderhevig aan wisselende stemmingen - verdriet of vreugde, boosheid of angst, liefde of haat. Voor alle aandoeningen die vanuit de geest ontstaan zijn er twee fundamentele oorzaken: gehechtheid (*raga*) en afkeer (*dvesha*). De geest zit vol met deze tweevoudige gevoelens en is daardoor geneigd zijn primaire menselijke natuur te vergeten. In deze toestand beschouwt de geest de zes basisvijanden van de mens - begeerte, woede, hebzucht, illusie, hoogmoed en afgunst - als deugden. Deze zes slechte eigenschappen kunnen iemand volkomen vergiftigen. Zo iemand vergeet dan de eigen ingeschapen goddelijkheid en houdt op mens te zijn. Men maakt zichzelf te schande. Maar iemand die vol goede gevoelens zit, ervaart vrede en geluk.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 26, 7 oktober 1997

Er is nauwelijks iemand die vrij is van de slechte eigenschap jaloezie. Zelfs over zeer onbeduidende dingen kan jaloezie ontstaan en jaloezie kan leiden tot haat. Om haat kwijt te raken moet men voortdurend liefde aan de dag leggen. Waar liefde is, daar is geen ruimte voor jaloezie en haat en waar jaloezie en haat afwezig zijn, daar heerst echte vreugde. Deze vreugde toont zich in schoonheid. Terecht luidt het gezegde: 'Mooie dingen blijven bekoren'. Als je iets moois ziet, dan word je er blij van. Maar wat is nu de schoonheid waarnaar je moet zoeken, die de bron van blijvende vreugde is? Alleen God is de belichaming van schoonheid die de bron van altijd durende vreugde is.

- *Sathya Sai Speaks* 17, toespraak 19, 6 september 1984

Niemand mag slechte eigenschappen laten ontstaan, zoals jaloezie, haat, begeerte en woede. Breng liefde tot ontwikkeling. Liefde is God en God is liefde. 'Herhaal met een hart vol liefde en vreugde de naam van Rama' (*Prema mudita manase kaho Rama Rama Ram*), zo luidt de bhajan. Liefde is het grootste geschenk dat God de mens gegeven heeft. Van alle materiële dingen in deze wereld kan de waarde vastgesteld worden, maar niet de waarde van liefde. Breng dus liefde tot ontwikkeling. En dat niet alleen, deel die liefde met anderen. Door zo liefde uit te wisselen en je leven gelukkig door te brengen, krijgen slechte eigenschappen als haat, jaloezie en egoïsme geen kans. Jullie kennen vast wel de chemische stift genaamd 'Lakshmana Rekha'. Als je met deze stift een streep in je huis trekt, dan kan geen enkel insect die ruimte binnenkomen. Op dezelfde wijze kunnen slechte eigenschappen niet daar binnenkomen waar liefde heerst. Zo is dus slechts één kwaliteit, de kwaliteit van liefde, voldoende om alle slechte eigenschappen te verdrijven. Liefde kun je met elk aantal mensen delen; de hoeveelheid zal niet afnemen. Integendeel, hoe meer liefde met anderen gedeeld wordt, hoe meer ze groeit. God is onze Vader, wij zijn allemaal Zijn kinderen. Al deze kinderen hebben er recht op Zijn vermogen te erven. Allen moeten dat 'vermogen', het vermogen van liefde, delen.

- *Sathya Sai Speaks* 40, toespraak 4, 11 februari 2007

Woede, wrok, hebzucht, afgunst - dit zijn allemaal hindernissen op de weg van liefde en samenwerking. Ze halen de mens omlaag van het goddelijke naar het dierlijke niveau. Heb geduld en begrip voor anderen. Wees verdraagzaam en meelevend. Tracht punten van contact te ontdekken, niet van conflict. Verbreid een gevoel van verwantschap en verdiep je vriendelijkheid door kennis. Dan wordt het leven zeker de moeite waard.

- *Sathya Sai Speaks* 6, toespraak 20, 3 augustus 1966

De boom van het menselijk lichaam vindt zijn vervulling als hij liefde oplevert. Die zoete gave is de reden waarom hij groeide en gekoesterd moest worden. Hij haalde zijn substantie uit de aarde en de zon. Wat geeft hij terug voor de gaven die hij kreeg van deze twee alsook

van de samenleving? Liefde. De vrucht is zoet, maar de schil mag bitter zijn. Want de schil van boosheid, haat, afgunst en hebzucht moet afgepeld worden voordat de vrucht genuttigd wordt. Maak gebruik van de bitterheid in je om de zoetheid vanbinnen te behouden en te versterken.

Uit de ervaring van heiligen en wijzen kun je opmaken dat de vreugde die je aan de uiterlijke wereld beleeft uiterst klein is vergeleken met de gelukzaligheid verkregen door spirituele discipline (*sadhana*). Om die gelukzaligheid te verwerven is het van wezenlijk belang dat de *sadhana* vol onthechting (*vairagya*) is. Als er geboord is om water uit de diepten van de aarde te halen moet de pijp vrij van lucht gehouden worden, zodat het water omhoog kan komen. Als er lucht bijkomt zal het water niet stijgen. Zo moet je er ook voor zorgen dat gehechtheid aan wereldse dingen je *sadhana* niet bederft. Er welt geen liefde op als zintuiglijke genoegens en persoonlijke trots de geest binnendringen.

- *Sathya Sai Speaks* 3, toespraak 39, 8 december 1963

De *Upanishaden* zeggen dat de mens een vonk van goddelijke liefde is, omsloten door vijf omhulsels: *anna* (grof, materieel, voedselcomponent), *prana* (levensenergie, ademhaling), *mana* (mentaal, emotioneel, met betrekking tot de wil), *vijnana* (rationeel, onderscheidend, intellectueel) en *ananda* (gelukzalig, gelijkmoedig, evenwichtig). Het is de geurigheid van deze liefde die als liefde voor dingen, schepselen en ideeën van iemand uitgaat. Deze liefde zoekt voortdurend naar mogelijkheden tot expressie, uitbreiding en omarming. Maar de tentakels van angst, hebzucht, egoïsme en zelfverheerlijking verhinderen dat het vonkje groter wordt en zowel de omhulsels als de wereld eromheen verlicht. Op deze dag vieren we het feest van licht, dat wil zeggen, van liefde. Ook kennis wordt als licht geprezen, maar is vaak een vertroebelende mist, een aanvalswapen, een belasting voor het hoofd, een rem op de hand van liefdadigheid, een boei aan de voeten. Kennis rijpt pas tot een bevrijder als ze met liefde verworven is en met liefde in praktijk gebracht wordt. Alleen liefde geeft licht.

- *Sathya Sai Speaks* 10, toespraak 31, 29 oktober 1970

Mensen praten over toewijding (*bhakti*), *yoga* en kennis (*jnana*). Wat bedoelen ze met deze termen? Betekent *bhakti* dat je deelneemt aan devotioneel zingen (*bhajan*) en geniet van de melodie en het ritme van de liederen? Betekent *yoga* dat je in een hoekje gaat zitten om ademhalingsoefeningen te doen? Is *jnana* gebaseerd op het lezen van bepaalde boeken en uit het hoofd leren van wat verzen? Wat is het stadium van onthechting (*sannyasa*)? Is het dat je het okerkleurige kleed draagt? *Bhakti* betekent dat je je ontdoet van de slechte eigenschappen van gehechtheid, haat en afgunst en zuivere liefde aan de dag legt. Iemand die gek is op uiterlijk vertoon, die verwaand is en verteerd wordt door afgunst, kan geen enkele toets van toewijding doorstaan. Bij zo iemand is er geen sprake van enige toewijding. De echte toegewijde moet haat, afgunst en gehechtheid overwinnen en de vrede en gelukzaligheid van liefde ervaren. Deze toegewijde verwerft dan de kenmerken van goddelijkheid.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 1, 14 januari 1995

Liefde is van wezenlijk belang. Liefde is goddelijk. Een handeling is pas geschikt als offer aan God en zuiver genoeg om Zijn genade te winnen als ze een manifestatie van liefde is. Hoe stralender de manifestatie, hoe dichter je bij God bent. Echte liefde wordt niet beïnvloed of gewijzigd door overwegingen aangaande kaste, gezindte of religie; ze kan niet bezoedeld worden door afgunst, wrok of haat. Behoed je liefde voor vergiftiging door deze kwaden. Streef ernaar gevoelens aan te kweken die vrij van haat en onderscheid zijn. De basis van alle religies, de kern van alle geschriften, de samenkomst van alle wegen, de inspiratie van alle mensen is het beginsel van liefde (*prema*). Liefde is het stevigste fundament voor de levensmissie van de mens. Ze is het licht dat vrede en voorspoed wereldwijd garandeert. Vul elk woord van je met liefde. Vul elke handeling van je met liefde. Het woord dat uit je mond

komt mag niet als een messteek, een speerpunt of een hamerslag verwonden. Het moet een grondslag zijn van zoete nectar, een advies van troostende geestelijke wijsheid, een teder pad van bloesems. Het moet vrede en vreugde brengen.

- *Sathya Sai Speaks* 9, toespraak 16, 29 juli 1969

### ❖ **Kritiek**

Sommige mensen beschouwen kleine tekortkomingen in anderen als grote fouten en bekritisieren ze, terwijl ze de grotere gebreken in zichzelf negeren. Dit is zeer ongepast. De juiste methode is dat je je eigen foutjes aandikt en ze als grote fouten beschouwt en de grote fouten van anderen ziet als klein en onbelangrijk. Zo voorkom je vergissingen. Met deze houding ben je in staat God te verwezenlijken. De liefde van mensen is aards en zelfzuchtig, terwijl goddelijke liefde spiritueel en onzelfzuchtig is. Ze is zuivere liefde. De ouden omschreven God als eeuwig, onsterfelijk, zuiver en vrij van elke blaam. Om goddelijke liefde te ervaren dien je kleingeestig egoïsme op te geven en je liefde uit te breiden.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 15, 17 juli 1997

### ❖ **Competitie**

Het feest van licht (*Dipavali*) is bedoeld om jullie deze les van licht en liefde te leren. Kom naar buiten, open wijd je hart, geef beperkingen van mijn en dijn, kaste en gezindte op in één grenzeloze stroom van liefde. Dat is het hoogste punt van alle geestelijke discipline (*sadhana*). Competitie, het verlangen de ander te verslaan en te overweldigen, om welke reden zijn of haar nederlaag ook nodig mag zijn; de begerigheid om rijkdom, roem of macht te vergaren - dit alles heeft vandaag de dag de lamp van liefde in het hart van de mens gedoofd. Neem je op deze feestdag voor die lamp weer aan te steken. Als je in de gebedsruimte met een eredienst aan God begint, is dan niet de eerste handeling dat je een lamp aansteekt? Je begint geen ceremonie zonder een brandende lamp. Als de lamp van liefde schijnt, zal God zich manifesteren. Zorg dat die lamp stralend en zuiver blijft branden, dan blijft God bij je. Sta toe dat allen hun lamp ermee aansteken, dan overlaadt God je met genade.

- *Sathya Sai Speaks* 10, toespraak 31, 29 oktober 1970

### ❖ **Angst**

Doordrenk de adem terwijl je in- en uitademt met liefde. Doordrenk ieder moment met liefde. Liefde kent geen angst. Liefde mijdt leugens. Angst drijft de mens tot leugens, onrechtvaardigheid en verkeerd gedrag. Liefde verlangt niet naar lof. Dat is haar kracht. Alleen zij die geen liefde in zich hebben hunkeren naar beloning en roem. De beloning voor liefde is liefde zelf. Wanneer je de Heer graag iets wilt offeren, bied dan in plaats van vergankelijke dingen liefde aan. Liefde is het licht zelf van liefde. Ze is de enige allesomvattende gedragscode.

- *Sathya Sai Speaks* 9, toespraak 16, 29 juli 1969

### ❖ **Verlangen**

Bid tot God met een zuiver hart, met een geest ontdaan van verlangens. Bid niet om de vervulling van onbeduidende verlangens. Heb God lief met een hart dat niets begeert. Hoe kreeg Shabari de genade van Rama, wie schonk haar bevrijding? Hoe verwierf Jatayu het voorrecht om op de schoot van de Heer te sterven? Zij baden niet om nietige dingen. Vraag in

plaats van een specifiek soort sieraad als een ring of ketting liever om goud. Daar kan elk sieraad van gemaakt worden.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 14, 20 april 1998

Waarom trekt God je naar zich toe? Is het om te bedriegen of te misleiden? Nee, het is om te transformeren, te reconstrueren, te hervormen - het proces van het verwijderen van slechte en het vestigen van goede eigenschappen, *samskara* genaamd. Wat is het doel van de reconstructie? De persoon nuttig en dienstvaardig voor de maatschappij te maken, zijn of haar ego uit te wissen en in die persoon de eenheid van alle wezens in God te bekrachtigen.

Degene die het proces van *samskara* ondergaan heeft wordt een nederige dienaar voor hen die hulp nodig hebben. Dit is het stadium van dienstbaarheid aan anderen (*paropakara*). Dit soort dienstverlening, op respectvolle en onzelfzuchtige wijze gedaan, bereidt iemand voor om zich bewust te worden van het Ene dat het vele doordringt. Het laatste stadium is het inzicht, de directe ervaring van God (*sakshatkara*). De *Veda's* verkondigen dat onsterfelijkheid - het stadium waarin men opgaat in de alomvattende Entiteit die geen geboorte of dood kent - alleen bereikbaar is door verzaking en onthechting en niet door rituelen, afkomst of rijkdom. Als de mens afstand doet van zelfzuchtige verlangens strekt zijn of haar liefde zich uit tot de verste regionen van het universum, totdat hij of zij zich bewust wordt van de kosmische liefde die alle vier hierboven genoemde processen voedt. [De vier processen: *chamatkara* - tekenen en wonderen van God die bewondering opwekken, leidend tot *samskara*, vervolgens *paropakara* en *sakshatkara*]. Het is belangrijk dat jullie deze onderliggende beweegredenen van alles wat ik doe herkennen.

- *Sathya Sai Speaks* 13, toespraak 25, 23 november 1976

## ❖ Dualiteit

De mens moet zelf de belichaming van liefde worden. Als je vervuld bent van liefde wordt de hele wereld in een van liefde vervulde wereld veranderd. Dan wordt de wereld vergoddelijkt. De kosmos is doordrongen van God. Dit kan echter alleen gerealiseerd worden als de mens vol liefde is. Zolang iemand vol haat zit, lijkt de wereld vol haat te zijn. Alleen als echte liefde tot ontwikkeling gebracht wordt kan het dualisme van goed en kwaad overstegen worden en wordt de vreugde van eenheid met God ervaren.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 25, 18 oktober 1991

Begrijp goed dat hetzelfde beginsel van liefde in jou en in anderen bestaat. Een ware toegewijde is iemand die het principe van eenheid begrijpt en dienovereenkomstig handelt. Non-dualisme is ware toewijding. Deel je liefde met anderen zonder enige verwachting. Heb iedereen lief uitsluitend ter wille van liefde. Als je je liefde naar anderen uitstrekt, kun je het stadium van non-dualisme bereiken. De liefde die je dag in en dag uit op het fysieke en wereldlijke vlak ervaart is helemaal geen ware liefde. Ware liefde richt zich op één vorm, één weg en één doel. Het is een grote fout om liefde te verdelen en haar in verschillende richtingen te leiden. Liefde is God. God is liefde. Leef in liefde. Alleen dan kun je het principe van eenheid realiseren en vervulling in je leven bereiken. Zing de zoete naam van Rama met een hart vol liefde en vreugde (*Prema mudita mana se kaho Rama Rama Ram*). Je kunt kiezen voor elke naam die je maar wilt, maar roep Hem aan met alle liefde. Liefde is uiterst heilig, zoet en non-dualistisch. Bega niet te fout om zulke liefde te verdelen en haar te associëren met veelvormigheid. Je liefde moet standvastig zijn bij vreugde en verdriet. Liefde en devotie bieden geen enkele ruimte voor verschillen. Alle verschillen stammen af van jouw denken. Kweek het gevoel van eenheid aan, het gevoel dat ik en jij één zijn. Denk nooit dat ik en jij verschillend zijn. Dat is het teken van ware toewijding.

- *Sathya Sai Speaks* 38, toespraak 9, 13 april 2005

## ❖ Egoïsme

In deze tijd vertoont de mens minder dankbaarheid dan vogels, andere dieren en zelfs bomen. Mensen zijn ondankbaar jegens hun ouders, onderwijzers, de maatschappij en zelfs jegens God. Ze beroemen zich op principes van waarheid, rechtschapenheid, vrede, liefde en geweldloosheid, maar brengen niet één ervan in praktijk. Waarom is dat zo? Dat is vanwege intens egoïsme en zorg over de eigen aangelegenheden en belangen. Pas als men egoïsme aflegt kan men de geest naar God keren. De liefde voor God zal de onwetendheid en eigenwaan verdrijven, zoals de zon de ochtendnevel verdrijft. Het hart is de zetel van liefde. Die liefde moet zich uitdrukken, om te beginnen in het gezin. Van daar moet ze zich uitstrekken tot je dorp of stad, tot je provincie, je land en uiteindelijk tot de hele wereld.  
- *Sathya Sai Speaks* 19, toespraak 1, 19 januari 1986



## Studievragen: Hindernissen op de weg van liefde

### Vragen voor de studiering

1. Hoe versperren de zes vijanden de weg van liefde?
2. Hoe blokkeert kritiek liefde?
3. Hoe helpt liefde je om dualiteit te overstijgen?

### Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek

Kun je je een moment herinneren dat je liefde belemmerd werd? Hoe gebeurde dat en wat was het effect voor jou en voor de andere persoon? Kun je je een manier voorstellen waarop de belemmering door een liefdevolle handeling of een liefdevolle wijziging van standpunt van jouw kant opgeheven had kunnen worden?

## HOOFDSTUK 5

# Liefde en menselijke waarden

### Inleiding

Baba maakt het principe van liefde met een zinspreuk voor ons makkelijker te begrijpen: 'Liefde in het denken is waarheid (*sathya*). Liefde in actie is rechtschapenheid (*dharma*). Liefde in het voelen is vrede (*shanti*) en liefde in begrip is geweldloosheid (*ahimsa*).' Liefde is de onderliggende stroom voor alle menselijke waarden. Als we met liefde spreken is het *sathya*; als ons werk doordrenkt is van liefde is het *dharma*. Leven overeenkomstig deze waarden geeft ons vrede (*shanti*). Liefde die voortvloeit uit een vredig hart brengt gelukzaligheid en Baba zegt dat God gelukzaligheid is. Dit hoofdstuk helpt ons te begrijpen hoe liefde de basis van waarden en deugden is en de leidraad van al onze gedachten, woorden en daden moet zijn.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ De vijf menselijke waarden
- ❖ Liefde en *sathya*
- ❖ Liefde en *dharma*
- ❖ Liefde en *shanti*
- ❖ Liefde en *ahimsa*

## ❖ De vijf menselijke waarden

Liefde is *atma*, het ware zelf. Liefde is wijsheid. Liefde is waarheid. Liefde is rechtschapenheid. Liefde is vrede en liefde is geweldloosheid. Waar liefde is, daar kan geen onwaarheid, geweld en onrust zijn. Het hart van de mens is een enkele stoel, geen tweepersoons bank of een stoel voor een stoelendans. Dus heb je eenmaal je hart gevuld met liefde, dan is er geen plaats meer voor slechte gevoelens. Liefde omvat alles. Liefde is het levensprincipe. Mensen zijn dit principe van liefde echter vergeten en verkwanselen hun leven in wereldse liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 35, 30 september 1998

Waarheid is eenheid van gedachte, woord en daad. Als het handelen doordrongen is van waarheid wordt het rechtschapenheid (*dharma*). Als alle handelingen goed zijn, heerst er vrede en is de geest vrij van elk spoortje geweld. Liefde ondersteunt alle vier waarden. Liefde als gedachte is waarheid (*sathya*). Als handeling is ze rechtschapenheid (*dharma*). Als gevoel is ze vrede (*shanti*) en als begrip is ze geweldloosheid (*ahimsa*). Wanneer deze vier fundamentele waarden, die de mens tot goddelijke hoogte verheffen, door jullie worden beoefend en doorgegeven, van school tot school, van dorp tot dorp, dan zal Bharat (India) die naam terecht dragen: *Bha* is licht en *rat* is vreugde) - vreugde vinden in licht.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 13, 1 juni 1985

Om liefde te ervaren onderzoekt de mens allerlei methodes. Als we echt liefde willen ervaren, dan moeten we begrijpen wat vrede (*shanti*) betekent. Als we het pad van vrede willen volgen, dan moeten we het pad van rechtschapenheid (*dharma*) aanvaarden. Als we het pad van *dharma* willen volgen, dan moeten we het pad van waarheid aanvaarden. Hier is een klein voorbeeld. Laten we liefde als het stralende licht zien. Als we dit stralende licht willen ervaren, dan hebben we een gloeilamp nodig. Als we de lamp willen laten branden om het stralende licht te ervaren, dan moeten we die op het lichtnet aansluiten. Door de aansluiting gaat de lamp nog niet branden; er moet stroom door de draad gaan. Hier kunnen we de elektrische stroom vergelijken met de waarheid; de stroomdraad kunnen we vergelijken met *dharma*, terwijl de gloeilamp vergeleken kan worden met *shanti* of vrede. Alleen als we deze alle drie hebben, dan krijgen we liefde, het licht. We kunnen een goede nieuwe gloeilamp hebben. We kunnen een draad hebben. Krijgen we daardoor licht? Alleen als er stroom op de draad staat kunnen we de lamp laten branden.

- *Summer Showers* 1977, toespraak 6

Wanneer je gedachten opkomen uit een geest gezuiverd door liefde, dan zal dat leiden tot juist handelen, wat *dharma* is. Wanneer liefde deel uitmaakt van je ervaring, denken en handelen, dan krijg je vrede. Wanneer we een helder begrip hebben van liefde, dan zal geweldloosheid automatisch het gevolg zijn. Liefde is dus de onzichtbare onderstroom die alle vier waarden bindt. Het kan als volgt samengevat worden: liefde plus gedachten is *sathya*; liefde plus gevoelens is *shanti*; liefde plus handeling is *dharma*; liefde plus begrip is *ahimsa*. Liefde is het gemeenschappelijke kenmerk van al deze waarden. Ze is de vorm van God, want God is liefde. Iemand die liefde geeft is een mens en iemand die deze liefde niet koestert is een beest. Liefde of afwezigheid van liefde maakt iemand tot een dier, een mens of God.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 2, 25 januari 1985

## ❖ Liefde en sathya

Je moet het spreken tot een minimum beperken. Als je teveel praat kun je van de waarheid afdwalen. Daarom hielden de ouden zich aan 'minder spreken, meer werken'. Liefde is de meest wezenlijke onderstroom van je spreken en werken. Spreken met liefde is waarheid en werken met liefde is rechtschapenheid. Het zal je vrede geven.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 16, 18 juli 1997

Je liefde mag niet alleen op de uiterlijke vormen gebaseerd zijn. Lichamen zijn vergankelijk en dus tijdelijk. Buiten de biologische ouders heb je permanente ouders die je moet hoogachten: waarheid en liefde. Hoewel het lichaam vergankelijk is, blijft waarheid als de permanente vader bestaan. Net zo is liefde de eeuwige moeder. Liefde neemt in de loop van de tijd toe en vermindert nooit. Leid een achtenswaardig leven door waarheid en liefde te beschouwen als je ouders, die van even groot belang voor je bestaan zijn als je ogen, of als de twee vleugels voor een vogel, of de twee wielen voor een kar. Koester op deze heilige gedenkdag definitief eerbied in je hart voor waarheid en liefde en verhef je leven door toegewijde dienstverlening aan je medemensen.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 10, 6 mei 1985

## ❖ Liefde en dharma

Om de mensheid de waarheid over deze goddelijke liefde te leren, incarneert liefde zelf op aarde in menselijke vorm. De geschriften verklaren dat God op aarde komt om de mensheid de wegen van rechtschapenheid (*dharma*), gerechtigheid en waarheid te onderwijzen. 'Van tijd tot tijd incarneer ik op aarde om dharma opnieuw te vestigen.' Dit is de verklaring van Krishna in de *Bhagavad Gita*. Zodra mensen vol liefde zijn, worden dharma, gerechtigheid en waarheid volledig in hen gevestigd. Zonder liefde wordt rechtschapenheid een mechanisch ritueel. Wat voor rechtschapenheid kan er zonder liefde bestaan? En wat voor gerechtigheid? Dat moet een levenloos lijk zijn. Liefde is leven. Zonder liefde kan geen mens ook maar een moment bestaan.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

Je kunt velerlei soorten kennis verwerven en over de hele aarde reizen. Maar ondanks al je wereldse prestaties ben je vermoedelijk niet in staat het principe van ware liefde te begrijpen. Heb je eenmaal liefde ondervonden, dan zie je de wereld in zijn ware vorm. Word daarom echt belichamingen van liefde. Laat onophoudelijk liefde uit je hart stromen. Uit liefde verrijzen waarheid en rechtschapenheid. 'Spreek de waarheid en beoefen rechtschapenheid' (*Sathyam vada dharmam chara*). Waarheid en rechtschapenheid zijn de twee peilers waarop het huis van het menselijk bestaan rust. Het is de liefde die deze twee principes doet opkomen. Er is geen kennis groter dan de kennis van liefde. Hoeveel boeken je ook leest, je kunt geen liefde van die boeken aanleren. Wat is het nut van het lezen van boeken als je hoofd vol vuiligheid zit? Vanwege die vuiligheid word je een dier en verlies je je onderscheidingsvermogen. - *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 15, 17 oktober 2003

## ❖ Liefde en shanti

De menselijke waarden zijn niet zichtbaar voor het blote oog. Wat is de vorm van waarheid? Niemand heeft die vorm gezien. Waarheid gaat elke vorm te boven. Ze ontspringt uit ons hart. Wat is *dharma*? *Dharma* is: de leringen van ons eigen hart volgen. Waar is vrede (*shanti*)? Is ze buiten je? Nee, buiten is alleen onrust (*ashanti*). De huidige mens hunkert

enkel en alleen naar vrede, ondanks het feit dat men allerlei soorten rijkdom bezit. Vraag het aan een miljonair. Zijn antwoord zal luiden: 'Ik heb geld, huizen en allerlei luxe, maar ik heb geen innerlijke vrede'. Vrede is dan ook niet uit de wereld buiten je te verkrijgen. Ze moet vanuit je innerlijk stromen. Waar vrede is, daar is liefde. Het licht van liefde schijnt in iedereen. De hele kosmos wordt door liefde verlicht. Dus door je liefde sterker te maken is er geen ruimte meer voor haat. Alleen als je een gevoel van scheiding laat ontstaan zal er onderling haat zijn. Maar hoe kan er een gevoel van haat tussen jou en de ander zijn als je een gevoel van eenheid tot stand brengt?

- *Sathya Sai Speaks* 40, toespraak 4, 11 februari 2007

Onze oude wijzen namen vaak het stilzwijgen in acht als deel van hun spirituele discipline. Het stilzwijgen helpt je vooruit te komen op het spirituele pad. Als je stilte beoefent kun je makkelijk gemoedsrust ervaren. Liefde manifesteert zich vanuit vrede. Wanneer je vol liefde bent, dan heb je geen vijanden. Leid daarom je leven met liefde. Alleen door liefde kunnen we vrede in de wereld vestigen.

- *Sathya Sai Speaks* 41, toespraak 13, 22 juli 2008

We hebben de geboorte als mens verworven. Niets is grootser dan dat. Van alle levende wezens is de geboorte als mens het zeldzaamst. Jullie zijn geboren en opgegroeid in de maatschappij. Waarom werken jullie dan niet voor het welzijn van de maatschappij? Alle overvloed die jullie verdiend hebben is van de maatschappij afkomstig. Betuig daarom je dankbaarheid aan de maatschappij. De wereld wordt met problemen geconfronteerd omdat de mens de maatschappij geen dankbaarheid betuigt. Je mag de maatschappij nooit verwaarlozen. Het welzijn van de maatschappij is ook jouw welzijn. Maar is er iemand die oog heeft voor het welzijn van de maatschappij? Nee. Er is egoïsme alom. Geef egoïsme op en werk voor het welzijn van de maatschappij. De wereld zal alleen vrede en veiligheid genieten als je de maatschappij dient en God toegewijd bent. Als je wilt dat er vrede in de wereld heerst, dan moet je eerst vrede in jezelf tot stand brengen. Waar is vrede? Die komt alleen uit ons hart. Ons hart is de bron van vrede, waarheid, rechtschapenheid en liefde. Jullie zijn het hart vergeten en zoeken vrede in de buitenwereld. Op de markt kun je geen vrede krijgen, die is alleen in je hart. Vul je hart met liefde. Wat voor werk je ook doet, doe het met volkomen liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 34, toespraak 10, 1 juni 2001

De mens heeft barrières om transcendente en oneindige liefde geplaatst en gebruikt liefde voor onbetekenende doelen. Daarom is de wereld nu zo chaotisch geworden. Men kan allerlei redenen aanvoeren voor het gebrek aan vrede en veiligheid. De voornaamste reden is echter dat mensen niet in staat zijn liefde in zichzelf tot ontwikkeling te brengen. Ze doen geen enkele moeite om de aanwezigheid van de oneindige, onsterfelijke en hemelse liefde in zichzelf te realiseren. Vandaag de dag is er geen plaats voor liefde in het hart van de mens, omdat het een holte van verlangens is geworden. Waar liefde is, daar is vrede. Waar vrede is, daar is waarheid. Waar waarheid is, daar is God. Kweek dus vertrouwen in God aan.

- *Sathya Sai Speaks* 32, deel 2, toespraak 2, 28 juli 1999

Verwerp de liefde die alles bijeenbrengt. Hierdoor kun je een einde maken aan de angsten en zorgen, hebzucht en haat, hoogmoed en afgunst die nu de mensen op aarde infecteren, en breekt er een tijdperk van vrede en geluk aan. 'Mogen alle werelden gelukkig zijn'. Dit is het gebed dat vanzelf uit ieder mensenhart opkomt. Dit is het doel waar de tijdloze, geestelijke wet of eeuwige religie (*sanathana dharma*) toe leidt. Laat iedereen over dit doel zingen, in de melodie van dat lied leven en door die melodie in het hoogste Zelf (*Paramatma*) opgaan.

- *Sathya Sai Speaks* 14, toespraak 55, 19 november 1980

## ❖ Liefde en ahimsa

Probeer niet de verschillen tussen de ene en andere persoon te vinden. Zoek liever naar manieren om de banden van verwantschap door liefde te versterken. Er vindt onderlinge strijd en ruzie plaats, zelfs tussen de leden van dezelfde familie, omdat ze niet geleerd hebben hoe ze liefde moeten geven. Uit één en dezelfde geest komen veel tegenstrijdige gevoelens naar boven. Waarom? Er is geen liefde in gekoesterd en gegroeid. Jullie moeten liefde zaaien en opkweken en het onkruid van angst en haat dat zich over de wereld verspreid heeft uitroeien. Maak de wereld tot een gelukkige woning van liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 14, toespraak 55, 19 november 1980

*Je kunt niet altijd voorkomend zijn, maar je kunt wel altijd voorkomend spreken.*

Verwondingen aan het lichaam kunnen met behulp van medische zorg genezen. Maar wonden toegediend door de tong kunnen nooit genezen. Daarom vertel ik jullie keer op keer dat jullie liefde moeten aankweken en met liefde moeten spreken.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 19, 20 november 2000

Zwijgzaamheid is de enige taal van de gerealiseerde ziel. Beoefen matigheid in het spreken. Dat zal je op vele manieren helpen. Het zal liefde doen groeien, want de meeste misverstanden en onderlinge ruzies zijn het gevolg van zorgeloos gesproken woorden. Als je voet uitglijdt, kan de wond genezen; maar als de tong uitglijdt, zal de wond die dat in het hart van iemand anders teweegbrengt een leven lang knagen.

- *Sathya Sai Speaks* 1, toespraak 10, 22 juli 1958

Krishna is in ieder atoom van het universum aanwezig. 'Met handen, voeten, ogen, hoofd, mond en oren, overal doordringt hij het gehele universum.' Hij is de verpersoonlijking van liefde. Alleen door liefde kun je hem ervaren. Alleen door liefde kun je zijn genade verwerven. Alleen door liefde kan liefde zegevieren. Als er liefde is, dan is er geen sprake meer van oorlog. Liefde brengt vrede, voorspoed, welslagen en gelukzaligheid. Ze staan niet los van elkaar. Ze zijn de diverse aspecten van liefde. Het principe van volkomen liefde is in iedereen aanwezig in de vorm van het *atma*, het ware zelf. Het *atma* is oneindig en eeuwig. Daarom verklaren de *Veda's*: 'God is de belichaming van waarheid, wijsheid en eeuwigheid' (*Sathyam jnānam anantam Brahma*). Waar is God? Hij is overal aanwezig in de vorm van het *atma*. Hij is in alle wezens aanwezig. Hij is alle namen en vormen. Hij is de belichaming van waarheid en gelukzaligheid.

- *Sathya Sai Speaks* 37 toespraak 9, 15 april 2004



## Studievragen: Liefde en menselijke waarden

### Vragen voor de studiekring

1. Hoe is liefde de onderstroom voor alle menselijke waarden?
2. Hoe bevordert de beoefening van elk van de menselijke waarden de manifestatie van liefde?

### Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek

Denk aan een voorbeeld in je leven waarop er zuivere liefde tot uitdrukking kwam. Of denk aan een situatie waarin je de ontvanger van zuivere liefde was. Hoe werden in dat voorbeeld de vier andere menselijke waarden eveneens uitgedrukt, volgens jouw ervaring?

## HOOFDSTUK 6

# De kracht van liefde

### Inleiding

Het leven kan zelfs geen moment zonder liefde bestaan. God is liefde. De kracht van liefde maakt ons bewust van de eenheid van het bestaan. Sai Baba zegt dat de goddelijke wil als liefde in ons werkzaam is. Op lichamenlijk niveau beschermt en ondersteunt die liefde ons. Ze kan ons van lichamenlijke aandoeningen genezen en ons helpen de grilligheid van ons denken te overwinnen. Liefde heeft het vermogen mensen, samenlevingen en landen van de wereld te verenigen. Baba zegt dat alleen door liefde en niet door oorlog vrede in de wereld kan komen.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Liefde overstijgt ruimte en tijd
- ❖ Liefde geneest
- ❖ Liefde geeft gelukzaligheid
- ❖ Liefde beschermt
- ❖ Liefde vernietigt kwaad
- ❖ Liefde transformeert
- ❖ Liefde verenigt

## ❖ Liefde overstijgt ruimte en tijd

Volgens de lofzang waarin de duizend namen van Vishnu bezongen worden (*Vishnu Sahasranama Stotra*) beslaat de vorm van Vishnu het totale universum. Zelfs al zou een mens met de snelheid van het licht reizen, dan nog duurt het 22 miljard jaar om rond Vishnu te gaan. Wie kan zo'n lange periode leven? Als gevolg van de slechte invloeden van het huidige Kalitijdperk zijn mensen nog niet in staat om honderd jaar te leven, laat staan 22 miljard jaar. Toch is het mogelijk om in één seconde rond de kosmische vorm van God (*Vishvasvarupa*) te gaan. Liefde maakt dat mogelijk. De snelheid van liefde is zo hoog dat ze in één seconde om het universum gaat. De snelheid van het licht kan men schatten, maar niet de snelheid van liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 32, deel 2 toespraak 2, 28 juli 1999

## ❖ Liefde geneest

Geef onwetendheid op. Steek de lamp van wijsheid in je aan en verenig je uiteindelijk met God. Dit is Swami's boodschap voor jullie vandaag. Kweek liefde aan. Alleen door liefde kun je het denken uitschakelen en alleen door liefde kun je van elke ziekte genezen. Alleen liefde kan de slechte eigenschappen in je verwijderen. Dus heb allen lief. Heb het hart (*hridaya*, de zetel van God) lief, niet het fysieke lichaam. Heb de Heer lief die in je hart woont. Lichaam, geest, intellect en zintuigen zijn slechts instrumenten. Jij bent de meester. Dus 'overmeester' je geest (Engels: 'master your mind') en wees een 'mastermind'. Word nooit een slaaf van je geest/ je gedachten. Denk dag in, dag uit aan God. Je kunt elke goddelijke naam bezingen, elke goddelijke vorm overpeinzen, maar besef de absolute waarheid dat God één is.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 10, 16 juli 2000

De oude Indiase wijzen beoefenden zelfbeheersing, koesterden goede gedachten en leidden een gelukkig leven. Als een mens innerlijk vol liefde is, wordt zijn of haar leven vol gelukzaligheid en is men altijd kerngezond. Tegenwoordig lijden mensen aan talloze kwalen, waarvan de oorzaak een verziekte geest is. Voor de geest is er geen dood, al denkt hij wel te sterven als het lichaam met de dood geconfronteerd wordt. De geest, zo luidt het gezegde, is de oorzaak van je gebondenheid of bevrijding. Slechte gedachten veroorzaken gebondenheid; goede gedachten leiden tot bevrijding. Daarom moet iedereen goede gedachten koesteren en goede handelingen verrichten. Zulke goede gevoelens kunnen alleen uit liefde voortkomen. Tegenwoordig worden alle handelingen van mensen beheerst door wereldse verlangens. Om bevrijding te bereiken moet de mens de grillen van de geest overstijgen en het innerlijk geweten (*antahkarana*) volgen.

- *Sathya Sai Speaks* 30, toespraak 26, 7 oktober 1997

Er is een manier om een eind aan de gevolgen van je handelingen (*karma*) te maken. Als je de genade van God verwerft, kunnen zelfs bergen zonden tot stof gereduceerd worden. Alleen God heeft de macht om zo'n genade te schenken. Een sprankje vuur kan een berg katoen afbranden. Hoe krijg je het vonkje in de 'berg' fouten die men heeft begaan? Alleen door liefde. Kweek liefde aan. Dien allen met liefde en altijd met Gods naam in gedachten. Zonder de naam van de Heer op je lippen schiet de geest alle kanten op. De geest is de geboorteplaats van onstandvastigheid. Kom dus in actie terwijl je je gedachten op God concentreert.

- *Sathya Sai Speaks* 20, toespraak 29, 23 november 1987

## ❖ Liefde geeft gelukzaligheid

Gods naam op je lippen, gedachten aan God in je geest, het zien van de Heer met je ogen en meditatie op de Heer met liefde - deze vier geven je onuitsprekelijke gelukzaligheid. Tracht deze gelukzaligheid te ervaren.

- *Sathya Sai Speaks* 26, toespraak 20, 22 mei 1993

## ❖ Liefde beschermt

De kracht in spiritualiteit is grenzeloos. De kracht van liefde is veel groter dan de kracht van de atoombom. Liefde transformeert zelfs hen die haten. Breng zulke heilige liefde tot ontwikkeling.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 43, 23 november 1998

Eens, toen ik naar Bombay ging, belegde het toenmalige hoofd van de *Bharatiya Vidya Bhavan*, de heer K.M. Munshi, een conferentie van intellectuelen. Hij vroeg mij hen toe te spreken. Iemand van de toehoorders stelde mij de vraag: 'Swami, Amerika en Rusland produceren steeds meer wapens. Maar India blijft ver achter in dit opzicht. Moet India ook niet meer wapens produceren?'

Ik antwoordde: 'Beste man, wat Bharat (India) vandaag nodig heeft zijn geen wapens en munitie. India moet rechtschapenheid (*dharma*) hooghouden. 'Wie dharma hooghoudt, zal door dharma beschermd worden' (*Dharmo rakshati rakshitah*). We moeten geen geld verspillen aan de productie van wapens. Sommige landen besteden heel veel geld aan defensie en als gevolg daarvan hebben de mensen uit die landen gebrek aan goede voeding. Alleen goddelijke liefde en genade - geen wapens - kunnen een land beschermen. Misschien heeft u in het epos *Mahabharata* gelezen dat Bhima, Arjuna, Nakula en Sahadeva onvoorwaardelijk gehoorzaamden aan het bevel van Dharmaja, die de belichaming van dharma was. Net zo kunnen India, Amerika en Rusland vergeleken worden met respectievelijk Dharmaja, Arjuna en Bhima. Zoals Arjuna en Bhima Dharmaja gehoorzaamden, zo zullen ook Amerika en Rusland India volgen, mits India dharma hooghoudt. Wat India nodig heeft zijn de wapens van waarheid en rechtschapenheid (*sathyastra* en *dharmastra*). Beide zijn innig verbonden met het principe van liefde. Zoals een reuzenboom uit een nietig zaadje opkomt, zo is het hele universum uit liefde ontstaan.

- *Sathya Sai Speaks* 32, toespraak 2.2, 28 juli 1999

Tegenwoordig doen mensen geen enkele moeite om dit principe van liefde te begrijpen. Alleen de kracht van liefde kan een vervloeking of een zonde tenietdoen. Alleen de kracht van liefde kan alle bittere gevoelens wegnemen en het leven aangener maken.

- *Sathya Sai Speaks* 32, deel twee, toespraak 2, 28 juli 1999

Als je met hart en ziel tot God bidt, zullen de gevolgen van al je karma als sneeuw voor de zon verdwijnen. Devotie zal iemand van de gevolgen van zijn of haar daden bevrijden. Indien men ook maar een fractie van de enorme hoeveelheid tijd, die men aan bezit, gezin en positie besteedt, zou wijden aan gedachten aan God, dan hoeft men de dood niet te vrezen. Als men zelfs geen moment aan God denkt, hoe kan men dan op gemoedsrust hopen?

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 13, 27 mei 1991

## ❖ Liefde vernietigt kwaad

Liefde is het machtigste wapen om de krachten van het kwaad, die de huidige wereld in hun greep houden, te vernietigen. Helaas volgen mensen niet de juiste weg om deze heilige liefde te verwerven. Liefde is het zaad van liefde. Ze is ook de takken, de bloemen en de vrucht. Om de vrucht van liefde te genieten moet je liefde in praktijk brengen. In plaats van te trachten de ware aard van liefde te leren kennen is de mens druk bezig rijkdom en macht na te jagen. Ongetwijfeld zijn rijkdom en macht nodig, maar alleen binnen bepaalde grenzen.  
- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

## ❖ Liefde transformeert

Indien de hoofdschakelaar uit is, blijven alle kamers donker en dan zullen de lampen niet gaan branden als de afzonderlijke schakelaars worden aangezet. Wat is die hoofdschakelaar in de mens? Dat is goddelijke liefde. Wanneer deze schakelaar van goddelijke liefde aangezet wordt, manifesteert liefde zich in ieder deeltje van het lichaam. Dan worden je woorden gevuld met liefde. Je handelingen worden doordrongen van liefde. Je ogen zullen stralen van liefde. Je zult met je oren luisteren naar liefdevolle woorden. Het licht van liefde zal in elk lichaamsdeeltje schijnen. Zonder die liefde word je ondergedompeld in egoïsme en zelfzuchtige handelingen en is elk deel in duisternis gehuld. Daarom is liefde oppermachtig.  
- *Sathya Sai Speaks* 22, toespraak 20, 28 juni 1989

Vandaag gaat dit lichaam zijn eenenzeventigste jaar in. Dit lichaam is opgebouwd uit de vijf elementen en is dus vergankelijk. Hecht niet teveel belang aan het lichaam. Neem wel het liefdesprincipe ter harte dat jullie meegedeeld wordt. Mijn hele leven is gevuld met liefde. Nooit heb ik iemand op welke manier ook pijn gedaan. Nooit heb ik iemand op welke manier ook kwaad gedaan. Ik heb nooit iemand gehaat. Ik heb geen afkeer tegen wie ook. Wat is de reden? Dat is mijn liefde die anderen transformeert. Ik ben nu eenenzeventig. Niemand kan echter weten hoe mijn conditie te verklaren is. Bij sommige gelegenheden kan ik doen alsof ik boos ben; die boosheid komt echter niet uit het hart, maar beperkt zich tot de tong. Van top tot teen ben ik alleen met liefde gevuld. Deze liefde is het die de hele wereld aangetrokken heeft.  
- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

Liefde is als een kompas dat altijd naar het noorden wijst. Liefde zou je in elke handeling die je verricht dicht bij God moeten brengen. Een beter pad of doel dan dit bestaat niet. Geleerdheid of rituele erediensden helpen je niet om spiritueel te groeien. Vul je hart met liefde voor God. Dan zal het land vrede hebben. Je visie van de wereld hangt af van de kleur bril die je draagt. Als je visie gevuld is met liefde, dan blijkt de hele schepping vol liefde te zijn. Dit is nu wat de jeugd van vandaag het meest nodig heeft.  
- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 21, 30 mei 1992

In deze wereld is er niets wat liefde niet kan bereiken. Liefde kan zelfs de hardste rots doen smelten. Als het principe van liefde in ieder mens verenigd is, wordt het kosmische liefde (*vishvaprema*). Wil je je dorst naar liefde lessen? Hunker naar Gods genade en wees Hem toegewijd. Wil je gelukzaligheid ervaren, breng dan steeds meer liefde tot ontwikkeling. Hoe meer liefde je koestert, hoe meer gelukzaligheid je zult ervaren. Gelukzaligheid (*ananda*) is zonder liefde niet te verkrijgen. In feite is het liefde die de vorm van gelukzaligheid aanneemt.  
- *Sathya Sai Speaks* 32, toespraak 2.2, 28 juli 1999

## ❖ Liefde verenigt

In deze bijeenkomst zijn mensen uit diverse landen aanwezig, die diverse talen spreken en tot diverse rassen behoren. Ze zijn allen doelbewust verenigd in liefde voor Sai en in liefde van Sai, ondanks verschillen in nationaliteit, ras, geloof, kleur en kleding. Dit is nu mijn echte taak. Dit is de vervulling van het sterke verlangen van de aloude zieners en wijzen van dit land. Laat deze eenheid, deze eendracht in liefde groeien. Houd dit altijd als het ideaal voor ogen.

- *Sathya Sai Speaks* 14, toespraak 55, 19 november 1980

Jullie zijn belichamingen van liefde en mogen dus niemand haten. Alleen door liefde kun je onsterfelijkheid bereiken. In iedereen is liefde, maar ze wordt op een ontaarde wijze in praktijk gebracht. Met liefde kun je alles bereiken; zelfs de vijf elementen kun je ermee onder controle krijgen. Als gevolg van onwetendheid zien jullie jezelf als zwak. In feite zijn alle krachten in je aanwezig. Alleen liefde kan de duisternis van onwetendheid verdrijven. Liefde is God. God is liefde. Liefde kan de hele wereld verenigen. Wat is de relatie die tussen jullie en mij bestaat? Dit lichaam is geboren in een afgelegen dorpje van Andhra Pradesh. Jullie behoren tot de staat Maharashtra. Wat verbindt jullie en mij? Dat is liefde, louter liefde. Alleen uit liefde voor Swami zijn jullie allen hier bijeengekomen. Jullie liefde heeft mij heel gelukkig gemaakt. Hoe groot is de kracht van liefde? Oneindig groot. Niemand kan de diepte ervan bevatten.

- *Sathya Sai Speaks* 34, toespraak 14, 16 juli 2001

De Heer is liefde. Zijn vorm is liefde. Alle wezens zijn liefde. Liefde bevrijdt en dient. Alleen door liefde kan het goede opkomen. Liefde onthult het goddelijke in allen. Liefde verbindt de ene persoon met de andere. Liefde hecht het ene ding aan het andere. Zonder liefde is de hele wereld van generlei waarde. De hoogste liefde maakt ons bewust van het goddelijke in iedereen. God is in gelijke mate in alles en iedereen aanwezig. Leven is liefde. Liefde is leven. Zonder God kan niets en niemand bestaan. Wij leven op en door de goddelijke wil. Zijn wil werkt als liefde in ieder van ons. Hij is het die oproept tot het gebed: 'Mogen alle werelden gelukkig zijn'. Want Hij maakt ons ervan bewust dat de God die wij aanbidden, de God die we liefhebben, de God die ons doet leven, in ieder ander wezen als liefde aanwezig is. Dus liefde ontvouwt en omvat heel de schepping.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 37, 25 december 1981

Breng het gevoel van spirituele eenheid van alle wezens tot ontwikkeling. De kracht van liefde is immens. Jullie zijn met zoveel mensen hier bijeen. Wat heeft jullie allen hier gebracht? Liefde is de voornaamste reden. Jullie zijn hier in zulke grote aantallen gekomen vanwege jullie liefde voor Swami en Swami's liefde voor jullie. Jullie zijn allemaal uit eigen beweging gekomen. De bindende factor is liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 28, 5 juli 1996



## **Studievragen: De kracht van liefde**

### **Vragen voor de studiering**

1. Beschrijf de kracht van liefde.
2. Wat zijn de implicaties van Sathya Sai Baba's verklaring dat de kracht van liefde groter is dan de kracht van de atoombom? Leg uit hoe deze verklaring waar is, hoe ze meer is dan een simpele beelddescriptie.
3. Hoe brengt liefde eenheid, transformatie en zuiverheid teweeg?

### **Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek**

Denk aan een voorbeeld waarin de kracht van liefde een belangrijk aspect of element uit je eigen leven transformeerde. Beschrijf die ervaring.

## HOOFDSTUK 7

# Kenmerken van iemand die God liefheeft

### Inleiding

Iemand die God liefheeft ziet God overal. Hoe groter de liefde voor God, hoe groter het geluk dat men ervaart. Swami zegt dat iemand met zulke liefde voor God zó volkomen opgaat in God, dat hij of zij niets anders dan God in alles en iedereen ziet.

Baba legt verder uit, aan de hand van een vers uit de *Bhagavad Gita*, dat God hen liefheeft die van verlangens ontdaan, zuiver van hart en uiterst vastberaden zijn, die standvastig, onthecht en sereen van aard zijn, niet beïnvloed door de ups en downs van het leven. Wie God liefheeft houdt zich bezig met activiteiten die de Heer met vreugde vullen.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Vrij van verlangens
- ❖ Zuiverheid
- ❖ Vastberadenheid
- ❖ Onthechting
- ❖ Vrij van smart
- ❖ Zelfverloochening
- ❖ Vrij van haat
- ❖ Gelukzalig
- ❖ Onbevreesd
- ❖ Vurig verlangen de Heer te behagen
- ❖ Altijd sereen
- ❖ Standvastig
- ❖ Totale overgave
- ❖ Altijd geven, nooit nemen

*Wie totaal zonder verlangens is, wie absoluut zuiver, vastberaden, volledig onthecht en immuun voor het spel van de tijd is en afziet van uiterlijk vertoon, die is Mij dierbaar.*

- Summer Showers 2000, 11 (Bhagavad Gita, hoofdstuk 12, vers 16)

## ❖ Vrij van verlangens

*Anapeksha* betekent dat de toegewijde geen *apeksha* - verlangens of verwachtingen - meer heeft. Is het ooit mogelijk dat iemand, gebonden als hij of zij aan het lichaam en de zintuigen is, zonder verlangens kan zijn? Nauwelijks. Altijd is er wel een of ander verlangen. Er moet echter wel paal en perk gesteld worden aan de verlangens die men koestert. Wat voor verlangens zijn geoorloofd? Denk aan wat Krishna over dit onderwerp te zeggen heeft. Hij zegt dat alle rechtschapen handelingen goddelijk zijn. En van de geoorloofde verlangens is het verlangen naar *tyaga* - opoffering, verzaking, onthechting - het beste. Ook het verlangen naar rechtschapenheid of *dharma* is belangrijk. Het verlangen naar God is verplicht.

- *Summer Showers* 2000, 11

## ❖ Zuiverheid

De tweede kwaliteit die de toegewijde moet bezitten is reinheid (*shuchi*). Wat voor reinheid verwacht de Heer van ons? Is het uiterlijke of innerlijke reinheid? Beide zijn nodig. God houdt van reinheid. Reinheid is goddelijkheid. Je kunt je echter niet tot alleen uiterlijke reinheid beperken. Innerlijke reinheid is ook nodig. In feite is ze het belangrijkste. God is overall aanwezig, zowel buiten als binnen je. We moeten echter eerst proberen het goddelijke principe vanbinnen te herkennen. Een voorbeeld. Je hebt een koperen ketel die je gebruikt om soep te maken. Als de ketel vanbinnen niet vertind was, zou dat de soep bederven en zelfs giftig maken. Ons hart is als de koperen ketel. Deze ketel moet vanbinnen met een laag liefde bedekt zijn. Met deze voorzorgsmaatregel blijft de binnenkant schoon. Innerlijke zuiverheid is van wezenlijk belang om uiterlijke zuiverheid te bereiken. Wat wordt er precies bedoeld met uiterlijke zuiverheid? Het betekent niet: je met water en zeep wassen. Het betekent onbaatzuchtige dienstverlening aan de gemeenschap, gedaan om God te behagen.

- *Summer Showers* 2000, 11

## ❖ Vastberadenheid

De derde kwaliteit die de toegewijde moet hebben is sterke en onwankelbare vastberadenheid (*daksha*). Wat voor soort vastberadenheid moet je hebben? Je moet zeggen: 'Wat er ook gebeurt, ik zal niet rusten tot ik dit of dat bereikt of tot stand gebracht heb'. Dit is het soort besluit dat je behoort te nemen. Wat wordt er bedoeld met vastberadenheid? Het betekent dat je het vaste voornemen hebt: 'Ik moet absoluut God zien, God ontvangen en Zijn genade verwerven'. God houdt innig veel van de toegewijde met zo'n grote vastberadenheid.

- *Summer Showers* 2000, 11

## ❖ Onthechting

Vervolgens komt onthechting (*udasina*). Je moet totaal onthecht zijn met betrekking tot alles wat je doet. Je kunt elk soort werk doen. Stel dat je bijvoorbeeld bezig bent met een vorm van dienstverlening. Je mag dan geen enkele verwachting koesteren (inclusief het resultaat), en ook niet naar beloning, lof of waardering streven voor wat je doet. Met name als je voor een dienstverlenende organisatie werkt moet je erg oppassen. Er mag geen enkel verlangen zijn om een goede naam te krijgen. Streef niet naar lof en respect. Klaag niet: 'Ik werk zo hard en doe zoveel, maar er staat nooit iets over in de krant!' Als je je werk met zulke verlangens en verwachtingen doet, dan wordt het goede dat je misschien verricht tenietgedaan en is de heiligheid van het werk geschonden. Doe daarom je dienstverlenende werk oprecht, terwijl je ongevoelig bent voor succes en mislukking, lof en kritiek. - *Summer Showers* 2000, 11

## ❖ Vrij van smart

Hierna heb je *gatavyataha*. Dit betekent dat je niet vatbaar bent voor de ups en downs die de tijd met zich meebrengt. Verwerving van deze deugd vereist ook sterke vastberadenheid. Je mag niet piekeren over het verleden en je ook geen zorgen maken over de toekomst. Concentreer je liever op het heden. Als je de juiste aandacht aan het heden besteedt, moet de toekomst wel rooskleurig zijn. Daar kun je zeker van zijn.

- *Summer Showers* 2000, 11

## ❖ Zelfverloochening

Tenslotte *sarvarambha parityagi*. Dit houdt in: totale zelfverloochening of verzaking. Wie kan daar met recht aanspraak op maken? Wie te allen tijde en onder alle omstandigheden volmaakt kalm blijft verdient zo'n omschrijving. Zo iemand is aan elk uiterlijk vertoon ontstegen. God houdt mensen met aanmatigend gedrag op een afstand. In feite is exhibitionisme, de neiging zichzelf op de voorgrond te plaatsen, het eerste wat je moet opgeven. Mijd ijdelheid, show en publiciteit. Krishna verklaarde dat zo'n solitair leven hem dierbaar was.

- *Summer Showers* 2000, 11

## ❖ Vrij van haat

Er zijn drie niveaus van liefde. Het eerste is het beste en hoogste niveau (*uttama*). Mensen op dit niveau hebben het volste vertrouwen en geloof dat God, die de belichaming van eeuwige gelukzaligheid is, in alle wezens zonder uitzondering aanwezig is. Zij vinden dat God (*Ishvara*) overal en in alles aanwezig is in de vorm van liefde. Zulke mensen zijn vrij van haat en afkeer jegens iedereen (*adveshtha sarvabhutanam*). Ze zien in ieder wezen niets dan liefde. Ze zien geen verschil tussen hun 'eigen' mensen en anderen. Iemand met zo'n opperste liefde ervaart gelukzaligheid.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 40, 23 januari 1982

## ❖ Gelukzalig

Hoe groter iemands liefde voor God is, hoe groter de gelukzaligheid die hij of zij ervaart. Als liefde in iemand afneemt, neemt ook de vreugde evenredig af. Wie God liefheeft ziet Hem overal. Je hart moet dus vervuld worden met liefde voor God. Liefde treedt niet het hart binnen van iemand die egoïstisch en vol eigendunk is. Daarom moet je het onbetekenende zelf vergeten en je gedachten op God concentreren. Liefde voor God maakt dat iemand niet meer denkt aan zijn of haar eigen bestaan. Liefde wordt een soort bedwelming. Liefde maakt dat de toegewijde en God in verrukking dansen en één worden. Ze leidt tot zelfvergetelheid. Ze roept een extase op waarin alles vergeten wordt.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

*Waar vertrouwen is, daar is liefde. Waar liefde is, daar is vrede. Waar vrede is, daar is waarheid. Waar waarheid is, daar is gelukzaligheid. Waar gelukzaligheid is, daar is God.* De hunkering naar gelukzaligheid is het beste bewijs van onze heilige natuur. De mens is gelukzaligheid en streeft naar gelukzaligheid. Gelukzaligheid is heiligheid voor die persoon. Daar God gelukzaligheid is, is geluk eenheid met God. Die vreugde, die niet beïnvloed wordt door alles wat er al of niet gebeurt, kan aan niets anders toegeschreven worden.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 59, 25 januari 1982

## ❖ Onbevreesd

Vul je hart met liefde. Je pleegt verraad tegenover jezelf als je slechte gedachten koestert, maar uiterlijk doet alsof je vol liefde bent. Iemand die goddelijke liefde bezit zal nooit nalaten haar altijd en overal kenbaar te maken. Studenten die zich tijdens hun verblijf op de academie goed gedragen, dienen datzelfde gedrag te handhaven, waar ze ook gaan wonen en werken na het verlaten van de academie. Er mag geen kans zijn dat hun gedrag als gevolg van connecties of omstandigheden verandert. Liefde moet stevig in hun hart ingeprent zijn. Iemand vol goddelijke liefde is onbevreesd, verlangt niets van anderen en geeft spontaan en onbaatzuchtig uitdrukking aan zijn of haar liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 22, 20 juni 1996

## ❖ Vurig verlangen de Heer te behagen

Toewijding aan de Heer is slechts een vorm van discipline om het doel te bereiken. De zoeker moet onverminderd toegewijd blijven. Men dient niet zozeer aandacht te besteden aan de toewijding of liefde die men voor de Heer heeft, als wel aan de liefde en genade die de Heer schenkt. De zoeker moet zich altijd afvragen welk gedrag, welke handelingen de Heer het meest zullen behagen, Hem met gelukzaligheid (*ananda*) zullen vullen. Onderzoek dat. Verlang er vurig naar. Doe de dingen die aan dat doel beantwoorden. Houd je bezig met handelingen die daartoe bijdragen. Dat is echte toewijding (*bhakti*). Over het algemeen volgen mensen echter niet dit ideaal van bhakti en denken ze ook niet na over de implicaties van dat ideaal. Ze besteden vooral aandacht aan de liefde die ze als toegewijde voor de Heer hebben en niet zozeer aan het juiste gedrag (*dharma*) en de juiste handelingen (*karma*) die de goedkeuring en waardering van de Heer zullen opleveren.

- *Gita Vahini*, 21

## ❖ Altijd sereen

Liefde brengt vrede in het hart. Als je hart vol vrede is, dan is de hele atmosfeer vol vrede. Jullie waren getuige van wat er gisteren gebeurde. De hele lucht was bedekt met donkere wolken. Om half acht 's morgens leek er een hevige stortbui te komen, maar in plaats daarvan koelden de wolken als airconditioning de atmosfeer, waarna ze verdwenen. Als je goede gedachten en gevoelens hebt, antwoordt de natuur op dezelfde wijze.

- *Sathya Sai Speaks* deel 23, toespraak 35, 24 november 1990

Iedereen kan claimen dat men van God houdt. Nauwelijks één op de miljoen mensen heeft God werkelijk lief. Ware liefde moet onaangetast blijven door geluk en ramspoed. God bespotten in tijden van tegenspoed en Hem loven als alles goed gaat kan geen echte liefde voor God genoemd worden. Goddelijke liefde deinst niet terug voor moeilijkheden en verlustigt zich niet in voorspoed, maar blijft in alle omstandigheden even sereen. Het leven is vol wisselvalligheden, die voorbijgaan zijn. Alleen goddelijke liefde is onveranderlijk en blijvend.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 25, 18 oktober 1991

Kan er iets zijn wat meer liefde opwekt dan God, die opperste schoonheid, kracht, glorie, roem, heerlijkheid en wijsheid is? Liefde voor God creëert in de mens liefde voor alle voorbeelden van Zijn majesteit, Zijn genade, Zijn grootsheid, Zijn veelvuldigheid. Ramakrishna zag in een bloem Zijn charme. Hij zag overal Zijn pracht, hoorde uit iedere keel

Zijn melodie, Zijn fluitspel. Ook gemene en slechte mensen worden bemind, want van God mogen ze er zijn.

- *Sathya Sai Speaks* deel 7, toespraak 9, 19 maart 1967

Je gedachten, je woorden en je blikken moeten vol liefde zijn. Dit is goddelijke liefde. Wie van deze liefde vervuld is, kan nooit onderhevig zijn aan lijden. Vandaag de dag worden mensen sterk beïnvloed door lof en blaam. Wie echter vol goddelijke liefde is, overstijgt lof of afkeuring. Zo iemand is onaangedaan door kritiek of vleierij. Die persoon gaat op dezelfde wijze om met vreugde en smart, winst en verlies, overwinning en nederlaag. Het is niet gemakkelijk om zo'n liefde te koesteren. Het is makkelijk om God de schuld te geven, maar moeilijk om God te realiseren. Mensen van nu nemen liever de makkelijke weg dan de zware. Ze moeten beseffen dat er geen lusten zonder lasten zijn.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 38, 25 december 1995

### ❖ **Standvastig**

Hoewel er veel soorten geestelijke oefeningen bestaan, zijn ze zonder liefde totaal nutteloos. Deze liefde moet onder alle omstandigheden onveranderlijk zijn. Een dergelijk standvastig vertrouwen bezat de oudste van de Pandavabroers, Dharmaja. Hetzij als banneling in het woud, hetzij als koning, hetzij bij het afnemen van Draupadi's sari aan het hof van Duryodhana, of toen Abhimanyu in de strijd gedood was, of toen de Upapandava's werden afgeslacht (door Ashvatthama) - in al die situaties werd zijn vertrouwen nooit aan het wankelen gebracht. Hij geloofde vast dat Krishna zijn enige redder was. Hij hield aldoor alleen de naam van Krishna in gedachten. Of hij nu als vorst over een uitgestrekt rijk heerste of alles in het dobbelspel verloor, hij was nooit uitgelaten bij succes noch terneergeslagen bij een nederlaag. Zo'n onwankelbaar vertrouwen in God was de voornaamste karaktertrek van de Pandava's.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991

### ❖ **Totale overgave**

Voor wie niet in staat is de eigen ingeboren goddelijkheid te erkennen en onnadenkend is over de echte verblijfplaats verkondigt de *Bhagavad Gita* dat goddelijke gelukzaligheid en volmaakte liefde verkregen kunnen worden door overgave en toewijding. Het ontbreken van vertrouwen maakt dat een mens verteerd wordt door angst en zorg. Als men een rondreis in een andere streek maakt en in het huis van een vriend logeert, kan men niet vrij zijn om de bezienswaardigheden van die streek te bezoeken als men de gastheer niet vertrouwt en zijn of haar kostbaarheden niet onder diens hoede achterlaat. Dus door geen geloof en vertrouwen te hebben in de Almachtige die onze dierbaarste vriend is, onderwerpen we ons aan eindeloze zorg, problemen en angst. - *Summer Showers* 1979, 25

Zelfs als je de liefde van een gewoon mens voor je wilt winnen zul je merken dat je met verscheidene moeilijkheden te maken krijgt. Het zal dus niet verbazen dat je om de liefde van God te verwerven veel problemen en hindernissen tegenkomt. Om deze reden zeiden de *gopika's*, de herderinnetjes van Brindavan, dat ze bij het verwerven van Gods liefde veel moeilijkheden ondervonden. Hetzelfde is door de wijze Vyasa als volgt omschreven: 'Indien je de liefde van God nastreeft, moet je je liefde voor andere zaken opgeven.' Zodra je je liefde voor andere zaken opgeeft is het makkelijk om de liefde van God te verwerven en zul je er totaal geen moeite mee hebben. Indien je echter door diverse andere vormen van

liefde gebonden bent, zul je heel wat moeilijkheden ondervinden als je de liefde van God wilt verwerven. Dit proces is omschreven als overgave.

Wanneer bepaalde insecten een helder licht zien, dan worden ze erdoor aangetrokken en verliezen ze zelfs hun leven. Herten, die aangetrokken worden door muziek, komen dichterbij en worden in de val gelokt. Bijen, aangetrokken door de honing in een lotusbloem, raken opgesloten. Zo moet ook jij, als je de liefde van de Heer wilt, bereid zijn om je volledig aan de Heer over te geven. Dan mag je niet meer gehecht zijn aan je lichaam of aandacht besteden aan je eigen eer of respect. Je moet volledig onthecht zijn van dit alles. Alleen dan kun je dicht bij de Heer komen. Je geest moet zich volledig op de Heer concentreren. Zolang we dit hoge niveau van overgave nog niet bereikt hebben, moeten we aan goddelijke en heilige activiteiten deelnemen, zoals het zingen van devotionele liederen of meditatie, en het aspect van liefde tot ontwikkeling brengen. Wanneer je in een staat van gelukzaligheid bent en je liefde voor God bloeit en vrucht draagt, dan wordt Zijn genade over je uitgestort.

- *Summer Showers* 1978, 15

### ❖ **Altijd geven, nooit nemen**

Ware liefde kenmerkt zich door te geven en niet te ontvangen. Hoeveel mensen zijn er nu in de wereld te vinden die het heerlijk vinden om te geven? Zelfs een vader aarzelt om afscheid te nemen van zijn bezit teneinde het aan zijn kinderen te geven. Alleen God kan de oneindige gever zijn. Daarom is liefde een goddelijke eigenschap. Hoewel liefde van nature in iedere cel van de mens aanwezig is, komt ze niet tot uitdrukking vanwege de onreinheid van het hart. Een mens zonder liefde in het hart is zo goed als dood.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 29, 27 juli 1996

Louter je eigen toekomst veilig stellen is egoïstisch. Je bezighouden met je eigen geluk is ook egoïstisch. Alleen de mens die eigenbelang opgeeft, die het geluk van anderen als zijn of haar eigen geluk beschouwt en zich aan het welzijn van anderen wijdt is waarlijk onzelfzuchtig. God heeft alleen hen lief die liefde voor anderen hebben. Als je Gods liefde wilt winnen moet je anderen liefhebben. Je krijgt geen liefde van anderen als jij hen niet liefhebt. Zonder je druk te maken over wat er in het verleden gebeurd is en zonder zorg voor de toekomst moet je proberen het beste gebruik van het heden te maken door liefde aan te kweken en dienstverlening te doen.

- *Sathya Sai Speaks* 18, toespraak 22, 17 november 1985



## **Studievragen: Kwaliteiten van iemand die God liefheeft**

### **Vragen voor de studiekring**

1. Wat zijn de kwaliteiten van iemand die God liefheeft, zoals in de *Bhagavad Gita* beschreven?
2. Kies een van die kwaliteiten en beschrijf deze in detail. Leg uit wat het betekent om te zeggen dat iemand met zo'n kwaliteit God dierbaar is.

### **Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek**

Denk aan een moeilijke situatie in je eigen leven. Stel je voor hoe goddelijke liefde zou kunnen bijdragen tot een oplossing voor dat probleem.

## HOOFDSTUK 8

# Liefde - het pad naar Zelfrealisatie

### Inleiding

Realisatie vindt plaats wanneer men alles als God ziet, erkent en ervaart. Baba maakt ons dat duidelijk aan de hand van het voorbeeld van de gopi's van Brindavan, die Krishna tot in elk stofdeeltje en elk grassprietje zagen. Zij waren vervuld van de hoogste liefde voor Krishna en ontkenden dat er ook maar iets anders dan Krishna kon bestaan. De liefde voor Krishna maakte voor hen de hele wereld tot Krishna. Baba zegt dat in deze ervaring van de eenheid van alles zelfs je eigen identiteit verdwijnt. Hij vertelt ons dat we dergelijke zich steeds verder uitbreidende liefde moeten koesteren en overpeinzen om één te worden met God, die zuivere liefde is.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Heb God lief
- ❖ Heb lief zonder onderscheid
- ❖ Ken uzelf
- ❖ Ervaar eenheid
- ❖ Word zuivere liefde

## ❖ Heb God lief

Benut iedere seconde om je hart te zuiveren en met liefde te vullen. Dan zul je beseffen dat God van jou is en dat je vol liefde bent. Ware devotie is het middel om God te realiseren. Devotie betekent liefde voor God zonder enig verlangen naar een beloning. Zulke devotie kan alleen ontstaan door goed gedrag. Er kan geen devotie of toewijding zijn zonder rechtschapenheid. Reinheid van geest is van essentieel belang om goddelijke gelukzaligheid te ervaren, zoals reinheid van het lichaam essentieel is voor lichamelijke gezondheid.

- *Sathya Sai Speaks* 16, toespraak 32, 31 december 1983

Het is niet juist om de liefde voor God (die onzelfzuchtig is) op zelfzuchtige wijze te ondervinden en Zijn liefde tot jezelf te beperken. Maar zolang we niet een bepaald niveau bereikt hebben, moeten we proberen de Heer op een beperkte wijze te ervaren. Als we in een beperkte positie zijn en als ons eigen leven niet weids genoeg is, is het onmogelijk om de liefde op een weidse manier te ervaren. Daarom moeten we als eerste stap bepaalde methodes beoefenen waardoor onze liefde zich voldoende kan verbreiden. Hier is een voorbeeld. Neem een wierookstokje. In dat stokje zien we vuur. Als je een sigaret rookt zie je ook in die sigaret vuur. Bij een bosbrand zien we een groot vuur. Zowel in het wierookstokje als in de sigaret en in de bosbrand is vuur te zien. Terwijl bij alle drie sprake is van vuur zal, indien je een paar blokken hout op het wierookstokje of de sigaret legt, het vuur uitdoven en het hout geen vlam vatten. Daarentegen zullen zelfs sappige groene blaadjes die je in het laaiende vuur van een bosbrand gooit vlam vatten en opbranden. Op dezelfde wijze zul je niet in staat zijn het grote vuur van liefde voor God in stand te houden als het vuur van liefde in jou niet groot genoeg is. Als je over de alles doordringende en wijdverspreide liefde van de Heer begint te praten, dan is er het gevaar dat de zwakke vlam van liefde in jou uitdooft. Voordat je zulke gelijkmoedigheid kunt ervaren en voordat je deze liefde in iedereen kunt ervaren is de eerste stap dat je de liefde in jezelf bevordert en tot een voldoende hoog niveau doet opslaan.

- *Summer Showers* 1976 (*Summer Roses on the Blue Mountains*), 14

Devotie of toewijding (*bhakti*) kan over twee wegen gaan - met vorm en eigenschappen (*saguna bhakti*) en aan vorm en eigenschappen voorbij (*nirguna bhakti*). Wanneer je vindt dat God ver weg is, veel hoger, ver boven je verheven, en je bidt om genade, zegeningen en gunsten, dan is het *saguna*. Dan aanbid je Hem als Heer en Meester, als Hoeder en Verlosser. Je doorloopt de rituelen van lofprijzing, verzoening en ootmoedige verering, onderwerping en dienstbaarheid. Beoefen je echter de discipline dat je Hem ziet in alle wezens, als de kern van elke cel of atoom, levend en bewust, en dat je eenheid met heel de schepping ervaart - want de schepping is Zijn lichaam en jij zit er ook in en maakt er ook deel van uit - dan is het *nirguna*. *Nirguna* is als de contemplatie op suiker. *Saguna* is de verering van een suikerpop die bij jou in de smaak is gevallen en jouw liefde en trouw voor zich heeft gewonnen. Laat elke handeling van je als een certificaat zijn voor als je de wereld verlaat. Laat geen enkele handeling een belemmering of schuld zijn. Dompel ieder moment onder in liefde, dat wil zeggen, in God. Wat heeft het voor zin om uren in meditatie door te brengen als je je na het opstaan onder de mensen begeeft en door je woorden en daden boosheid en verontwaardiging oproept? De *Bhagavad Gita* vraagt je om altijd kalm en beheerst, altijd verbonden met God te zijn. Dus wees waakzaam, wees standvastig, wees volijverig. Een standvastig mens verwerft wijsheid. Door onoplettendheid kan een vonkje tot een enorme vuurzee opslaan. Door waakzame zorg kan zelfs een vuurzee tot een sprankje teruggebracht worden.

- *Sathya Sai Speaks* 12, toespraak 21, 23 november 1973

God is *sat-chit-ananda*. Met het *sat* - volmaakt zijn of waarheid - moet je streven naar *chit* of spirituele wijsheid; dan krijg je *ananda* of gelukzaligheid. Ananda kun je alleen van ananda krijgen en niet van een toestand van neerslachtigheid. Aanbid de Heer met liefde, want liefde is God en God is liefde. Dit geeft je echt geluk. Tegenwoordig doen mensen alsof ze liefde geven, terwijl ze vanbinnen niet vol liefde zijn. 'Zoals men voelt, zo wordt men' (*Yad bhavam tad bhavati*). We merken nu dat gevoelens anders zijn dan wordt getoond. (...) Het lichaam zelf kan je niet helpen de oceaan van het leven over te steken. Je moet je overgeven aan de Heer. Van 's morgens tot 's avonds is men slechts op zoek naar wegen om de maag te vullen. Op deze manier verspillen mensen hun leven zonder moeite te doen het goddelijke te zien. Ze staan lange tijd in de rij om een kaartje voor een film of een busreis te kopen, maar voelen er niet voor om in de rij te staan voor het zien en ervaren (*darshan*) van God, die hun zoveel meer vreugde kan geven dan wat anders ook.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 14, 20 april 1998

### ❖ Heb lief zonder onderscheid

Heb allen lief. Schenk je liefde zelfs aan hen die liefdeloos zijn. Liefde is als een kompas. Waar je ook bent, liefde wijst de weg naar God. Geef blijk van je liefde in elke handeling in het dagelijks leven. Dit is de makkelijkste weg naar bewustwording van God. Maar waarom doen mensen dat dan niet? Omdat ze geobsedeerd zijn door een misvatting betreffende de wijze waarop God te ervaren is. Ze beschouwen God als een ver verwijderde entiteit die alleen door moeilijke spirituele oefeningen te bereiken is. God is overal. Je hoeft niet naar God te zoeken. Alles wat je ziet is een manifestatie van God. Alle mensen die je ziet zijn vormen van God. Corrigeer je gebrekkige visie, dan zul je God in alle dingen ervaren.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 28, 5 juli 1996

### ❖ Ken uzelf

Hoger dan alle kennis die je in de wereld kunt verwerven is de kennis van het ware zelf (*atmajnana*). Niets is te vergelijken met de gelukzaligheid die zelfrealisatie verschaft. Ze wordt pas bereikt als het gevoel van ego vernietigd is en er sprake is van een devote onderwerping aan God. Gebeden moeten niet van de lippen maar uit het hart komen. Gebeden van de lippen zijn als een aanvraag voor een telefoongesprek. Ze bereiken niet de persoon die je wilt. Gebeden uit het hart zijn als een persoonlijk gesprek. Ze bereiken God rechtstreeks.

- *Sathya Sai Speaks* 16, toespraak 32, 31 december 1983

Ik spreek jullie vaak aan als 'belichamingen van liefde', omdat liefde jullie ware vorm is, die zuiver, vlekkeloos, eeuwig, oeroud, vormloos en non-dualistisch is. Je houdt van je moeder omdat je erop vertrouwt dat ze je moeder is. Vertrouwen is dus de basis van liefde. Waar vertrouwen is, daar is liefde. Waar liefde is, daar is vrede. Waar vrede is, daar is waarheid. Waar waarheid is, daar is gelukzaligheid. Waar gelukzaligheid is, daar is God.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 10, 16 juli 2000

Spreek liefdevol. Handel liefdevol. Denk met liefde en doe iedere handeling met een hart vol liefde. Je hoeft geen (rozenkrans)kralen te tellen of in meditatie te zitten terwijl je in gedachten met wereldse zaken bezig bent. De soort recitatie (*japa*) die je moet doen is het constant in gedachten houden van het goddelijke in je. Dit is de hoogste boodschap van de *Veda's*. Besef dat het pad van goddelijke liefde het makkelijkste, aangenaamste en veiligste pad naar God is.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 28, 5 juli 1996

## ❖ Ervaar eenheid

Adi Shankara propageerde de wijsheid van non-dualisme (*advaita jñāna*) in alle verzen van het beroemde *Bhaja Govindam*. Hij zei dat alleen geleerdheid je bij het sterven niet te hulp zal komen. Om uit de gebondenheid van geboorte en dood bevrijd te worden moet je bidden en God toegewijd zijn. Het principe van volkomen liefde (*prematattva*) is van wezenlijk belang voor de bevrijding van ieder mens. *Advaita* of non-dualisme is het zien van eenheid in de verscheidenheid.

- *Sathya Sai Speaks* 31, toespraak 14, 20 april 1998

*Er zijn veel religies, maar het doel is één.*

*Er zijn veel sieraden, maar goud is één.*

*Er zijn veel sterren, maar lucht is één.*

*Er zijn veel koeien, maar melk is één.*

*Er zijn veel wezens, maar adem is één.*

*Er zijn veel bloemen, maar toewijding is één.*

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 10, 16 juli 2000

Hetzelfde principe van volkomen liefde is in allen aanwezig. Alle mensen zijn in wezen één. De verschillen liggen slechts in hun gevoelens. Mensen moeten dus hun gevoelens veranderen en proberen de waarheid te herkennen dat dezelfde goddelijkheid in allen aanwezig is. Alleen dan kan er transformatie in de mens zijn.

- *Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 19 20 november 2000

De toegewijde is zich er altijd van bewust dat het universum een manifestatie van God is en volledig van God doordrongen is. Zijn of haar leven is gebaseerd op de erkenning dat God in alles aanwezig is. Deze geestestoestand wordt 'eenheid in liefde' (*prema advaitam*) genoemd. Door deze liefde ervaart de toegewijde eenheid met God. In de gelukzaligheid van deze ervaring verlangt de toegewijde zelfs niet naar bevrijding uit de kringloop van geboorte en dood (*moksha*). Onverminderde liefde voor de Heer is alles voor hem of haar. Zo'n toewijding staat bekend als volkomen toewijding zonder enig ander idee of gevoel ook (*ananya bhakti*).

- *Sathya Sai Speaks* 19, toespraak 1, 19 januari 1986

Liefde is het woord dat het streven naar bewustwording van de onwaarheid van het vele en de werkelijkheid van het Ene aangeeft. Liefde vereenzelvigd. Haat verdeelt. Liefde verplaatst zich in de ander en doet de twee denken, spreken en handelen als één. Naarmate liefde steeds meer onder haar vleugels neemt, worden steeds meer entiteiten als één ervaren. Wanneer je mij liefhebt, heb je allen lief, want dan begin je te voelen, te erkennen en te ervaren dat ik de bewoner van alle harten, de drang, het motief, de gids, het doel ben. Hunker naar die visie, die bewustwording en maak deze tot je onschatbare bezit. Dan krijg je waar je mij zo vaak om gevraagd hebt - directe visie van de werkelijkheid (*sakshatkara*). Je liefde moet net zo zuiver en vrij van de smet van ego zijn als mijn liefde, zodat ze in mij kan opgaan.

Natuurlijk, het is moeilijke discipline. De geest/het denken heeft nu teveel vat op je. Je moet tenietdoen en loochenen, je veel verwachtingen ontzeggen, diep in jezelf duiken, tegen de stroom opzwellen van generaties lange gehechtheid aan wereldse dingen, inclusief het lichaam dat je draagt. De herderinnetjes (*gopi's*) van Brindavan waren zó vol van het hoogste soort liefde dat ze Krishna tot in elk stofdeeltje en grassprietje dat ze zagen ervoeren. Liefde voor Krishna maakt de hele wereld tot Krishna. Het loochenen van al het andere is de methode om Krishna in alles te visualiseren. Er bestaat slechts Eén, het alles omvattende Eén. Wanneer het nog eens wordt herhaald wordt het twee. De veelvoudige schepping is slechts

Hij en Hij en Hij, steeds weer herhaald. Stofje en grasspriet, druppel en stipje - alles is Hij, Hij en Hij alleen. En jullie zijn geen uitzondering. Jullie zijn ook Hij. Het besef van deze waarheid, deze vereenzelviging, deze versmelting is *sakshatkara*.

- *Sathya Sai Speaks* 11, toespraak 15, 24 februari 1971

### ❖ Word zuivere liefde

Liefde is de vrucht die aan de boom van de goddelijke naam groeit. Het principe van volkomen liefde verkondigt de eenheid van naam en vorm. *Brahman* (Opperste Zelf) is de vorm van liefde. *Brahman* is overgoten met liefde. Liefde die past bij liefde, is de wet. Als iemand innig gevestigd is in liefde, dan komt die persoon in aanmerking voor samensmelting met God, om één met God te worden.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 25, 18 oktober 1991

Aanbid liefde. Leef in liefde. Er is geen hoger onderricht dan dit. Bewandel het pad van liefde. Eet het voedsel van liefde. Het is niet genoeg om liefde alleen tot je te nemen, je moet haar ook verteren en assimileren. Alleen dan zal de essentie van liefde zich over iedere cel van je lichaam verspreiden en jou immense kracht en wijsheid geven. Het huidige onderwijs leidt tot agitatie. Waarachtig onderwijs bestaat uit het verteren en assimileren van het liefdesprincipe. Jullie zijn de belichamingen van liefde. Jullie zijn vervuld met liefde. Misschien beseffen jullie dit niet, maar ik kan liefde in jullie zien, van top tot teen.

- *Sathya Sai Speaks* 36, toespraak 15, 17 oktober 2003

Jullie voornaamste plicht is nu opoffering, het loslaten van wensen en verlangens (*tyaga*). Waar opoffering heerst, komt er vanzelf liefde. Al je potentiële vermogens zullen zich dan vanzelf manifesteren. Je zult in al je gerechtvaardigde ondernemingen slagen. Als liefde het heersende beginsel wordt, zullen verdriet en teleurstelling verdwijnen. Daarom verklaren de *Veda's* dat alleen opoffering de sleutel is tot onsterfelijke gelukzaligheid. 'God is liefde. Hoe kunnen jullie hopen God te realiseren zonder liefde?'

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

De grote wijze Pippalada vertelde de leerling: 'Het levensprincipe (*prana*) is de belangrijkste factor. Je moet opgaan in de geest. De geest moet opgaan in het ware zelf (*atma*). Wat je ook doet, doe het in een geest van toewijding aan het atma. Je kunt je respectieve werkzaamheden doen. Door ze in een geest van toewijding te doen wordt het werk tot aanbidding getransformeerd. Wanneer je leven op die manier geleid wordt, is er geen nieuwe geboorte meer.' De toewijding aan de Heer dient niet alleen met de mond beleden te worden, maar moet uit het hart komen. Wanneer een offer in woorden gebracht wordt, is het antwoord ook in woorden. Als iemand mij zegt: 'Swami, waarom komt u niet naar ons huis?' Dan zeg ik hem: 'Ja, ik zal naar jullie huis komen'. Voor de uitnodiging in alleen woorden is het antwoord ook alleen in woorden. Als de uitnodiging van ganser harte is, kom ik met heel mijn hart. 'Zoals het gevoel is, zo is het resultaat' (*Yad bhavan tad bhavati*). Je gedachten zijn in overeenstemming met je verlangens. De resultaten zijn in overeenstemming met je gedachten. Dus wat je ook doet, doe het met heel je hart. Al die ontelbare zenuwen in de mens verspreiden zich naar het hart en in het hele lichaam. Als het hart dus met goede gedachten vervuld is, is het hele lichaam ervan vervuld. Alles stamt uit het hart. Hier wordt niet het fysieke hart bedoeld, maar het spirituele hart. Als je hart vervuld is van liefdevolle gedachten, dan zul je bevrijd worden van wedergeboorte.

- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 13, 27 mei 1991

Liefde (*prema*) is in Telegu een woord van twee letters. Dit korte woordje bevat echter het totale universum. Maar helaas is er nu weinig besef van de kracht van deze liefde. In beslag genomen door hun onbetekenende uitingen van gehechtheid negeren mensen de kracht van deze oneindige, heilige en allesomvattende goddelijke liefde. Liefde is verbonden met onsterfelijkheid. Ze is als goddelijke nectar. Niets in de wereld is ermee te vergelijken.  
- *Sathya Sai Speaks* 24, toespraak 23, 2 september 1991



## **Studievragen: Liefde - het pad naar zelfrealisatie**

### **Vragen voor de studiekring**

1. Hoe kan je liefde voor God je helpen zelfrealisatie te bereiken?
2. Hoe kun je zonder onderscheid liefhebben?
3. Hoe helpt liefde jou eenheid in verscheidenheid te ervaren?

### **Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek**

Heb je ooit een ervaring van eenheid in verscheidenheid gehad? Speelde liefde een rol in die ervaring? Zo ja, beschrijf het.

## HOOFDSTUK 9

# Voorbeelden van goddelijke liefde

### Inleiding

Sathya Sai Baba zegt dat hij de belichaming van liefde is en dat liefde zijn instrument is. Dit hoofdstuk bevat episodes die voorbeelden zijn van liefde in actie, uit het leven van Rama, Krishna, Boeddha, Jezus en de Sai avatars. Dit hoofdstuk bevat ook bijzonderheden uit het leven van heiligen en toegewijde mensen zoals de gopi's van Brindavan, Mira en anderen, die opperste liefde voor de Heer in zich verenigden. Baba zegt dat deze voorbeelden bedoeld zijn als inspiratie om ons op deze liefde te bezinnen en onze beoefening van deze discipline van liefde te versterken, wat ons uiteindelijk naar de verwerkelijking van ons hoogste doel leidt.

### Belangrijke begrippen in dit hoofdstuk

- ❖ Moederliefde
- ❖ Voorbeelden van toewijding - Mira, Vibhishana, Rukmini, Jnānadeva en Bhaktideva
- ❖ Opperste toewijding van de gopi's - Radhika, Niraja
- ❖ Heiligen - Dhruva, Kulasekhara Alwar
- ❖ Boeddha
- ❖ Jezus Christus
- ❖ Sathya Sai Baba

## ❖ Moederliefde

Jullie moeten je moeder gelukkig maken. Alleen dan zal er vrede en geluk in de wereld zijn. Het is zinloos om God te aanbidden zonder je eigen ouders te eren. Allereerst betoon je eerbied voor je moeder, daar zij degene is die jou het leven heeft geschonken. Alleen als het moederhart gelukkig is zal de hele wereld gelukkig zijn. Rama's goddelijkheid bloeide op onder de liefdevolle zorg van Kausalya. Toen hij uit de schoot van Kausalya geboren was, kreeg hij de kwaliteiten van Kausalya. Daarom wordt hij als God vereerd. Shivaji (Indiase koning) kon zoveel voor het land opofferen omdat hij geboren was uit de zuivere vrouw Jijabai. Vanwege de voortreffelijkheid van de moeder gaat het de kinderen goed. Er gaat niets boven liefde. Liefde is de voornaamste reden van al je geluk. Een mens zonder liefde is levenloos. Daarom moeten jullie je moeder, die de belichaming van liefde is, eerbiedigen en toegewijd zijn.

- *Sathya Sai Speaks* 34, toespraak 10, 1 juni 2001

Gods liefde is als een oneindige, onbegrensde oceaan. Simpelweg omdat Gods liefde oneindig en onbegrensd is, kun je niet alles ervan met je meedragen. Wat je mee kunt dragen hangt af van de grootte van het vat dat je neemt. Dus het eerste wat je moet doen is de afmeting van je vat te vergroten. Dit kun je doen door spirituele discipline te beoefenen. In deze discipline is de eerste stap respect voor je moeder. De toewijding of liefde voor je moeder moet zodanig zijn dat je de grote liefde en genegenheid waarmee je moeder jou heeft grootgebracht erkent. Je moet je moeder dankbaarheid betonen in de vorm van liefde of toewijding (*bhakti*). De moeder toont haar toewijding in de vorm van *vatsalya* - genegenheid van de moeder voor haar kind, als antwoord op de liefde van het kind. Moeder zal de baby baden, aankleden, vertroetelen en laten slapen. Tussendoor doet ze haar dagelijkse werk. Op deze manier kan de gehechtheid en genegenheid tussen moeder en kind groeien. Als dit op de juiste wijze gebeurt, kan het op zich al tot toewijding voor de Heer omgevormd worden.

- *Summer Showers* 1976, 14

Deze moeder van allen (*Shivamata, Sai Mata*) heeft de liefde van wel duizend moeders voor haar kinderen. Daarom ben ik zo teder en zo beschermend.

- *Sathya Sai Speaks* 4, toespraak 4, 11 februari 1964

## ❖ Voorbeelden van toewijding

### Mira

De kracht van liefde is ongeëvenaard en gaat het begrip van de mens te boven. Liefde kan alleen door liefde begrepen worden. Mira's echtgenoot Rana had een tempel voor Krishna gebouwd. Als groot toegewijde van Krishna was Mira altijd in de tempel te vinden, waar ze in vervoering zijn glorie bezong. Dit wekte de woede op van Rana. Hij beval haar de tempel te verlaten. Dit kwam als een grote schok voor Mira. Ze dacht bij zichzelf: 'Als Krishna overall aanwezig is en niet alleen in deze tempel, hoe kan Rana mij dan van hem weghouden?' Ze verliet huis en haard en ging op weg naar Mathura. Waar is Mathura? Het is geen geografische locatie. Het hart vervuld van innige liefde is Mathura. Ze zong: 'O geest, ga naar de plaats waar de Ganges en Yamuna samenstromen'. De symbolische betekenis van Ganges en Yamuna is hier *ida* en *pingala* - de twee kanalen met fijnstoffelijke energie die links en rechts langs de ruggengraat lopen. De plek midden tussen de wenkbrauwen waar *ida* en *pingala* samenkomen staat voor Mathura. Dit is de esoterische betekenis van het lied. Onderweg naar Mathura prevelde ze onophoudelijk de naam Krishna, terwijl ze door rivieren, heuvels, dalen en bossen trok. Toen ze uiteindelijk Brindavan bereikte, vond ze de deuren

van de tempel gesloten. Ondanks haar herhaalde gebeden gingen de deuren niet open. Toen zei ze: 'O Krishna, mijn hart is uw tempel. Ik heb u in het altaar van mijn hart geïnstalleerd.' Ze sloeg met haar hoofd tegen de tempeldeur, terwijl ze om Krishna riep. Ze kreeg een visioen van Krishna en ging in hem op. Koning Rana betreurde het dat hij Mira uit de tempel verjaagd had en bad Krishna om vergeving.

In deze tijd verdiepen mensen zich niet in de diepere betekenis van de woorden die ze gebruiken. Ze worden meegesleept door de wereldse betekenissen en interpretaties. Je moet de gevoelens die uit je hart komen in je overwegingen betrekken, want die zijn waar en eeuwig. Op deze manier ervoer Mira eenheid met Krishna. Wil je het pad van devotie betreden, dan moet je je stevig aan het principe van liefde vasthouden. Gewone stervelingen hebben niet zo'n sterke vastberadenheid, maar een ware toegewijde zal nooit, onder welke omstandigheden ook, van het pad van liefde afwijken. Geen ander pad dan liefde kan ons naar God brengen. Kweek steeds meer liefde aan. Waar je ook bent, liefde is je enige toevlucht.

- *Sathya Sai Speaks* 38, toespraak 9, 13 april 2005

### **Vibhishana**

Hoe de liefde van God zich in een toegewijde manifesteert wordt geïllustreerd door het voorbeeld van Vibhishana, de jongere broer van Ravana. Uit liefde voor Rama onderwierp Vibhishana zich aan vele vernederingen onder de handen van Ravana. In de strijd tegen de Rakshasa's in Lanka vernietigden Rama en Lakshmana in de eerste twee dagen vele grote Rakshasa krijgers. Op de derde dag stond er een ontzagwekkende krijger voor hen. Vibhishana vertelde Rama: 'Als u deze krijger verslaat, dan zal heel Lanka van u zijn. Hij is een groter strijder dan zelfs Ravana.' Rama vocht de hele dag met deze machtige Rakshasa, maar kon hem niet verslaan. Rama stond op het punt de strijd van die dag op te geven. Op dat moment zei Vibhishana, die achter Rama stond: 'Dit is niet het moment om de strijd op te geven. U moet al uw krachten verzamelen en de vijand vernietigen. Deze kans mag u niet missen. Ik zeg u dit vanuit mijn liefde voor u.' Aangespoord door Vibhishana zette Rama de strijd voort en vernietigde zijn tegenstander.

De ontzagwekkende krijger viel op het slagveld neer. Het moment dat hij merkte dat de krijger dood was, stortte ook Vibhishana neer. Toen hij zich na het zingen van de naam Rama hernam, stond Vibhishana op en bekende aan Rama: 'Swami, dit is een teken van mijn zwakheid. Ik had niet mogen toegeven aan zulke zwakheid. Terwijl ik zo vol van liefde voor u ben, hoe kon dit dan toch gebeuren?' Rama merkte op: 'Het is in orde. Maar waarom stortte je zo plotseling ineen?' Vibhishana antwoordde: 'Swami, dit gebeurde vanwege lichamelijke gehechtheid. Het was te wijten aan ouderlijke genegenheid. Die machtige krijger was mijn zoon.'

Hij was Vibhishana's zoon. Besef wat Vibhishana deed. Om de overwinning van de Heer zeker te stellen, aarzelde Vibhishana zelfs niet om zijn zoon in de strijd te laten doden. Rama vroeg Vibhishana: 'Waarom heb je dit gedaan? Is het in jouw ogen niet verkeerd? Waarom heb je mij niet in het begin verteld dat hij je zoon was?' Vibhishana antwoordde: 'Als u tegenover een vijand staat, dan mag u zich geen zorgen maken over welke soort van relatie ook op het slagveld. In deze oorlog is er geen plaats voor overwegingen van bloedverwantschap. Wie de wapens tegen u opneemt, is niet langer een bloedverwant. Of het nu moeder, vader, zoon of wie ook is, wanneer hij optreedt als een vijand, met name tegen God, dan kan er geen sprake meer zijn van verwantschap. Ik heb mij volledig aan u overgegeven. Ik ben uw dienaar. Ik moet mij allereerst bekommeren om uw overwinning en niet om een tijdelijke verwantschap. De enige waarheid voor mij is uw wil.'

Deze ontzaglijke liefde van Vibhishana voor Rama droeg dus bij tot Rama's overwinning. Liefde voor God moet een onverbreekelijke band zijn. Alle wereldse bindingen zijn tijdelijk.

Bindingen van een passieve, onwetende (*tamasische*) gesteldheid zijn als ijzeren kettingen, terwijl die van een rusteloze, actieve (*rajasische*) gesteldheid als koperen kettingen zijn. Zuivere (*sattvische*) bindingen zijn kettingen van goud. Maar of de kettingen nu van ijzer, koper of goud zijn, het blijven kettingen. De aard van de metalen kan verschillen, maar de kettingen zijn evengoed boeien. Vibhishana verklaarde: ‘Ik heb geen van die bindingen nodig. Ik ben tevreden met de zuivere liefde van Rama.’ De wijze waarop Vibhishana handelde laat de wereld de sublieme kwaliteit van totale liefde voor God zien.  
- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 29, 27 juli 1996

### **Rukmini**

Toen Krishna op een weegschaal gewogen werd, konden alle juwelen van Sathyabhama nog niet opwegen tegen zijn gewicht. Toen kwam Rukmini en verklaarde dat alleen al het zingen van de naam van Krishna zijn gewicht kon evenaren. Door het extra offer van een blad, een bloem of wat water zou de schaal het gewicht van Krishna overtreffen. Met die woorden plaatste ze een tulasiblad op de schaal. En ziedaar! De schaal ging omlaag. Het tulasiblad droeg het volle gewicht van Rukmini's grenzeloze liefde voor Krishna. Alle juwelen van Sathyabhama waren nutteloos, maar Rukmini's aanroeping van Krishna's naam en het offer van het tulasiblad met een liefdevol hart lieten de balans verder doorslaan dan Krishna's gewicht. Zo groot is de kracht van de naam van de Heer en een liefdevol offer aan de Heer.  
- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 52, 23 november 1996

### **Jnanadeva en Bhaktideva**

Er waren eens twee broers, Jnanadeva en Bhaktideva. Beiden gingen op reis. Onderweg kregen ze dorst. Bhaktideva zei tegen Jnanadeva: ‘Ik heb zo'n dorst, maar ik kan nergens water zien’. Jnanadeva zei: ‘Laten we eens kijken of er een bron te vinden is.’ Een stuk verder ontdekten ze een oude put met water diep onderin. Jnanadeva verklaarde: ‘Alleen door kennis kan men geluk verwerven’. Onmiddellijk nam hij de vorm van een vogel aan, vloog omlaag naar het water, leste zijn dorst en kwam weer boven. Jnanadeva was door de hoogste kennis van het zelf in staat elke vorm aan te nemen.

Bhaktideva kon niet omlaag gaan. Hij zat naast de put en bad met intense liefde tot God. Na enige tijd steeg het water in de put totdat het over zijn voeten stroomde. Hij opende zijn ogen en zag dat het water in de put over de rand stroomde.

Kennis of *jnana* vereist een verandering van vorm. Toewijding of *bhakti* heeft zo'n verandering niet nodig. Intense, liefdevolle toewijding is genoeg. Wat de toegewijde nodig heeft komt naar hem of haar toegesneld. Er is niets wat zulke toewijding kan overtreffen.

- *Sathya Sai Speaks* 29, toespraak 37, 21 augustus 1996

### **❖ Opperste toewijding van de gopi's - Radhika, Niraja**

Van de *gopi's*, de herderinnetjes van Brindavan, waren Radhika en Niraja Krishna het meest toegewijd. Voordat Uddhava [vriend en raadgever van Krishna] vertrok, hoorde hij dat ze Krishna vergeleken met Rama en dat ze smeekten om een visioen van Krishna, om hun door leed getroffen hart te verlichten. Uddhava vroeg Radhika, die bewusteloos op een zandduin lag, of ze een boodschap voor Krishna had. Radhika kwam weer bij zinnen en dacht uitsluitend aan Krishna. Ze riep:

*Was u een boom die omhoog groeide, dan zou ik mij als een klimplant aan u vastklampen.*

*Was u een ontluikende bloem, dan zou ik als een bij boven u zweven.*

*Was u de berg Meru, dan zou ik als een rivier omlaag stromen.*

*Was u de grenzeloze hemel, dan zou ik als een ster in u zijn.*

*Was u de bodemloze diepte, dan zou ik als een rivier in u opgaan.*

*Waar bent u toch, o Krishna?*

*Waarheen bent u gegaan, Krishna! Heeft u dan geen medelijden, Krishna! Krishna!*

Bij het zien van Radhika in deze beklagenswaardige toestand, smolt het hart van Udhava. Hij realiseerde zich dat Krishna hem op deze missie naar de gopi's gestuurd had opdat hij zou leren wat ware toewijding (*bhakti*) is. Udhava beseftte dat Krishna die episode had opgevoerd om hem te laten zien dat zelfs een ervaren kenner van de geschriften de diepe waarheid moest leren van ware toewijding, van de zuivere, op één punt gerichte toewijding die de gopi's voor Krishna hadden. Liefde voor God is het middel en het doel. Dit was het geheim door de gopi's onthuld. Zij zagen liefde in alles - in de muziek van Krishna's fluit, die de wereld met liefde vulde en de verdorde aarde met liefde overstroomde.

God is in iedereen. Maar om dat te realiseren is er slechts één manier: het aankweken van intense liefde voor God. Alleen de dag waarop men ernaar streeft zulke liefde voor God te doen groeien is de dag van Krishna's geboorte. Krishna wordt niet op elke feestdag van hem (*Gokulashtami*) geboren. Krishna wordt in ons geboren wanneer we proberen goddelijke liefde tot ontwikkeling te brengen om onze bindingen te overwinnen. Leven overeenkomstig de leringen van Krishna is de ware manier om zijn geboortedag te vieren.

- *Sathya Sai Speaks* 16, toespraak 23, 31 augustus 1983

Op een dag had de schoonmoeder van Niraja koorts en daarom werd Niraja gevraagd de olielamp te gaan aansteken en terug te brengen. Haar werd ook gezegd dat ze het huis van Nanda niet mocht binnengaan en niet mocht proberen naar Krishna te kijken. Niraja voelde zich heel gelukkig dat ze deze kans kreeg om naar Nanda's huis te gaan en in elk geval een blik kon werpen op het heilige huis waarin Krishna woonde. Maar toen Niraja daar aankwam, was ze met heel haar aandacht en al haar gedachten in Krishna verzonken en wachtte ze op de kans dat Krishna daar op dat moment zou verschijnen.

Ze was zo vol van Krishna dat ze geen acht sloeg op het feit dat de pit van de lamp al aangestoken was en dat het vuur zich over haar hand verspreid had. Yashoda kwam naar buiten, zag dit en zei dat Niraja kennelijk nieuw was in het dorp en dat ze verbaasd was te zien dat haar hand brandde terwijl ze het niet leek te merken. Bij deze woorden van Yashoda kwam Niraja weer bij zinnen en smeekte ze Yashoda om dit voorval niet aan haar schoonouders te vertellen, daar ze haar zouden straffen als ze ervan hoorden. Ze legde uit dat ze volkomen opging in de aanblik van Krishna die ze zag in de vlam die ze aanstak.

Terwijl ze dit zei, kwamen de andere *gopika's* (gopi's) aangesneld en zagen wat er gebeurd was. De *gopika's* die Niraja omringden hielden zich niet stil en al snel was dit incident aan alle anderen in het dorp bekend. Toen de *gopika's* hierover zongen, was Niraja erg bang voor de gevolgen en maakte ze zich zorgen om wat haar schoonmoeder zou zeggen. Toch voelde ze zich gelukkig, want dit alles was nog niet half zo belangrijk als de aanblik (*darshan*) van Krishna die ze had gekregen. Ze was bereid de consequenties te aanvaarden. Met zulke liefde is de Heer het best te benaderen. Zo hielden de *gopika's* de vorm van Krishna aldoor in gedachten.

- *Summer Showers* 1976, hoofdstuk 14

## ❖ Heiligen

### Dhruva

Door herhaling van Gods naam (*japa*), meditatie (*dhyana*) en onbaatzuchtige dienstverlening (*seva*) moeten jullie liefde voor God aankweken. Neem bijvoorbeeld Dhruva. Hij bad en beoefende strenge disciplines om God te overreden hem de heerschappij over het koninkrijk te geven. Maar toen God voor hem verscheen als Vishnu, zei hij: 'Heer, ik hoef geen

koninkrijk. Ik wil U, alleen U!' Zo bidt men in de beginfasen om wereldse gunsten en materieel voordeel, maar als de gedachten helder en zuiver worden, verlangt men nog maar één gunst van de Heer - Hemzelf.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 37, 25 december 1981

### **Kulasekhara Alwar**

Als er sprake is van deze liefde, dan is de toegewijde met onuitsprekelijke extase vervuld. Vanuit zulke extase riep Kulasekhara Alwar, de koninklijke heilige, uit: 'O Heer! Mensen praten over *moksha* als middel om het leven te bevrijden en van geboorte en dood verlost te worden. Ik vraag niet om zo'n bevrijding. Ik zal tevreden zijn als ik U in talloze levens mag liefhebben en dienen. Sta mij toe U lief te hebben en te dienen - dat, en niet moksha is de enige zegening die ik van u vraag.'

- *Sathya Sai Speaks* 19, toespraak 1, 19 januari 1986

### **❖ Boeddha**

Eens ontmoette Boeddha een vrouw die zeer jaloers op hem was vanwege zijn grote populariteit. Toen Boeddha naar haar toe ging, gaf ze de wens te kennen hem met een mes dood te steken, maar Boeddha zei haar glimlachend: 'Ook jou heb ik lief, demonische vrouw'. Dit verraste de vrouw, die dacht dat niemand van haar zou houden, en bracht onmiddellijk verandering in haar hart teweeg. Ze werd een duif die zich aan zijn voeten overgaf. Woede verwekt woede en jaloezie verwekt jaloezie. De enige manier om dit te overwinnen is het gevoel van eenheid en liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 27, toespraak 1, 1 januari 1994

### **❖ Jezus Christus**

Ieder mens is in potentie een boodschapper van God. Maar in de huidige tijd zijn mensen boodschappers van de dood geworden. Ze zijn verraders van hun ware menselijke staat. Menselijkheid vereist dat iedereen het innerlijk goddelijke manifesteert. Iedereen behoort een echte boodschapper van God te zijn en ernaar te streven vrede en veiligheid in de wereld te bevorderen. Er mag geen ander pad gevolgd worden. Gods boodschap is heilig en totaal vrij van eigenbelang.

Toen Christus geboren was, kwamen drie koningen het kind bezoeken. Een van hen verklaarde dat het kind God lief zou hebben. De tweede zei dat het kind door God bemind zou worden. De derde verklaarde dat hij God was. Iemand die God liefheeft is een boodschapper van God. De door God beminde persoon is een 'zoon van God'. Als men dit allebei ervaart, wordt men één met God; dan zijn 'Vader en zoon één'.

Daarom moet je je in het begin erop toeleggen boodschapper van God te zijn. Dit betekent dat je overeenkomstig de boodschap van God moet leven. De boodschap is, dat je allen moet dienen. Mededogen, deugdzaamheid en rechtschapenheid zijn essentiële elementen in de boodschap. Bij het verspreiden van deze boodschap moet vertrouwen in God bevorderd worden. Liefde moet het sleutelwoord zijn. Afwezigheid van liefde leidt tot haat. Er is nu geen eenheid onder de mensen. Hoe kan er gelukzaligheid zijn zonder eenheid? Hoe kun je zonder gelukzaligheid God ervaren?

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 38, 25 december 1995

Jezus legde zich toe op drie taken: ten eerste, vervuld zijn van goddelijke liefde en deze liefde met anderen delen was het hoofddoel van zijn leven; ten tweede, hij mocht niet bezwijken voor lof of blaam bij het uitvoeren van zijn missie; ten derde, anderen proberen te overtuigen

dat de innerlijke goddelijkheid alomtegenwoordig is. Jezus beschouwde het verspreiden van het evangelie van liefde als zijn voornaamste taak. Bij het uitvoeren van zijn missie werd hij met veel beproevingen geconfronteerd, maar hij beschouwde ze allemaal als uitdagingen die overwonnen moesten worden. Hij was vastbesloten vreugde en verdriet, ziekte en mislukking gelijkmoedig tegemoet te treden. Hij kon het niet verdragen iemand te zien lijden. Hij was gekant tegen de handel in vogels die in de tempel in Jeruzalem plaatsvond. De betrokkenen keerden zich tegen hem. Maar Jezus ging door en sloeg geen acht op hun vijandigheid. Aan het eind offerde hij zijn leven in het belang van anderen en vanuit zijn liefde voor allen.

- *Sathya Sai Speaks* 28, toespraak 38, 25 december 1995

Ook al gaat ze met Jan en alleman om, goddelijkheid kan nooit aangetast of van haar koers afgebracht worden. Afgunstige lieden overstelpten Jezus met smaad. Zelfs onder zijn discipelen waren er die hem verraadden en in de steek lieten. Door ego bevangen mensen reageren afgunstig op grootsheid en goedheid. Daar de liefde van Jezus echter geen greintje zelfzucht in zich had, was Jezus onbevreesd. Liefdeloze mensen worden door angst bevangen. Liefde maakt moedig, durft risico's te nemen en ze vindt uitdagingen heerlijk.

Volg de Meester, dan kun je de duivel weerstaan, tot het einde vechten en het spel voltooien.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 37, 25 december 1981

## ❖ Sathya Sai Baba

### **Swami's brief aan zijn broer (25 mei 1947)**

De groten zullen niet van trots zwellen als mensen hen eerbiedigen en ineenkrimpen als mensen hen afwijzen. Er bestaat trouwens geen heilige tekst die regels, gewoonten en houdingen voorschrijft om het leven van de groten te reguleren. Zij kennen zelf de weg die ze moeten nemen. Hun wijsheid reguleert en heiligt hun handelingen. Onafhankelijkheid en heilzame activiteit - in deze twee onderscheiden zij zich. Ze kunnen zich ook bezighouden met het bevorderen van het welzijn van aan hen toegewijde mensen en hun de resultaten van hun handelingen schenken. Waarom zou je je door twijfel en zorgen laten kwellen zolang ik me aan deze twee houd? Tenslotte kunnen lof en blaam het zelf (*atma*) niet raken. Ze kunnen alleen het uiterlijke lichaam raken.

Je zult de levensgeschiedenissen van heiligen en goddelijke personages gelezen hebben. In die boeken moet je ook over de vreselijke leugens en gruwelijke aantijgingen jegens hen gelezen hebben. Dit is overal en te allen tijde het lot van grote zielen (*mahatma's*). Waarom trek je je deze dingen dan zo erg aan? Heb je niet gehoord van honden die naar de sterren janken? Hoe lang kunnen ze doorgaan? Waarachtigheid zal spoedig winnen.

Ik geef mijn missie en mijn vastberadenheid niet op. Ik zal haar uitvoeren. De eer of oneer die eruit voortvloeit zal ik gelijkmoedig tegemoet treden. Innerlijk ben ik totaal onbekommerd. Ik handel, maar enkel in de wereld. Als ik spreek en rondtrek, is het geheel en al voor het heil van de wereld en om de mensen bewust te maken van de goddelijkheid.

Verder heb ik geen enkele bekommernis voor wat ook.

Ik behoor tot geen enkele plaats. Ik ben aan geen enkele naam gehecht. Ik ken geen 'mijn' of 'dijn'. Ik reageer op elke naam die jullie gebruiken. Ik ga daarheen waar ik nodig ben of geroepen word.

Voor mij is de wereld iets dat ver weg en op zichzelf is. Ik handel en verplaats mij uitsluitend in het belang van de mensheid.

Niemand kan mijn glorie begrijpen, wie het ook is, met welke onderzoeksmethode ook en hoelang het ook geprobeerd wordt.

Je zult zelf zien hoe de volle glorie zich in de komende jaren zal ontvouwen. De mij toegewijde mensen moeten geduld en verdraagzaamheid hebben.

Ik bekommer mij er niet om, noch verlang ik dat deze feiten bekend gemaakt worden. Ik hoef deze woorden niet te schrijven. Ik schrijf ze omdat ik voel dat jij gekwetst zal zijn als ik niet antwoord.

- 25 mei 1947

Wat ik wil moet gebeuren; wat ik plan moet slagen. Ik ben waarheid en waarheid hoeft niet te aarzelen, te vrezen of te buigen. 'Bereidwillig' is overbodig voor mij. Want mijn genade is altijd beschikbaar voor wie mij met standvastig geloof en vertrouwen toegewijd is. Daar ik mij gewoon vrijelijk onder hen beweeg, pratend en zingend, zijn zelfs intellectuelen niet in staat mijn waarheid, mijn macht, mijn glorie of mijn ware taken als avatar te bevatten. Elk probleem, hoe ingewikkeld ook, kan ik oplossen. Ik ben buiten bereik van zelfs het meest intensieve onderzoek en de meest nauwgezette metingen. Alleen zij die mijn liefde herkend en ervaren hebben kunnen verklaren dat ze een glimp van mijn werkelijkheid hebben opgevangen, want het pad van liefde is de koninklijke weg die de mensheid naar mij leidt. Probeer mij niet te leren kennen met de uiterlijke ogen. Als je naar een tempel gaat en voor de afbeelding van God staat, dan bid je met gesloten ogen, nietwaar? Waarom? Omdat je vindt dat alleen het innerlijk oog van wijsheid Hem aan jou kan onthullen. Smeek mij dan ook niet om onbetekenende materiële dingen, maar smee om mij, dan word je beloond. Niet dat je dingen die ik je als teken van genade vanuit de volheid van liefde geef, niet mag ontvangen. Ik zal jullie vertellen waarom ik deze ringen, amuletten en rozenkransen geef. Dat is om de band tussen mij en hen aan wie ze gegeven worden te beklemtonen. Als er onheil met hen gebeurt, dan komt het artikel in een flits naar mij en in een flits weer terug, waarbij de helende genade van mijn bescherming wordt meegenomen. Die genade is beschikbaar voor allen die mij met welke naam en in welke vorm ook aanroepen, dus niet alleen voor hen die deze geschenken dragen. Liefde is de verbintenis die genade oplevert.

Denk eens aan de betekenis van de naam Sai Baba. *Sa* betekent 'goddelijk'. *Ai* of *Ayi* betekent 'moeder' en *baba* betekent 'vader'. De naam duidt op de goddelijke moeder en vader, net zoals *sambashiva*, dat ook goddelijke moeder en vader betekent. Jullie fysieke ouders geven blijk van liefde met een dosis zelfzucht, maar deze Sai 'moeder en vader' deelt alleen maar genegenheid of reprimandes uit om jullie in de moeizame strijd om zelfrealisatie naar de overwinning te leiden.

Want deze Sai is gekomen om de sublieme taak te volbrengen van het verenigen van heel de mensheid tot één familie door verwantschap verbonden, om de atmische werkelijkheid (het goddelijk zelf) van ieder wezen te bevestigen en aan het licht te brengen en daardoor de goddelijkheid te openbaren die de basis is waarop de gehele kosmos rust, en om allen te instrueren de gemeenschappelijke goddelijke erfenis, die mens aan mens bindt, te erkennen, zodat de mens zich van het dierlijke kan ontdoen en tot goddelijkheid kan verheffen, wat het doel is.

Ik ben de belichaming van goddelijke liefde. Liefde is mijn instrument. Er is geen schepsel zonder liefde. De laagsten hebben ten minste liefde voor zichzelf. En je Zelf is God. Er bestaan dus geen atheïsten, hoewel sommigen misschien een afkeer van Hem hebben, zoals malariapatiënten niet van zoetigheid houden en diabetici elke vorm van zoetigheid weigeren. Zij die zich erop beroemen atheïst te zijn, zullen op een dag, als hun ziekte over is, naar God verlangen en Hem eerbiedigen.

Ik moest jullie zoveel over mijn waarheid vertellen, want ik wil dat jullie hierover nadenken en er vreugde aan ontlenu, zodat jullie wellicht geïnspireerd worden om de disciplines die ik heb voorgeschreven in acht te nemen en vooruit te komen naar het doel van zelfrealisatie, de realisatie van de Sai die in jullie hart schijnt.

- *Sathya Sai Speaks* 12, toespraak 38, 19 juni 1974

Ik ben gekomen om de lamp van liefde in jullie hart aan te steken, om te zien of deze dag aan dag met steeds meer luister schijnt. Ik ben niet gekomen om namens een speciale godsdienst (*dharma*) zoals het hindoeïsme te spreken. Ik ben niet gekomen ten behoeve van een publiciteitsmissie voor welke sekte, geloof of zaak ook; noch ben ik gekomen om volgelingen voor welke doctrine dan ook te werven. Ik heb niet het plan om discipelen of toegewijde mensen onder mijn of andere vleugels aan te trekken. Ik ben gekomen om jullie te vertellen over dit universele eenheidsgeloof, dit atmische principe, deze weg van liefde, dit dharma van liefde, dit werk van liefde, deze plicht van liefde.

- *Sathya Sai Speaks* 8, toespraak 22, 4 juli 1968



## **Studievragen: voorbeelden van goddelijke liefde**

### **Vragen voor de studiering**

1. Waarom is de liefde van een moeder zuiver en onzelfzuchtig?
2. Wat is de wezenlijke boodschap van het verhaal van Vibhishana?
3. Beschrijf de wezenlijke boodschap van het verhaal van Rukmini
4. Hoe verhoudt zich de kracht van liefde tot de kracht van kennis, volgens het verhaal van Jnanadeva en Bhaktideva?

### **Vraag voor persoonlijk zelfonderzoek**

Kun jij je voorstellen op welke wijze jouw erkenning van de liefde die in werkelijk iedere persoon die je tegenkomt aanwezig is - ongeacht hun gedrag - kan bijdragen aan de komst van het Gouden Tijdperk? Zo ja, beschrijf ze.

## **DEEL II**

# TOESPRAAK 1

## Parama prema of goddelijke liefde

*De Heer is liefde  
Zijn vorm is liefde  
Alle wezens zijn liefde. Liefde bevrijdt en dient  
Alleen door liefde kan het goede opkomen.  
Liefde onthult het goddelijke in allen.*

Liefde verbindt de ene persoon met de andere. Liefde hecht het ene ding aan het andere. Zonder liefde is de hele wereld van generlei waarde. De hoogste liefde maakt ons bewust van het goddelijke in iedereen. God is in gelijke mate in alles en iedereen aanwezig. Leven is liefde; liefde is leven. Zonder God kan niets en niemand bestaan. Wij leven van en door de goddelijke wil. Zijn wil werkt als liefde in ieder van ons. Hij is het die tot het gebed oproept: 'Mogen alle werelden gelukkig zijn.' Want Hij maakt ons ervan bewust dat de God die wij aanbidden, de God die wij liefhebben, de God die ons doet leven, in ieder ander wezen als liefde aanwezig is. Dus liefde ontvouwt en omvat heel de schepping.

Als we wat dieper kijken, ontdekken we dat het leven zelf liefde is. Ze zijn niet twee maar één. Liefde is de wezenlijke aard van het leven, zoals branden de aard van vuur is, of natheid van water, of zoetheid van suiker. We verzorgen een plant alleen als de blaadjes groen zijn. Als ze verdorren en de plant een levenloos staakje is, dan houden we er niet meer van. Liefde duurt zo lang er leven is. Er is liefde voor de moeder zolang zij in leven is. Na haar verscheiden begraven we haar zonder enig schuldgevoel. Liefde is nauw verbonden met leven. In feite is liefde leven. Iemand die geen liefde te delen heeft is zo goed als dood. Dit is de reden waarom liefde zich in een steeds wijdere kring uitbreidt.

Liefde is de vrucht van het leven. Een vrucht heeft drie bestanddelen: de schil, de sappige kern en de pit. Om van de vrucht te genieten moeten we eerst de schil verwijderen. De schil staat voor egoïsme, het 'ik'-gevoel - het buitensluitende, beperkende, op de persoon toegespitste principe. De pit staat voor eigenbelang, het 'mijn'-gevoel - het bezitterige, hebzuchtige, begerende principe. Deze twee moeten verwijderd worden. Wat overblijft is het zoete sap (*rasa*), wat de *Upanishaden* omschrijven als hoogste, goddelijke liefde. Deze *Parama prema* is het licht, de onsterfelijke nectar, het hoogste Zelf (*Apo jyotiraso amritam Brahma*). Iedereen heeft het recht aan deze goddelijke liefde deel te hebben en haar met anderen te delen. Niemand wordt uitgesloten op basis van ras, kaste, geloof of afkomst. De enige voorwaarde is dat 'de schil en de pitten verwijderd moeten zijn'.

### **Heb God lief en wees van zorgen bevrijd**

Als het principe van volkomen liefde gekend en beoefend wordt, dan zal de mens vrij van zorgen en angst zijn. Stel je voor dat je een vriend in een stad bezoekt en van plan bent tien dagen bij die vriend te logeren. Je hebt wat geld bij je en je bent bang dat steeds bij je te dragen. Als je nu je beurs in veilige bewaring aan je vriend geeft, kun je frank en vrij overal in de stad waar je maar wilt ronddwalen. Je kunt over de drukste marktplaats lopen zonder een spoor van angst. De beurs die je had is liefde. Geef die aan God. Hij zal je van zorg, ongerustheid en angst bevrijden.

Door herhaling van Gods naam, meditatie en belangeloze dienstverlening moet je liefde voor God aankweken. Neem bijvoorbeeld Dhruva. Hij bad en beoefende strenge disciplines om God te overreden hem de heerschappij over het koninkrijk te geven. Maar toen God voor hem verscheen als Vishnu, zei hij: 'Heer, ik hoef geen koninkrijk. Ik wil U, alleen U!' Zo bidt men in de beginfasen om wereldse gunsten en materieel voordeel, maar als de gedachten helder en zuiver worden verlangd men nog maar één gunst van de Heer - Hemzelf.

Want God is de mens het meest nabij, is de mens het meest dierbaar. Je moeder en vader kunnen verder weg zijn, maar God is bij je, is in je. Zelfs als je niet van Hem houdt, zal Hij je toch niet loslaten of van je weggaan. God is 'kleiner dan het allerkleinste', zeggen de *Veda's*. Hij is ook 'groter dan het grootste' - strekt zich uit tot voorbij de kosmos en vult alles met genade. In elke cel is Hij in je. Door intense liefde kun je je hiervan bewust worden.

### **Goede werken prikkelen altijd de verdorven mensen**

Jezus was de belichaming van mededogen (*karuna*). Hij verspreidde een geest van mededogen en gaf vertroosting aan de behoeftige en noodlijdende mens. Toen hij merkte hoe vogels en andere dieren bij de tempel in Jeruzalem gepijnigd werden, berispte hij de handelaren en verdreef ze van het tempelplein. Hiermee haalde hij zich de woede van de priesters op de hals.

Goede werken prikkelen altijd de verdorven mens. Toch mag men niet weifelen of bevreesd zijn als men door tegenwerking belemmerd wordt. Uitdaging geeft vreugde. Ze wekt verborgen bronnen van kracht op en roept genade af om de poging aan te moedigen. Vreugde komt op in de interval tussen twee verdrietelijkheden. Men worstelt met moeilijkheden teneinde de verrukking van de overwinning te kunnen proeven. Jezus was het doelwit van vele machtige obstakels en hij trotseerde ze allemaal. Dientengevolge stralen zijn naam, leven en boodschap nu over de hele wereld schitterend licht uit.

Niet alleen Jezus, maar iedere profeet, boodschapper van God, leraar van waarheid en geestelijk leider heeft spot, veronachtzaming en achtervolging moeten verduren. Al wordt een diamant in een vuilnisvat bewaard, zijn schittering blijft gelijk. Dat verlaagt zijn waarde niet. Hoewel een zoete pompoen boven een omheining vol doornen groeit, blijft de smaak even zoet. Hij zal niet minder smakelijk worden. Ook al wordt een pauwenei in een kippenren uitgebreed, toch behoudt de vogel zijn charme en verandert zijn aard niet.

Ook al gaat goddelijkheid met jan en alleman om, ze kan nooit aangetast of van haar koers afgebracht worden. Afgunstige lieden overstelpten Jezus met smaad. Zelfs onder zijn discipelen waren er die hem verraadden en in de steek lieten. Door ego bevangen mensen reageren afgunstig op grootsheid en goedheid. Daar de liefde van Jezus echter geen greintje zelfzucht in zich had, was Jezus onbevreesd. Liefdeloze mensen worden door angst bevangen. Liefde maakt moedig en durft risico's te nemen. Ze vindt uitdagingen heerlijk. Volg de Meester, dan kun je de duivel weerstaan, tot het einde vechten en het spel voltooien.

### **Liefde moet alle gelovigen samenbinden**

Jezus was liefde. Sathya Sai is ook liefde. Dat verklaart het samenkomen van christenen van alle gezindten hetgeen we hier zien. In Rome komen vandaag katholieken bijeen om de geboorte van Jezus te vieren. De protestanten vieren deze afzonderlijk in hun eigen kerken. De joden zijn nergens welkom. Maar in de aanwezigheid van Sathya Sai zijn allen even welkom. De joden beschuldigden Jezus en eisten dat hij gestraft zou worden. In deze aanwezigheid [van Sathya Sai Baba] vereren joden diezelfde Jezus. De liefde van Sathya Sai

heeft die herinneringen getransformeerd en overstegen. Het deed hen beseffen dat er slechts één kaste is, de kaste van menselijkheid. Er is slechts één godsdienst, de godsdienst van liefde.

Zojuist sprak Al Drucker tot jullie over Jezus Christus. Hij vond de moed en de wijsheid om Christus eer te bewijzen dankzij de krachtige invloed van Swami's tegenwoordigheid. Hij begrijpt dat er slechts één God is en dat God alomtegenwoordig is. Natuurlijk zijn namen en vormen verschillend, maar toch zijn ze allemaal aspecten van de Ene God. Liefde moet alle gelovigen samenbinden. Niet alleen gelovigen, maar ook ongelovigen moeten als Zijn evenbeeld bemind en bejegend worden.

Breng liefde tot uitdrukking in belangeloze dienstverlening (*seva*). Seva moet de vorm aannemen van voedsel voor hen die hongerden, van bemoediging voor hen die wanhopen, van vertroosting voor de zieken en hen die lijden. Jezus putte zich uit in zulke seva. Een hart vol mededogen is een tempel van God. Jezus pleitte voor mededogen. Mededogen was zijn boodschap. Hij was erg begaan met de armen. Vandaag wordt Jezus geëerd, maar zijn leringen worden veronachtzaamd. Sai wordt geëerd, maar zijn leringen worden veronachtzaamd. Overal pracht en praal, leeg vertoon. Lezingen, lezingen, lezingen! Geen actie, geen liefde, geen seva. Helden (Engels: 'heroes') als het om lezingen gaat; nullen ('zeroes') als het gaat om het gesprokene in praktijk te brengen. Kweek mededogen aan. Leef in liefde. Wees goed, doe goed en zie het goede. Dit is de weg naar God.

- *Sathya Sai Speaks* 15, toespraak 37, 25 december 1981



## TOESPRAAK 2

### De kracht van goddelijke liefde

*Liefde is de vorm van God.  
Alleen liefde kan in liefde opgaan.  
Wie vervuld is van goddelijke liefde  
kan eenheid met God ervaren.  
Geluk komt voort uit zuivere liefde  
die tevens de bron is van waarheid, rechtschapenheid, vrede en verdraagzaamheid*

Studenten, belichamingen van goddelijke liefde. De aloude faam van de Indiase (*Bharatiya*) cultuur is vandaag de dag besmeurd door de toename van drie slechte neigingen - zelfgenoegzaamheid, kwaadspreken over anderen en hypocrisie of huichelarij. Wat is de reden hiervan? De reden is het najagen van wereldse genoegens door de mens die de glorie van zuivere liefde vergeet.

Er is niemand in India (*Bharat*) die niet het woord liefde (*prema*) kent. De gehele kosmos is ervan doordrenkt. *Prema* is onvergelijkelijk en onbeschrijfelijk. De wijze Narada verklaarde: 'Liefde gaat woorden te boven' (*Anirvachaniyam Prema*).

#### **Het verschil tussen *prema* en *anuraga***

Op het menselijk vlak neemt deze liefde vele vormen aan. Het woord liefde wordt over het algemeen gebruikt in samenhang met de relaties tussen moeder en kind, echtgenoot en echtgenote, werkgever en werknemer, leraar en leerling. Dit is echter geen ware liefde en kan geen *prema* genoemd worden. Het is slechts genegenheid (*anuraga*). *Prema* heeft alleen betrekking op de totale liefde voor God. Ze is volledig onzelfzuchtig. Ze is niet afkomstig van de wereld en is ook niet uit de lucht gevallen. Ze is de essentie van je natuur die zich spontaan uitdrukt zonder er van buiten toe gedreven te worden.

Tegenwoordig is de mens deze heilige en duurzame liefde vergeten. In deze wereld is niets gelijk aan liefde. Zelfs nectar is smakeloos vergeleken met de zoetheid van liefde. Deze liefde doet zelfs God dansen in extase, evenals de toegewijde. Ze drukt zich uit in dans. Zulke liefde is niet te vinden in het hart van zelfzuchtige mensen. Ze verblijft alleen in het hart van zuivere, onzelfzuchtige en godvruchtige mensen.

De geschriften hebben deze liefde met een kostbare diamant vergeleken. Waar is dit juweel te vinden? Als gewone diamanten al met grote zorg in een sterke kluis beveiligd worden, hoeveel veiliger moet dan niet de kostbare diamant van liefde bewaard worden? Wie heeft het recht om deze diamant aan anderen te schenken? Alleen iemand die vervuld is van liefde en in louter liefde leeft. Alleen God is gerechtigd zulke liefde te schenken. Alleen God, die de Belichaming van liefde is, kent de waarde van liefde.

Dus hoe groter je liefde voor God is, hoe groter de gelukzaligheid is die je ervaart. Je gelukzaligheid neemt af in dezelfde mate waarin je liefde afneemt. De omvang van je liefde bepaalt de grootte van je gelukzaligheid. De liefde die mensen nu voor God tonen is vol zelfzucht. Deze liefde heeft als doel bepaalde verlangens in vervulling te doen gaan. Liefde is echter geen handelsartikel dat in ruil voor iets te krijgen is. Ze wordt spontaan geschonken.

### **Zuivere liefde is de koninklijke weg naar God**

Er zijn vele wegen om God te realiseren, zoals het pad van vrede (*shanti marga*), het pad van vriendschap (*sakhya marga*), het pad van genegenheid (*anuraga marga*), het pad van moederliefde (*vatsalya marga*) en het pad van lieflijkheid (*madhura marga*). In al deze vijf paden zit iets van eigenbelang. Maar in het pad van zuivere liefde (*prema marga*) zit geen spoor van eigenbelang. Alle andere paden komen dan ook samen in het pad van liefde. Zuivere liefde is daarom de koninklijke weg.

We moeten beseffen dat deze liefde in allen aanwezig is. Ze is de vorm van God. Omdat God in allen aanwezig is, zul je, wie je ook liefhebt, altijd God liefhebben. Tegenwoordig vergeten mensen dit sublieme en allesomvattende begrip van liefde en zijn ze op zijpaden afgedwaald. Van tijd tot tijd komt God op aarde om de liefde tussen mens en God te bevorderen. Dat is Zijn voornaamste doel.

Niet in staat de ware betekenis van dit liefdesprincipe te begrijpen, ondermijnt de mens zijn of haar leven. Iedereen moet zich realiseren dat liefde in alle wezens evenveel aanwezig is. Maar deze liefde neemt vele verschillende vormen aan als ze in de verschillende relaties in het wereldlijke leven wordt getoond. De liefde tussen man en vrouw wordt aangeduid als gehechtheid (*moha*). De liefde tussen moeder en kind heet moederliefde (*vatsalya*); de liefde tussen vrienden en verwanten genegenheid (*anuraga*). De liefde voor God wordt devotie of toewijding (*bhakti*) genoemd.

Liefde is dus één, maar drukt zich op vele manieren uit. De ervaringen zijn uiteenlopend, maar het doel is één. Liefde heeft deze meervoudige vormen aangenomen om in deze zintuiglijk waarneembare wereld te kunnen leven. De vormen van liefde blijven veranderen naar gelang van de relaties. Maar zuivere liefde is onveranderlijk. Zulke zuivere liefde is tegenwoordig beperkt als gevolg van de zelfzucht van mensen.

### **Hoe de liefde van de mens van tijd tot tijd verandert**

Direct na de geboorte als baby klampt de pasgeborene zich aan moeders borst vast en beschouwt die als het paradijs. Als het kind groter wordt, krijgt het belangstelling voor onderwijs en vergeet het de moeder. Als jongere vat hij liefde op voor sport en wedstrijden, studie en recreatie. Na voltooiing van zijn opleiding start hij een gezinsleven en dompelt zich onder in zintuiglijke genoegens. Later raakt hij geïnteresseerd in het vergaren van rijkdom en verliest zijn belangstelling voor vrouw en kinderen. Nog later verliest hij ook zijn belangstelling voor rijkdom en richt hij zijn gedachten op God. Zo geeft een man in verschillende stadia van zijn leven blijk van zijn liefde voor verschillende dingen. [Baba zingt een lied dat beschrijft hoe de liefde van de mens van tijd tot tijd verandert en hoe hij uiteindelijk zijn leven verspilt zonder liefde voor God aan te kweken.]

Studenten, liefde is niet iets wat ergens halverwege je leven haar intrede doet. Ze is het principe van het Zelf (*atma*) dat altijd en overal in je is. Sta niet toe dat deze liefde van moment tot moment verandert. Jullie moeten al je gedachten omzetten in uitdrukkingen van liefde. Beschouw elke handeling die je doet als een offer aan God; dat is de beste vorm van geestelijke discipline. Welke goede daden of spirituele handelingen je ook verricht, als ze niet doordrenkt zijn van liefde zijn ze waardeloos.

### **Liefde is als een kompas**

Liefde is als een kompas, dat altijd naar het noorden wijst. Liefde moet jou in elke handeling die je verricht dichterbij God brengen. Een betere weg of beter doel dan dit bestaat niet.

Geleerdheid of rituele erediensten helpen je niet om spiritueel te groeien. Vul je hart met liefde voor God. Dan zal het land vrede hebben. Jouw visie van de wereld hangt af van de kleur bril die je draagt. Als je visie vervuld is van liefde, dan blijkt de hele schepping van God vervuld te zijn (*Brahmamayam*). Dit is nu wat de jeugd van vandaag het meest nodig heeft.

Deze liefde betreft niet het lichaam. Ze is gebaseerd op het hart. Ze is in allen evenveel aanwezig. Er kunnen verschillende fysieke relaties zijn, maar de verwantschap gebaseerd op het ware innerlijk zelf (*atma*) is één en dezelfde. 'De Ene die in alle wezens woont' (*Ekovasi sarvabhuta antaratma*). Vergelijk het met de ene elektrische stroom die door alle gloeilampen van verschillende sterkte gaat.

Er mag geen spoor van zelfzucht in liefde zijn. Helaas zijn tegenwoordig de harten van mensen ontdaan van liefde. Daarom hebben zij geen mededogen. Mensen gedragen zich nu op een wrede wijze dan wilde beesten in de jungle. Er is haat tussen mensen. Moederliefde is zeldzaam geworden en broederlijke gevoelens zijn afwezig. De liefde tussen de Pandavabroers en die tussen Rama en zijn broers zijn alles overtreffende voorbeelden van broederliefde.

### **Dharmaraja's volledig op Krishna gerichte toewijding**

De Pandava's kwamen al hun problemen te boven door hun grote vertrouwen in God. De oudste van de Pandava's, Dharmaraja, was met zijn gedachten altijd op Krishna geconcentreerd. Hij stond bekend om zijn oprechte volledig op Krishna gerichte toewijding. Hij dacht altijd aan Krishna, ook toen hij allerlei moeilijkheden onderging tijdens de ballingschap. Zelfs toen zijn kinderen, de Upapandava's, door Ashvatthaman gedood werden, gaf hij niet toe aan zijn verdriet dankzij zijn vertrouwen in Krishna. Toen hij een machtige koning was, voelde hij zich niet opgetogen en evenmin werd hij door zware beproevingen terneergeslagen. Voor de Pandava's kwam de Heer als eerste, erna de wereld en als laatste hun eigen belangen. Eerst God, dan de wereld, tenslotte 'ik'.

De Kaurava's hadden een andere volgorde van prioriteiten. Eerst 'ik', dan de wereld en als laatste God, met het resultaat dat ze alles verloren. Omdat de Pandava's God op de eerste plaats zetten, waren ze uiteindelijk succesvol in hun ondernemingen. Als je wilt slagen in het leven, breng dan liefde voor God als krachtigste wapen tot ontwikkeling. Liefde stelde de oude wijzen in staat in harmonie met de wilde dieren in het woud te leven. Zoveel kracht heeft liefde. Maar studenten van nu herkennen de kracht van deze zuivere liefde niet. In plaats daarvan worden ze in onzuivere verlangens gedompeld en ondermijnen ze hun kostbare leven.

De *gopika's* of herderinnetjes van Brindavan lieten de hoogste en zuiverste vorm van liefde voor God zien. [Swami zong een lied dat de *gopika's* voor Krishna zongen, waarin ze hem smeekten hun uitgedroogde hart met zijn hemelse liefde te vullen.] Liefde voor God is voortreffelijker dan nectar. Ze wordt hoogste toewijding (*parabhakti*) genoemd. Ze overstijgt de vier levensdoelen (*purushartha's*). Liefde voor het lichaam eindigt bij de dood van het lichaam. Liefde voor de geest heeft gebondenheid tot gevolg, vanwege de dwalingen van de geest (het denken). Liefde voor het intellect leidt tot eindeloze speculatie en onderzoek. Liefde voor het innerlijk instrument van de psyche (*antahkarana*) bevordert het gevoel van ego. Het moedigt dualisme aan (de mens zien als afgescheiden van God). Alleen wie zich bewust is van zijn of haar eenheid met het ware Zelf (*atma*) kan oneindige gelukzaligheid ervaren - de gelukzaligheid die eeuwig is.

### Onderzoek de aard van het 'Ik'

Iedereen moet onderzoek doen naar het ultieme doel van het leven. We merken bijvoorbeeld dat geklaarde boter (*ghee*) het ultieme product is dat verkregen wordt uit melk, nadat de melk achtereenvolgens omgezet is in wrongel en boter. Dit onderzoeksproces staat bekend als *mimamsa*. Je moet onderzoek doen naar de aard van het 'Ik', dat aanspraak maakt op eigenaarschap van het lichaam, de geest, de zintuigen enzovoort (en dat spreekt van 'mijn lichaam', 'mijn geest' enzovoort). Als je niet het lichaam of je verstand bent, wie ben je dan wel? Is er iemand die deze onderzoeksprocedure volgt?

De mens wordt *manava* genoemd. Deze Sanskrietterm heeft twee betekenissen. De ene is dat de mens een wezen vrij van onwetendheid is. De andere betekenis is dat de mens geen nieuw wezen is, maar een lang verleden heeft met vele voorgaande levens. Als deze betekenissen in termen van *vedanta* [hoogste leer van de *Veda*'s] begrepen worden, dan wordt de grootsheid van de geboorte als mens evident. Het vervult je met vreugde.

Studenten, de huidige wereld is vol strijd en geweld. Vrede en veiligheid zijn ver te zoeken. Angst waart overal rond. Jullie moeten vrij van angst worden. Hoe bereik je dat? Door je verlangens en gehechtheid te verminderen.

Studenten, breng deugdzaamheid en goed gedrag tot ontwikkeling. Leid een voorbeeldig leven en dien het land. Het enige doel van onderwijs is de ontwikkeling van nederigheid en discipline. Respecteer je ouders en heb God lief. Dit is waarachtig onderwijs.

Jullie werk als sevadal leden en als vrijwillige hulpverleners moet je visie verbeteren, je ogen helder maken, zodat ze in staat zijn God in iedereen te zien. Dan zal dat bewustzijn ieder woord, iedere gedachte en handeling van jullie in een zegening veranderen.

- *Sathya Sai Speaks* 25, toespraak 21, 30 mei 1992



## TOESPRAAK 3

### De ware naam van God is liefde

*Het is liefdekracht die ten grondslag ligt aan het draaien der aarde zonder spil.  
Het is liefdekracht die maakt dat de sterren aan het firmament staan zonder dat ze op de grond vallen. Het is liefdekracht die het water van de oceaan bijeenhoudt.  
Het is liefdekracht die maakt dat de wind zonder ophouden in alle richtingen waait.  
Die liefdekracht is oneindig, schitterend, zonder weerga, en doordringt de gehele kosmos.  
De gehele schepping is verzadigd van liefde.  
(Telegu gedicht)*

Belichamingen van liefde. God is liefde. Liefde is de vorm van God. De *Bhagavad Gita* verklaart: *'Alle wezens zijn de eeuwige vonken van mijn goddelijkheid'*. Net zoals God, de belichaming van liefde, zijn liefde over de hele wereld uitstort, zo moet de mens zijn liefde ook met allen delen. Het beginsel van ware liefde gaat elke definitie of beschrijving te boven. Daar de mens de heiligheid van liefde niet doorgrondt, richt hij die op het wereldse, het kortstondige. God gaat alles wat men Hem toeschrijft te boven. Hetzelfde kan van liefde ook worden gezegd. Maar de mens stelt voorwaarden en beperkt liefde door haar in verband te brengen met wereldse relaties en verspilt zo zijn leven. Men gebruikt het heilige woord liefde om de relatie te beschrijven tussen moeder en kind, tussen echtgenoten, broers en zussen, vrienden en familieleden. Wie was er vóór de geboorte de moeder en wie het kind? En voordat er een huwelijk plaats heeft, wie is de echtgenoot en wie de echtgenote? De liefde tussen moeder en kind, man en vrouw, broers, zussen, vrienden en verwanten bestaat op basis van het fysieke lichaam. Deze fysieke relatie kan geen liefde in de ware zin genoemd worden. In ware liefde is er geen sprake van geven en ontvangen. Tegenwoordig bidden mensen in de trant van: *'God, als U mijn wensen vervult, dan zal ik tien kokosnoten offeren'*. Zij zijn bereid zich kaal te laten scheren en bidden dan om grote gunsten. Kan dit toewijding worden genoemd? Nee, absoluut niet. Een waarlijk toegewijde is iemand die alleen maar geeft en niets terug verwacht. Overgave is het ware kenmerk van toewijding.

De wereld is een combinatie van rechtschapenheid en onrechtvaardigheid (*dharma* en *adharma*) Een mensenleven is een combinatie van lichamelijke en spirituele aspecten, die respectievelijk met het verstand en het hart te maken hebben. Maar de mens volgt zijn verstand, houdt het oog gericht op de stoffelijke wereld en vergeet daardoor het spirituele aspect. Zolang de mens alleen zijn verstand volgt, kan hijzelf noch de gemeenschap waarin hij leeft, noch het land als geheel, vrede en veiligheid verkrijgen. Vrede en veiligheid zullen in de wereld alleen de overhand krijgen als de mens zijn lichamelijke gehechtheid opgeeft en het principe van liefde volgt, dat uit het hart voortkomt.

In de schepping hebben we te maken met dualiteiten als rechtschapenheid en onrechtvaardigheid, waarheid en leugen, verdienste en zonde, warmte en koude. Mensen willen dat onrechtvaardigheid volledig uit de wereld wordt gebannen. Ze willen dat er slechts rechtschapenheid bestaat, maar dat is niet mogelijk. In deze wereld kan *dharma* niet bestaan zonder *adharma* en omgekeerd. De wereld zelf is een combinatie van *dharma* en *adharma*. Het ene kan niet zonder het andere bestaan. De mens moet zijn/haar onderscheidingsvermogen benutten en een rechtschapen leven leiden. Daarin ligt het geheim van geluk.

## **Volg je dharma**

De gedragscode (*dharma*) voor de mens is anders dan die voor dieren. Maar de mens onderkent het verschil niet. Tot het juiste gedrag van de mens behoren de beginselen van waarheid, geweldloosheid en mededogen. Men kan nooit vrede en veiligheid verkrijgen zolang men zijn dierlijke eigenschappen niet opgeeft. Voedsel, slaap, angst en voortplanting zijn eigenschappen die mens en dier gemeen hebben. Wat is het *dharma* van de mens dan? Het besef dat we een mens zijn, is maar een halve waarheid. Het andere deel van de waarheid betreft het besef dat we geen dier zijn. Bedenk steeds: *'Ik ben een mens, geen dier.'* En laat het daar niet bij. Houd je erna bezig met vragen als tot welk geslacht je behoort en in welke van de vier levensstadia je verkeert - het leerstadium (*brahmacharya*), het stadium waarin men een gezin vormt en onderhoudt (*grihastha*), het stadium van onthechting van aardse zaken en streven naar spirituele groei (*vanaprastha*) of het stadium van volledige onthechting (*sannyasa*). Volg de daarbij passende gedragscode. Als je in het leerstadium bent, mag je niet de gedragscode van een gezinshoofd volgen. Zedelijke normen raken in verval, leidend tot moeilijkheden, als een mens niet voldoet aan de gedragscode die bij zijn of haar levensfase past. De hedendaagse mens heeft geen begrip van het principe van *dharma* dat met elk der vier levensfasen overeenstemt. De gedragscode verschilt naargelang van de levensfase waarin men verkeert. Denk niet dat *dharma* voor alle mensen gelijk is, ongeacht hun levensfase. De oorzaak van immoreel gedrag (*adharma*) is dat de mens probeert een gedragscode te volgen die niet bij zijn of haar leeftijd of levensfase past. Eenieder dient zich strikt te houden aan de *dharma* die met zijn of haar leeftijd en levensfase overeenkomt.

## **Allen behoren tot het ras van de mensheid**

De mensen hebben tegenwoordig geen inzicht in de betekenis van de verschillende geloofsovertuigingen en wijzen van aanbidding die in India voorkomen. Zij denken dat het bestaan van de verschillende kasten, bevolkingsgroepen en godsdiensten verantwoordelijk is voor alle gewelddadigheden, onrust en conflicten in dit land. Het bestaan van verschillende religies heeft niets van doen met het geweld en de strijd in dit land, maar wel het ontbreken van innerlijke zuiverheid. De manier van denken is verantwoordelijk voor conflicten en schermutselingen, niet de verschillen in godsdiensten en bevolkingsgroepen. Het is een ernstige misvatting om onlusten en rellen in een land aan het bestaan van verschillende godsdiensten te wijten. Duizenden jaren lang hebben de mensen in India in eendracht en broederlijkheid geleefd, ongeacht de verschillende religies en bevolkingsgroepen.

*Er zijn veel religies maar het doel is één.*

*Er zijn veel sieraden, maar goud is één.*

*Er zijn veel sterren, maar lucht is één.*

*Er zijn veel koeien, maar melk is één.*

*Er zijn veel wezens, maar adem is één.*

*Er zijn veel landen, maar de aarde is één.*

*Er zijn veel bloemen, maar toewijding is één.*

De diverse religies zijn ontstaan om de mens naar God te leiden, niet om conflicten en wrijving te veroorzaken. Geen enkele religie is verkeerd. Het misverstand zit in de manier van denken (*mati*), niet in religie (*mata*). Als je goed nadenkt, hoe kun je dan de fout bij de religie zoeken? Alle mensen behoren tot één ras (*jati*), het ras van de mensheid (*manava jati*). Je moet de betekenis van *jati* goed begrijpen. Het is gebaseerd op de vorm.

### **Het ras van de mensheid is één, maar mensen zijn verschillend**

Bijvoorbeeld: alle bloemen behoren tot dezelfde *jati*, maar je kunt geen mango's krijgen als je neemzaad plant. [*Neem* is een medicinale plant.] Alle bomen behoren tot dezelfde *jati*, maar hun vruchten en de smaak van die vruchten zijn divers. Er zijn in totaal 450 soorten smaken in de vruchten van bomen te onderscheiden. Jullie moeten proberen het onderliggende principe van de eenheid van elke *jati* te begrijpen. Het ras van de mensheid is één, maar mensen zijn verschillend. Hun gevoelens, gedachten en gedrag zijn verschillend.

Het zou werkelijk dwaasheid zijn om te denken dat de *jati* als geheel kan worden weggevaagd. Er kunnen individuele mensen worden gedood, maar het is niet mogelijk het gehele menselijk ras te vernietigen. Het menselijk ras is waarlijk eeuwig en hoogst heilig. Het is een teken van onwetendheid om verschillen en conflicten te benadrukken zonder de eenheid van het menselijk ras te begrijpen. Jullie moeten het goddelijke in de mens als basis van de eenheid erkennen. De oude Indiase cultuur heeft het begrip eenheid in verscheidenheid altijd hoog gehouden. Dat kan alleen maar door liefde.

*Liefde is God. God is liefde. Het aankweken van liefde is de ware spirituele discipline. Als men het principe van liefde stevig omarmt, komt men in aanmerking om de staat van non-dualisme te bereiken.*

(Telegu vers)

### **Liefde is je ware vorm**

De staat van non-dualisme omvat alleen het principe van liefde. Maar de mens, meegesleept door lichamelijke gehechtheid en fysieke verwantschap, verdeelt zijn liefde in verschillende fragmenten. Dit kan geen liefde in de ware zin worden genoemd. Omdat Swami herhaaldelijk de noodzaak van het aankweken van liefde onderstreept, vragen sommigen zich misschien af wat de vorm van liefde is. Het antwoord is: Liefde is God; God is liefde. Liefde is het fundament, de basis van alles. Atma, God (*Brahman*), hart (*hridaya*), zijn allemaal synoniemen van liefde. Liefde is atma of het ware Zelf. Liefde is *Brahman*. Alles is met liefde overgoten. Hoe kunnen we dan de vorm van liefde beschrijven? In alles en iedereen is hetzelfde principe van liefde aanwezig. Zodra je dit principe van eenheid begrijpt, is er geen plaats meer voor haatgevoelens.

Tegenwoordig zijn er steeds meer conflicten omdat men die eenheid is vergeten. Wezens verschillen, maar hetzelfde atma woont in allen. God (*Brahman*) is non-dualistisch. *Brahman* betekent uitgestrektheid. Het verwijst naar eenheid, niet naar veelheid. Geef de gehechtheid aan wereldse zaken op en versterk je geloof in de geest van eenheid. Alleen lichamelijke gehechtheid is verantwoordelijk voor kwalijke eigenschappen als boosheid, jaloezie en hebzucht. Er zijn mensen die naar de tempel van Venkateshvara [naam voor Vishnu] gaan en bidden: 'Heer, als U mijn wensen vervult, zal ik U op die en die wijze eren. Anderen bidden: 'Heer, als mijn dochter trouwt, zal ik de huwelijksceremonie voor U voltrekken'. Kan er een huwelijksceremonie voor God zijn? Zal God je wensen vervullen opdat je de ceremonie voor Hem voltrekt? Met zulke gebeden trachten de mensen zelfs God te bedriegen. Bid tot God uit liefde, niet om gunsten van Hem terug te ontvangen. Een gebed dat uit zelfzucht voortkomt is helemaal geen gebed. Je moet het ware Zelf (atma) overal zien en daarbij bedenken dat je altijd in Gods nabijheid verkeert.

### **Vertrouwen is de basis van liefde**

Belichamingen van liefde. Ik spreek jullie vaak aan als 'belichamingen van liefde', omdat liefde je ware aard is, en die is zuiver, rein, eeuwig, aloud, zonder vorm en non-dualistisch. Je

houdt van je moeder, omdat je erop vertrouwt dat zij je moeder is. Vertrouwen is dus de basis van liefde.

*Waar vertrouwen is, daar is liefde*

*Waar liefde is, daar is vrede*

*Waar vrede is, daar is waarheid*

*Waar waarheid is, daar is gelukzaligheid*

*Waar gelukzaligheid is, daar is God*

Vrede, waarheid en gelukzaligheid zijn niet ergens anders; ze zijn in je. Jij bent de belichaming van vrede, waarheid en gelukzaligheid. Het is dwaasheid om naar vrede en gelukzaligheid in de buitenwereld te zoeken. Niets bestaat afzonderlijk van jou. Alles is de weerspiegeling van het innerlijk wezen. Probeer in iedereen je spiegelbeeld te zien, net zoals je je eigen beeld in een spiegel ziet. Om deze waarheid te benadrukken verklaarde Krishna in de *Bhagavad Gita*: 'Allen maken deel uit van mijn wezen.' Jij en ik zijn niet afgescheiden. De grondslag van liefde is in ons beiden één en dezelfde. Al je spirituele oefeningen zullen nutteloos zijn als je je niet aan het beginsel van liefde houdt.

De wereld is als een spiegel. Alles wat je erin vindt is slechts een weerspiegeling, geen realiteit. Je rechteroog verschijnt in de spiegel als je linkeroog, dus hoe kun je dat dan als werkelijk beschouwen? Als de spiegel wordt weggehaald, verdwijnt ook het spiegelbeeld, maar de werkelijkheid blijft. Beschouw jezelf als de belichaming van goddelijkheid. Ondervind je ware aard van liefde. Dat noemt men *sakshatkara* (directe ervaring van het hoogste Zelf). Er zijn mensen die zeggen dat zij het Zelf zien als ze mediteren, maar het inzicht in je werkelijkheid is ware *sakshatkara*.

Alle wereldlijke betrekkingen zijn tijdelijk, als passerende wolken. Naarmate de tijd verstrijkt zijn ze aan verandering onderhevig, maar de werkelijkheid verandert totaal niet. Dat is het beginsel van liefde. Wereldse liefde kan mettertijd in haat veranderen. Wat men vandaag fijn vindt, kan morgen uit de gunst zijn. Maar ware liefde kent geen gevoelens van voorkeur en afkeer. Er is geen andere God dan liefde. Je kunt Hem aanbidden als Jezus, Zoroaster, Allah, Rama, Krishna, Boeddha of goeroe Nanak. Je kunt hem de naam geven die je wilt, het zijn allemaal gegeven namen. Alleen liefde is de oorspronkelijke naam. De gegeven namen zullen veranderen, maar liefde verandert nooit. Naar die liefde moet je streven. Dat is ware toewijding (*bhakti*). *Bhakti* schenkt je onderscheidingsvermogen (*yukti*), onthechting (*virakti*) en bevrijding (*mukti*).

### **Beschouw de gehele wereld als één familie**

Krishna was de belichaming van liefde. Zijn naam bestaat uit vijf letters - KRSNA - die voor de vijf elementen (*bhuta's*), de vijf levenskrachten (*prana's*) en de vijf omhulsels (*kosha's*) staan. Krishna wordt omschreven als: 'Hij die bekoort is Krishna' (*Karshati iti Krishna*). 'Krishna is de ploeger' (*Krishiti iti Krishna*) wil zeggen dat Krishna de akker van je hart ploegt en het zaad van liefde erin zaait. Hij heet Krishna omdat hij gelukzaligheid schenkt (*Krushyati iti Krishna*). Dus de goddelijkheid van Krishna kan overal en bij elke activiteit bespeurd worden.

In deze wereld is alles van goddelijkheid doordrenkt. Buiten goddelijkheid bestaat er niets. Zelfs deze zakdoek is goddelijk; deze bloem is goddelijk; alles is goddelijk. Als er geen goddelijkheid in dit doekje was, zou men er ook niet naar verlangen. Liefde doordringt alles. Probeer dit echt goed te begrijpen. Het menselijk hart is vol liefde. Veel leerlingen schrijven me: 'Swami, ik houd van u'. Zij gebruiken ook het hartsymbool, *hridaya*, om het begrip

liefde uit te beelden. *Hridaya* betekent: dat wat vervuld is van liefde en mededogen. *Hridaya* is de vorm van God. God verblijft in alle wezens (*Ishvarah sarva bhutanam*). God doordringt het gehele universum (*Ishavasyam idam jagat*). Dit alles is waarlijk God (*Sarvam khalvidam Brahma*). Deel je liefde niet alleen met je medemensen, maar ook met vogels en andere dieren. Voel de eenheid. Beschouw het hele universum als één grote familie.

Belichamingen van liefde. Er is tegenwoordig overal in de wereld onrust en beroering. De oorzaak daarvan is dat het de mens aan grootmoedigheid ontbreekt. Liefde breidt zich niet uit in mensen, ze krimpt alleen maar. Bekrompenheid wordt door de mens zelf gecreëerd. Jullie proberen het beginsel van het oneindige innerlijk zelf (*atma*) te beperken.

### **De goeroe of leraar verdrijft de duisternis van onwetendheid**

Belichamingen van liefde. Vandaag vieren we het feest van Guru Poornima. Wie is deze goeroe (*guru*)? 'Gu' staat voor *gunatita* - zonder *guna*'s of eigenschappen. 'Ru' komt van *rupavarjita* - zonder vorm. Er bestaat ook nog een andere interpretatie van het woord guru. 'Gu' betekent duisternis en 'ru' duidt op datgene wat duisternis verdrijft. Dus God, die zonder eigenschappen en zonder vorm is, is de ware goeroe. In het woord '*Bhagavan*' staat '*bha*' voor straling. Een gewone gloeilamp verlicht slechts een beperkte ruimte, maar God, die alles doordringt, verlicht de gehele schepping. Goddelijkheid schijnt in iedereen. Heb daarom aan niemand een hekel. In deze wereld worden mensen vaak gedreven door haat en bekrompen gevoelens en ze gaan daarin zelfs zo ver dat ze elkaar vermoorden. Wat is dat een afschuwelijke misdaad! Wie iemand kwaad doet, doet God kwaad. Onze haat zal zeker op ons eigen hoofd neerkomen. Er zijn mensen die er een demonisch genoegen in scheppen om anderen kwaad te doen, zonder te beseffen dat zij daar zelf ooit de gevolgen van zullen ondervinden. Maak anderen gelukkig, dan zul je beslist zelf ook gelukkig worden. Moord en geweld zijn aan de orde van de dag. Grootheid zit niet in het doden van anderen; zelfs een insect is daartoe in staat. Grootheid zit in het redden van levens.

Belichamingen van liefde. Jullie moeten de gevolgen van je handelingen onder ogen zien. Doe daarom goed, dan zul je zeker goede resultaten boeken. Raak niet ontmoedigd als er geen onmiddellijke beloning op volgt. Wacht, heb geduld, de beloning komt zeker. Je lijden is niets anders dan het gevolg van slechte daden in het verleden. Alleen gebed kan je lijden in zekere mate verlichten. Gebed is een manier om je dankbaarheid aan God tot uitdrukking te brengen.

### **De kwaliteit van verdraagzaamheid (*kshama*)**

Zoals Venkataraman al in zijn toespraak naar voren bracht, is de kwaliteit van verdraagzaamheid (*kshama*) voor iedereen van het grootste belang.

*Verdraagzaamheid is waarheid*

*Verdraagzaamheid is rechtschapenheid*

*Verdraagzaamheid is geweldloosheid*

*Verdraagzaamheid is de lering van de Veda's*

*Verdraagzaamheid schenkt geluk en hemelse zegeningen*

(Telegu vers)

Vergeef hen die jou kwaad hebben gedaan en je hebben bekritiseerd. Heb vertrouwen dat alles wat er gebeurt voor je eigen bestwil is. Als iemand je onheus bejegt, betaal dan niet met gelijke munt terug. Ga bij jezelf na of die persoon kritiek heeft op je lichaam of op het inwonende atma. Als men kritiek heeft op je lichaam heeft men je indirect een dienst bewezen, want het lichaam is niets anders dan een klomp vlees, bloed, botten en

uitwerpselen. Als men echter het atma heeft bekritiseerd, komt dit neer op zelfkritiek, want hetzelfde atma woont in jullie allebei. Dit soort vergevingsgezindheid en ruimdenkendheid moeten jullie aankweken.

Belichamingen van liefde. De goeroe is degene die de duisternis van onwetendheid, voortkomend uit lichamelijke gehechtheid, verdrijft. Het lichaam is slechts een instrument. God heeft je een lichaam gegeven om te kunnen handelen. Het is een geschenk van God. Het lichaam is de tempel en de bewoner ervan is God. Beschouw alle lichamen als tempels van God en betuig je eerbied ervoor. Eerbiedig zelfs je vijanden. Wie je ook eer betoont, het bereikt God. En als je iemand bekritiseert, bereikt het God ook.

### **Begrijp het beginsel van eenheid**

Dikwijls spreek ik jullie aan als goud (*bangaru*), omdat jullie de belichaming zijn van de 'gouden kiem' (*hiranyagarbha*). Het principe van *hiranyagarbha* is in je hart aanwezig. Je kunt de vorm van een sieraad veranderen, maar goud blijft onveranderd. De waarde van goud vermindert als het met andere metalen zoals koper en messing is gelegeerd. Zo is ook de mens bij de geboorte uiterst zuiver en waardevol. Maar door lage verlangens en slecht gezelschap verliest de mens zijn of haar waarde. Keer slecht gezelschap de rug toe, sluit je aan bij goed gezelschap, verricht dag in, dag uit prijzenswaardige daden en maak onderscheid tussen wat blijvend en wat kortstondig is. Dit is je dharma.

### **Beschouw alles wat je ziet als de vorm van God**

Belichamingen van liefde. Men zegt wel: 'De geboorte als mens is van alle geboorten de waardevolste'. Heilig daarom je leven door een juist gebruik van je zintuigen te maken. Praat niet zo maar wat. Spreek zacht en vriendelijk. Houd controle over waar je naar kijkt. Jullie weten allemaal wat er gebeurde met Kichaka toen hij met boze bedoelingen naar Draupadi keek. Bhima sloeg zijn hoofd in stukken. Daarom spoorde Boeddha de mens aan tot heilige visie (*samyak drishti*). Boeddha bereikte pas verlichting nadat hij deze heilige visie had aangekweekt. Beschouw alles wat je ziet als de vorm van God. Denk wat goed is. Zie wat goed is. Hoor wat goed is. Spreek wat goed is en doe wat goed is. Pas dan kun je goddelijkheid bereiken.

Belichamingen van liefde. Dit lichaam nadert nu zijn 75e jaar. Al deze jaren ben ik vol gelukzaligheid geweest omdat ik me bewust ben van het principe van eenheid. Ook jullie kunnen gelukzaligheid ervaren als jullie deze waarheid echt begrijpen. Ik heb aan niemand een hekel, noch heb ik vijanden. Ik heb absoluut geen angst, want alles is mijn eigen vorm. Hetzelfde *atma* bestaat in allen. Als een onschuldig kind naar je glimlacht, dan lach je vanzelf terug. Zo is het ook als ik gelukzalig glimlach; dan doen jullie allemaal hetzelfde. Heilig je hart. Koester heilige gevoelens, dan zal het gevolg ook heilig zijn. Heb vertrouwen dat God overall is. Je zult wellicht zorgen en moeilijkheden te overwinnen hebben, maar verlies nooit het vertrouwen in God. Beschouw vertrouwen als je levensadem. Ieder van jullie is een belichaming van liefde, maar door verkeerd voedsel en verkeerde gewoonten ontstaan er slechte eigenschappen als jaloezie en boosheid in jullie. Zoals het voedsel is, zo is het denken; zoals het denken is, zo is God. Eet dus alleen zuiver (*sattvisch*) voedsel. Dan krijg je alleen nog maar heilige gevoelens en zal je spreken eveneens geheiligd zijn.

### **Word geen buffel**

Om je op het juiste spoor te zetten, doe ik soms alsof ik boos ben, maar in werkelijkheid ben ik dat nooit. Het enige harde woord dat ik gebruik is 'buffel' (*dunnapotha*). Je bent echt een buffel als je geen goede werken doet. Als je goed doet, word je een prima mens. Bij hevige

regenval zoeken een koe en een kalf een schuilplaats, maar de mannetjesbuffel blijft gewoon staan waar hij staat, omdat hij zo lui en traag is. Wees niet zo passief als de buffel. Probeer jezelf te transformeren. Een mensenleven is heilig. Misbruik het niet. Ik heb iedereen lief. Liefde is mijn ware vorm. Jullie zijn allen vonken van mijn goddelijkheid. Deel daarom je liefde met je medemensen, net zoals ik mijn liefde met jullie allen deel. Dan word je ook goddelijk. Als iedereen het heilige pad volgt, zal de wereld zonder enige twijfel vrede en voorspoed kennen.

Belichamingen van liefde. Geef onwetendheid op. Ontsteek de vlam van wijsheid in je en je zult uiteindelijk in het goddelijke opgaan. Dit is Swami's boodschap voor jullie vandaag. Breng liefde tot bloei. Alleen door liefde kun je het denken tenietdoen en alleen door liefde kun je van elke ziekte genezen. Alleen liefde kan de slechte eigenschappen in je uitroeien. Heb daarom allen lief. Heb het hart (*hridaya*) lief, niet het stoffelijk lichaam. Heb de goddelijkheid lief die in je hart woont. Lichaam, denkvermogen, intellect en zintuigen zijn niet meer dan instrumenten. Jij bent de meester. Word daarom je denken (Engels: 'mind') meester en word een 'mastermind'. Word nooit de slaaf van je denken. Wijd elke dag bespiegelende gedachten aan God. Je kunt elke naam van God bezingen, elke vorm overpeinzen, maar besef de waarheid dat God één, niet meer dan één is.

*Sathya Sai Speaks* 33, toespraak 10, 16 juli 2000



## TOESPRAAK 4

### Liefde is God; leef in liefde

Belichamingen van liefde. Mensen denken dat er veel problemen, moeilijkheden en ellende in deze wereld zijn, wat hun veel angst en zorgen geeft. Maar in feite is dit niet het geval. Overal is niets dan gelukzaligheid.

*Het ware innerlijk zelf (atma) is de belichaming van goddelijke gelukzaligheid, absolute wijsheid, boven elke dualiteit verheven, uitgestrekt en overal aanwezig als de lucht, het doel aangeduid door de zinspreuk 'Dat/God ben jij' (Tat tvam asi), één zonder een tweede, eeuwig, zuiver, onveranderlijk, getuige van alle functies van het intellect, boven alle mentale condities en de drie guna's of hoedanigheden van harmonie, hartstocht en passiviteit (sattva, rajas en tamas) verheven.*

#### God en jij zijn één

De wereld is Gods schepping. Van de mens tot alle levende wezens als zoogdieren, vogels en de kleinste insecten is alles Gods schepping. Daar zij allen door God geschapen zijn, hebben ze allen hun oorsprong in gelukzaligheid. Alle moeilijkheden en problemen bestaan slechts in de verbeelding van de mens. Genoegen is een interval tussen twee verdrietelijkheden. Er kan geen geluk bestaan zonder dat er moeilijkheden zijn. Deze moeilijkheden zijn bedoeld om je geluk te geven en niet om je met meer ellende op te schepen. Dus wat ons ook overkomt, we moeten het als Gods geschenk beschouwen en gelukkig zijn. Denk niet dat het ons gegeven is om ons te doen lijden. Stel dat je erge buikpijn hebt. Wat doet de dokter dan? Als hij wil opereren, is dat niet om je pijn te bezorgen. De pijn die de dokter veroorzaakt is om jouw lijden weg te nemen. Je moet dus moeilijkheden verdragen en je verdriet te boven komen.

Er zijn miljoenen levende wezens in deze wereld. Ze zijn allemaal uit God voortgekomen. Daarom is dezelfde goddelijkheid in al die schepselen aanwezig. Mensen geven God vele namen, zoals Rama, Allah en Jezus, maar God is slechts één. *Atma* is een andere naam voor God. Het is in iedereen gelijk. De echte naam van *atma* is liefde. Liefde is één, maar ze is overal aanwezig en kan alle lijden verlichten. Iemand die vol liefde is, is vrij van elk lijden. Jullie zijn allemaal van ver gekomen, zoals Amerika. Waarvoor? Jullie zijn gekomen uit liefde voor mij. Je kunt alles bereiken als je liefde hebt. God heeft geen specifieke naam. Hij is in de mens aanwezig in de vorm van het *atma*. Wat betekent *atma*? Het betekent alleen maar liefde. Liefde verenigt alles. Als je je dit principe van eenheid eigen maakt, dan wordt alles één. Als je deze eenheid bereikt, heb je zuiverheid. Als je zuiver bent, dan zal het wezen van het zelf (*atma-tattva*) zich in jou manifesteren. Daarom moet je eenheid hebben om goddelijkheid te bereiken. Ik en jij zijn één. God en jij zijn één. God is niet ergens los van jou. Koester het gevoel dat jijzelf God bent. Als je 'ik' zegt, staat dat voor eenheid. De gelukzaligheid die ontleend wordt aan eenheid is door jullie niet te schatten. Allen zijn één. Het is de grillige geest die onstabiel is en willekeurig rondzwerft.

Slechts één ding is standvastig. Dat is liefde, liefde, liefde. Liefde is God. Leef in liefde. Dit is wat we dezer dagen moeten leren. Dezelfde liefde is in iedereen aanwezig. De moeder houdt van haar kinderen als gevolg van dit gevoel van liefde. Allen zijn de kinderen van God. Daarom heeft God allen lief. Hij kent geen haat. Hij is niet de veroorzaker van je pijn en verdriet. God is niet verschillend van jou. Waar je ook bent, daar is God aanwezig. God laat je niet in de steek. Er is geen plek waar God niet is. Waar je ook kijkt, daar is God aanwezig.

[Baba wees naar verschillende dingen.] Dit is God. Dat is God. Jullie zijn allemaal belichamingen van God. Je hebt één paar ogen, maar daarmee kun je heel veel mensen zien. Net zo is God één, terwijl Hij alles en iedereen ziet. Waar is God? Hij is in je, naast je, boven je en onder je. Je hoeft niet naar Hem te zoeken. We zien verschillen omdat onze visie zich tot het lichamelijke niveau beperkt. We mogen niet op het fysieke lichaam vertrouwen. Het lichaam is als een zeepbel. De geest/het denken is als een dolle aap. Het ene moment is de geest hier en het volgende moment vliegt hij alweer naar een andere plek. Denken, intellect, bewustzijn, ego (*manas, buddhi, chitta, ahamkara*) - dit alles is tijdelijk als voorbijtrekkende wolken. Slechts één iets is blijvend. Dat ben jij. Waar is God? Wees er steeds meer van doordrongen dat jij God bent. Dit is het juiste antwoord op de vraag: waar is God? Welke geestelijke oefeningen je ook doet - zoals het zingen van devotionele liederen, herhaling van Gods naam en strenge discipline - liefde moet van al deze oefeningen de onderstroom zijn. In feite hoef je geen geestelijke oefeningen te doen als je vol liefde bent. En als je geen liefde hebt heeft het geen zin om welke geestelijke oefening ook te doen. Vul je geest met liefde. 'Herhaal de naam van Rama met je hart vol liefde' (*Prema mudita manase kaho Rama Rama Ram*). Hecht dus het grootste belang aan liefde. Liefde is belangrijk. Liefde is God. Leef in liefde. Dit is de spirituele discipline die we moeten doen. Wereldse betrekkingen zijn tijdelijk. Ze zijn vergankelijk als voorbijtrekkende wolken die komen en gaan.. Ze zijn je mentale reactie, weerspiegeling en weerklank.

[Baba houdt zijn zakdoek omhoog.] Wat is dit? Dit is een doekje. Het is niet alleen een doekje; het is een combinatie van garen. Dat garen is weer katoen, door God geschapen. Alles is als garen van God afkomstig. Jullie weven dat garen overeenkomstig jullie wensen. Het is echter niet belangrijk wat jullie wensen. Belangrijk is wat God wenst. Lichaam en geest kunnen veranderen. Maar liefde is onveranderlijk. Ze is permanent. Alles kent een begin en een einde, maar dat geldt niet voor liefde. De liefde zonder begin en einde is één. Ze komt voort uit waarheid. Waarheid is één. Waarheid is God. Deze God in de vorm van liefde is overal aanwezig, waar je ook kijkt.

### **Koester liefde in je hart**

God is in de mens aanwezig in de adem. Als je ademt, waar komt die adem dan vandaan? Die komt vanuit je binnenste. De adem zelf is God. Wat is de vorm ervan? Adem is in de mens aanwezig in de vorm van *soham*, waarmee je goddelijke identiteit onthuld wordt. *So* betekent 'dat' en *ham* betekent 'ik'. *Soham* betekent dus: 'Dat ben ik'. 'Dat' verwijst naar God, die in de mens aanwezig is in de vorm van liefde. Daarom moet de mens liefde als een schat veilig in het hart koesteren. Andere gedachten komen en gaan als overtrekkende wolken. Alleen liefde is blijvend en eeuwig. Verricht elke taak met liefde. Ook als je je vijand tegenkomt moet je die persoon liefde geven en groeten met 'Hallo, hallo'. Dan zal die andere persoon reageren door 'Hallo, hallo tegen jou te zeggen. Dit is de reactie, weerspiegeling en weerklank van jouw gevoelens. Al het goede en slechte wat je ervaart is het gevolg van je eigen handelingen. Alles komt vanuit je binnenste. Blijf daarom altijd ondergedompeld in liefde. Als je liefde hebt, kun je alles bereiken en elke taak verrichten. Liefde is verantwoordelijk voor heel de schepping en het reilen en zeilen in deze wereld. Er is geen grotere God dan liefde. Liefde is God. Wat je ook doet - zonder liefde is het vruchteloos. Koester dus liefde in je hart. Alles wordt door deze liefde aangetrokken. Ze geeft je alles. Liefde is het die scheidt, onderhoudt en vernietigt. Als je met je fysieke ogen naar de wereld kijkt, dan zie je de verscheidenheid van de schepping. Maar in feite is alles liefde. Die verandert niet. Vul jezelf met zulke liefde. Als je dit principe van liefde volgt, dan zullen al je geestelijke oefeningen vruchten afwerpen.

Mensen roepen God met vele namen aan, zoals Rama, Krishna, Jezus en Allah. Maar alle namen verwijzen naar dezelfde God. Als je Hem Allah noemt, dan reageert Hij. Ook als je Hem Jezus, Zoroaster of Rama noemt reageert Hij. Al deze namen zijn door de mens gegeven. God is niet met deze namen geboren. De oorspronkelijke naam van God is alleen liefde. Je kunt het in elk woordenboek naslaan; liefde is slechts één en niet twee. De mens kan veel fysieke relaties hebben. Je kunt iemand beschouwen als je echtgenoot of echtgenote, iemand als je zoon en iemand als je dochter. Dat zijn allemaal fysieke en wereldse relaties. Wie is deze relaties aangegaan? Alleen jij. Omdat deze relaties door jou zijn begonnen, zijn ze aan verandering onderhevig. Maar liefde blijft gelijk. Met zulke liefde kun je elke naam bezingen, zoals Rama, Krishna, Govinda, Narayana, Jezus of Allah. Al deze namen verwijzen naar dezelfde God. Je kunt rijst pletten en diverse gerechten bereiden. Ook kun je rijst met suiker mengen en zoete pudding maken. Maar in al deze gerechten zit dezelfde soort rijst. Op dezelfde wijze is in de hele schepping slechts één God aanwezig en dat is liefde. Verricht al je taken met liefde.

We noemen anderen 'broers en zussen'. Op fysiek niveau zijn ze verschillend. Deze relaties zijn door jullie zelf begonnen. Kijk echter nooit naar de verschillen. Broers, zussen en alle andere relaties zijn één. Of je nu een oude man of een kind ziet, beiden zijn in wezen goddelijk. God gaat alle leeftijden en alle vormen te boven. Alleen liefde is Zijn ware vorm. Dezelfde liefde is aanwezig in alle vormen die je ziet. Daarom moet ieder van jullie liefde tot ontwikkeling brengen. Noem God Rama, Krishna of Sai; dat is slechts een verschil in namen. God is één. Heb iedereen lief met heel je hart. Alleen dan kun je het hoogste geluk ervaren. Zolang je liefde hebt, zal het je niet aan dat geluk ontbreken.

Tegenwoordig letten mensen op individuele verschillen. Er zijn drie aspecten aan een individu: 1) degene die jij denkt te zijn; 2) degene die jij volgens anderen bent; 3) degene die je werkelijk bent. Op fysiek niveau kun je vereenzelvigd worden met je naam, vorm en woonplaats. Maar in werkelijkheid ben je één. Dit moet je goed beseffen. Erken de eenheid van heel de schepping. Je wereldse betrekkingen zullen ook enige waarde krijgen als je deze eenheid erkent. Hoe meer nullen je achter het cijfer 1 plaatst, hoe groter de waarde wordt. Streep de 1 weg, dan blijft er geen waarde over. Op dezelfde wijze kun je elke naam bezingen met besef van de eenheid van God. 'Waarheid is één, maar de wijzen hebben er vele namen aan gegeven' (*Ekam sat viprah bahudha vadanti*). De *Veda's* bevestigen dezelfde waarheid. Met liefde in je hart kun je naar elk land gaan, elke naam zingen, elke geestelijke discipline beoefenen. Haat niemand. Help immer; kwets nimmer. Dit is wat toegewijde mensen behoren te doen. Als je jezelf een toegewijde noemt, mag je geen enkel verschil maken als: 'Jij bent niet van mij. Hij is van mij'. Dit is niet goed. Het komt neer op het haten van God. Denk: 'God is in mij, met mij, om mij heen, boven mij en onder mij.' Waar je ook kijkt, dezelfde God is daar aanwezig. Laat dit gevoel van eenheid groeien; dan zul je de hoogste gelukzaligheid bereiken.

Jullie zijn uit diverse landen afkomstig en hebben verschillende namen en vormen. Maar hier gekomen zijn jullie allen één. Mogen jullie vanaf vandaag voor altijd gelukkig zijn. Mensen zeggen: 'Vandaag ben ik jarig'. Wat is de betekenis van verjaardag? Het is de geboortedag van het lichaam. Vandaag is de geboortedag; morgen kan het lichaam sterven. Maar jijzelf bent eeuwig. Jij kent geen geboorte of dood. Wees altijd gelukkig. Dat is wat ik verlang. Laat je niet beïnvloeden door de verschillen van 'mijn' en 'dijn'. Jullie allen hebben eensgezind de glorie van God bezongen. Deze eenheid is goddelijkheid. Waar gebrek aan eenheid is, daar zijn verschillen. Breng dus eenheid tot ontwikkeling. Waar eenheid is, daar is zuiverheid. Zuiverheid trekt goddelijkheid aan. De witte kleding die jullie dragen staat symbool voor

zuiverheid. Kleding van verschillende kleuren laat verschillen zien. Let niet op verschillen. Houd je niet alleen in je kleding aan eenheid en zuiverheid, maar ook in je geest, je gevoelens en gedachten. Allen zijn één. Leid na terugkeer in jullie respectieve woonplaatsen een leven van eenheid, liefde en gelukzaligheid. Jullie lofzang (*bhajan*) heeft mij gelukkig gemaakt.

Beschouw lofzang (*bhajan*) als je voedsel (*bhojan*) om je spirituele honger te stillen. Gebruik elk moment, dag in, dag uit het voedsel van bhajan. Doe van 's morgens tot 's avonds zolang je wakker bent bhajan. Dit is Swami's lering voor jullie. Doe al je werk terwijl je de naam van God die in je is overpeinst. God is in je, buiten je, boven je, onder je en achter je. Heel gelukkig.

*Sathya Sai Speaks* 40, toespraak 21, 15 december 2008

