

## Sathya Sai mänskliga värden



**E**xakt vad består din uppgift? Låt mig sammanfatta det för dig. För det första. Ta hand om dina föräldrar med kärlek och vördnad och tacksamhet. För det andra, tala sanning och handla rättfärdigt. För det tredje, närhelst du har några minuter över, upprepa Herrens namn med formen i ditt sinne. För det fjärde, ge dig aldrig in i att tala illa om andra eller försöka finna fel hos andra. Och slutligen, orsaka inte smärta för andra i någon form.

– **Sathya Sai Baba**

*Sathya Sai Speaks 4, s. 348–349*

**D**itt samvete känner den riktiga källan till glädje; det kommer att sporra dig mot den rätta vägen. Ditt arbete är att använda det som en guide och inte vara olydig varje gång det motsäger ditt eget påhitt.

– **Sathya Sai Baba**

*Sathya Sai Speaks 1, s. 91*

**V**ad du än gör, var du än blir placerad, var förvissad om att Gud har satt dig där för just det arbetet.

– **Sathya Sai Baba**

*Sathya Sai Speaks 9, s. 20*

## KÄRLEKENS KRAFT

En grundlig undersökning kommer att visa att inget i den här världen kan jämföras med Kärlek.

Det må vara välgörenhet, heliga ritualer, botgöring, visdom, renhet eller att vara trogen sanningen och Sanatana Dharma.\*

Ni som är Kärleken förkroppsligad!

Det främsta syftet med mänskligt liv är att uppnå kunskap om Själv. Detta är det verkliga målet med livet. Mänskligt liv kommer att nå fulländning om detta mål förverkligas. Förmågan att skilja mellan det som är beständigt och det som är förgängligt, förmågan att kontrollera sinnena, längtan efter befrielse och sökandet efter sin innersta verklighet, alla dessa fyra gynnsamma kvaliteter har sin grund i hängivenhet. Ordet "bhakti" är härlett från grundordet "bhaj", som betyder ren, obefläckad och osjälvisk kärlek till Gud.

*Fullkomna Kärleken, upplev sällhet.*

I den här världen finns ingen större dygd än kärlek. Kärlek är sanning, kärlek är rättfärdighet och kärlek är rikedom. Denna värld har uppstått ur kärlek, upprätthålls av kärlek och återförenas slutligen med kärleken. Varje atom har sitt ursprung i kärlek. Det finns en oräknelig mängd former av kraft, såsom atomkraft, magnetism och så vidare, i denna värld, men kärlekens kraft överträffar dem alla.

Ett liv utan tro och kärlek är meningslöst och värdelöst. För människan i den här världen är kärlek livet och kärleken allt. Det är ur kärlek de fem elementen uppstått. Det är kärlek som lyser strålende i varje individ. Men människan är ur stånd att förstå kärlekens innebörd och tror att den måste utvecklas i fysiska

\* De eviga, universella mänskliga värdena.

### Innehåll

Sathya Sai Information, mars 2000

Kärlekens kraft .....	3
Multivitaminer och kärlek: Minnen från det medicinska lägret i P.N. ....	11
Jag är Gud, jag är Gud, jag är ingen annan än Gud .....	14
Mitt arbete är en Guds Gåva .....	16

relationer. Moderns kärlek till sitt barn är tillgivenhet, kärleken som råder mellan man och hustru är blind förälskelse, kärleken mellan vänner och släktingar är bindning och kärleken till materiella ting är begär. Kärlek helt och hållet inriktad mot Gud är hängivenhet.

Det är kärlek som omspannar och genomsyrar hela världen. Ingen kan existera utan kärlek ens ett ögonblick,

det må vara mänskliga varelser, djur, fåglar eller insekter. Denna kärlek är själva Guds form. Men nu för tiden missbrukar människan denna heliga kärlek genom att

rikta den mot den flyktiga världen. Underskatta aldrig kärlekens kraft. Våra gamla Rishis som levde ett liv i avskildhet i djupa skogar kunde leva i harmoni även med vilda djur bara på grund av sin kärleks kraft.

Det finns ingenting kärleken inte kan åstadkomma i den här världen. Den kan till och med smälta ner den hårdaste av klippor. När kärlekens princip i varje människa förenas, blir den kosmisk kärlek. Om ni önskar släcka er törst efter kärlek, åtrå Guds nåd och dyrka Honom. För att uppleva sällhet behöver ni fullkomna kärleken. Ju mer den växer, ju mer sällhet upplever ni. Sällhet kan inte uppnås utan kärlek. I själva verket är det kärlek som uttrycker sig

som sällhet.

Hiranyakasipu försökte på alla sätt få Prahlada att lämna det gudomliga väg. Men Prahlada gav aldrig upp sjungandet av Narayanas gudomliga namn. En dag förmådde Narada Hiranyakasipu att tillkalla Prahlada och fråga honom: "Min son, vad har du lärt dig hitintills?" Prahlada svarade: "Fader, jag har lärt mig att Narayana är den högste GUD.

*"Låt era tankar, ord och gärningar genomsyras av kärlek. Låt ert liv uppfyllas av kärlek. Inget annat behövs för att få en uppenbarelse av det gudomliga. Kärlek är Gud, lev i kärlek."*

Han är förkroppsligandet av kärlek; upprepande av Hans namn är den främsta botgöringen och allt är enbart Narayana." Liksom Prahlada bör ni också alltid sjunga det gudomliga namnet. Helgon som Jayadeva, Gauranga, Tukaram och Ramakrishna Paramahansa bad intensivt till Herren och längtade efter Hans kärlek. Ropa efter Gud, liksom Sakkubai och Meera ropade, oförmögna att uthärda separationens kval. De fick se Honom och förtjäna Hans nåd endast tack vare en sådan intensiv längtan. Men på grund av Kalitidsålderns inverkan tror sig människor kunna vinna Guds nåd utan att göra sig någon ansträngning alls. Ondska, förtvivlan och våld blir allt vanligare eftersom kärlek till Gud blir allt ovanligare. Transformera alla era dåliga egenskaper, såsom avund och vrede, till kärlek.

## *Kärlek leder till odödlighet*

Gud har skapat denna värld. Han är den gudom som råder över alla handlingar. Ni kan inte skaffa er ett bord om det inte finns en snickare som tillverkar det. Ni kan inte uppföra ett hus utan en byggmästare. På samma sätt gäller att allt har en upphovsman. Allt ni ser, rörligt och orörligt, är Guds skapelse. Det är därför Han prisas som den som råder över alla handlingar.

Nuförtiden utför de andliga sökarna olika former av andliga övningar (sadhana) såsom meditation, botgöring, yoga och att sjunga vediska lovsånger. Kärlek måste utgöra den gemensamma grunden för alla dessa andliga övningar, annars blir de ett rent slöseri med tid. Att sjunga mantras ger inget resultat om det inte förenas med en känsla av kärlek. Vedas förkunnar: "Varken rikedom eller avkomma eller goda gärningar kan skänka odödlighet. Den kan bara uppnås genom uppoffring." Odödlighet är inget annat än kärlek. Kärleken är ljuv som honung, den är oändlig och total sällhet. I våra dagar gör människor ingen ansträngning för att förstå denna kärleksprincip. Det är bara kärlekens kraft som kan upphäva en förbannelse eller en synd. Det är bara kärlek som kan avlägsna alla oförsonliga känslor och öka livets ljuvlighet.

Varje mänsklig varelse förväntas vara världens vän och verka för dess bästa. Sådana känslor av vänskap och kärlek

saknas dock hos dagens människor. Precis som ett bi suger nektar från blomorna måste också människan kunna se gott i allt. Ni måste kunna hämta upp lyckans vatten också ur eländets brunn. Det är kärlekens sanna kvalitet. Njutning är ett intervall mellan två plågor. Njutning och plåga existerar sida vid sida i själva Guds skapelse. För att ta ett exempel, tänk på hur Gud skapat människokroppen. Ett ljus och vackert ansikte kan inramas av ett kolsvart hår, men i själva verket framhäver detta ansiktets skönhet. På samma sätt har njutning endast ett värde i relation till smärta. Man kan se både gott och ont i allt men människan attraheras i dag inte av det goda; hon ser bara ont i allt.

## *Kärlekens otroliga hastighet*

Alla handlingar är under Guds kontroll. Jorden roterar med en hastighet av 30 km/sek. Det tar ett år att rotera runt solen. Ljuset färdas med den otroliga hastigheten av 299 731 km/sek. Det tar 220 miljarder år för ljuset att färdas runt universum. Enligt de vediska skrifterna är hela universum Guds själva form. Även om människan skulle färdas med ljusets hastighet, skulle det ta henne 220 miljarder år att färdas runt Gud i form av universum. Vem kan leva så länge? På grund av Kalitidsålderns dåliga inverkan kan inte människan leva ens i hundra år, än mindre i 220 miljarder år!

Det är dock möjligt att på en sekund färdas runt Guds manifestation som universum. Det är kärlek som gör detta möjligt. Kärlekens hastighet är sådan att den kan färdas runt universum på en sekund. Ljusets hastighet kanske kan beräknas, men inte kärlekens. Människan har dock byggt hinder runt en sådan sublim och oändlig kärlek och använder den i triviala syften. Det är orsaken till att världen blivit kaotisk i våra dagar. Människor må finna allahanda skäl till frånvaron av fred och trygghet i världen, men den främsta orsaken är att människan inte förmår utveckla kärlek inom sig. Hon gör inget försök att förverkliga den oändliga, odödliga och nektarlrika kärleken i sitt inre. Låt era tankar, ord och handlingar genomsyras av kärlek. Låt ert liv uppfyllas av kärlek. Inget annat behövs för att få en uppenbarelse av det gudomliga. Kärlek är Gud, lev i kärlek.

### *Gudomlig nåd är verklig rikedom*

Nuförtiden får inte kärleken plats i människors hjärtan eftersom detta är fullt av begär. Där det finns tro finns det kärlek. Där det finns kärlek finns det frid. Där det finns frid finns det sanning. Där det finns sanning finns Gud. Stärk därför er tro på Gud. I går frågade någon mig hur man utvecklar tro. Jag svarade att tro är livets väg. Den är helt naturlig för människan. Känslan av "jag är" uttrycker i sig

tro. Jag är betyder jag existerar. "Är", dvs. existens, anger i sig en tro. Utan tro på er egen existens kan ni inte leva ens ett ögonblick i världen.

Sanning, uppoffring och rättfärdighet utgör tecken på mänsklighet. Sanning är moral, dharma är uppföranderegler och uppoffring är gott rykte. Kombinationen av alla dessa värden kännetecknar människosläktet. Man kan inte kallas människa bara för att man har den formen. Man måste hålla sig till sanningen, följa dharma och utveckla en anda av uppoffring för att förtjäna titeln mänsklig varelse." Var medvetna om alla varelsers enhet och uppträd med ett medlidsamt hjärta. Kontemplera över Gud med intensiv längtan minst en gång per dag. Först då kan ni få en uppenbarelse av Gud. Gud existerar verkligen, men Han kan inte ses med blotta ögat. Han kan bara uppfattas när ni gör er av med världsliga illusioner. Vilket är människans tillstånd i dag? Hon blir överlycklig när hon förvärvat rikedom och nedslagen när hon förlorar den. Hon hänger sig åt yttre pomp och ståt och förlorar allt under processens gång medan tiden går. Hon funderar ut tvivelaktiga sätt. På samma sätt som jorden roterar runt solen, roterar människan runt pengar." (telugupoem)

Pengar är inte viktiga. Gudomlig nåd är verklig rikedom. Förtjäna den och ni har vunnit allt. Karaktär är viktigt, inte rikedom, men människan slösar bort sitt liv med att längta efter pengar. Utan

tvivel är pengar nödvändiga, men bara inom vissa gränser.

Ägna er tid åt att tjäna andra. Älska era medmänniskor. Överlämna er till Gud. Inget överträffar gudomlig kärlek. Hela världen genomsyras av kärlek. Vedas förkunnar." Denna allt genomträngande Gud är närvarande inom och utanför oss." Alla namn och former är Hans. Namn och former må variera, men Gud (Atman) är densamma i alla. Inse alla varelsers enhet. Det leder till universell kärlek. Världen är en ståtlig byggnad. Alla tillhör sammansamhällsklass – mänskligheten. Enhet måste råda i en sådan byggnad.

### *Låt sinnet lysa som fullmånen*

Ni som är förkroppsligad Kärlek!

I dag är det Guru Purnima\*. Vad är dess innebörd?

Treenigheten Brahma, Vishnu och Maheshvara finns inom oss. Det är därför jag ofta säger att ni inte är en, utan tre. Det är betydelsen av de tre orden Bhur, Bhuvah, Suvaha i Gayatrimantrat. Bhur betyder jord (Bhuloka). Jorden består av materia. Därför kallas den mänskliga kroppen, som också består av materia, för Bhuloka. Denna kan också kallas för materialisation. Bhuvah betyder livskraft (Prana). Det är denna livskraft som får kroppen att röra sig. Detta innebär vibration. Suvaha betyder visdom. Detta är utstrålning. Vedas för-

kunnar "Prajnanam Brahma". Denna Prajnana är inget annat än utstrålning. Den mänskliga varelsen är en kombination av materialisation, vibration och utstrålning. Ni behöver inte söka efter Gud utanför er. Vänd ert sökande inåt. Där finner ni Gud.

I dag är det fullmåne. Vedas säger: "Månen föddes ur sinnet, solen ur ögonen och elden och Indra ur munnen på den Högste." Månen är den gudom som råder över sinnet. Den dag sinnet är uppfyllt av ren kärlek är full (Purnima) i ordets rätta betydelse. Låt ert sinne lysa lika strålende som månen på fullmånedagen.

Detta är bara möjligt när ni fyller ert sinne med kärlek.

### *Värden i den gudomliga banken*

Ni som är Kärleken förkroppsligad!

Nuförtiden ser man folk sätta in sina pengar på banken. Deponera på samma sätt era sinnens, ert sinnes och er visdoms kraft i Guds bank. Den kommer aldrig att avta; den kommer att fortsätta växa i all framtid och kommer att återlämnas till er vid behov. Håll den heliga kärleken vid liv och skydda den. Ge aldrig utlopp för hat. Se allt som händer som gott för er. Ni kanske sett i tidningarna att den indiska armén nyligen haft en konfrontation i gränsområdena. Vad som än hänt är dock gott för Indien i den meningen att kineserna, amerikanerna och

ryssarna blivit vänligare mot Indien, och Indien har fått gott rykte i världssamhället. Det är indiernas fredsälskande natur som gjort detta möjligt. Frid är indiernas verkliga dygd.

En gång när jag for till Bombay samman kallade dåvarande rektorn för Bharatiya Vidya Bhavan, Sri K. M. Munshi, till en konferens för akademiker. Han bad mig tala inför dem. En person i publiken frågade mig: "Svami, Amerika och Ryssland tillverkar mer och mer vapen. Indien ligger långt efter i detta avseende. Borde inte Indien också tillverka vapen?" Jag sade till honom: "Kära ni, vad Indien behöver i dag är inte vapen och ammunition utan att hålla dharma vid liv. Om ni beskyddar dharma, beskyddar dharma i gengäld er. Vi bör inte slösa pengar på att tillverka vapen." En del länder lägger ner enorma summor pengar på sitt försvar och som följd av detta lider dessa länders folk brist på föda. Bara gudomlig kärlek och nåd, inte vapen, kan beskydda en nation. Ni kanske har läst i Mahabharata att Bhima, Arjuna, Nakula och Sahadeva blint lydde befällningarna som gavs av Dharmaraja, som var dharma förkroppsligad. Man kan jämföra Indien, Amerika och Ryssland med respektive Dharmaraja, Arjuna och Bhima. Precis som Arjuna och Bhima lydde Dharmaraja kommer också Amerika och Ryssland att följa Indien förutsatt att Indien upprätthåller dharma. Vad Indien behöver är sanningens och rättfärdighetens vapen. Båda ingår som en naturlig del i kärlekens

princip. Precis som väldiga träd växer upp ur ett litet frö, har hela universum sitt ursprung i kärleken.

### *Musikhögskola i Prashanti Nilayam*

Ni som är Kärleken förkroppsligad!

I den här världen kan ni åstadkomma allt med kärlek. Jag är det bästa exemplet på detta. Kärlek är min största tillgång. Jag älskar alla och önskar ingenting utom kärlek. Kärlekens kraft kan förvandla jord till himmel och himmel till jord. Det finns inget i denna värld som inte kan åstadkommas med kärlek. Här är ett litet exempel:

Många elever kommer hit för att studera, men modern undervisning syftar inte till att göra något gott för världen. Alla ämnen, som fysik, botanik, kemi och så vidare, är bara till hjälp för att tjäna ihop till sitt levebröd. Inget av dem kan dock attrahera människans hjärta på samma sätt som musik. Till och med Gud attraheras av musik. En gång frågade Narada Vishnu: "Svami, Ni har olika 'filialer' såsom Vaikunta, Kailasa och Svarga, men jag skulle vilja veta adressen till Ert huvudkontor så att jag kan kontakta er utan dröjsmål." Vishnu sade: "Du finner min boning överallt där mina hängivna sjunger till min ära." Det är därför Gud prisas som Ganapriya och Ganalola – älskare av musik. Det är musik som smälter människans hjärta

och bokstavligen rör alla. Så musikundervisning bör införas på våra högskolor. Jag ville starta en musikhögskola här, men jag berättade det inte för någon. Jag brukar inte tala om vilka planer jag har. Allt jag vill sker med säkerhet. Förra veckan kom en hängiven som hette Puri från Indonesien hit och bönföll mig om att starta en musikhögskola här, till vilken han lovade donera tjugo miljoner kronor. Modern musik är också viktig, men jämsides med denna måste gatumusik, sånger som återger berättelserna om Gud och så vidare, uppmuntras. Musik spelar en viktig roll då det gäller att värda den indiska kulturen. Byggandet av denna högskola kommer att påbörjas nästa månad, det vill säga augusti. Innevarande månad är juli, under vilken, enligt de äldre, något nytt projekt inte sätts i gång. Därför uppsköt jag byggstarten till nästa månad.

### *Superspecialistsjukhuset i Bangalore*

När jag var i Bangalore förra månaden kom Karnatakas premiärminister en dag till mig och sade: "Svami, Ni har låtit uppföra ett superspecialistsjukhus i Prashanti Nilayam som är till utomor-

dentlig hjälp för de fattiga. Men sjukdomar är gemensamma för både rika och fattiga, stads- och landsbygdsbefolkning. Det skulle vara till stor hjälp för folket i staden Bangalore, om Ni ville ha godheten att låta uppföra ytterligare ett sådant sjukhus här." Jag log bara och sade ingenting.

Redan följande vecka kom premiärministern, finansministern, ministern för statsinkomster och många andra höga ämbetsmän hit med handlingar rörande ett erbjudande om sjuttio tunnland mark. Denna tomt är belägen intill informations- och teknologiparken. De levererar vatten och elektricitet. Om ni är beredda att äta er ädla uppgifter, ger hela

*"Fyll era hjärtan med kärlek. Det finns ingen rikedom, ingen dharma, ingen meditation större än kärlek. Jag förväntar mig att ni alla lever i enhet såsom bröder och systrar. Om ni blir kärleken förkroppsligad, blir ni gudomliga."*

världen er sitt stöd. En amerikansk hängiven vid namn Sinclair har erbjudit sig att donera pengar till detta sjukhus. Tidigare har han donerat till superspecialistsjukhuset i Prashanti Nilayam också. Jag har inte berättat om detta projekt för någon annan, för då hade det blivit ett regn av guld. Det finns många uppoffringens människor i den här världen, men jag tycker inte om att fråga vem som helst. Man bör aldrig betvivla att den ädla uppgift man åtagit sig förverkligas. Mycket mer kommer att hända i framtiden.

## Undervisning i Kärlek

Fyll era hjärtan med kärlek. Det finns ingen rikedom, ingen dharma, ingen meditation större än kärlek. Jag förväntar mig att ni alla lever i enhet såsom bröder och systrar. Om ni blir kärleken förkroppsligad, blir ni gudomliga. Den som känner Gud blir själv Gud. (Brahmavid Brahmaiva Bhavati.)

De studerande är detta samhällstågs långväga resenärer. Alla äldre människor måste stiga av snart. Därför är det de studerandes högsta plikt att odla helig kärlek. Det viktigaste som undervisas i på vårt institut är kärleken själv. Älska inte Gud för världsliga begärs skull. Älska Honom utifrån en andlig inställning.

Gopierna bad till Krishna: "Låt oss lyssna till Din gudomliga musik, så att kärleken frön får växa på vårt hjärtas åker, som blivit ofruktbar på grund av brist på kärlek. Låt det bli ett regn av kärlek i våra hjärtan och låt kärleken ständigt strömma genom dem." (telugupoem)

Jag erbjuder er alla fri undervisning och fri läkarvård; i gengäld behöver ni bara ge mig en sak, och det är kärlek. Låt den växa. Det är allt jag begär av er. Jag vill att ni lovar att hädanefter leva ett liv fyllt av kärlek. Med detta avslutar jag mitt tal.

– **Sathya Sai Baba**

Från Sathya Sai Babas tal i  
Sai Kulwant Hall, Prashanti Nilayam  
28 juli 1999

När Svami en dag satt omgiven av några av sina hängivna blev Han tvärt avbruten. En skriftlärd (pundit) kände sig plötsligt manad att ställa denna fråga: "Svami, var Din inkarnation en gudomlig ankomst (pravesha) eller innefattade den en graviditet (prasava)?" Baba vände sig till Ishvaramma, Modern, som satt längst fram och sade till henne: "Berätta vad som hände den dagen nära brunnen, sedan din svärmor varnat dig.."

Ishvaramma sade: "Min svärmor hade drömt om Sathyanarayana Deva (en gudom), och hon rådde mig att inte bli rädd om något hände mig på grund av Guds vilja. När jag den morgonen var vid brunnen för att hämta vatten kom en stor boll av blått ljus rullande mot mig; jag svimmade och föll ihop. Jag kände hur den gled in i mig."

Svami vände sig leende mot den som frågat och sade: "Där har du svaret; jag avlades inte. Det var pravesha, inte prasava."

– Professor Kasturi,  
utdrag ur "Easwaramma, the Chosen Mother"



## Multivitaminer och kärlek: Minnen från det medicinska lägret i P.N.

I juli 1998, under Gurupurnima, reste jag till Sai Babas ashram i Indien med en grupp på nio unga kvinnor och tre ledare från Norra Centralregionen. När vi kom dit arbetade vi som volontärer i ett medicinskt läger där jag för det mesta tjänstgjorde i det provisoriska apoteket som hade de senaste läkemedlen lika väl som enkla nödvändiga preparat som multivitamintabletter – allt donerat. Dagarna jag tillbringade på denna öppna (avgiftsfria) klinik skulle komma att förändra mitt liv för alltid.

Mottagningen var inrymd på övre våningen till det lilla allmänna sjukhus som hör till ashramet. Patienterna började köa klockan 5 på morgonen för att besöka mottagningen som öppnade kl. 6. Vi anslöt oss till 108 andra frivilligarbetare, bland dem läkare, sjuksköterskor och farmaceuter och dessutom några få, liksom jag, utan medicinsk bakgrund.

Den första morgonen kom vi till kliniken ivriga att börja vår tjänstgöring. Snart var vi upptagna med att göra i ordning en plats för patienternas skor, för i Indien brukar människor ta av sig skorna när de går in i ett hus. Senare på dagen när vi gick i väg för att utträta ärenden blev vi förvånade över att finna att de inte hade ställt några skor där – tills vi insåg att de inte hade några. Många av dem hade gått så länge som trettio dagar barfota i hopp om att få träffa "mirakeldoktorerna" och bli botade.

Allt som allt behandlade vi 2 160 patienter under loppet av fem dagar. Men vi kunde inte ge medicinsk hjälp till de två patienter som utan tvekan rörde mitt hjärta mest.

En av dessa var en äldre man med svår ledinflammation (artrit). Enligt lägre medicinske chef, dr Prasad, sade läkaren som undersökte den gamle mannen att

man inte kunde göra någonting för honom. Mannen sade att han hade kommit långt ifrån och gått många dagar för att komma till mottagningen. Han bönföll doktorn att göra någonting. Doktorn sade att han var ledsn men att den medicinska vetenskapen inte hade någon bot för honom. Mannen hade helt enkelt blivit gammal och hans leder utslitna. Den gamle mannen blev förtvivlad och undrade hur doktorn kunde göra honom så besviken. Doktorn ursäktade sig igen och vände sig om för att gå men hejdade sig och kom tillbaka och sade kärleksfullt åt honom att vänta i korridoren för hans recept skulle snart vara klart.

Vad ordinerade doktorn? Multivitamin-tabletter – de små orange pillren som jag hade räknat tusentals gånger på apoteket för att expediera de hundratala multivitaminrecept som de många allvarligt undernärda patienterna behövde. Att expediera alla dessa recept blev enformigt ibland, men sedan jag hört historien om den gamle mannen insåg jag att varje litet orange piller jag stoppade i kuverten skulle åstadkomma en förändring i någons liv. Multivitaminerna hade förmodligen liten effekt på den gamle mannens hälsa; omtänksamheten och kärleken som den vänlige doktorn visade när han ordinerade pillren var den verkliga medicinen.

Jag plockade upp nästa multivitaminrecept ur högen och gick för att expediera det, som jag hade expedierat åtminstone trettio andra sådana recept den dagen.

Ordinationen var droppar, inte tabletter, så jag visste att patienten måste vara mycket ung. När jag tittade efter en uppgift om åldern fann jag ett frågetecken på blanketten. Sedan tittade jag på namnrutan. Där stod också ett frågetecken. ”Det är konstigt”, tänkte jag, ”hur kan någon låta bli att ge sitt barn ett namn eller vara okunnig om hur gammalt det är?” För att lösa mysteriet gick jag ner till korridoren som var överfull av patienter och fram till bordet där en barnläkare undersökte barnen, men jag var helt oförberedd på vad jag skulle få höra.

”Här står inte namn eller ålder”, sade jag: ”Vet du hur gammalt barnet är?” ”Det här är receptet för babyn som hittades för tio dagar sedan”, svarade hon. ”Babyn är förmodligen omkring två veckor gammal.” Jag blev chockerad. Jag gick tillbaka genom korridoren och letade efter kvinnan som hade upptäckt babyn. Jag fann henne; hon var klädd i en enkel sari och höll i sin famn det minsta barn jag någonsin sett. Babyns armar var som ett skeletts och när jag böjde mig ner och rörde vid dess svartlockiga huvud kunde jag lätt känna den beniga skallen. Kvinnan jollrade med babyn, som såg upp på henne med stora vackra bruna ögon – och log, vilket är ovanligt för så små barn. När jag iakttog hur kvinnan pratade med det lilla barnet överväldigades jag av kärleken som strömmade från kvinnan till barnet. Jag satte mig på huk och lät barnet ta tag i mitt

finger. Fastän hon var svag och extremt undernärdd hade hon ett starkt grepp. Sedan vände barnet på huvudet och log åt mig. Jag blev genast trollbunden av hennes stora mörka ögon och det älskliga leendet på hennes tunna läppar.

Kvinnan talade om för mig att hon hade tagit hand om barnet och tänkte fortsätta med det även om hon hade andra barn. Om inte denna godhjärtade kvinna hade hittat, tagit hand om och ”adopterat” detta hjälplösa barn skulle det inte haft en chans att överleva. Jag kommer alltid att bära med mig den levande, oförglömliga bilden av den lilla föräldralösa – så undernärdd att jag undrade hur hon kunde vara vid liv – som tittade upp på mig med ett leende på läpparna. Kanske Svami ville lära mig att jag måste lita på Honom, just som babyn, som Baba redan tagit hand om. Detta barn som inte kunde tala, inte ens lyfta huvudet, lärde mig den största lärdomen av alla – tillit och accepterande. Jag vet att det kommer att uppstå andra situationer i framtiden, där allt jag kan göra är att le, uppmuntra, bedja och älska och sedan lämna resten åt Gud. Ibland är allt vi kan göra att hålla fast vid vår tro och förtrösta på Gud eftersom Han är ”Mästerplaneraren” och allt sker enligt Hans plan.

Men nu måste jag lämna den här händelsen, så full av mening för mig. Motvilligt drog jag loss mitt finger från den lilla handen, smekte den tunna kin-

den och återvände till mina plikter på apoteket.

Att arbeta som volontär på det medicinska lägret hade en oerhörd inverkan på mig. Mot slutet av min vistelse insåg jag att jag hade haft lika stor behållning av erfarenheten som patienterna haft av den utmärkta vård de fått. Jag upptäckte att jag hade mer självdisciplin och tålamod än jag trott. Jag fick en stark känsla för team-work, liksom en nyvunnen färdighet i farmaceutiska göromål. Men framför allt insåg jag hur oerhört gynnad och välsignad jag var. Enkla ting som rent vatten, skor och en dräglig medicinsk vård, som jag tar för givna i Amerika, är inte alltid tillgängliga i Indien. Att leva, arbeta och samverka med alla slags människor tillät mig inte bara att uppleva mänsklighetens rika mångfald utan också att se hur väldigt lika vi alla är.

Det ankommer på oss alla att göra allt vi kan för att förbättra den här världen. Vårt bidrag behöver inte vara stort. Den enkla handlingen att lägga multivitamin-tabletter i ett kuvert kan ha stor betydelse för en annan människa, i synnerhet om det görs med kärlek.

MJIH

”Ung vuxen” North Central Region

Ett bearbetat bidrag från ”Flowers at His Feet” våren 99, ur Sathya Sai Service opportunities, winter 1999–2000



## JAG ÄR GUD, JAG ÄR GUD, JAG ÄR INGEN ANNAN ÄN GUD

"Jag är Gud, jag är Gud, jag är ingen annan än Gud..." Dessa ord ekade i rummet när vår S.S.B. studiegrupp hade sjungit lovsången tillsammans.

En av våra gruppmedlemmar sade att hon alltid kände sig besvärad när hon sjungit de orden. Hon sade att hon kände sig skyldig, som om Gud själv skulle komma och straffa henne för hennes uppenbara förmätenhet.

Jag tänkte på hennes ord och kände igen rädslan och den gamla innebörden i dem. Genom att säga "jag är Gud" menar vi inte att vi är större eller betydelsefullare än Honom eller någon annan. Att tänka så vore att påstå att vi är åtskilda, inte en del av helheten.

Att säga att jag är Gud betyder i stället i själva verket att vi är ett med alla ting, de stora och de små, de sedda och de osedda. Det är att säga att jag är ett med

dig, med Honom; jag är ett med alla, jag är ett med detta hus, detta samhälle, denna värld. Jag är ett med det okända universum, med allt som är uppenbart, allt som är, var och alltid kommer att vara – och det är du också! I själva verket existerar inte den lilla individen jag trodde jag var. Vi har bara glömt vilka vi verkligen är. Sai Baba uppmuntrar var och en av oss att minnas vilka vi verkligen är.

Genom att upprepa "jag är Gud, jag är Gud, jag är ingen annan än Gud" sätter vi oss inte över eller bortom någon annan. Vi tillkännager helt enkelt bara vår sanna identitet, vårt sanna tillstånd av enhet.

Att avskilja oss, att säga, tänka eller antyda att vi är något annat än vad vi är och alltid kommer att vara, det är i sanning förmätet.

Vad gäller om manifestationer?

En natt frågade jag: "Hur förhåller vi oss till manifestationer? Om vi är Gud som Baba sagt upprepade gånger, hur ställer vi oss då till vår gudomliga förmåga när det gäller att tillfredsställa det vi anser vara våra personliga behov? Kan man be om speciella saker för egen del?" Så mycket av det lätt tillgängliga "New Age"-materialet stöder den uppfattningen. Men är det verkligen rätt?

Jag somnade och hade en dröm: Jag såg mig själv stående på en hög plattform över ett vatten. En vacker vit trana flög mot mig. Jag tänkte att nu ska jag pröva min manifestationsförmåga. Jag uttryckte min vilja att fågeln skulle komma till mig.

Till min förvåning flög fågeln rakt mot mig. Förtjust sträckte jag ut handen och strök dess vackra, mjuka, vita huvud. Jag tänkte: "Det fungerar, det fungerar." Jag önskade det och det hände. Det måste vara riktigt att göra så. Just som dessa tankar flög genom mitt huvud, krympte fågeln plötsligt ihop framför mig. Jag såg med fasa hur den föll rakt ner i vattnet. Jag visste att fågelns liv snabbt höll på att lämna dess vackra kropp. Panikslagen rusade jag ner för att försöka rädda den och ge den den hjälp jag kunde. När jag kommit ner från tornet hade den redan sjunkit under vattnet och var inte längre synlig.

Jag sträckte ner händerna i vattnet i ett försök att finna den nyss av liv pulse-

rande fågeln, men den var försvunnen. Jag var bedövd. Det som ena ögonblicket var levande, pulserande och vackert var nästa ögonblick livlöst och försvunnet, återkrävt av havet.

Så jag tänkte att här är svaret. På en nivå fungerar principerna om manifestation och kan ge en vad man önskar. Men det man åstadkommer är bara ytligt och obeständigt.

För att uppnå sann, bestående frid och visdom måste jag offra allt till Gud, lita på Hans visdom och nåd och lämna alla resultat till Honom. Jag ska medvetet använda mina krafter, min skicklighet och förmåga till att vara en kanal för Guds kärlek, kraft och ljus. Jag ska inte använda mina förmågor på ett själviskt sätt. Att göra det kommer inte att ge mig något av verkligt värde. Jag har inte klarsyntheten eller visdomen att i varje situation veta vad som är det bästa för mig själv eller för dem i min omgivning. Att tillägna Gud alla tankar, ord och handlingar och lita på att Han svarar för de resultat jag verkligen behöver är det enda sättet att försäkra sig om att allt ombesörjes på det rätta sättet. Det är för mig sanningens, den gudomliga visdomens och nådens väg. Tack Fader för att Du visat mig den.

– Kay Brooks, Alington, Texas  
(Från Sathya Sai Newsletter,  
USA, våren 1999)



## ”MITT ARBETE ÄR EN GUDS GÅVA”

*Från Sathya Sai-organisationernas sjätte världskonferens i Prashanti Nilayam, nov. 1998. Det följande är ett tal som Indulal Shah, internationell ordförande, höll under konferensen.*

### Kärlekens närvaro

Det är inte nog att vi älskar Baba utan vi måste också fråga oss om Baba älskar oss. Det är inte tillräckligt att känna till vad gudomlig vilja är utan det är också nödvändigt att öppna oss för arbete i enlighet med den gudomliga viljan. Misslyckande eller framgång är inte viktigt. Att arbeta är i sig belöning. Arbete är kroppens bön till det gudomliga. I arbete finns ingen skillnad mellan hög och låg då vi inte är intresserade av dess frukter. Därför behöver vi inte välja. Alla uppgifter utförs för Honom, ges av Honom.

När vi utför ett sådant arbete för det gudomliga ersätter Hans vägledning vår egen vilja, och detta medför en intressant förändring. Vi känner oss alltmer som ett med det gudomliga, allt mindre som

separat existerande.

När vi på så sätt vänder oss till Gud genom osjälviskt arbete börjar vår inre resa, och vi försöker bli medvetna om vårt gudomliga innersta och börjar fyllas av kärlek till andra. Det var just denna kärlek som först ledde oss till Herren. Vi känner oss beredda att dela den med alla.

Det enklaste sättet att göra detta är att vara lycklig när andra är lyckliga. När andra lider nöd låt oss praktisera kärlek i tjänande för att lindra den.

Kärlek är den största kraften i världen, och det har aldrig funnits och kommer aldrig att finnas någon ersättning för den. Vi finner till och med mer kärlek bland fattiga än bland rika. För de fattiga är kärleken den viktigaste ”näringen” i deras liv. Hela mänskligheten kommer att utgöra en enda Sai-familj när den

tillämpar Sais undervisning. Kärleken kommer att alstra starka globala vibrationer som ger energi till hela världen.

Den mänskliga ”verkstaden” är ett instrument som hjälper oss att förbli i denna medvetenhet. Den består av de fem elementen jord, vatten, eld, luft och rymd. Vi vet att inget av dessa eller helheten av dem är beroende av förankring i någon religion; de är grundläggande. När begreppet Gud först steg upp över den mänskliga horisonten fanns det ingen religion. Mångfalden av religioner som förvirrar människorna har skapats enbart av oss själva, och om denna mångfald hindrar oss från att uppleva vår innersta natur måste vi söka klarhet och nå fram till en högre nivå av förståelse. Religionen var aldrig avsedd att bli och får heller inte bli ett hinder.

Syftet och målet med all tillbedjan är att utveckla kärlek, och Gud är kärleken förkroppsligad. Processen att uppfyllas av kärlek innebär att medvetet åstadkomma en rytmisk andning. För att lyckas måste vi respektera denna. Vad innebär det? Det innefattar att skapa en harmonisk rytm i vår andning genom tillbedjan. Jag vill än en gång, även om det innebär upprepande, betona att de krafter som stör denna rytm och harmoni i vår andning, dessa negativa och destruktiva element,

härör från egots, vredens och avundens synder. Vi ställs inför dessa onda makter varje ögonblick. De stör rytmen och harmonin i vår andning.

### Vår andning

Andningen, ”prana”, är en gnista av solen. Under hans gudomliga paraply utför vi våra andliga övningar. När vi ”lever med Baba” innebär dessa rättfärdighet, dharma, som måste grundas på Sanningen. Det var därför vi hän-givna som en del av det femåriga firande som kulminerade under vår Herres

*”Genom andningen mottar kroppen gudomligt medvetande, som kallas ”atma – Gud”. Därför är det vår plikt att se till att ”prana-andningen” harmonierar med atman så att Sanningen kan lysa fram och återspeglas i vårt eget liv.”*

75:e födelsedag – den viktigaste perioden i Sai-erans historia – beslöt fira genom att intensivt studera och praktisera de fem mänskliga värdena i vårt dagliga liv. Som vi alla vet höll Bhagavan speciella tal om sanning och dharma under 1996. Dessa gudomliga tal ger oss en tankeställare. När avataren förklarar innebörden av sanning säger Han att den är Gud och att Gud bor i vårt hjärta i form av atman. Han förklarade det i detalj på följande sätt:

Solen gynnar och ger kraft åt och uppehåller vårt universum. Solen är Gud – en levande gudsform – som alla kan se, uppfatta och be till. Han är synlig. Han

har också presenterats i en mångfald former. Han är livgivaren, ljusgivaren och tidgivaren. Vår andning är en gnista av Solen, och lika väl som denna uppehåller universum uppehåller denna gnista vår kropp, det vill säga den mänskliga "verkstaden".

Genom andningen mottar kroppen gudomligt medvetande, som kallas "atman – Gud". Därför är det vår plikt att se till att "prana-andningen" harmonierar med atman så att Sanningen kan lysa fram och återspeglas i vårt eget liv.

Detta är möjligt om våra andliga övningar på individuell, familje- och samhällsnivå syftar

till och försöker behålla denna livskraft – andning (chetana – prana) ostörd och under kontroll och därmed vägleda kroppsmedvetandet. Detta är dharma. Det kommer onekligen att hjälpa oss att vara enbart vittne till livets glädjeämnen och sorger och befria oss från världens bojer.

Om vårt andliga hjärta tyngs av orena tankar eller onda avsikter eller ego stör detta vår andningsrytm och utövar tryck på vårt fysiska hjärta, och det resulterar i att vi mister vår inre frid. Om vi i stället utvecklar det mänskliga värdet "dharma", rätt handlande, det vill säga fyller vårt andliga hjärta med goda, ädla tankar och

känslor såsom osjälvisk kärlek, förlåtelse, uppnår andningen rätt rytm genom att befrias från spänning. Följden blir att det fysiska hjärtat samarbetar med det andliga hjärtat, och tillsammans tar de kontrollen över ego, vrede och avund i den yttre världen. Denna föreställning om två hjärtan och den rytmiska andningsprocessen som vår inre Gud ger oss en möjlighet att förstå betydelsen av att så ett frö av tro, som vi fått av Bhagavan

*"Om vårt andliga hjärta tyngs av orena tankar eller onda avsikter eller ego stör detta vår andningsrytm och utövar tryck på vårt fysiska hjärta, och det resulterar i att vi mister vår inre frid."*

Baba, i det andliga hjärtat.

Vi är hängivna Sri Sathya Sai och därför kan vi ge ett namn och en form till detta vårt hjärtas innersta, och detta namn och denna form är Sri

Sathya Sai. När vi älskar Sai och vår kärlek blir fullkomlig fokuserar vi, i varje ögonblick av vår vakna tid, sinnet på denna sanning om vårt väsen, vår Herre Sai, med sin ljuvliga form en kär åsyn, men än kärare när denna form förbigås. Vi kommer då med full klarhet till slutsatsen att det vi ska söka efter finns inom oss, inte utanför. Herrens mänskliga form visar vägen till Hans allestädes närvarande form. På detta stadium kommer den andliga dyrkan att fyllas av glädje och frid. När vi utövar denna tillbedjan blir den en process av inre kommunikation, som förenar vår inre och yttre personlighet. Att man har ska-

pat distans mellan sitt inre och yttre liv är en orsak till att man känner sig olycklig.

### *"Soham" -mantrat*

I detta sammanhang vill jag försöka anföra ett annat lärorikt gudomligt budskap som givits av Bhagavan i juni 1996 och som ger oss ytterligare hjälp i våra andliga framsteg. När vi andas in och ut uppstår två stavelser, "So" och "Ham". Varje gång vi andas in och ut upprepas "Soham"-mantrat. Indier så väl som västerlänningar upprepar detta mantra omedvetet tusentals gånger varje dag. Innebörden av "Soham" är "jag är Det"\*. Dessa två stavelser får oss att kontempera över vår enhet med det gudomliga inom oss.

So Ham är det naturliga mantrat, Självets mantra. Det tillhör inte Österlandet eller Västerlandet eller någon religion, det tillhör vår natur; det upprepas oavbrutet med andningen. Så länge detta mantra ljuder inom oss finns det liv i kroppen. Så snart det tystnar lämnar livet vår kropp.

Andningen (prana), livskraften, är inget annat än det Högsta Medvetandet. "Det Universella Medvetandet har blivit prana". Först blir medvetandet prana och sedan genom mantrat drivkraften i andningsprocessen i människans kropp. Det är den högsta energin, Kundalini, som pulserar i form av inandning och

utandning, hela tiden ljudande "So" och "Ham". Detta är innebörden av "Soham". Det är den högsta energins pulserande drivkraft.

Detta är en naturlig andlig övning. Eftersom detta hela tiden pågår inom oss behöver vi inte anstränga oss för att upprepa mantrat. Allt vi behöver göra är att bli medvetna om det som pågår. Vi behöver ingen tro.

Denna teknik är dock mycket subtil, så vi måste praktisera den en tid för att förstå den. Så snart vi sitter stilla kan vi följa andningen och lyssna till mantrat. Om vi inte genast blir medvetna om att mantrat upprepas av sig självt kan vi upprepa stavelserna medan vi andas. Om några dagar kan vi samordna mantrat med vår andning. Snart börjar vi höra mantrat utan ansträngning. Om vi praktiserar det en tid kommer vi att erfara Självets.

Det verkar så enkelt och ger oss all jordens kunskap och krafter om vi bara kan samordna vår upprepning av mantrat med andningen och ge denna rätt rytm. Men detta är inte enkelt eftersom ego, vrede och avund stör rytmen, och för att upphäva eller reducera effekten av dessa måste vi till en början praktisera olika andliga övningar som tas upp av organisationens tre grenar. De blir nu meningsfulla och intressanta. Ägna dessa tankar lite tid. Det är så vi kan förändliga våra tankar och förädla varje cell i kroppen.

\* "So" = Det, "ham" = jag

## *Vetenskapen om ljudet*

Jag vill säga något för att belysa vetenskapen om ljudet som, om den tillsammans med läran om det naturliga uppreandet av ett mantra kan bidra till vår förståelse, kommer att förändra vår syn på alla aktiviteter. Denna vetenskap anknyter till vetenskapen om Soham-mantrat. Vetenskapen om ljudet berör fyra nivåer:

1. Tungans nivå (tal)
2. Strupens nivå (obearbetat, grovt ljud)
3. Hjärtats nivå (djupare ljud)
4. Navelns nivå (ursprungsljud)

När ordet nått tungan har den grova formen passerat dessa fyra nivåer. Om vi enligt denna vetenskap om ljudet medvetet låter vårt uppreande, vårt mantra, vår lovsång, våra tankar tona in på alla fyra nivåerna, kommer processen att rena och avhjälpa alla våra brister så att vi kan uppnå det rena medvetande, som är vår inre gudomlighet. I den utsträckning vi gör detta kommer vi att få uppleva väg efter väg av sällhet och en högre nivå av inrefrid.

Detta leder till nytänkande, följt av nya fasta beslut av var och en beträffande att tjäna organisationens mål eller även leva med Sathya Sai, genom Sathya Sai Avataren och erfara en liten del av Bhagavan Babas gudomlighet.

Ett sådant medvetande leder till att vi blir känsliga för närvaron av det gudom-

liga inom oss och runt oss och plötsligt kan urskilja den harmoni som finns kring oss och smaka dess sötma.

När sådant medvetande börjar utvecklas tycks allt annorlunda, ingenting är sig likt, allt dränks i ett medvetande som lyfter oss till extatiska höjder.

Detta har samband med praktiserandet av "närvaron av det gudomliga" inom oss vilket leder oss till ett tillstånd av fullständigt medvetande som är grunden för praktiserandet av "det konstanta fullständiga medvetandet".

Detta fullständiga medvetande utvecklas när vi anknyter våra individuella andliga övningar till tjänande av familjen och samhället. På så sätt delar vi vår kärlek med familjen och med likasinnade.

På dessa allt högre nivåer av andlig utveckling blir vi en ny mänsklig varelse som lever ett liv vars like inte existerar i våra sinnens större värld – vårt ögas, öras och vår känslers värld. Vår andning blir i sig själv en källa till extas, då den inandas livets ädlare aspekter och utandas de lägre.

### *Oavbrutet fullständigt medvetande*

Detta medvetande utgör den högsta formen av tillbedjan. Beviset på dess värde ligger i det faktum att våra sinnen riktas inåt och hjälper oss att ständigt minnas det gudomliga och vörda Honom i våra hjärtan. Detta praktiserande blir natur-

ligt för oss i varje ögonblick, och vi tenderar att fortsätta det också när vi är sysselsatta i hemmet, på kontoret eller var än vårt arbete placerar oss. Vi känner verkligen att tiden vi lägger ner på vårt arbete eller yrke inte skiljer sig från tiden vi tillbringar i bön. Denna dygd sprider ljus på vårt oavbrutna medvetandes väg.

### *Formlös*

Förslaget till hur man påminner sig den inre gudomliga närvaron blir alltså ett mål i sig själv. Vi behöver inte gå tillbaka till metoderna. Vi behöver inte heller uppsöka ett altare, ett tempel eller en kyrka. Vår mänskliga "verkstad" blir själv ett rörligt altare.

När vårt beslut är uppriktigt och fast färdas vi inte längre från mörker till ljus, utan från ljus till ljus, från kunskap till kunskap och från lycka till lycka. Vi fick kontakt med Bhagavan med hjälp av våra yttre instrument – genom våra ögon (darshan), våra händer (sparshan – pada namaskar) och genom våra öron (sambhashan). Denna unika möjlighet bör leda oss till att möta honom i vårt inre, som atman, som supermedvetande, med hjälp av vårt inre instrument andningen (prana), en gnista av solen, som håller universum vid liv.

Varje andlig sökare måste praktisera denna övning för att nå målet att uppleva "det gudomliga inre". Hängivna som önskar bli välsignade av Avataren i denna

födelse måste genomföra de olika andliga övningarna. Från individuella övningar, som är andlig tillbedjan och i vilka endast "jag" är inbegripen, måste vi övergå till familjens andliga övningar. När så sker har vi färdats från "jag" till "vi". På så sätt blir varje "jag" ett instrument för att innefatta familjemedlemmarna i Bhagavans välsignelse och ge dem erfarenheten av "lycka med tillfredsställelse". I denna utvecklingsprocess av andligt liv är Sai-organisationen som Baba begåvat oss med den största hjälpen. Den ger oss stora möjligheter att tjäna våra medmänniskor och med dem dela vår kärlek framsprungen ur våra individuella och familjens andliga övningar. Detta är andemeningen i andliga övningar på samhällsnivå.

År 1940 förkunnade Bhagavan att "Jag är Gud som tagit mänsklig gestalt för att vägleda och visa mänskligheten att Gud bor i alla och att ni också kommer att inse att ni är Gud". Detta är Sai-avatarens vilja. Det är nu vår plikt att medvetet anstränga oss för att expandera från "jag" till "vi" och sedan till "Han". Detta är en vägbeskrivning för vår andliga resa. Detta är också grundläggande för att uppnå frid och sällhet, som kan upplevas när vi delar vår kärlek med hela mänskligheten genom vårt osjälviska tjänande. Vår vilja måste sammansmälta med den gudomliga viljan. Detta kan vi uppnå genom att praktisera de tre typerna av andliga övningar.

Bhagavan förkunnade också, år 1996,

att Hans mänskliga form kan visa oss vägen till den formlösa aspekt av Gud som bor i vårt hjärta. Vi kan nå dit genom att förena atman med vår andning och genom att styra och kontrollera sinnet och kroppsmedvetandet så att vi kan leva i och med Gud. Bhagavan uppmanade oss att vända oss till Gud i varje ögonblick, och detta gör oss medvetna om det gudomliga inom oss och i alla vi lever tillsammans med.

Att vända sig till Gud är en process genom vilken vi kan styra vår andning till sinnets område och till hela tankeverksamheten. När vi under våra andliga övningar kan behålla en rytmisk andning utplånas de negativa aspekterna ego, vrede och avund och i deras ställe kommer kärlek, frid och icke-väld att blomma i vårt liv. Han gick ytterligare ett steg och sade att också hängiven sång måste vara en helig akt där man riktar sången till atman. Framförandet av mantras och böner måste röra vår inboende atma. På samma sätt måste tjänandeaktiviteterna genomföras med en känsla av att vi tjänar Gud som bor i dem vi tjänar. När vi vänder oss till Gud innan vi utför något arbete, låter vår andning bevittna varje tanke, offerar våra andliga erfarenheter till vår inre atman och tjänar alla medan vi påminner oss vår Herre Sai som bor i dem, genomgår vi en total transformation, och långsamt och omärkligt blir vår vilja ett med Hans gudomliga vilja. I detta stadium kommer allt vi önskar att ske och Hans nåd

kommer att spridas överallt omkring oss. Detta är den process som får oss att erfara "Honom".

### *Infrastruktur*

För detta vårt val av en sådan helig andlig väg i vår livstid har vi Bhagavan att tacka, som gav oss Sri Sathya Sais tjänandeorganisation. Vi hängivna är verkligen välsignade, för vi har fått infrastrukturen och möjligheten att praktisera samhällstjänande. Det är bara genom detta vi ges tillfälle att dela vår kärlek och erfara frid. Tjänande av mänskligheten leder oss till Gud i vårt inre, där vår Sai bor. I varje ögonblick har vi möjlighet att minnas Honom i alla våra dagliga gärningar, om de utförs med kärlek. Också de som inte är så lyckligt lottade att få vara med i organisationen kan agera med kärlek på alla nivåer; även inför fienden, i tankens stillhet med bönen "må Gud välsigna honom". Detta måste bli vår önskan, som i kraft av våra osjälviska tankar, ord och gärningar blir till gudomlig vilja. Vad vi än tänker och säger kommer att hända på grund av den gudomliga vilja vi hängivna grundlagt med hjälp av våra tre andliga övningar. Dessa har sitt ursprung i tre ynnestbevis – välsignelse, nåd och gudomlig vilja – från vår gudomlige mästare, Bhagavan Sri Sathya Sai Baba.

Endast vi själva kan befria oss från sinnet, och ingen kan hjälpa oss eller

skada oss. Världen tycks komma rusande mot oss. Även det minsta andliga uppvaknande kan dock förminska världen och öka människans storlek. Världen kan ses som ett mycket litet föremål av den stora individen. Han är lugn. Han är oberörd. Denna transformation är ofta imponerande hos en del individer. Den kan bli fast och bestående endast genom ständig andlig utveckling. Slutstadiet blir dock att människan och världen blir ett, fungerande i harmoni, och innebörden av detta blir en ganska annorlunda transformation i oss, vida mer unik än den som födan genomgår för att bli blod. Detta sista stadium kan nås av andliga sökare tack vare deras andliga övningar som utvecklar deras vilja till gudomlig vilja. En sådan utveckling mot verkligheten är en långsam men ändå säker process. "När transformationen har fullbordats" säger vår Herre "kommer ni att finna att ni endast färdats från er själva till er själva, med Gud hela tiden i ert inre, runt er, med er och bredvid er". Detta stadium av insikt är det tillstånd, säger Bhagavan, där vi kan uppleva att "Vi är Gud".

### *Sammanfattning*

1. Det andliga livets mål är att ständigt erfara Guds närvaro eller med Bhagavans ord "oavbrutet fullständigt medvetande".

2. Solen är den tydligaste gudomliga

manifestationen. Våra liv kretsar kring solen. Vår andning är en gnista av solen.

3. Genom att ge oss den ovärderliga födseln som människa har Gud givit oss möjligheten att inse vårt gudomliga ursprung med hjälp av den mycket grundläggande andningsprocessen. Vi upprepar hela tiden mantrat Soham (Jag är Det/Han). Allt vi behöver göra är att bli medvetna om denna process.

4. När vi blir det helgas vårt liv eftersom vi ständigt befinner oss i meditationsstadiet. Den gudomliga viljan och vår vilja närmar sig alltmer varandra, och vi blir alltså den gudomliga viljans sanna instrument.

5. I sin mänskliga form ger oss Bhagavan Baba detta sällsynta tillfälle att erfara det gudomligas kraft och sällhet så att vi kan bli ett med Hans formlösa natur.

6. Alla Sai-organisationens aktiviteter utgör möjligheter att upphöja och helga våra liv till en ny nivå av gudomligt medvetande.

Må Han välsigna oss med framgång och ära i vår strävan att leva detta budskap.