

## Overige zondagse activiteiten

Op bepaalde zondagen in de maand zijn er extra activiteiten die na de dienst plaatsvinden:

- \* Volgens afspraak: begeleiding en instuderen van liederen/bhajans.
- \* op één zondag van de maand: verkoop van boeken, CD's, video's en foto's.
- \* op de 1e zondag: studiekring

Verklaring van de cursief gedrukte woorden:

*Sankirtan:* het gezamenlijk zingen van devotionele liederen.

*OM:* dit is de oerklank van de schepping.  
*Bhajan:* devotioneel lied.

*Mantra:* heilige formule, meestal in Sanskriet

*Vibhuti:* gewijde as, symboliseert de uiteindelijke staat van Zijn, die geen veranderingen meer kan ondergaan.

*Arati:* zuiverende lichtceremonie, opdat de vlam van de liefde tot God het ego met alle verlangens verbrandt en de mens uiteindelijk geheel in God kan opgaan.

*Sanskriet:* de oorspronkelijke taal waarin de Veda's (Indiase heilige geschriften) zijn overgeleverd.

## Samenvatting bhajandienst

1. 3x OM en Gayatri Mantra
2. 12 liederen/bhajans
3. Om Tat Sat & Arati
4. Vibhuti mantra
5. Lezing
6. Meditatie
7. Afsluitende gebeden
8. Koffie en thee
9. Eventuele overige activiteiten



**Sathya Sai Centrum  
Utrecht 1**

**Sathya Sai Centrum  
Utrecht 1**

**LOVE ALL  
SERVE ALL**



Uitleg over de zondagse  
activiteiten van  
Sathya Sai Centrum Utrecht 1

te Utrecht,  
Het Wevehuis,  
Wevelaan 4, 3571XS

## Over de bhajan-dienst

In navolging van het Indiase gebruik van *Sankirtan*, zoals dat o.a. in de ashram van Sathya Sai Baba dagelijks gebeurt, biedt het Sai centrum Utrecht de mogelijkheid om wekelijks een samenkomst bij te wonen waar liederen worden gezongen met de bedoeling uitdrukking te geven aan de devotie voor God en eenheid met Hem te ervaren.

Men zit op een kleed op de grond, maar er zijn ook stoelen beschikbaar.

Wanneer men op de grond zit dan graag de schoenen uitdoen.

Mannen zitten rechts van het middenpad en vrouwen links.

Men wordt verzocht 10 min. voor aanvang van de dienst aanwezig te zijn.

## Programma van de dienst

Na het luiden van een bel wordt 3x gezamenlijk de *OM*-klank gezongen, gevolgd door 3x *de Gayatri mantra*.

Hierna worden 12 liederen gezongen, veelal in de vorm van Indiase bhajans. Hierbij wordt steeds een regel voorgezongen, waarna de hele groep deze nazingt. Eerst wordt de *bhajan* in een rustig tempo gezongen, daarna in een sneller tempo. Tot slot wordt de eerste regel nog een keer langzaam gezongen.

Naast bhajans die traditioneel in een Indiase taal gezongen worden, zijn er ook liederen in de Nederlandse, Engelse of andere talen.

De volgorde van de te zingen liederen wordt vooraf op een bord opgeschreven, met een verwijzing naar de zangbundel.

De liederen worden afgesloten met het gezamenlijk gezongen *Sarva Dharma gebed*, waarin de eenheid van alle godsdiensten wordt bezongen, en het *Arati* gebed, een lofzang en bede om Licht tot Sathya Sai Baba.

Hierna wordt er *vibhuti* uitgedeeld onder het zingen van de *vibhuti mantra*. Dit lied wordt afwisselend in het Sanskriet en het Nederlands gezongen, totdat iedereen *vibhuti* heeft ontvangen. De as kan worden ingenomen en/of op het voorhoofd worden aangebracht.

Vervolgens is er een voorlezing van een spirituele tekst, meestal uit een boek of voordracht van Sathya Sai Baba, gevolgd door een geleide lichtmeditatie of stille meditatie.

Aansluitend volgen enkele minuten stilte en wordt afgesloten met de mantra's *Asato Ma* en *Samasta Loka*.

Dit laatste gebed spreekt de wens uit dat alle wezens geluk mogen ervaren. De verschillende mantra's worden afgesloten met *Om Shanti Shanti Shanti*, wat betrekking heeft op drievoudige vrede (fysiek, emotioneel en mentaal of ook wel in verleden, heden en toekomst).

Ter afsluiting van de dienst wordt een bel geluid. Hierna kan men ofwel in stilte vertrekken of nog even blijven voor een kopje koffie of thee.