***Tema GLÄDJE***

(1) Att helt skyddas från sorg kan också skydda dig från glädje.

To be completely protected from sorrow may also protect you from happiness. (transl ÖW)

 – Jonathan Safran Foer

(2) Lycka är inte ett mål. Det är ett resultat av ett liv levt väl.

Happiness is not a goal. It is the result of a life well lived. (transl ÖW)

– *Eleanor Roosevelt*

(3) Jag har lärt mig att människor glömmer bort vad du sa, att de glömmer bort vad du gjorde, men att de aldrig glömmer hur du fick dem att känna sig.

I have learnt that people forget what you said, that they forget what you did, but that they never forget how you made them feel. (transl ÖW)

– *Maya Angelou*

(4) Om du vill att andra ska vara lyckliga, praktisera medkänsla. Om du själv vill vara lycklig, praktisera medkänsla.

If you want others to be happy, practice compassion. If you yourself want to be happy, practice compassion. (transl ÖW)  
*- Dalai Lama*

(5) Glädjen ger oss vingar! I glädjens stunder är vår styrka mer vital, vårt förstånd klarare och vår förståelse tydligare. Vi tycks bättre skickade att klara av livet och finna det område där vi kan göra nytta.

Joy gives us wings! In times of joy our strength is more vital, our intellect keener, and our understanding less clouded. We seem better able to cope with the world and to find our sphere of usefulness.

— *Abdu’l-Bahá*

(6) De som tror och lever rättskaffens skall vinna inre glädje och en lycklig återkomst [till Gud]!"

Those who have believed and done righteous deeds - a good state is theirs and a good return.

*Koranen 13:29*

(7) Vilken prövning vi än genomgår när vi utför hängiven tjänst, är det en verklig anledning till lycka.

Whatever trial we suffer when we perform a service with devotion, it is a real source of happiness. (transl ÖW)

*-Srila Bhaktivinoda Thakur*

(8) Den som gör gott,  
han gläder sig i detta livet,  
han gläder sig i livet efter detta.  
han gläder sig i båda

The virtuous man is happy in this world, and he is happy in the  
next; he is happy in both.

* *Buddha, Dammapada 18*

(9) O, Min vän! Lyssna med själ och hjärta till andens sånger

och skatta dem lika högt

som dina egna ögon.

"O my friend! Listen with heart and soul to the songs of the spirit and cherish them as thine own eyes."

*- Bahá’u’lláh*

(10) Människan är i verkligheten

en andlig varelse och endast när hon lever i anden är hon verkligt lycklig.

Man is, in reality, a spiritual being, and only when he lives in the spirit is he truly happy.

*- ’Abdu’l-Bahá*

(11) Vandra själv på rättfärdig-hetens vägar, och lär andra att också göra det. Kom ihåg att din kropp kommer att återvända till stoft, men din själ, om den är rik på goda gärningar, kommer att uppnå odödlighet, och ta del av den lycka du redan upplevt. (transl ÖW)

...walk yourself in the ways of righteousness, and teach others also to do so. Recollect that your body will return to dust, but your soul, if rich in good works, will mount to immortality, and partake of the happiness you have already witnessed.

* *Zoroaster, Avesta*

(12) …människan kan inte få någon större gåva än denna, att hon gläder en annans hjärta.

...man can receive no greater gift than this, that he rejoice another’s heart.

*- ’Abdu’l-Bahá*

(13) Kärlek är det enda medel som försäkrar oss sann lycka både i denna världen och den nästa.

Love is the one means that ensureth true felicity both in this world

and the next.

*- ’Abdu’l-Bahá*

(14) Andens frukt…är kärlek, glädje,

frid, tålamod, mildhet, godhet,

trofasthet, saktmod, återhållsamhet.

But the fruit of the Spirit is love, joy, peace, forbearance, kindness, goodness, faithfulness,

gentleness and self-control.

*Bibeln, Gal. 5:22-23*

(15)…all den sorg och olycka som existerar kommer från materiens värld den andliga världen

skänker endast glädje!

...all the sorrow and the grief

that exist come from the world of matter—the spiritual world bestows only the joy!

*- ’Abdu’l-Bahá*

(16) O Mina tjänare! Sörj inte om saker tvärt emot era önskningar i dessa dagar och på detta jordiska plan har förordnats och uppenbarats av Gud, ty dagar av lycksalig glädje, av himmelsk fröjd väntar er förvisso.

Sorrow not if, in these days and on this earthly plane, things contrary to your wishes have been ordained and manifested by God, for days of blissful joy, of heavenly delight, are assuredly in store for you.

*- Bahá’u’lláh*

(17)…materiella fördelar upphöjer inte människans ande. Fulländning i världsliga ting är till glädje för människans kropp, men förhärligar på intet sätt hennes själ.

... material advantages do not elevate the spirit of a man. Perfection in worldly things is a joy to the body of a man but in no wise does it glorify his soul.

* *’Abdu’l-Bahá*

(18) Det är fyra egenskaper som Jag älskar att se hos människor: för det första, entusiasm och mod; för det andra, ett strålande ansikte fårat av leenden; för det tredje, att de ser med sina egna ögon och inte genom andras; för det fjärde, förmågan att slutföra en uppgift som påbörjats.

There are four qualities which I love to see manifested in people: first, enthusiasm and courage; second, a face wreathed in smiles and a radiant countenance; third, that they see with their own eyes and not through the eyes of others; fourth, the ability to carry a task once begun, through to its end.

*- Bahá’u’lláh*