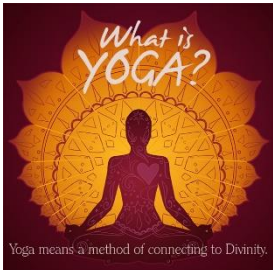




Inhaltsverzeichnis Juli 2017

	Seite
	Vision des Nicht-Dualen, Teil 6 2
	Buddhas Lektion über Verschwendung 9
	Yoga versus Körperübungen 11
	Das Wunder des Gebets 18
	Der unvergleichliche kosmische Glanz 21

Hinweis: Ein Klick auf das Thema oder die Seitenzahl führt direkt zu dem jeweiligen Artikel

Wie haben Euch die Artikel gefallen? Rückmeldungen hierzu sind herzlich willkommen. Sendet einfach eine Mail an info@h2hsai.de. Vergesst nicht Euren Namen und Euer Land zu erwähnen.



Vision des Nicht-Dualen, Teil 6

Sri S. Suresh Rao

Ein Leben von Furchtlosigkeit und Freiheit

Eine Wahl zwischen Deha Dharma und Atma Dharma

Das Leben konfrontiert uns täglich mit vielen Auswahlmöglichkeiten. Diese führen stets zu nur zwei Szenarien – entweder sie unterstützen unseren Fortschritt auf dem spirituellen Pfad oder sie führen zu Rückschritten. Fortschritt auf dem spirituellen Pfad ist, laut Definition, alles was hilfreich für uns ist, unsere wahre Natur als ein göttliches Wesen zu offenbaren – stets selbstlos und glücklich zu sein; und das Gegenteil ist, was uns vorübergehende Freuden bereitet, die aus selbstsüchtigen physischen Vergnügungen resultieren. Doch wie orientieren wir uns, hin zum Göttlichen mit jedem Schritt und Atemzug? Damit wollen wir uns in diesem Artikel befassen.

Swami hat uns gesagt, dass wir entweder Wahlen treffen können, die weiterhin unser Leben als ein „isolierter“ Körper bestimmen, oder Wahlen treffen, die im Einklang mit dem Atman bzw. göttlichen Geist (dem Höheren Selbst) stehen.

Mensch zu sein bedeutet drei Dinge – tun, wissen und sein. Wenn der Körper eigenmächtig handelt, ohne den Geist (Verstand) und den Atman zu berücksichtigen, so befindet sich diese Person im animalischen Zustand. Wenn der Verstand in Verbindung mit dem Körper handelt, jedoch ohne den Atman mit einzubeziehen, spricht man von einer Person im dämonischen Zustand. Handelt der Mensch in Übereinstimmung mit dem Atman, erlangt er Einheit mit dem Göttlichen. Demzufolge hat der Mensch diese drei Möglichkeiten; er kann sich als Tier, als Dämon oder als göttlich zeigen.

Tagesspruch, 13. Juni 2006



Wir wollen zwei Beispiele aus der Sai Familie betrachten. Fragen Sie sich anhand von Swamis obigen Richtlinien? Was befolgen die jugendlichen Sevadals in West Bengalen, wenn sie ihre Zeit und Energie zur Reinigung von Toiletten in Bahnhöfen aufwenden? Fragen Sie sich, was die Sevadals befolgen, wenn sie Jahr für Jahr mit größerem Eifer nach Prasanthi kommen und ihre Zeit und Liebe Swami darbringen?

Sie alle könnten ihre Freizeit auf vielfältige Weise in fröhlichen Aktivitäten verbringen, die ihnen in der heutigen Welt zur Verfügung stehen. Aber sie haben sich für Tätigkeiten entschieden, die viele Leute belächeln und nicht verstehen würden. Dies weist auf einen großen Unterschied in der Haltung und der Motivation hinter jenem Tun hin.

[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

Der griechische Philosoph

Ein bekannter griechischer Philosoph begegnete einem indischen Yogi. Im Verlauf ihrer Konversation sagte er zum Yogi: „Das wertvollste und fruchtbarste Studium ist das Studium des Menschen.“ Der Yogi pflichtete bei und fügte noch hinzu: „Aber wie kannst du den Menschen kennen, ohne Gott zu kennen?“ „Mensch erkenne dich selbst“ bedeutet daher „erkenne deine göttliche/ wahre Natur.“ Was der Yogi damit meinte, war, dass der Deha Dharma des Einzelnen nicht der höchste Zustand ist. Nur wahre Aufgeklärtheit führt zum Praktizieren von Atma Dharma.

Swami sagt:

„Der Mensch ist das Größte, die Krone der Schöpfung. Er steht über allem.“ Aber Swami sagt auch: „Der Mensch steht auf seiner gegenwärtigen Entwicklungsstufe zwischen Tier und Göttlichkeit. Er sollte nicht ruhen, bis er zur Ebene des Göttlichen aufgestiegen ist. Das richtige Studium der Menschheit ist der Mensch.“

Die Wahl zwischen Deha Dharma und Atma Dharma

Um zu verstehen, weshalb es einen beträchtlichen Unterschied gibt, müssen wir erfahren, worin der Unterschied der beiden wichtigen „Dharmas“ liegt, auf welche Swami verweist – Deha Dharma und Atma Dharma. Deha Dharma bezeichnet jene Pflichten, die wir als Mitglied der Gesellschaft erfüllen, und zwar auf der Grundlage von Kaste, Alter, Geschlecht, Nationalität und so weiter, die sich alle um den Glauben drehen, dass wir ein isolierter Körper sind. Manu, der Gesetzgeber (gilt als Stammvater der Menschheit, Anm. d. Ü.), hat die Gesetze niedergelegt; sie sind als Smritis bekannt. Natürlich wird jede Kultur ihren eigenen Codex für Moral und Ethik haben, sowie für ihre Gebräuche. Deha Dharma bezieht sich auf unser tägliches Leben und hilft, für Harmonie, Ordnung und Achtung in der Gemeinschaft zu sorgen. Deha Dharma erlaubt uns auch, uns zu erfreuen, so viel wir wollen, aber nur innerhalb moralisch-ethisch gültiger Grenzen und ohne Tadel auf uns zu ziehen. Deha Dharma führt zu den himmlischen Welten, aber auch zum Zyklus von Geburt und Tod. Deha Dharma führt uns nicht zur Befreiung.

Doch für jene auf dem spirituellen Weg winkt ein höherer Pfad, der uns schließlich von jeglicher Selbstsucht und von Wünschen befreit und auf den Pfad der Befreiung führt. Es ist dies Atma Dharma bzw. Svaha Dharma. Wir mögen Augenblicke haben, in denen wir entsprechend Atma Dharma leben (wenn auch nur vorübergehend) – wie zum Beispiel, wenn wir die Bedürfnisse einer anderen Person vor unsere eigenen stellen; wenn unser Herz den Schmerz eines anderen fühlt; oder wenn wir beschließen, unsere selbstsüchtigen Eigenschaften in Frage zu stellen und uns in Richtung eines selbstloseren Lebens zu orientieren. Dann erfahren wir den Frieden, die Seligkeit und vollkommene Zufriedenheit von Atma Dharma, einen Zustand, der völlig frei von Zweifeln, Verwirrung und Dualität jeglicher Art ist.

Ein Leben dieser Art, im permanenten Bewusstsein unseres wahren Selbst, erstrahlt stets im Dienst an anderen. Wir kennen solche Menschen als Heilige, Propheten und Yogis, die ein „göttliches“ Leben führen und Beispiele von Atma Dharma sind – stets Eins mit der nicht-dualen Wirklichkeit. Sie leben jenseits sämtlicher Kategorien (richtig/falsch und glücklich/traurig). Sie unterliegen keinen Pflichten, denn durch die Sicht des Einen in allen, sind sie in einem Zustand totaler Freiheit, wo Atma und Atma Dharma eins sind und ihr Leben einen Segen für die Welt bedeutet. Der wichtige Aspekt von diesem Dharma ist, wie Swami sagt: „den Einen in allen zu sehen und alle als Einen.“

Ein Raum voller Spiegel

Dies ständig zu sehen und zu erfahren, ist schwierig, denn wir sind im Wesentlichen durch die Vorstellung von Trennung und von „mich“ und „mein“ gebunden. In diesem Kontext gibt Swami ein anschauliches Gleichnis von einem Hund, der in einen Raum kommt, der voller Spiegel ist. Der Hund sieht sein Spiegelbild als viele verschiedene Hunde und wird wild. Je erregter er wird und bellt, umso

schlimmer wird die Situation. Schließlich geht er, völlig verwirrt, durch all die „anderen lärmenden Hunde“, die in sein Territorium eingedrungen sind.

Später kommt ein kleiner Junge in den Raum und vergnügt sich bei dieser Show; er lacht und schneidet Grimassen für sein Spiegelbild. Es ist ein höchst amüsanter Erlebnis für den Jungen, sein Spiegelbild überall zu sehen. Er sieht den Einen in allen und alle in einem. Dies ist ein ziemlich genauer Vergleich zur Vision des Nicht-Dualen.

Swami sagt: „Verändert eure Wahrnehmung der Welt, und die Welt wird sich für euch verändern.“ Viele von uns gehen durch die Welt mit Brillen des Neids, der Furcht, der Sorge, des Ärgers etc., und so erscheint die Welt als ein schrecklicher Ort. „Tragt stattdessen die Brille der Liebe“, sagt Swami. Dies wird helfen, Deha Dharma in Atma Dharma zu verwandeln.



Arjunas Dilemma und Erlösung

Eines der berühmtesten Beispiele der Verwandlung von Deha Dharma in Atma Dharma ist Arjunas Transformation durch Krischna auf dem Schlachtfeld von Kurukshetra. Swami hat offenbart, dass Krischna und Arjuna fünfundsiebzig Jahre lang unzertrennlich waren, doch zu keiner Zeit während dieser Periode lehrte Krischna Arjuna die Gita. Warum? Weil während all dieser Jahre Arjuna Krischna als seinen Schwager und engen Freund behandelte. Während all jener Jahre lebte Arjuna im „Körperbewusstsein“ (der Identifikation mit dem Körper, Anm. d. Ü.). In dem Moment, als Arjuna sich Krischna ergab, war Krischna bereit, ihn die „Göttliche Botschaft“ zu lehren. Sich (Gott) zu ergeben ist folglich die richtige Haltung, da man dadurch die übermächtige Täuschung überwindet, dass man ein „Körper-Ego“ ist, welches sämtliche Entscheidungen zum eigenen Vorteil treffen „muss“.

Swami fügt hinzu, dass Arjuna – wenngleich er erklärte, er hätte sich dem göttlichen Herrn ergeben – immer noch dem Triumvirat der Sinne, des Körpers und des Geistes unterworfen war, einer mächtigen Kombination, welche unweigerlich den Menschen in die falsche Richtung führt. Jedoch hatte er Zuflucht bei Krischna gesucht und Ihn angerufen, und der stets barmherzige Herr war nur allzu bereit, das Nötige zu tun, obwohl Arjunas Ergebenheit in diesem Stadium noch nicht vollständig gewesen sein mag! So fragt Krischna Arjuna mit strengen Worten:

„Warum jammerst du wie ein Feigling? Ist es, weil Bhishma, Drona und der Rest getötet werden? Nein, du jammerst, weil du meinst, sie seien „deine“ Männer. Es ist Egoismus, der dich jammern lässt. Die Leute weinen nicht um die Toten, sondern weil es „ihre“ Toten sind. Hast du nicht in der Vergangenheit viele getötet, die nicht „dein“ waren? Du hast nie auch nur eine Träne für sie vergossen.“

Heute weinst du, da du unter der Täuschung leidest, jene, die du vor dir siehst, seien in gewisser Weise „dein“. Wenn du schläfst, bist du von dem Gefühl „mein“ und „dein“ unberührt, und bist dir folglich nicht bewusst, was mit deinem Körper oder den Körpern jener – „deinen Männern“ – geschieht oder mit deinem Besitz, mit



Lord Krishna lehrt Arjuna die „Gita“ ...

Gegenständen, an welche du sorgenvoll denkst, solange du wach bist. „Mein“ ist das besitzergreifende Fürwort von „ich“ und folgt daher derselben Linie.

Die Grundlage der Unkenntnis, mein lieber Tor, ist deine Identifikation mit etwas, das nicht du bist, d.h. der Körper. Was für ein verdrehtes Verständnis ist das! Zur Heilung dieser Unkenntnis (Ajnana) muss Ich die Medizin des Wissens (Jnana) verabreichen.“

Den Körper mit sich (dem wahren Selbst) zu verwechseln und sich des Körpers wegen abzuwehren, als ob einem selbst (dem Selbst) etwas zugestoßen wäre, unterliegt der Täuschung. Der Körper ist nichts anderes als lediglich ein Fahrzeug für dessen Bewohner, den Atman. Der Körper ist vergänglich, wohingegen der Atman ewig ist. Wenn Arjuna die Worte „ich“ und „mein“ verwendete, meinte er damit den Körper bzw. das „niedere Selbst“, d.h. den Komplex, zu welchem der grobstoffliche physische Körper, plus der Geist (Verstand) gehört, wohingegen das Ewige und daher Bedeutungsvolle der Atman bzw. das „Wirkliche Selbst“ ist. Diese verdrehte Identifikation – auch Körperbewusstsein genannt – ist manchmal umfassend als Ego bzw. Ahamkara bezeichnet. (Ego im spirituellen Sinn bedeutet weitaus mehr, als das Wörterbuch besagt; grundsätzlich ist damit das Körperbewusstsein bzw. die Identifikation mit dem Körper gemeint.)

Was sollten wir tun, um ein wahrhaft göttliches Leben zu führen?

Arjuna war nicht der Einzige, der aufgrund des Egos litt. Wir alle sind davon betroffen, was der Grund dafür ist, dass der Tod, vor allem von Nahestehenden, unsere Gefühle heftig trifft. Was soll man also tun? Zuerst müssen wir, so wie Arjuna belehrt wurde, eine bewusste Anstrengung machen, um zu



erkennen, dass der Körper wirklich vergänglich ist. Haben wir das getan, dürfen wir dem Körper keine übermäßige Bedeutung zumessen, sondern vielmehr muss der Atman ständig in unserem Fokus bleiben. Zweitens müssen wir verstehen und akzeptieren, dass das Leben nur ein kurzes Bühnenstück ist (in einem Drama, welches der göttliche Herr geschrieben hat). Drittens dürfen wir unseren Part nicht „vermasseln“, indem wir das Skript/den Dialog vergessen (d.h. wir dürfen nicht vergessen, unsere Pflicht zu tun). Swamis diesbezüglicher Rat muss gebühlich beachtet werden:

Verrichtet alles Karma (Handlung/Pflicht) wie Akteure in einem Schauspiel; haltet dabei eure Identität getrennt und bindet euch nicht zu sehr an eure Rolle. Denkt daran, dass alles nur ein Schauspiel ist und der Herr euch eine Rolle zugeteilt hat; dort endet eure Pflicht. Er hat das Stück entworfen, und Er erfreut sich daran.

Atma Dharma mit Hilfe von Gedanken und Intellekt zu erklären, die ihrem Wesen nach dual sind, ist unmöglich. Yatho vacha nivartanthe aprapya manasa, wie die Veden erklären. Doch zu unserem Glück haben wir Swami – das beste Beispiel der Ausübung von Atma Dharma.

Swami sagt: „Ich muss keine Pflichten erfüllen, habe keine Bindungen, und dennoch bin Ich ständig aktiv.“ Swamis Handlungen sind spontan, Er sieht und kennt die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft von uns allen, und so sind folglich Seine Antworten bzw. Reaktionen unterschiedlich und unvorhersehbar für Normalsterbliche.

Dagegen lebt und handelt der sterbliche Mensch im Körperbewusstsein (Deha Dharma). Er hat einen dualen Geist (Verstand) und ist daher in Unkenntnis seiner wahren Natur. Der Zustand des Menschen liegt zwischen den beiden. Man baut kein Haus in der Mitte einer Brücke. Die Brücke muss überquert werden, um an die andere Seite zu gelangen.

Auf der gegenwärtigen Ebene des Menschen auf der Leiter der Evolution darf er nicht und sollte nicht stagnieren. Sadhana und Anstrengungen zum Aufschwung sind erforderlich. Wir sollten Deha Dharma in Atma Dharma verwandeln.

Wie ist Atma Dharma zu praktizieren?

Ein starkes Mittel zur Unterstützung dieses Prozesses ist Karma Yoga, auch bezeichnet als „Yoga des uneigennütigen Handelns“. Warum? Weil der Handelnde nicht an Belohnung interessiert ist.

Warum ist jemand, wenn das so ist, überhaupt mit Handeln befasst? Weil er dies als seine Pflicht erachtet. Natürlich ist das nicht die Art, wie sich die Leute normalerweise verhalten. Sie engagieren sich in Handlungen aufgrund ganz bestimmter Wünsche. Krischna sagte zu Arjuna – und unsere Sichtweise sollte ähnlich sein: „Trachte stets danach, deine Pflicht zu erfüllen, doch beanspruche nicht deren Früchte.“ Das ist die wirkliche Bedeutung von uneigennützigem Handeln.

Manche glauben, dass es völlig falsch und unmoralisch ist, an Belohnungen zu denken und für sie zu arbeiten. Swami hat diese Ansicht kategorisch widerlegt und gesagt:

Dies ist ein grober Fehler ... Wenn ein Mensch ein Recht hat, sich in Karma zu engagieren, hat er auch das Recht auf dessen Frucht; niemand kann dies leugnen oder ihm den Anspruch versagen. Jedoch kann der Handelnde aus freiem Willen und eigenem Beschluss ablehnen, vom Ergebnis berührt zu werden, egal ob es günstig oder ungünstig ist.

Somit ist es nicht unmoralisch, nach Belohnung von Tätigkeiten oder Bemühungen zu trachten. Jedoch, das Ganze hat einen Haken! Denn Swami sagt:

Wenn man nach den Früchten von Handlungen schießt, ist man anfällig für Sorgen, Ängstlichkeit und Ruhelosigkeit.

Das Dilemma des Sonnengottes

Das folgende Gleichnis ist voll bedeutungsschwerer Beispiele zu diesem Thema.

„Surya Deva (der Sonnengott) hatte einen Devotee, der ihn sehr verehrte. Jeden Tag bei Sonnenaufgang rezitierte der Devotee die 1008 Namen des Sonnengottes mit großem Eifer und brachte ihm seine Ehrerbietung dar. Es erübrigt sich zu betonen, dass der Sonnengott erfreut war über die Gebete des Devotees.



Doch es gab da ein Problem. Einer der vom Devotee ausgesprochenen Namen war: „O, du Erlöser, du bist der Feind der Dunkelheit.“ Dies verutzte den Sonnengott und er sagte sich: „Ich bin ein gutes Wesen, freundlich zu allen. Ich habe keine Feinde. Wer ist jener Feind, den er erwähnt? Ich muss es herausfinden.“ So wandte er sich an alle großen Götter um Hilfe. Jeder schickte ihn an verschiedene Orte der Dunkelheit, wie Patala (Hades), dunkle Höhlen, dunkle Wälder, den Grund der Ozeane etc. Wohin immer der Sonnengott sich begab, fand er nur Helligkeit und Tageslicht. Schließlich kehrt er zu seinem Wohnsitz zurück und sagt zu sich: „Dies ist eine Verirrung im Kopf des Devotees. Es gibt keine Dunkelheit. Es ist seine Illusion. Ich segne ihn, damit er davon befreit werden möge.“

Die nicht-duale Vision des Atman zerstört die Dunkelheit der Unwissenheit. Der Mensch erhebt sich über Deha Dharma und findet Frieden und Glückseligkeit im Reich des Atman. Unser Swami hatte bei verschiedenen Gelegenheiten gesagt: „Ich weiß nicht, was Sorgen, Kummer und Leid sind.“ Dies ist das sichere Merkmal von Atma Dharma. Doch wir sterbliche Devotees wenden uns an Ihn mit unseren Kummernissen, unseren Ängsten, unseren Befürchtungen, in der Hoffnung, (wenn auch nur

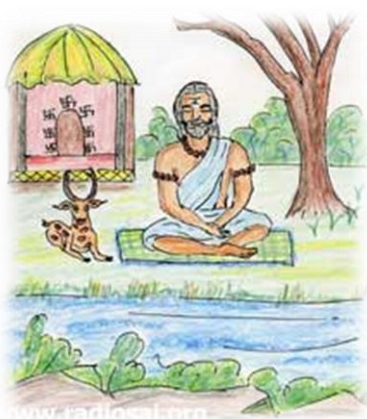
vorübergehend) Erlösung von ihnen zu erlangen. Dies sind die Begrenzungen von Deha Dharma. „Grenzenlosigkeit liegt nur im Atman“, sagt Swami.

Wir schließen mit einer interessanten Geschichte über Jadabharata aus der Zeit der Upanishaden, worin die Aspekte Deha Dharma - vor der atmischen Verwirklichung - klar herausgestellt werden.

Die Geschichte von Jadabharata

König Satyavrata der „alten“ Zeit war ein weiser und gerechter Herrscher. Sein Königreich blühte, und alle Menschen waren glücklich und wohlhabend. Die Jahre verstrichen, und der König wurde alt und übergab daher die Zügel seines Königreichs an seinen Sohn. Entsprechend der „dharmischen“ Vorgaben macht er sich auf den Weg zu den Wäldern, um dort sein Leben in Entsagung und Bußfertigkeit zu führen (vanaprastha – Lebensabschnitt von Ashram Dharma).

So groß ist die Losgelöstheit und Entsagung des Königs, dass er alle weltlichen Bindungen und allen Luxus des Lebens aufgibt. An einem Fluss baut er eine kleine Hütte für sich und führt dort ein spartanisches Leben der Entsagung, einzig der Meditation und Kontemplation hingegeben. Er ernährt sich von Kräutern, Wurzeln und Früchten, die im Wald wachsen.

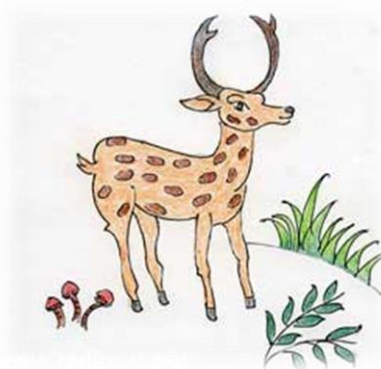


Eines Tages wird er jäh aus seiner Meditation aufgeschreckt. Ganz in seiner Nähe hört er einen Schrei und Tumult. Er öffnet seine Augen. Ein trächtiges Reh, das um sein Leben rennt, wird von einer Tigerin angesprungen. Es bricht zusammen und bringt ein Rehkitz zur Welt. Die herumschleichende Tigerin zerrt später das Reh fort. Aus Mitgefühl hebt der König das jammernde Rehkitz hoch – und beginnt damit, sich seiner anzunehmen. Er füttert es, säubert es, und das Rehkitz wird sehr anhänglich an den König.

Die Zeit nimmt ihren Lauf, und der (alternde) König wird sich der letzten Tage seines Lebens auf Erden bewusst; er liegt auf dem Sterbebett. Instinktiv legt sich das kleine Reh zu ihm und weint kummervoll. Während er Gott kontempliert, taucht ein Gedanke vor ihm auf: „Was geschieht mit diesem kleinen Reh, wenn ich gestorben bin?“ und dann macht er seinen letzten Atemzug.

„Der vorherrschende Gedanke zum Zeitpunkt des Todes bestimmt das Schicksal und das nächste Leben“, sagt Swami. Swami sowie auch Krishna erklären: „Jene, die von dieser Welt gehen mit dem OM auf ihren Lippen, gehen in Mich ein.“

Der König wird daher in seinem nächsten Leben als Hirsch geboren. Als Folge der strengen Entsagung ist sich der Hirsch seiner Vergangenheit bewusst. Er wandert alleine in der Abgeschiedenheit und besucht heilige Orte, wo immer der Name Gottes rezitiert oder gesungen wird etc. Folglich scheidet er auf diese Weise aus dem Leben. Swami sagt: „Begünstigende Umstände für das spirituelle Wachstum des Menschen in seinem nächsten Leben hängen von den Bemühungen seiner vergangenen Karmas ab.“

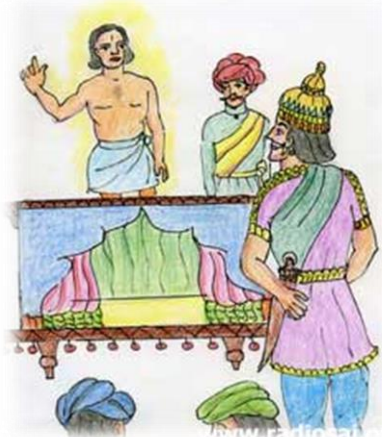


In seinem nächsten (dritten) Leben wird der König im Haus einer spirituell hoch entwickelten Brahmanen-Familie geboren; er erinnert sich an seine vergangenen Leben.

Aufgrund ausgeprägten Urteilsvermögens und Distanziertheit von der Welt erscheint der Junge seit Geburt taub zu sein, da er unempfindlich ist für weltliche Bindungen und gesellige Kontakte, denn er sieht, dass diese ihn in der Vergangenheit in Schwierigkeiten gebracht hatten.

Seine Eltern geben ihn als stummen Jungen auf, doch da er andererseits gesund und kräftig ist, ist er als Jada-bharata („jada“ bedeutet „schwer, träge, beschränkt“) bekannt.

Eines Tages sitzt Jadabharata, der nun zu einem großen jungen Mann herangewachsen war, in Gedanken verloren am Rande eines Weges auf einem Felsbrocken. Da kommt zufällig der König jenes Landes in einer von vier Männern getragenen Sänfte vorbei.



Einer der Träger hinkt, und so ruft der König den jungen Mann als Ersatzträger. Wegen seiner Größe (gegenüber den anderen Trägern) schwankt die Sänfte hin und her, weswegen der König ärgerlich wird und ihn einen Tölpel etc. nennt.

Als der König sieht, dass er nicht reagiert, droht er und zieht sein Schwert, um ihn zum Sprechen zu bewegen. Es heißt, dass Jadabharata seinen Mund zum ersten Mal öffnete und dem König mit der höchsten Philosophie antwortete.“

„Oh, König,“ sagt er, „wen nennt ihr einen Tölpel? Ist es mein Körper? In diesem Fall unterscheidet sich dieser Körper nicht von

dem eurigen oder dem Körper irgendeines anderen, da sie aus denselben Elementen bestehen. Ist es der Atman, den ihr einen Tölpel nennt? In jenem Fall ist auch der Atman Eins und nicht anders. Wen also nennt ihr einen Tölpel?“

Der König befragt ihn zu verschiedenen spirituellen Aspekten und ist erstaunt über Jadabharatas Worte. Er fällt ihm zu Füßen und bittet um Verzeihung. Später ernennt er ihn zu seinem Rajaguru, als Lehrer für das Königreich. In diesem dritten Leben erlangt Jadabharata die Erkenntnis des nicht-dualen Selbst.

Daher kann ewige Freiheit bzw. Befreiung nur durch Befolgung der Befehle des Atman bzw. des Selbst erlangt werden und nicht auf dem Weg über den Körper – Deha.

Der Körper ist, wie Swami sagt, nur ein Instrument und vergänglich wie eine Wasserblase. Wenn wir an dieses Prinzip glauben und demgemäß leben, erfahren wir wahre Freiheit. „Das Ende von Weisheit ist Freiheit“, wie Swami uns oft gesagt hat.

Buddhas Lektion über Verschwendung

Mrs. Priya Tandon, „Sunrays for Thursday“

„Nur wenn du spartanische Angewohnheiten in Bezug auf Nahrung und Kopf bewahrst, wirst du ein gutmütiges Individuum werden.“



Ein Schüler von Buddha: „Oh Meister! Ich muss eine Bitte äußern.“

Buddha: „Was ist es? Erzähle!“

Schüler: „Mein Gewand ist abgetragen. Es ist nicht mehr ansehnlich genug, um es länger zu tragen. Darf ich bitte ein neues bekommen?“



Buddha betrachtete das Gewand und fand, dass es absolut zerschissen war und eines Austausches bedurfte.

Daher bat er den Ladenbesitzer, dem Schüler ein neues Gewand auszuhändigen. Der Schüler verbeugte sich ehrfürchtig vor dem großen Meister und verließ den Raum.

Buddha sann über die Begebenheit nach. Er hatte das Gefühl, womöglich eine Gelegenheit versäumt zu haben, dem Schüler eine wertvolle Lektion zu erteilen. Also suchte er den Schüler in dessen Unterkunft auf, um mit ihm darüber zu sprechen.

Buddha: Fühlst du dich in deinem neuen Gewand wohl? Brauchst du sonst noch etwas?

Schüler: Danke Meister, ich fühle mich darin sehr wohl und benötige weiter nichts.

Buddha: Da du nun ein neues Gewand besitzt, was hast du mit dem alten gemacht?

Schüler: Ich habe es gegen meinen zerschissenen Bettüberwurf ausgetauscht.

Buddha: Was hast du mit dem alten Bettüberwurf getan?

Schüler: Meister, diesen benutze ich nun als einen Vorhang vor dem Fenster.

Buddha: Hast du den alten Fenstervorhang entsorgt?

Schüler: Meister, ich zerriss ihn in vier Stücke und benutze diese als Topflappen für die heißen Pfannen in der Küche.

Buddha: Was ist mit den alten Topflappen geschehen?

Schüler: Wir nutzen sie zum Waschen und Wischen des Fußbodens.

Buddha: Wo ist der alte Bodenwischlappen?

Schüler: Herr, der alte Mopp war dermaßen zerfetzt, dass wir aus ihm nur noch die Fäden herausziehen konnten, um damit Dochte für deine Öllampe zu fertigen. Einer davon wurde sogleich in deinem Zimmer angezündet.“

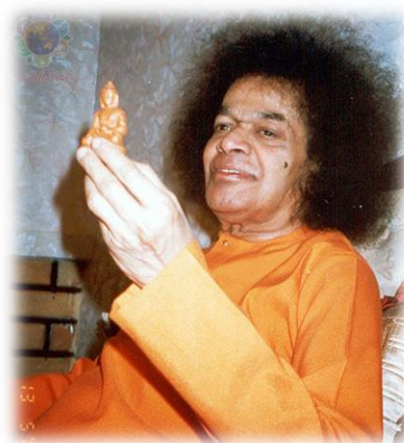
Buddha war zufrieden. Er war glücklich, dass Seine Schüler erkannten, das nichts unbrauchbar ist.

Wir können für alles eine Verwendung finden, wenn wir das nur wollen! Nichts sollte verschwendet werden, nicht einmal Zeit!

Wenn wir alle die Angewohnheit der Sparsamkeit pflegen, können wir die nicht regenerativen Ressourcen für unsere Kinder, unsere Enkel und unsere Großelken erhalten, so wie es bereits unsere Urväter so fürsorglich für uns praktizierten.

Swami sagte in einer Ansprache am 18. Juli 1996:

„Wir sollten die Natur nicht verseuchen. Heutzutage leiden die Menschen unter todbringenden Krankheiten. Gott gab uns fünf Elemente, die rein sind. Heute ist die Luft verschmutzt; auch das Wasser ist verseucht; ebenso ist die Nahrung belastet, und wir haben es mit Lärmbelästigung zu tun.“



Alle geheiligten Dinge werden vom Menschen entheiligt. Nur, wenn der Mensch die fünf Elemente auf eine heilige Art und Weise nutzt, ist er wirklich ein wahrhaftiges Lebewesen. Man sollte nicht verschwenden.

Vor einiger Zeit ergab sich eine Begebenheit im Interview Raum. Der Heimleiter Siva Sankara Sai sagte: „Swami, Dein Auge ist etwas gerötet.“

Ich antwortete: „Es ist mein Fehler. Ich verschwende kein Wasser. Die Leute waschen ihr Gesicht unter fließendem Wasser und lassen das Wasser laufen, bis die Seife komplett ab gespült ist. Ich tue das nicht; Ich öffne den Wasserhahn, wenn es erforderlich ist und schließe ihn dann umgehend. Nachdem Ich das Gesicht abgewaschen hatte und dabei war, den Hahn zuzudrehen, gelangte plötzlich etwas Seife in Mein Auge, und es rötete sich.“

Ich verschwende nicht einen Tropfen Wasser; denn Wasser ist Gott. Auch Luft ist Gott. Ihr schaltet den Ventilator ein, aber vergesst nicht, ihn auszuschalten. Sogar wenn es nicht erforderlich ist, lassen die Leute den Ventilator Tag und Nacht laufen. Das ist kein Geiz. Ich bin Einer, der Genügsamkeit (orig.: „sacrifice“) praktiziert. Man sollte nicht verschwenden, sondern nur den notwendigen Bedarf decken.“

Lasst uns sicherstellen, dass jedes Naturelement, das wir dazu nutzen, unser Leben komfortabel zu machen, nicht missbraucht oder vergeudet wird. Denn jedes von ihnen verdient es, mit Dankbarkeit gebraucht zu werden. Diese sollte allzeit unsere Einstellung sein.

Yoga versus Körperübungen

Prem Anosh



Am 11. Dezember 2014 erklärte die Vollversammlung der Vereinten Nationen den 21. Juni zum Internationalen Yoga Tag (International Yoga Day). Und so feiern wir in diesem Jahr den dritten Internationalen Yoga Tag. Unter den vielen Beiträgen, die von der alten, indischen Zivilisation für die Welt gemacht wurde, sticht der Yoga heraus als etwas, das weitreichende Zustimmung gefunden hat. Aber, ist Yoga nur eine Form körperlicher Übungen, oder ist mehr damit verbunden? In diesem Artikel wollen wir diese Frage ansprechen. Tatsächlich ist es eine Antwort auf eine Frage, die uns gestellt worden war. Das „Radio Sai Answering Booth“ ist ein Programm, das jeden Donnerstag als ein Teil unserer Donnerstags-Live-Ausstrahlung über den „Asia Stream“ ausgestrahlt wird. In diesem Programm sind Hörer eingeladen, Fragen zu stellen, die sich auf verschiedene Aspekte von Swamis Botschaften beziehen, sowie ihre praktische Anwendung im täglichen Leben. In der Show, die am 26. Januar 2017 ausgestrahlt wurde, stellte eine unserer Hörerinnen, Frau Vaishali Dinkar aus Poona, die Frage: „Was ist der Unterschied zwischen Yoga und körperlichen Übungen?“ In diesem Artikel geben wir die Antwort auf diese Frage. Da es der Internationale Yoga Tag ist, warum sollten wir da nicht versuchen zu verstehen, wie sich der Yoga von anderen Übungsformen unterscheidet und wie wir Yoga praktizieren sollten, um ein Maximum an Nutzen für uns daraus zu ziehen?



Hört euch die Folge der Sendung „Radio Sai Answering Booth“ an mit Klick auf das Mikroskop

Sai Ram. Ich nehme einmal an, dass ihr gern Swamis Deutung wissen wollt und natürlich die allgemeine Unterscheidung zwischen Yoga und körperlichen Übungen aus spiritueller Sicht, denn über das, was traditionell ein Teil des indischen Erbes ist, kann nicht gesprochen werden, ohne es aus der spirituellen Perspektive zu betrachten. Das indische kulturelle Erbe und Spiritualität sind untrennbar. Ich sollte euch wahrscheinlich warnen, dass ich in meiner Antwort mehr über Yoga als über körperliche Übungen sprechen werde. Ich werde aber versuchen, die beiden gegenüberzustellen, wann immer es in meiner Antwort möglich ist.

Was ist Yoga?

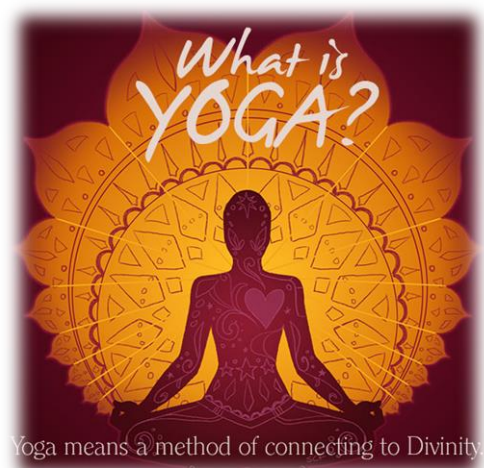
Zunächst einmal: Wenn wir „Yoga“ sagen, so beziehen wir uns tatsächlich auf die Yoga Asanas. Und die Yoga Asanas bilden gerade mal einen Aspekt der acht Aspekte von Patanjalis Ashtanga Yoga. Die acht Angas oder Teile sind Yama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana und Samadhi. Und Ashtanga Yoga ist nur einer von vielen Arten des Yogas. Also, was ist Yoga? Das Wort „Yoga“ stammt von dem Wort „Yuj“ ab, was „Joch“ oder „sich ankoppeln an“ bedeutet. Daher bedeutet Yoga in der Spiritualität eine Methode, um sich mit der Göttlichkeit zu verbinden. Anders ausgedrückt ist es ein Weg zu Gott oder ein Weg zu unserer inneren Göttlichkeit oder Selbstverwirklichung, je nachdem,

wie wir es nennen wollen. Daher haben wir in den Schriften Hinweise auf Bhakti Yoga, den Weg der Hingabe, Jnana Yoga, den Weg der Weisheit, sowie auch viele Yogas wie Karma Yoga, Raja Yoga, Sankhya Yoga usw. Also, wenn wir „Yoga“ sagen, wobei wir uns auf das gängige Yoga beziehen, das wir heute in der Welt sehen, so bedeutet dies: Von den vielen Wegen, um Gott zu erlangen, ist der Ashtanga Yoga, der uns von Patanjali gegeben wurde, nur einer und von den acht Teilen des Ashtanga Yogas ist Asanas nur einer. Und wenn wir Pranayama ebenfalls mit betrachten, beziehen wir uns bestenfalls auf ein Viertel von Patanjalis Yoga. Mit anderen Worten, Yoga Asanas und Pranyama wurden als notwendige Hilfsmittel für den Weg zu Gott einbezogen. Das Ziel ist spirituell und diese Technik, um den Körper gesund zu erhalten, war nur ein Instrument.

Ging es darum, den Körper gesund zu erhalten oder ging es um mehr? Wir kommen gleich dazu.

Die Entwicklung körperlicher Übungen

Um Yoga und körperliche Übungen miteinander zu vergleichen, müssen wir uns zuerst einmal ansehen, warum körperliche Übungen überhaupt geschaffen wurden. Wir müssen ein wenig in die Chronik körperlicher Übungen hineinschauen. Über viele, viele Jahrhunderte hatten die Zivilisationen überhaupt kein Konzept körperlicher Übungen, denn die meisten der Aktivitäten, die die Menschen im täglichen Leben verrichteten, waren für die Fitness des Körpers genug, sei es die Arbeit auf dem



Was ist Yoga? Yoga meint eine Methode, um sich mit der Göttlichkeit zu verbinden.

Bauernhof, das Roden der Wälder, Kochen, Fürsorge für das Vieh usw. Da gab es keine Notwendigkeit für Übungen und daher auch kein Konzept für Übungen. Wenn überhaupt jemand körperliches Training hatte, dann waren es die Männer in der Armee. Sie hatten Trainingscamps, um ihre Ausdauer zu verbessern, ihre Fähigkeit zu laufen, lange zu gehen, zu schwimmen, zu klettern, Training im Ringen, im Speerwerfen und Gewichtheben usw. Alle diese Aktivitäten waren nötig, um die körperliche Kraft und Ausdauer zu verbessern sowie auch bestimmte körperliche Fähigkeiten. Später wurden diese von den Griechen als Sport entwickelt. Darum waren Sportwettkämpfe anfangs nichts anderes als körperliche Übungen, die für die Kriegsführung benutzt wurden, wie Boxkämpfe, Schwertkämpfe, Laufen, Wagen- und Pferderennen usw. Dann begannen die Römer mit

dem Konzept der Sporthallen. Die zugrundeliegende Idee dahinter war, die Schönheit des menschlichen Körpers zu feiern. Sie machten ihn „modisch“ und zu einem Teil ihrer Kultur, um einen fitten, proportionalen und gutaussehenden Körper zu haben. Sie förderten dies durch öffentliche Sporthallen und sogar durch ihre Kunst, indem sie körperliche Schönheit priesen, wie wir es auch heute noch in der römischen Architektur und bei den Skulpturen sehen können. Im Laufe der Zeit wurde diese Idee der „körperlichen Fitness für alle“ propagiert, doch das allererste Motiv blieb das Vorbereitetsein für einen Krieg. Als sie herausfanden, dass ihre Länder jederzeit von allen Seiten angegriffen werden könnten, wollten sie, dass die Männer des Landes ein generelles Maß an Fitness und Ausdauer besitzen, um so in einem Zustand der Bereitschaft zu sein, sich der Armee anzuschließen, wenn und wann auch immer es nötig sein würde.

Und um die Zeit herum, als das Christentum sich auszubreiten begann, so um das 5. bis 15. Jahrhundert herum, wurde diese Idee von körperlicher Schönheit und dem Körper Wichtigkeit zuzubilligen, herausgefordert. Die Vorstellung, dass der Körper ein Beförderer von Sünde und er daher verabscheut und ignoriert werden sollte, kam in Mode. Doch Fitness für militärische Zwecke gab es weiterhin und die Übungen waren noch immer so beschaffen, dass sie den Notwendigkeiten der Kriegsführung dienten, und sogar der Sport war auf den Fähigkeiten, die für die Kriegsführung

benötigt wurden, aufgebaut. Die öffentlichen Sporthallen und regelmäßige Übungen hat man mit der Zeit wieder aufgegeben. Dann kam die Industrielle Revolution in der Mitte des 18. Jahrhunderts und mit ihr kam die Automation. Nach Jahrhunderten der Arbeit mit den Händen betraten wir langsam eine Phase sitzender Lebensstile. Natürlich geschah dies sehr langsam. Doch es war in dieser Zeit, dass Pädagogen anfangen darüber zu sprechen, körperliches Fitnesstraining in die Schulen einzuführen. Sport, Gymnastik und derartige Aktivitäten begannen populär zu werden. So sollten die Übungen in dieser Zeit die körperliche Arbeit ersetzen, die sich auf dem Rückzug befand. Und das Meiste von dem, was wir heute als Übungen ansehen, wie Jogging, in ein Fitness Studio gehen, um ein Konditionstraining zu machen usw., sind Trends, die im 20. Jahrhundert aufkamen. Und danach haben wir gesehen, was passierte. Fitness wurde zu einem riesigen Industriebereich und Kommerzialisierung in großem Stil folgte. Uns wurden Standards für die Gesundheit gegeben, wie 6-Packs, V-gestylte Körper, Größe 0 und so weiter und so weiter. Alles davon hat wenig mit guter Gesundheit zu tun und wir wurden in ein Rennen geschickt, um in diese Beschreibungen hineinzupassen, die von der Fitness Industrie angelegt worden waren, die aber tatsächlich zu einer Mode Industrie geworden war.



Der Grund dafür, warum ich in die geschichtliche Entwicklung der Körperübungen gegangen bin, liegt darin, dass wir daraus den Zweck dieser körperlichen Übungen erkennen können. Obwohl die Absicht, die ein Individuum im Geist hat, etwas ausmacht, so wird das System, das für einen bestimmten Zweck kreiert wurde, diesbezüglich ebenfalls eine dem entsprechende, innewohnende Natur haben. Daher, gemäß diesem Verständnis wurden moderne Übungen erschaffen, um die Fitness für einen Kampf zu erlangen, ein attraktives Aussehen und Gesundheit im Sinne von einem Entgegenwirken gegen die Folgen einer sitzenden Lebensweise. Natürlich wurde dabei ebenfalls die Idee, dass Übungen den Zustand des Geistes beeinflussen, festgestellt und Ärzte forderten uns auf, auch aus diesem Grund Übungen zu praktizieren. Zum Beispiel haben wir jetzt klar festgestellt, dass Endorphine freigesetzt werden, wenn wir Übungen ausführen und Endorphine helfen uns, Stress entgegenzuwirken, in einem allgemein guten Geisteszustand zu sein und so weiter. Doch überwiegend sind die physischen Übungen, wie der Name schon sagt, für den Körper gedacht und wurden daher mit dieser Absicht im Geist entwickelt.

Nun, bis jetzt habe ich nur den Entwicklungsgang aus westlicher Sicht dargestellt; und mehr noch die „populäre Kultur“. Doch war es im Osten oder dem Orient ganz anders, und auch in einigen alten Zivilisationen des Westens. Zum Beispiel hatten wir im Osten Kampfsportpraktiken, durch die immer ein größerer Kontext gelehrt wurde, als nur körperliche Fitness oder Selbstverteidigung. Aber hier wollen wir uns natürlich an den Yoga halten, denn darum geht es in dieser Frage.

Der Zweck, für den Yoga konzipiert wurde

Wenn wir hier jetzt über den Yoga oder Yoga Asanas, präziser ausgedrückt, sprechen, so lag der allererste Zweck darin, einem Menschen zu helfen, spirituell zu wachsen. Wenn daher ein System körperlicher Fitness mit der Idee konzipiert wurde, jemandem zu helfen, um spirituelle Fortschritte zu machen, wird die Herangehensweise dieses Systems total verschieden sein und auch die Weise, wie du dich selbst bewertest, wenn du Fortschritte (oder keine) machst, während du dich an das System hältst, muss dementsprechend ebenfalls verschieden sein. Also, ganz von Anfang an betrachtet: Wenn du dich als einen spirituellen Aspiranten siehst, ist es ohne Frage so, dass Yoga die bessere Option für dich ist. Aber, wenn ich mir nichts aus Spiritualität mache? Nun, ob ein Mensch behauptet auf dem spirituellen Weg zu sein oder nicht, so sind wir doch tatsächlich alle auf dem spirituellen Weg. Einige von uns sind wahrscheinlich wie Kindergartenkinder, die zur Schule gehen, aber nichts davon wissen, dass sie zur Schule gehen und werden das auch für den Rest ihrer Kindheit so weitermachen. Doch ein Schulkind, das sich in den höheren Klassen befindet, wird eine Vorstellung davon haben, worum es sich bei diesem ganzen Prozess handelt. Gleichmaßen, ob wir es nun anerkennen oder nicht, wir befinden uns alle auf dem spirituellen Weg.

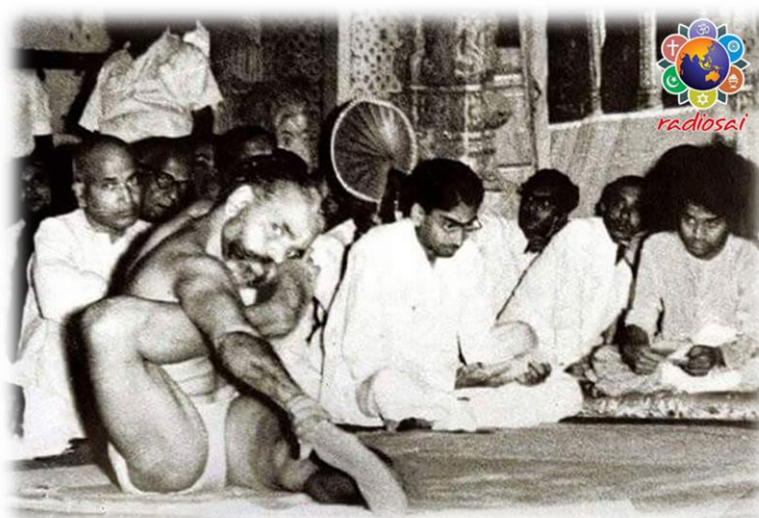


Das korrigiert dann auch eines unserer Missverständnisse über den Yoga. Wir tendieren dazu zu glauben, dass Yoga für Yogis ist, nicht für normale weltliche Menschen, wie wir es sind oder Bhogis (Anmerkung: jemand, der sinnlichen Freuden frönt). Swami sagt, dass es ein großer Fehler sei zu denken, dass Yoga nur für die Einsiedler ist und für diejenigen, die sich von der Welt zurückgezogen haben. Warum tendieren wir dazu, so zu denken? Einer der Gründe mag sein, wie wir Übungen an sich ansehen (wie in ihrer Historie dargestellt). Viele von uns mögen denken, dass diese Yogis den ganzen Tag lang sitzen und meditieren mussten. Also mussten sie einige Übungen entwickeln, um sich fit zu erhalten. Das hört sich logisch an, doch da Yoga sich niemals nur mit dem Körper befasste, ist dieses Argument falsch. Ein anderer Beweggrund, der mir einfällt, warum Yoga nicht nur einfach für die Yogis war, ist, weil im Ashtanga Yoga der erste Schritt als Yama oder „moralisches Verhalten in der Gesellschaft“ bezeichnet wird. Und Swami hat erklärt, dass Yama fünf untergeordnete Prinzipien hat: Sathya, Ahimsa, Aparigraha, Asteya, und Brahmacharya. Sathya, Ahimsa – Wahrheit und Gewaltlosigkeit; Aparigraha, Asteya – nicht stehlen und keine Geschenke begehren; und Brahmacharya – Zölibat. Ihr werdet mir zustimmen, dass die ersten vier ganz klar für Menschen, die in einer Gesellschaft leben, gedacht sind, nicht wahr? Für normale Menschen wie wir. Es kann sein, dass das Prinzip des Zölibats uns verwirren könnte. Wir mögen denken, dass das nur für Sadhus und Sanyasins sei. Aber in Swamis Vorträgen erklärt Er so schön, dass es auch verschiedene Arten von Zölibat gibt. Zum Beispiel sollte ein verheirateter Mann in der Gegenwart von Frauen, abgesehen von seiner eigenen Frau, ein Zölibatär sein. Eine verheiratete Frau sollte zölibatär sein, wenn sie sich in der Gegenwart von Männern befindet, abgesehen von ihrem eigenen Ehemann. Das bedeutet ganz klar, dass diese fünf Prinzipien in der ersten Stufe des Ashtanga Yogas, der als Yama bezeichnet wird, nicht nur für die Yogis in den Wäldern, sondern ebenfalls für uns alle sind. Also kann man sagen, dass das ganze Konzept des Ashtanga Yogas nicht nur für die Yogis kreiert worden ist. Aber seine Absicht lag nicht einfach nur in Schönheit und Stärke oder guter Gesundheit.

Das menschliche Wesen – die vedantische Herangehensweise

Um den Unterschied zwischen normalen Übungen, die, wie ich sagte, ein modernes Konzept sind, und Yoga zu verstehen, müssen wir uns anschauen, wie unterschiedlich das Konzept des menschlichen Wesens an sich ist, wenn es sich um diese beiden Herangehensweisen handelt. In der modernen Herangehensweise betrachten wir uns bestenfalls als einen Körper-Geist-Komplex. Doch was ist die vedantische Herangehensweise an ein menschliches Wesen? Es ist folgende: Im Innersten sind wir göttlich. Und dieses göttliche Innerste wird von fünf Hüllen oder fünf Koshas, wie sie im Sanskrit genannt werden, umgeben. Die herausragendste, grobe wird Annamaya Kosha oder Nahrungshülle genannt, darunter befindet sich die Pranamaya Kosha oder die Hülle der Lebensenergie. Dann kommt die Manomaya Kosha oder die Hülle des Geistes, Vijnanamaya Kosha oder die des Intellekts und die fünfte und letzte ist die Anandamaya Kosha oder die Hülle der Glückseligkeit. Also, dies ist das menschliche Wesen gemäß der alten Bharathiya Kultur. Allein das, was wir als Annamaya Kosha bezeichnen, bildet den groben physischen Körper. Daher sind physische Übungen begrenzt auf diese eine Hülle oder den physischen Körper, der nur aus Nahrung und Wasser aufgebaut ist. Bestenfalls beziehen sie sich noch auf die Hülle des Geistes.

Demnach ist die Herangehensweise des Ashtanga Yogas folgendermaßen: Wenn ein Gleichgewicht in jeder dieser Koshas aufrechterhalten wird, so ist man fähig, im Innern in die Anandamaya Kosha aufzusteigen und grenzenlose Glückseligkeit zu erfahren. Mit weiterer Anstrengung kann man sogar diesen Zustand der Glückseligkeit noch transzendieren und die innere Göttlichkeit erreichen. Und der achtstufige Yoga beabsichtigt, ein Gleichgewicht in jeder dieser Hüllen zu erlangen. Also können wir sagen, dass es sich beim Yoga nicht um Anstrengung oder das Verbrauchen von überschüssiger Energie durch Aktivität handelt, sondern um eine Methode, mit deren Hilfe wir eine bestimmte innere Balance erreichen können.



Wenn wir physische Übungen praktizieren, achten wir darauf, ob wir genug schwitzen, uns genügend anstrengen, ob wir Schmerzen an den richtigen Stellen empfinden usw. Doch wenn wir Yoga praktizieren, müssen wir uns nach einer Yoga-Sitzung erfrischt und verjüngt fühlen. Der Geist sollte sich den ganzen Tag in einem ruhigen Zustand befinden. Durch regelmäßiges Praktizieren von Yoga sollten sich Ärger und Stress bei uns verringern. Unsere Muskeln sollten sich nicht steif, sondern geschmeidig anfühlen. Darum wird ein Yogalehrer immer sagen: „Tue so viel, wie du kannst. Forciere nicht zu sehr, bleibe innerhalb deiner Möglichkeiten und mit der Zeit wirst du fähig werden, mehr zu machen und das auch noch besser zu machen.“ Dies ist so, da das Ziel des Yogas darin liegt, sich der Glückseligkeit im eigenen Innern anzunähern. Ausgeglichenheit, Verjüngung und Freude sind daher die Anzeichen von Fortschritt beim Yoga.

Pranayama und Gesundheit

Ein weiteres Merkmal, wo es einen klaren Unterschied beim Yoga gibt, ist die Wichtigkeit, die dem Atmen gegeben wird. Wie ich angeführt habe, ist Yoga nicht dafür da, sich nur mit der Annamaya Kosha zu befassen. Also, welches ist die nächste Hülle? Es ist die Pranamaya Kosha. Ferner gibt es fünf Pranas, die diese Hülle formen und primär davon ist der Atem. Swami sagt, selbst wenn du eine Meile laufen würdest, sollte dein Atem nicht ungleichmäßig werden, und dies kann durch Yoga erreicht werden. Und wie wird das inkorporiert? Ein vorrangiges Mittel ist der Pranayama. Und es wird gesagt, dass die meisten gesundheitlichen Probleme im Körper einfach durch die Praxis des Pranayamas behandelt werden können. Es gibt fünf Pranas – einen für die Verdauung, einen, der sich um die Energie und das Nervensystem kümmert, einen für die Ausscheidung, einen für die Sprache usw. Doch alle können durch einen einfachen Pranayama, der die Regulierung der Atmung erfordert, effektiv im Gleichgewicht gehalten werden. Zum Beispiel sagt Swami, dass der allgemeinste Typ der Pranayamas der Anulom Vilum ist, wo wir durch das linke Nasenloch einatmen, unseren Atem halten und dann durch das rechte Nasenloch wieder ausatmen und dann andersherum. Swami würde sagen, dass die Ida und Pingula Nadis, die genau genommen die wichtigen Teile des Wana Prana Systems sind, durch das rechte und linke Nasenloch verlaufen. Daher werden sie bei der Praxis dieser Pranayama aktiviert. Der andere übliche Pranayama ist Kapalabhati. Er hilft der Samana Prana, dem Verdauungssystem. So wird die gesamte Pranamaya Kosha durch das Ausüben von Pranayama versorgt. Und die meisten der Asanas sind ebenfalls dafür da, um die Nadis und Chakras der Pranamaya Kosha zu aktivieren.



Abgesehen von dieser selbstständigen Atemübung wird sogar bei der Durchführung der Asanas empfohlen, einem bestimmten Atemschema zu folgen. Natürlich sind die modernen Varianten des Yogas anders als diese. Zum Beispiel glaube ich, dass der bekannte Iyengar Yoga nicht darauf besteht, dass ein bestimmtes Atemmuster ganz strikt bei den Asanas eingehalten werden sollte. Doch der traditionelle Patanjali Yoga hatte Pranayama bis zu dem Ausmaß, dass er in die Positionen selbst mit integriert worden war. Also, einfach diese zwei Aspekte des Ashtanga Yogas, Asanas und Pranayama können sich um den groben Körper und auch um das Energiesystem im Innern kümmern. Und wenn diese beiden im Gleichgewicht sind, so wird auch der Geist überwiegend ruhig sein.

Yoga ohne Disziplin ist unvollständig

Für vollkommene Gesundheit, körperlich, mental und psychologisch, sollten zumindest die ersten vier Stufen von Patanjalis Yoga praktiziert werden. Diese sind Yama, Niyama, Asanas und Pranayama. Da Yama und Niyama Hilfsmittel zur Disziplin sind, ist Yama, so wie ich ihn erklärt habe, eine Disziplin für die Interaktionen mit der Gesellschaft und Niyama ein Hilfsmittel zur Selbstdisziplin. Sei es Sauberkeit, Begrenzung der Wünsche, Disziplin beim Essen und bei Gewohnheiten, sie alle gehören zum Niyama. Und wie Swami sagt: Na Shreyo Niyamam Vina – ohne Selbstbegrenzung und Selbstdisziplin kann es kein Wohlbefinden geben. Daher, um wirklich Gesundheit auszudrücken, so wie sie von der WHO (Weltgesundheitsorganisation) beschrieben wird, nämlich als ein Zustand von

vollkommenem körperlichen, mentalen und sozialen Wohlbefinden, und nicht nur als eine Abwesenheit von Krankheit oder Gebrechlichkeit, müssen wir Yama, Niyama, Asanas und Pranayama, so gut wir es vermögen, praktizieren. Wenn wir jedoch bewusst fortschreiten möchten, um unsere Göttlichkeit bewusst zu entdecken, dann sind die nächsten drei Stufen zwingend notwendig. Diese sind Pratyahara oder langsames Zurückziehen der Sinne von den Objekten, von denen sie sich angezogen fühlen. Als nächstes kommt Dhyana oder Meditation. Und dies wird schließlich zu Samadhi führen. Samadhi bedeutet nicht Tod oder das Ende des Lebens. Es ist die totale Absorption ins Selbst, ein Zustand von absolutem, ungestörtem Frieden – der Zustand der Vereinigung mit dem Göttlichen. Es ist ein Zustand höchster Stille und Ausgeglichenheit. Es wird mit Recht gesagt, dass die ersten vier Stufen des Ashtanga Yogas Bahiranga sind oder äußere Aspekte und die letzten vier sind Antaranga oder innere Aspekte.



Text im Bild: Yoga kann Wohltaten schenken, die weitaus tiefergehend sind, als nur körperliche Gesundheit.

Ich werde nach nur einem weiteren Punkt zum Schluss kommen. Ich hatte angeführt, dass die Absicht für die Erschaffung dieser Systeme wichtig sei. Trotzdem kann ich Yoga allein dafür benutzen, um einen attraktiven Körper zu bekommen, ja, Yoga wird sogar dann helfen, wenn man ihn allein um der körperlichen Fitness oder Attraktivität willen ausübt. Doch dann wäre es, wie Swami sagt, einen Kalpavriksham (Wunscherfüllungsbaum) allein dafür zu benutzen, Kaffeepulver zu erhalten. Ein Kalpavriksham wird dir tatsächlich Kaffeepulver geben, wenn du darum bittest; doch das ist nicht alles, was der Baum kann. Diese Begrenzung bezieht sich auf unsere Benutzungsabsicht. Genauso mögen manche Menschen regelmäßig körperliche Übungen mit der klaren Absicht ausführen, die Gesundheit aufrechtzuerhalten, um sich somit auf höhere Ziele konzentrieren zu können. Ich bin mir sicher, dass sie davon profitieren werden. Aber, wie Swami sagt, ist dieses System des Yogas so allumfassend, dass die Schwachen es ausführen können, die Kranken es übernehmen können und selbst die Alten und Gebrechlichen können davon profitieren. Dieses System ist von Weisen erschaffen worden, die den menschlichen Körper umfassend verstanden haben. Swami sagt in einem Diskurs, dass wir diese Wissenschaft vollständig vergessen haben. Einige haben sie in den Westen exportiert, haben davon profitiert und haben uns gesagt, dass sie so wohltuend sei. Und dann haben wir damit begonnen, sie anzuwenden. Es ist in der Tat zum Erbarmen, dass wir den Schatz nicht beachten, dessen Erben wir alle sind.

Daher ist der Yoga definitiv ein weit umfassenderes System für Fitness und ebenso für das allgemeine Wohlbefinden

Das Wunder des Gebets

Purnendu Dutta, M. D.

Dies sind die Erlebnisse von Dr. Dutta, so wie im Buch „Inspired Medicine“ geschildert, welches Judy Warner verlegte und Leela Press in USA veröffentlichte. Radio Sai präsentiert nun Auszüge eines Artikels von Dr. Purnendu Dutta, M. D. Radio Sai dankt beiden; dem Verleger und dem Herausgeber für die Erlaubnis, die Leser an diesen Auszügen aus dem Buch teilhaben zu lassen.



Dr. Dutta wurde in Kalkutta geboren und hat in dieser Stadt das Institut für medizinische Studien besucht. Später ging er nach England zu weiteren Studien und wurde Mitglied des „Royal College of Surgeons“ (Königliches College für Chirurgie). Dann erhielt er eine Einladung aus Amerika (USA)

und nahm eine Position auf dem Sektor der Forschung an der „University of Minnesota“ an. Seither lebt er in Amerika.

Seit seiner Kindheit war Dr. Dutta sehr religiös; er betete immer zu Durga, jener Göttin, die in Indien als Universale Mutter verehrt wird. Dies half ihm sehr, denn die verborgene Hand des Göttlichen führte Dr. Dutta stets, wenn er es mit besonders komplizierten medizinischen Fällen zu tun hatte.

Dr. Dutta kam im Jahr 1985 zu Bhagavan Baba; seine erste Reise nach Puttaparthi machte er 1987. Da wusste er, wer ihn all die Jahre begleitet und geführt hat. Seit jener Zeit hatte Dr. Dutta sogar noch mehr wundersame Erlebnisse mit Patienten.

„In allem, was ich tue, habe ich Babas Gegenwart und Führung gespürt. Ich bitte ständig um Seine Erlaubnis und Hilfe. Ich habe keine Angst, schwerkranke Patienten zu behandeln, da ich weiß, dass Baba das große Leuchtfeuer und der Wegweiser bei mir sein wird und mir Mut und Inspiration verleiht. Es gibt zahlreiche Fälle in meiner Praxis, als äußerst schwierige Situationen durch eine unerklärliche übernatürliche Intervention überwunden wurden. Ich schreibe dies Baba zu. Für mich ist Gott Baba und Baba ist Gott. Es ist alles Babas Leela bzw. göttliches Spiel. Sämtliche nachfolgend geschilderten medizinischen Fälle zeigen die aktive Hilfe, welche Baba mir im Verlauf der Jahre zukommen ließ.

Da war ein Mann im mittleren Alter, den ich wegen Magengeschwüren zu behandeln begann. Bald entwickelte sich ein Tumor in seiner Nebenschilddrüse und mit einem hohen Kalziumgehalt in seinem Blut. Ich entfernte sehr erfolgreich den Tumor aus seinem Hals. Das Magengeschwür verschlechterte sich, und bald zeigte die Diagnose Tumore in seiner Bauchspeicheldrüse, die für erhöhte Produktion von Magensäure und die Magengeschwüre verantwortlich waren. Eine Totaloperation seines Magens war erforderlich – eine drastische Maßnahme. Auch hatte er eine Anämie, und damit bestand ein erhöhtes OP-Risiko. Andere Chirurgen waren skeptisch bezüglich dieses Eingriffs. Ich stellte den Fall einem Forum von Ärzten und Chirurgen vor. Einstimmig wurde eine rein medikamentöse Behandlung vorgeschlagen und von erhöhten chirurgischen Risiken abgeraten. An diesem Punkt war ich sehr entmutigt und niedergeschlagen, denn der Patient würde für den Rest seines Lebens schrecklich leiden müssen. Ich begann zu Baba zu beten und um Hilfe zu bitten und sammelte den Mut, das Richtige zu tun, was eine Operation bedeutete. Ich verbrachte einige schlaflose Nächte im Krankenhaus bei der Pflege dieses kranken Mannes und betete unentwegt für sein Leben. Meine Gebete wurden erhört, und er überlebte. Das Ergebnis war überwältigend.

Als nächstes schildere ich den Fall eines Mannes mittleren Alters, dem Frisör des Krankenhauses, in dem ich arbeitete. Wie die meisten Frisöre war dieser Mann sehr freundlich und bei allen beliebt. Er hatte einen kleinen Laden im Untergeschoss des Krankenhauses. Die Krankenhausmitarbeiter und Patienten waren seine Kunden. Eines Tages rief der Leiter der urologischen Abteilung an, um mir zu sagen, dass bei dem Frisör - der sein Freund war - Unterleibskrebs im fortgeschrittenen Stadium festgestellt worden war und nach Meinung seiner Ärzte nichts mehr für ihn getan werden konnte. Er litt unter extremen Schmerzen und war nicht in der Lage, normal zu essen. Der Frisör tat mir leid, da er nun dem natürlichen Verlauf der furchtbaren Krankheit ausgeliefert war. Ich hoffte, mein Freund, ein Urologe, könne helfen. Ich begann intensiv zu Baba zu beten, Er möge mir Einblicke in das Problem dieses Patienten gewähren. Ich erklärte mich bereit, den Patienten zu untersuchen und bestätigte die Diagnose Magenkrebs, der sich auf die umgebenden Organe ausgebreitet haben könnte. Zu jener Zeit gab es noch keine Computer-Tomographie. Nach noch mehr Gebeten zu Baba fasste ich Mut und erklärte der Familie, dass ich den Unterleib des Patienten näher untersuchen wolle, in der Hoffnung, etwas für ihn tun zu können. Während der Operation zeigte sich, dass der Tumor in einen Teil des angrenzenden Dickdarms eingedrungen war, wie auch in die Bauchspeicheldrüse und deren Ausgang. Ich hatte bisher keinerlei Erfahrung in einer Block-OP dieser Größenordnung. Beinahe gab ich auf. Ich betete intensiv zu Baba und bat um Hilfe und Führung. Plötzlich spürte ich eine Kraft, und da wusste ich, dass diese Operation die einzige Chance des Mannes war, wenn er Erleichterung der Symptome bekommen sollte. Ich entfernte den größten Teil seines Magens, einen Teil seines Dickdarms und seiner Bauchspeicheldrüse in einem Block. Dies war keineswegs eine Heilung bedingende Operation. Bestenfalls war sie krankheitsmildernd. Jedoch war der Mann imstande zu essen und sogar an Gewicht zu gewinnen und frei von Schmerzen. Er lebte nach dem chirurgischen Eingriff noch achtzehn Monate und war sogar in der Lage, seinen familiären Pflichten nachzukommen, bevor er schließlich friedlich hinüberging. Nur Babas Hilfe hatte dies möglich gemacht.

Eine junge afrikanische Frau Ende Zwanzig wurde wegen massiven Blutungen des oberen Magen-Darm-Traktes zur Notaufnahme gebracht. Ich hatte Dienst, und die Leute wussten von meinen Fähigkeiten bei der Endoskopie. Nach anfänglicher Wiederbelebung und erforderlicher Bluttransfusion, schaute ich mit dem Endoskop in ihre Speiseröhre und ihren Magen. Sie blutete aus Oberflächengeschwüren im Magen. Auch hatte sie „Krampfadern“ in der Speiseröhre, doch bluteten diese nicht. Ich behandelte sie mit konservativen Mitteln. Die Blutungen hörten auf, und sie erholte sich sogleich. Nach fünf Tagen blutete sie erneut heftig. Als ich sie wieder untersuchte, stellte ich fest, dass zwar dieses Mal ihre Magengeschwüre nicht bluteten, die starke Blutung aber von den Krampfadern in der Speiseröhre herrührte; nämlich kirschgroßen Blutgefäßen im unteren Bereich der Speiseröhre. Ich behandelte sie mit konservativen Maßnahmen von Bluttransfusionen und intravenösen Infusionen. Sie blutete weiter. Ich verbrachte ganze Nächte im Krankenhaus mit Bemühungen, sie wieder zu beleben. Sie lag währenddessen auf der Intensivstation und wurde auf intravenösem Weg ernährt. Inzwischen hatte sie zahlreiche Bluttransfusionen und verschiedene blutbildende Mittel erhalten. Für eine Operation war sie ein großes Risiko. Alle rieten zu konservativen medizinischen Maßnahmen. Ich spürte, dass das Leben dieser Frau bedroht war. Sie war die Mutter von zwei sehr kleinen Kindern. Ich betete zu Baba um Hilfe. Ich dachte, dass ein chirurgischer Eingriff – wenngleich äußerst riskant – ihre einzige Chance aus der Situation heraus war. Als sich ihr Zustand weiter verschlechterte, intensivierte ich meine Gebete. Baba verlieh mir schließlich den Mut, sie zu operieren. Bei diesem Eingriff musste ich einen Bypass zwischen Pforte und Blutkreislauf schaffen, was in der Tat einen größeren Eingriff und ein großes Risiko nach den starken Blutungen bedeutete. Bei der Untersuchung konnte ich keine Portalvene finden, aufgrund einer kavitären Missbildung der Pfortenbildung. Schließlich entschloss ich mich zu einem „mesocavalen“ Shunt (Nebenanschluss) mit einem „H“ Transplantat aus einem synthetischen Material mit der Bezeichnung „Gortex“. Dies erforderte die Verbindung zweier großer Venen mit diesem künstlichen Schlauch, um den Durchfluss des Blutes zu gewährleisten und auf diese Weise

den Verschluss zu umgehen. Während der gesamten Prozedur betete ich still und bat, Licht möge in diese schwierige Situation strömen. Baba war gütig genug, mir zu helfen. Die Patientin überlebte und auch achtzehn Jahre später geht es ihr gut. Die Familie möchte mir das Verdienst dafür zuschreiben, doch es ist mir gelungen, sie zu überzeugen, dass Gott es war, der ihr Leben rettete.

Eine ältere afrikanische Frau mit einem armen sozial-ökonomischen Hintergrund wurde zu meiner Behandlung eingeliefert. Sie hatte durch Diabetes bedingten Wundbrand an beiden Füßen, und ihre Ärzte empfahlen die Amputation ihrer Beine. Ich präsentierte den Fall in unserer Klinik-Konferenz. Alle Ärzte empfahlen eine Amputation. Ich betete für diese Frau zu Baba und bat Ihn, Ihre Beine und Füße zu retten. Ich kontrollierte ihren Zuckerwert, entfernte totes Gewebe und machte zahlreiche Einschnitte in den Füßen zur besseren Drainage infizierter Absonderungen. Wieder zeigte sich dies zu unseren Gunsten, aber nur aufgrund der vielen Gebete. Die Frau konnte nach vier Monaten zu Fuß das Krankenhaus verlassen. Die Beine dieser Patientin wurden gerettet, weil Baba meine Gebete erhört hatte.

Ich habe immer an Gott geglaubt und zu Ihm gebetet. Nachdem ich Lord Sai im Jahr 1985 so tief berührend erfahren habe, erkannte ich, dass Baba der Allerhöchste ist. Alle Formen Gottes sind Sein.



Seit damals bete ich nur zu Baba. Vor der Entfaltung meiner innigen Nähe zu Baba verließ ich mich in meinem Leben eher auf mein medizinisch-technisches Wissen, als auf die Macht des Gebets bei meiner Ausübung der Medizin und Chirurgie.

Mein Beruf als Arzt gab und gibt mir die einzigartige Gelegenheit, den Kranken und Bedürftigen zu dienen. Jetzt empfinde ich bei der Behandlung meiner Patienten, dass ich in Babas Dienst stehe. Ich bringe dem göttlichen Herrn Sai meine

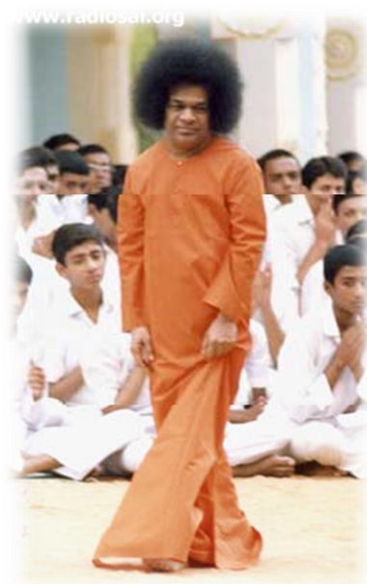
dankbare Ehrerbietung für seine ständige Führung und seine Wunder der Heilung in meiner medizinischen Praxis dar.“

Der unvergleichliche kosmische Glanz

Wenn Gott zum Guru wird ...

Seine Präsenz

Wie oft haben wir es erfahren? Die erhabene Stille in der Halle ist plötzlich erfüllt mit beruhigender Musik und sonorem Gesang von vedischen Hymnen, alle Augen sind in eine Richtung gewandt, ohne sich abzuwenden, in voller Konzentration, es existiert ein erstaunlicher Fokus in jedermanns Gedanken und Vision, nicht der Bruchteil einer Sekunde darf verpasst werden, jede Millisekunde ist kostbar, jeder Moment ein Segen und während jeder Moment verstreicht, ist jedes Atom unseres Selbst davon erfüllt, jede Zelle unseres Körpers ist ruhig und gesammelt, wie ein großer Asket, der in Meditation versunken ist, sind wir berührt von dem seltenen Gefühl der Erfüllung. Das ist etwas, was nie in der äußeren Welt erreicht werden kann; wir haben uns so losgelöst von der Welt, an die wir uns noch vor ein paar Minuten geklammert hatten wie ein Blutegel an sein Opfer; wir sind erfüllt von so viel Losgelöstheit, alle Reichtümer der Welt können uns nicht dazu verführen, uns diesen Augenblick wegzunehmen.



Die Kraft der Präsenz

Da ist so viel Stille in uns, da ist so ein Frieden, die Art von Frieden, die uns fühlen lässt, das wir nicht mehr von unseren Sinnen kontrolliert werden; wir sind mächtig und dennoch still, und wir möchten, dass dieser Moment Ewigkeit wird, wir wollen nur in dieser Erfahrung versinken, in dieser Umgebung, in dieser feinstofflichen Schwingung, wollen wir uns in diesen Momenten für immer verlieren, in dieser Seligkeit erleben wir so viel!

Aber Swami hat noch nicht einmal ein Wort zu uns gesagt. Er hat uns nicht in die Augen geschaut, Er ist nicht nahe zu uns herangekommen und hat noch nicht unseren Brief genommen oder unseren Problemen zugehört. Er ist gerade erst aus Seiner Residenz herausgekommen und bewegte sich unter uns. Nein, noch nicht einmal das – Er ist gerade erst aus Seinem Auto ausgestiegen und sitzt ein paar Meter weg von uns, still und erhaben wie immer auf Seinem Sofa.

Da ist absolut keine Kommunikation, aber dennoch wird so viel vermittelt, so viel wird empfangen und so viel wird gegeben, da wird so viel erreicht mit so wenig Anstrengung, da wird so viel gelernt, ohne dass ein Wort gesprochen wird und da ist so viel Fortschritt in so wenigen Augenblicken.

Haben wir uns nicht unzählige Male so gefühlt, wenn wir die unbezahlbare Gelegenheit hatten, den Herrn vor uns zu sehen? Wie dankbar haben wir uns gefühlt? Wie wir Sein Gesicht mit Ehrfurcht betrachten, jedes Mal, wenn Er herauskommt – selbst wenn wir Ihn hunderttausend Mal vorher gesehen haben? Wie die Quelle der Liebe, Dankbarkeit und Verehrung in uns hervorsprudelt und uns darin versinken lässt, wenn wir so nahe sind, dem „Weltall komprimiert in eine so kleine Form.“

Erstaunliche Gnade

Frau Hagit Marom aus Israel sagt, sich erinnernd an ihre erste Begegnung mit Bhagavan:

„Wie kann ich die Fülle der Gnade, die ich empfang, in Worten beschreiben ...? Ich hörte drei Tage lang nicht auf zu weinen aus lauter Glückseligkeit. Alle Bruchstücke meines Lebens waren zusammengefügt ... Ich kam zu Swami als ein Mensch, der gelegentlich zu Meditations-Urlauben ging. Ich kam zurück von ihm im Wissen, das dies das Leben ist, das zu leben ich gekommen bin. Das dies der Sinn war, nach dem ich immer gesucht hatte. Das ist der Meister, den ich wollte, der mich

alles lehren würde, was ich wissen sollte. Mein Herz floss über voller Dankbarkeit (und das immer noch) und ich fragte mich: Warum ich? So viele Menschen gaben so viel für diese Welt und ich erhielt diese erstaunliche Gnade. Die Stimme in mir, die jetzt einen Namen und eine Form hatte, antwortete: „All das ist Karma und die Gnade Gottes.“

Ich wusste, dass die einzige Art und Weise, in der ich meine Dankbarkeit zeigen könnte, die ist mitzuteilen, was mir geschenkt wurde, jedem, der es hören möchte. Das ist, was ich seit jenem glücksbringenden Tag in meinem Leben tue, jedes Mal ein bisschen mehr, dank der Gnade und dem Willen der Verkörperung der Liebe auf dieser Erde, Sri Sathya Sai Baba, mein Herr der Gnade. Ich danke Dir jetzt und in alle Ewigkeit für diese wunderbare Gnade, die wir von Dir erhalten haben, dass Du dich inkarniert hast in unserer Lebenszeit, unsere Herzen berührt und transformiert hast, um uns das größte aller Geschenke zu geben, unser Selbst.“

Ja, das ist es, was der Sadguru (der höchste Lehrer) tut. Er lehrt uns, transformiert uns und gibt uns unser „Selbst“ zurück. All das passiert in wenigen Minuten, nein, manchmal sogar in einem Augenblick, wenn wir in der Nähe des Sadgurus sind; etwas, was Jahre und Leben dauern würde unter jedem normalen Lehrer. Lasst uns ein wenig mehr die Rolle eines Sadgurus betrachten?

Sadguru – Seine Mission und seine Methoden

Ist Er derjenige, der uns ein Mantra oder die Veden lehrt? Ist Er derjenige, der für uns die Eigenschaften der Dinge erforscht? Swami sagt:

„Die wahre Bedeutung von Guru ist: „der, der die Dunkelheit der Unwissenheit zerstreut.“ „Gu“ bedeutet „Dunkelheit des Unwissens“ und „ru“ bedeutet „der, der etwas entfernt“.



Das Bild, das Baba für den verstorbenen G. V. Subba Rao geschaffen hat, um Seine „Wahre Form“ zu zeigen.

Und um dieses Ziel zu erreichen, benutzt der Sadguru Methoden und Strategien, die so einzigartig sind wie jeder einzelne Mensch auf der Erde. Für Seshagiri Rao, der nur sehr zögernd zu Swami kam (mehr aus Zwang und nur weil er keine andere Wahl hatte, als seine Töchter nach Puttaparthi zu begleiten) - das war zu einer Zeit als Swami noch ein Teenager war - war es nur ein Darshan von Swami, bei dem er ihn nicht als 16-jährigen Jungen sah, der seine Göttlichkeit proklamierte, sondern als genau den Gott Shiva (vollständig mit Mond und drittem Auge), den er seit fünfzig Jahren mit großer Verehrung anbetete! Sri Seshagiri Rao verließ Puttaparthi nie wieder von dem Tag bis zu seinem Ende.

Für Renate Kuchardt, die ihre Suche nach der Wahrheit im Jahre 1969 begann, war es zwei Dekaden später keine besondere Vision. Sondern nur der übliche Darshan mit einer besonderen Wendung, die die Dunkelheit in ihrer Seele für immer verbannte.

„Im August 1988 reiste ich zum ersten Mal nach Indien, um Sai Baba zu sehen“, sagt sie, „ich war noch keine Devotee, aber war sehr begierig, Ihn zu sehen, nachdem ich Ihn 18 Jahre zuvor im Deutschen Fernsehen gesehen hatte. Jedoch bevor ich ankam, hatte Baba seine Hüfte gebrochen und zeigte sich deshalb nicht.“

Er kam nur heraus, um Darshan zu geben und eine Rede zu halten zu Krishnas Geburtstag. Ich war so glücklich, bei dieser Feier einen Sitzplatz ganz vorne zu bekommen, was es mir ermöglichte, Ihn sehr nahe zu sehen und zu erleben.

Zwei Stunden lang beobachtete ich Ihn, wie Er stehend eine Rede hielt – mit einer gebrochenen Hüfte. Das überraschte mich völlig. Es gibt keine Worte, die beschreiben, was ich für Ihn empfand. Ich wusste dann, dass Er mein Weg war. Ich verließ den Aschram als Devotee und mit dem Wunsch, Ihn in Seiner vollen Größe zu sehen.

Wie viele Menschen haben Licht, Liebe, Frieden, Erfüllung und Freude gefunden, nur durch Seine Gegenwart? Es geschieht alles auf so geheimnisvolle Weise, so still im Herzen und der Seele jedes Individuums, das von Ihm berührt wird.

Wir sind so gesegnet!

„Eine andere Bedeutung für „Guru“, sagt Swami, „ist „derjenige, der das Guri (das Ziel) dem Schüler enthüllt.“ Er schafft dies dadurch, dass er die Dunkelheit des Unwissens entfernt. Guri bezieht sich hier auf das Atmische (Göttliche) Prinzip, das in jedem menschlichen Wesen vorhanden ist. Der wahre Guru, der das Atmische Prinzip enthüllen kann, ist ein Jnaanamurthy (Verkörperung der Weisheit); Er ist wahrhaftig die Verkörperung der Göttlichen Prinzipien; und Er ist derjenige, der eine Form annimmt, um diese den Schüler zu lehren, Er ist Gott selbst.“

Wie tiefgreifend dies ist und wie gesegnet wir sind! Was wir haben, ist nicht ein Sadguru, der Gott ähnlich ist, sondern Gott, der herabgestiegen ist, um verschiedene Rollen für uns zu spielen, die allererste und die wichtigste Rolle ist die, unser wahrer Führer zu sein, das vollkommene Vorbild, ein Lehrer jenseits aller Vorstellungskraft.

Eine Enthüllung gültig für ein ganzes Leben – Dr. Anil Kumar

Es war in den frühen achtziger Jahren, 1981 oder 1982, als Swami in den Sommer-Monaten sich in Puttaparthi aufhielt. Nicht wie heutzutage, wo Swami fast in allen Sommern in Bangalore oder Kodai Kanal ist; damals pflegte Swami einige Sommer lang sich in Puttaparthi aufzuhalten. Mit ein paar Ausnahmen waren fast alle Studenten nach Hause gefahren.

Diese wenigen Studenten, die etwa ein Dutzend oder zwei vom Bangalore Campus des Instituts miteinschloss, hatten sich entschieden, ihre Ferien mit Swami in Puttaparthi zu verbringen. Sich an diese Tage erinnernd und das Ehrfurcht einflößende und enthüllende Erlebnis, welches er hatte, welches sein Leben, seine Gedanken und Gefühle für Swami von Grund auf für immer veränderte, sagt Dr. Anil Kumar, damals Student und jetzt Professor an Swamis Universität:

„Wie wundervoll waren diese Tage! Es waren so wenige von uns im Mandir, vielleicht gerade mal dreißig oder vierzig von uns, und wir hatten den ganzen Terrassenvorraum für uns selbst. Wir saßen alle weit verstreut, jeder einen Meter oder mehr entfernt von dem anderen, nicht um den ganzen Platz zu belegen, sondern damit wir einen individuellen Platz für uns hatten, so dass, wenn Swami herauskäme, wir Seine ganz persönliche Aufmerksamkeit haben könnten. Und Er kam so oft zu uns, und wie kostbar waren diese Interaktionen!“

„Eines Tages rief Swami ein Dutzend von uns, die alle vom Bangalore Instituts-Campus waren, in den Interview-Raum. Es war eine sehr intime Sitzung, in der Swami in großer Ausführlichkeit erklärte, dass wir mit Hingabe während der Bhajans singen müssen, und noch wichtiger, wie wir die Gottheit visualisieren müssen und die Bedeutung des Bhajans verstehen müssen, während wir singen und uns



Der Allwissende – immer lächelnd

völlig diesem Bhajan hingeben. Dieser Rat von Swami berührte mich, und mit großem Ernst begann ich, dies in jeder Bhajan Sitzung zu üben.

In jenen Tagen fanden die Bhajan Sessions üblicherweise um etwa 11 Uhr morgens statt und Swami fuhr oft mit seinem Auto am Morgen irgendwohin, wohin nur Er wusste. An diesem besonderen



Derselbe Swami – innen und außen

Morgen war Er wie üblich ausgefahren und die Bhajans fingen an. Ich saß im Mandir und nahm mit Begeisterung an den Bhajans teil, und entsprechend seiner Anweisung begann ich, während ich sang, zu visualisieren. Für mich war Swami Rama, Krischna, Devi, Guru, alles. So ließ ich den Bhajan jede Gottheit verehren, während ich beständig vor meinem inneren Auge Swami sah.

Tatsächlich war ich so vollständig eingetaucht in dieses feinstoffliche Gefühl, und während die Bhajans weitergingen, war ich in einer ganz anderen Sphäre, wo ich mir Swami vorstellte, wie Er sich von einer zur anderen Seite hin und her wiegte, im Rhythmus mit meinem Herzschlag, Seine Hände hinter Seinem Rücken gefaltet, ein sanftes himmlisches Lächeln auf Seinen Lippen, Sein Gesicht so strahlend, so bezaubernd und liebenswert ... Ich war völlig versunken.

So selbstvergessen war ich gegenüber dem, was um mich herum geschah, dass ich nicht einmal realisierte, dass Swami, nachdem Er von seiner Ausfahrt zurückgekommen war, direkt vor mir stand! Ich saß da, so vollständig versunken in meiner göttlichen Verträumtheit, mit Swami so schön und sanft von einer Seite zur anderen wiegend in meinem Geist, und Swami war körperlich da, direkt vor mir, exakt widerspiegelnd, was in meiner Vorstellung eine ganze Minute lang ablief. Als ich meine Augen wegen einiger Geräusche öffnete, war ich offensichtlich wie verzaubert, sprachlos.

Aber was alles übertraf an diesem beeindruckenden Morgen war, was Swami sagte, indem Er in meine Augen schaute mit einem allwissenden liebevollen Lächeln, das auf seinen Lippen tanzte. Er sagte: „Innen Swami, außen Swami - Ein und Derselbe.“

Meine Haare standen mir zu Berge! Was für eine Enthüllung! Wer kann dir eine solche Erfahrung schenken außer Sai, der Sadguru, der allwissend, allgegenwärtig, jenseits von Verstand, Logik, Realität und dem Universum ist.“

Niemals endende zauberhafte Augenblicke mit dem Sadguru

Erlebnisse wie diese gibt es unzählige. Der ehemalige Sri G. V. Subba Rao, ein großer vedischer Gelehrter, der für die UN Energie Abteilung jahrzehntelang arbeitete, bevor er sich in Puttaparthi zur Ruhe setzte, erzählt in einem seiner vielen Zeitschriftenartikel.

„Einmal, es war gerade im Moment meiner Abreise von Puttaparthi - ich war in Eile, um ein Flugzeug am gleichen Morgen in Bangalore zu erwischen - wurde ich von Swami in Sein im oberen Stockwerk gelegenes, bescheidenes Wohn-, Schlafzimmer im Mandir in Prasanthi gerufen.

Ich hatte niemandem erzählt, dass ich die Taittiriya Upanischad (eine heilige vedische Schrift) während meiner freien Zeit an Wochenenden in Delhi studierte (wo ich damals ein ortsansässiger Repräsentant einer UN Behörde war). Baba, in Seiner unendlichen Güte, erläuterte für nahezu eine Stunde die Essenz dieser berühmten Upanischad.

Als ich anfang, das alles niederzuschreiben, bemerkte Baba, dass keine Notwendigkeit bestünde, Notizen zu machen. Er versicherte mir, dass, wenn ich es benötigte, ich mich automatisch an Seine Lehren wieder erinnern würde!

Während Baba so weitere Erklärungen gab, kam Sri Kasturiji, der Herausgeber der Aschram Zeitschrift, nach oben, um Baba um Seinen Artikel für den monatlichen Sanathana Sarathi zu bitten, der nun in Druck gehen sollte. Swami, mit einem Kreisen Seiner Hand, materialisierte den Artikel und gab ihn Sri Kasturi in meiner unmittelbaren Anwesenheit! Nachdem Swami seine Upanishaden-Erläuterung beendete, materialisierte Er große, heiße Laddus (eine Art indische Süßigkeit) als Prasadam, das an die Mitglieder meiner Familie verteilt werden sollte. Des Weiteren versicherte mir Swami, dass ich definitiv in der Lage sein würde, das Flugzeug zu erreichen, da es an diesem Tag verspätet fliegen würde. Ich erreichte Bangalore Flughafen mit viel Befürchtungen, aber zu meiner angenehmen Überraschung war ich der letzte Passagier auf dem sehr verspäteten Flug.“

Es gibt nicht den einen Weg oder die eine Annäherung, welche der Sadguru benutzt. Der Sadguru enthüllt sich selbst auf unzählige Art und Weise den unterschiedlichen Individuen – jeder Student, jeder Devotee, der mit Swami in Berührung gekommen ist, erfuh eine Metamorphose, genau wie das Löwenjunge, das immer glaubte, dass es normal sei, Gras zu essen und zu blöken, weil es von Geburt an mit den Schafen lebte, bis eines Tages ihn ein Löwe am Nacken packte, ihm sein Spiegelbild im Wasser zeigte und ihn aufforderte zu brüllen. Und das Löwenjunge war nie wieder dasselbe. So ähnlich ist die Aufgabe des Sadgurus; Er führt uns durch verschiedene Erlebnisse, manche angenehm, manche übelriechend, manche demütigend, manche erhebend, bis wir beginnen zu vertrauen und zu glauben und sagen, ja wir sind nicht menschlich oder halb menschlich, sondern wir sind tatsächlich göttlich. Manchmal reicht ein Blick, zu anderen Zeiten ein Wort oder ein Lächeln oder eine Ermahnung, um uns aus unserem Schlummer aufzuwecken.



Mr. G V Subba Rao mit Swami

Der Eine und Viele

Dies ist erst vor kurzem passiert, gerade erst vor ein paar Wochen. Swami war von einem kurzen Trip aus Kodaikanal zurückgekommen. Es waren nur wenige Studenten in dem Brindavan Aschram in Bangalore, die wenigen Glücklichen, die ihn nach Kodaikanal begleitet hatten und ein paar andere, die sich entschieden hatten, ihre Sommerferien mit Swami zu verbringen. Am Abend, nach den Bhajans rief Swami oft die Studenten nach drinnen ins Trayee Brindavan, Seiner Residenz, dies ist allgemein bekannt als „Trayee Session“. Diese sind sehr besondere Gelegenheiten, bei denen Swami die Studenten und Angestellten mit seiner göttlichen Nähe segnet und Lektionen erteilt, die unschätzbar und nicht vergleichbar sind mit allen Gütern der Welt.

Während einer solchen Session im Monat Mai 2006, während Swami auf seiner Schaukel saß und mit den Studenten kommunizierte, hatten ein paar Jungen, die direkt vor ihm saßen, das seltene Privileg, Padaseva ausführen zu dürfen (die Gelegenheit, sanft Seine Füße zu massieren). Ja, das ist in der Tat ein großer Segen!

Ein bestimmter Junge, der Swami auf diese Weise diente, wollte seine Hände für einen Moment ausruhen und zog seine Hand für ein paar Sekunden zurück. Als er mit dem Seva fortfahren wollte,

stellte er fest, dass Swami Seinen Fuß entfernt hatte. So hob er seine Robe ein bisschen an, während er nach dem Fuß suchte. Sofort klopfte Swami ihm auf den Kopf und bemerkte:

„Ich habe nur zwei Füße! Wonach suchst du?“

Es wurde ringsum gelacht. Aber was als nächstes von den göttlichen Lippen kam war tiefgründig.

Swami fuhr fort: „Wenn du denkst, da ist nur ein Fuß, dann wirst du weitersuchen. Aber wenn du in Betracht ziehst, dass es viele Füße gibt, dann wirst du Seine Füße finden, wo immer du deine Hand hinbegibst.“ Diese Einsicht traf wie ein Blitz, nicht nur den Jungen, sondern alle, die Zeugen dieses Vorfalls waren. Wie oft beschränken wir Sai auf diese fünf Fuß winzige Gestalt? Wie oft werden wir scheinbar getäuscht durch Seine scheinbaren menschlichen Taten? Wenn wir nur wachsam sind

und die Augen haben zu sehen und die Reinheit des Herzens zu erfahren, dann realisieren wir, dass jeder seiner Scherze und seines Lächelns, jede Geste und jedes Wort, ob es ein ermunterndes Berühren oder ein Verweis ist, nur den einzigen Zweck beabsichtigt – genau diese Mission für die Erde eine menschliche Gestalt angenommen hat – die da ist, unsere Einheit mit dem Göttlichen uns bewusst zu machen.

Am 18. Oktober 1990 ereignete sich eine ähnliche Geschichte, die von Baba dazu benutzt wurde, eine wichtige Lehre einzupflanzen.



Jungen, die zu ihrem Herrn singen.

„Tausende von Devotees von überall her aus Andhra Pradesh“, sagte Dr. Ravi Kumar, „kamen nach Prasanthi Nilayam für das Goldene Jubiläum der Verkündigung des Avatar-Tages.“ Die Devotees hatten Lampen, die von Swami angezündet worden waren, in die hintersten Ecken von Andhra Pradesh getragen und versammelten sich nun im höchsten Heiligtum für den Segens-Darshan des Herrn an diesem besonderen Tag.

Die Studenten hatten Winterferien. Dennoch waren viele von uns in Prasanthi Nilayam geblieben. In dieser Nacht, als wir uns für das Parayanam in den heiligen Hallen des Mandirs versammelten, äußerte ein Student die Meinung, dass an diesem historischen einmaligen Yuga-Ereignis alle von uns auch etwas Besonderes tun sollten, um unsere Liebe für Swami zu zeigen.

Wir waren alle voller Begeisterung dafür, und daraus entstand eine Brainstorming-Sitzung. Ein Student empfand, dass wir auch alle Devotees mit einbeziehen sollten. Wir sind alle Kinder von Mutter Sai und es würde die Ehrung der Menschheit für Gott sein. Wir empfanden alle, dass dies der richtige Vorschlag war. So wurde entschieden, dass, sobald Swami zur Vorhalle käme, wir alle das Lied, das Er die Menschheit am 20. Oktober 1940 gelehrt hatte – Manasabhajare Gurucharanam – singen würden.



Mit Sai in Trayee

Dann schlug jemand vor, dass wir auch die Ashtotra Shatha Namavali, die 108 Namen, mit denen wir Swami verehren, chanten könnten und auch einige Gruppenlieder wie „Why Fear when I Am near“, „Thu Pyaruka Saagar Hai“, „I keep feeling your love in me“ und so weiter singen.

Am nächsten Morgen, als wir diese Idee den Hausvätern der Studentenwohnheime von Brindavan und Prasanthi Nilayam erläuterten, waren sie sehr glücklich darüber und entschieden, Swamis Erlaubnis dafür einzuholen. So baten sie die Jungen von der Kunstgruppe, eine Karte zu machen, welche sie Swami zeigen wollten und somit um Swamis Zustimmung zu ersuchen. Jedoch zu dem Zeitpunkt, als die Karte fertig war, hatten die Morgen-Bhajans schon angefangen und Swami ging in die Gebetshalle und saß auf Seinem Thron. Dennoch gingen die Hausväter nach vorne und als Er sie sah, kam der Herr nach draußen (so unterstützt Er gute Absichten!) und fragte: „Emi samachaaram?“ (Telugu: Was gibt's oder was ist los?). Als das Gebet der Studenten präsentiert wurde, gab Swami sofort seine Zustimmung. Er sagte sogar: „Das Programm der Devotees von Andhra Pradesh beginnt um 7.15 morgens. Sagt den Jungen, Ich werde um 6.30 morgens selbst herauskommen und ihr Programm anhören.“

Wer kann so liebevoll sein wie unsere geliebte Mutter Sai! Geliebte Mutter Sai, wie können wir Dir je die Dankbarkeit zurückgeben, die wir Dir schulden dafür, dass Du uns alles gibst und dafür, dass Du Dich uns so bereitwillig schenkst?



Sai auf dem Prasanthi Balkon – in jenen Tagen.

Das Programm war ein großer Erfolg, weil Swami sehr glücklich darüber war. Ein paar Tage vor dem 20. Oktober wurde verkündigt, dass niemand Swamis Paadanamaskar nehmen sollte. An diesem Tag kam Swami nach draußen auf den Balkon in der ersten Etage und zeigte uns seine Freude. Dann sagte er mit einem verschmitzten Lächeln:

„Wenn irgendeiner von euch in der Lage ist Paadanamaskar zu nehmen, dann kann er es jetzt machen.“ Wir alle mussten lachen.

Erst später wurde uns bewusst, was Swami uns vermitteln wollte: Genau das war es, was Er der Menschheit an jenem Geschichtemachenden Tag im Oktober 1940 gesagt hatte. Die Botschaft war „Manasa bhajare guru charanam“ – im Geist verehere die Füße dieses Gurus und sei erlöst.“ (der Geist kann selbst seine Füße auf dem Balkon im ersten Stock berühren!)

Der Test und der Sieg

Vorkommnisse zu erzählen, wie er jeden Moment simultan mit jeder Handlung unzählige Devotees lehrt, wäre genauso wie der Versuch, die Sterne im Himmel zu zählen. Der Guru ist die Verkörperung der unendlichen Weisheit und des Friedens und zahllos sind die Wege, auf denen er Seinen Reichtum an Frieden und Weisheit vermittelt. Die folgende Anekdote zum Beispiel wird euch erzählen, wie Swami nicht nur Sein Selbst enthüllt hat, sondern gleichzeitig eine Botschaft vermittelt hat, so tiefgründig, dass es nicht vergleichbar ist.

„An dem Nachmittag saßen wir in der Purnachandra Halle“, sagte Sri Ram, ein ehemaliger Student, der uns seine Erinnerungen mitteilt.

Die Winterferien hatten begonnen und wir Kinder waren in unserem „Zuhause“, und sahen einen Film mit unserer Mutter Sai. Es war ein Telegu Film über den Gott Dattatreya (die Dreieinigkeits von Brahma, Vishnu und Shiva in einem in der Hindu Mythologie)

Mit unseren Augen ausschließlich auf die Leinwand gerichtet, beobachteten wir, wie Karthaveerya-Arjuna die Einsiedelei seines späteren Gurus Dattatreya betrat. (Karthaveerya war nach der Mythologie von seiner Mutter angewiesen worden, Dattatreya zu besuchen, der sein Guru werden würde.)

Schließlich nach Jahren der Suche fand er den Einen, der, wie seine Eltern sagten, sein Guru ... sein Gott sein würde.

Und als er den Pfad voll Dornen, der zu dem Aschram des Gurus führte, nahm, war er müde, aber auch freudig erregt. Mit jedem darauffolgenden Schritt fühlte er, wie Frieden in ihm emporstieg. Ja, er hatte das Ende seiner Reise erreicht.

Tatsächlich hatte die Reise erst begonnen.

„Du lieber Gott, sollte dieser wirklich mein Guru sein?“

Er war sich sicher, dass er zum falschen Ort gekommen war, auf der Suche nach der falschen Person. Der gesamte Aschram stank nach Alkohol und verfaultem Fleisch. Der Guru selbst strömte mit seiner gesamten Person den selben Geruch aus. Er war von einer Horde Frauen umgeben. Er sprach nicht die Heiligen Veden, sondern die gemeine Sprache von Schustern! War Er der große Dattatreya, von dem seine Mutter in höchsten Tönen gesprochen hatte? Ganz sicher nicht! Aber der betrunkene Diener, der den ebenso betrunkenen Meister bediente, sagte, dass er Dattatreya sei. Karthaveerya näherte sich Dattatreya mit gefalteten Händen ... Platsch!



Das Foto von Dattatreya, von Swami im Jahre 1978 für eine auserwählte Gruppe von Devotees materialisiert.

Unter Schwierigkeiten, mehr der geistigen Art als der körperlichen, erhob er sich aus der Pfütze, in die ihn die Diener Dattatreyas geworfen hatten. Geschockt quetschte er das Wasser aus seinem Dhoti (Kleidung). Diese Demütigung war unerträglich. Der Guru, den er gesucht hatte, um Brahmajnana (höchstes Wissen) zu erlangen, hatte ihn nahezu aus dem Aschram geworfen! Was für eine Art von Guru war dieser Kerl? Ein wahrer Guru, so sagen es die Schriften, gibt über hundert Geburten keine Ruhe, um seinem Schüler die absolute Erkenntnis zu bringen. Aber dieser Dattatreya hatte ihn total zurückgewiesen. Oder war er überhaupt Dattatreya?

Es schien uns, als ob es die gleiche Geschichte sei – auf der Leinwand, so wie im Leben.

Wie oft haben wir Ihm einen Brief hingehalten, nur um zu sehen, wie Er Seinen Kopf abwandte? Wie oft sind wir niedergekniet, um zu beten, nur um zu sehen, wie Er unser Gebet ignorierte?

Er gibt vor, taub zu sein, wenn wir zu Ihm sprechen, weist das Taschentuch zurück, das wir Ihm geben und schaut nicht einmal her, auch wenn wir die ganze Zeit da sind ...

Dennoch entschied sich Karthaveerya, dabei zu bleiben. Er ging zurück zu dem Guru, der weiterhin in demselben irren Vollrausch blieb. Im festem Glauben blieb er da und betete. Er wurde angepöbelt, lächerlich gemacht und sogar geschlagen, aber er wankte nicht. Dies ging immer weiter so ...

Und dann ganz plötzlich erfüllte ein feiner Duft die Luft ... Die Frauen und die betrunkenen Diener verwandelten sich in Rishis ... und an der Stelle des grotesken Gurus stand eine Form des Göttlichen und Strahlenden. Dattatreya lächelte Karthaveerya an und legte seine Hand auf den Kopf des Schülers.

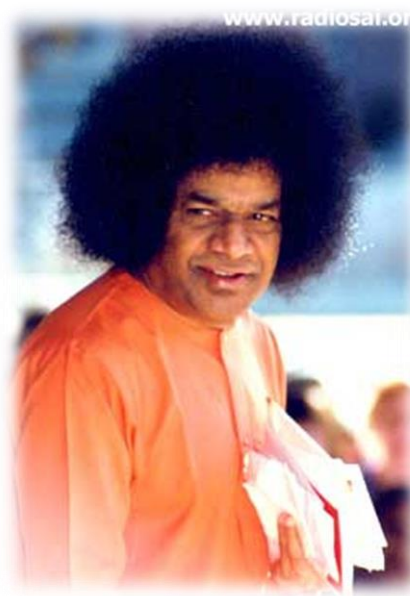
Mit einer einzigen Berührung hatte Er ihm Brahmajnana, die höchste Weisheit, verliehen.

Die Leinwand wurde dunkel, denn der Film war zu Ende. Bhagawan stand von seinem Stuhl auf. Der Tisch wurde gebracht und das Mikrophon daraufgestellt. Wir warteten mit angehaltenen Atem ...

Er sprach nicht mit donnernden Stimme. Er sagte ohne viele Worte: „Ich bin Dattatreya.“ Mit offenem Mund starrten wir unseren Guru ... unseren Gott ... an. „Zu prüfen ist nach Meinem Geschmack.“ („Test Is My Taste.“)

Alles, was wir brauchen für Seine Gnade ... ist ein fester Glaube.

Swami sagt uns oft, dass es drei Eigenschaften gibt, die einen Menschen, wenn er sie besitzt, wahrhaftig gut machen, nämlich Reinheit, Geduld und Ausdauer. Und der Guru wird nie aufgeben, bis wir diese unsterblichen Tugenden errungen haben. Auf dem Aufstieg in höhere Ebenen der Glückseligkeit sollen Prüfungen willkommen geheißen werden. Die einzige Art und Weise, wie wir diese Prüfungen bewältigen können, ist, indem wir an den zwei Stützen festhalten: Shraddha und Saburi, wie es auch Shirdi Baba oft sagte. Glauben und Ernsthaftigkeit sind die Schlüssel, um Gottes Gnade zu erhalten.



„Zu prüfen ist nach meinem Geschmack.“

In der Bibel wird gesagt, dass, als ein reicher Mann Jesus ansprach und sagte: „Oh Herr, was kann ich tun, um Gott näher zu bekommen?“ Jesus antwortete: „Verkauf alles, was du hast, und gib es den Armen und folge mir.“ Als er diese Worte hörte, rannte der Mann davon.

Aber das galt nicht für Victor Kanu. Als Victor Kanus Frau Swami fragte: „Woher sollen wir das Geld bekommen, um eine Sai Schule in Zambia zu errichten?“ Da sagte Swami: „Verkauft euer Haus und wenn das Geld nicht reicht, leiht es euch von Banken.“ Genau das taten Victor Kanu und seine Frau



Herr und Frau Kanu empfangen die „Business Initiative Directions“ (BID) - Auszeichnung.

und heute wird die Sai Schule in Zambia als „die Wunder-Schule von Afrika“ gepriesen und bekam letztes Jahr am 30. Mai in Paris den Business Initiative Directions-Preis (BID wegweisende Geschäfts-Initiative) auf der 22. International World Quality Commitment-Konferenz (WQC Internationale Welt-Qualitäts-Verbesserung) verliehen.

Als 1989 alle Angestellten der Andhra Bank in ganz Indien streikten, folgte Sri Gopal Rao, der damals der Direktor der Bank war, einfach Swamis Anweisungen: „Fest auf seinem Pfad der Wahrheit zu bleiben und

nicht Klein bei zu geben“, und so gab er ihren unvernünftigen Forderungen nicht nach, trotz lebensgefährdenden Drohungen und politischem Druck von den höchsten Ebenen der Regierung. Und am Ende kam er nicht nur mit Triumph daraus hervor, sondern schrieb Bank-Geschichte, als „keine Arbeit, kein Lohn“ in die Gesetzgebung für Angestellte von vielen Banken überall in Indien übernommen wurde.

Als Herr Chidambaram Krishnan einen Herzinfarkt hatte in seiner Heimatstadt in der Nähe von Tirunelveli, erlaubte er es nicht, dass er ins Krankenhaus gebracht wurde, sondern bestand darauf,

nach Hause gebracht zu werden in seinen Puja-Raum. Weil er völlig überzeugt war, dass Swami für ihn sorgen würde, und stellt euch vor, genau in diesem Moment klingelt das Telefon in diesem Haus und Swami ist am Apparat! Swami sagte:

„Du verlässt dich nur auf Mich und so muss Ich antworten. Jetzt komm nach Puttapparhi.“

Als Herr Krishnan nach Prasanthi Nilayam gefahren wurde, geschah etwas Unglaubliches, er setzte sich selbst ans Steuer und fuhr selbst die ganze Strecke nach Puttapparhi. Als sie Puttapparhi erreichten, segnete Swami Herrn Krishnan reichlich und begleitete ihn selbst zurück zu seinem Dorf. Genau das ist es, was fester Glaube bewirken kann.

Glaube ist die einzige Stärke, die der Mensch braucht, und wenn Millionen überall auf der Erde Sai im Heiligtum ihres Herzens verehren, dann ist es deshalb, weil ihr unbeirrter Glaube für sie Wunder bewirkt hat, was kein anderes Phänomen auf der Welt für sie tun kann. Nicht jedes Mal und nicht für jeden antwortet Swami auf diese Weise auf der körperlichen Ebene, wie Er es für Herrn Krishnan getan hat, aber Er antwortet durch die innere Stimme. Und jeder Devotee hat in den sichersten und tiefsten Winkeln seines Herzens diese erstaunlichen Momente gespeichert, wo der Glaube wunderbar belohnt wurde und das Leben von Depression hin zum Entzücken, von der Dunkelheit hin zum Frieden gewendet wurde, Momente, die in Sekundenschnelle voll Licht erfüllt waren.



„Ich antworte immer.“

Seine unverwechselbare Art, Glauben zu stärken

Swami benutzt jede Gelegenheit, um unseren Glauben zu festigen, und Folgendes hatte Dr. Ravi Kumar, früherer Sai Student und jetzt Professor an Swamis Universität in Whitefield, erlebt. Er sagte:

„Es war in der Woche nach seinem siebzigsten Geburtstag. Meine Schwester machte mir ein Geschenk, nämlich die englische Übersetzung aus dem Tamil eines spirituellen Klassikers „Periya Puranam“, das sie zufälligerweise erworben hatte. Ich war sehr begeistert, weil ich gelesen hatte, dass es die Geschichte von den 63 Nayanmars, oder Dienern des Herrn, sei, die nicht nur für Ihn allein lebten, sondern Ihn auch in entzückenden einzigartigen Formen verehrten. So fing ich in dieser Nacht sofort an, darin zu lesen. Als ich am nächsten Tag zum Morgen-Darshan ging, trug ich es mit mir und fuhr fort, darin zu lesen, bis Swami herauskam, um Darshan zu geben. Nach dem Darshan ging Swami mit einer Gruppe von Devotees in den Interview-Raum. Ich saß in der Gebetshalle in der ersten Reihe in der Nähe Seines Thrones und genoss es, in dem Buch zu lesen.

Die Erzählung handelte von dem Leben des Thirugnana-sambandar, der als Sohn Gottes verehrt wird. Als das Kind drei Jahre alt war, bekam er einen Wutanfall, als der Vater gerade dabei war zum Tempelteich zu gehen, um darin zu baden – das Kind wollte ihn begleiten. Versprechungen und Drohungen waren erfolglos und letztendlich sagte der Vater: „Wenn du dich so benimmst, dann komm halt mit.“ Und er nimmt ihn mit. Als er am Teich ankommt, lässt er das Kind mit einem unguuten Gefühl unbeobachtet am Ufer, er betritt zögernd das Wasser. Als das Kind den Vater für längere Zeit nicht auftauchen sah, begann es zu weinen.

Genau an diesem Punkt öffnete sich die Interview Tür und Swami betrat die Bhajan Halle. Ich war entzückt und schloss schnell das Buch. Swami ging in die Bhajan Halle und sprach lange mit einigen Devotees entlang des Ganges.

Als er danach zum Interview Raum zurückkehrte, hielt er vor mir an und stellte eine seltsame Frage: „Wieviel Liter Milch brauchst du?“

Mein erster Gedanke war, dass ich vielleicht zu viel an Gewicht zugenommen hätte! Swami wiederholte dieselbe Frage mehrmals. Ich war nicht in der Lage, diese Frage zu beantworten und Swami ging zurück in den Interviewraum. Ich saß da und dachte über die seltsame Frage nach, die Swami mir gestellt hatte... Warum hat Er diese Frage gestellt? Da ich nicht in der Lage war, eine passende Antwort zu finden, kehrte ich zu dem Buch zurück, das ich gerade las. Stellt euch vor, welches Entzücken mich durchfuhr, als ich las: „Gnädiges Mitgefühl stieg in Seinem Herzen auf angesichts des Kindes, und der Herr (Shiva) schaute Mutter Parvati an und sagte: „Gib ihm einen goldenen Becher voll Milch.“ (Die Erzählung geht weiter wie folgt: „Als der Vater vom Schwimmen zurückkommt, sieht er den goldenen Becher in der Hand des Kindes, und die Milchtropfen auf seinem Gesicht verraten es. Er fragt das Kind, wer ihm die Milch gegeben habe und das Kind - das bis dahin kaum Silben äußern konnte - beschreibt den Herrn in poetischen Worten ...“)



Er weiß alles – und lächelt.

Ich konnte meine Tränen des Glücks nicht zurückhalten, als ich verstand, dass es dieselbe Shiva-Shakti-Form war, die mir die Frage gestellt hatte. Dabei muss ich erwähnen, dass ich an derselben Stelle saß, an welcher Swami eröffnete, dass Er die Inkarnation von Shiva-Shakti ist, nach Seiner wunderbaren Heilung von der Lähmung am Gurupurnima Tag im Juli 1963. ... Oh wie können wir unser sagenhaftes Glück ermessen, auf der Erde zu leben, wenn der Gott in menschlicher Form gekommen ist!“

Der Sonnenaufgang der Wahrheit – die Enthüllung aller Zeiten

Der 6. Juli 1963 war in der Tat ein unglaublicher Tag im Leben des Sai Avatars. Was die Devotees vor, während und nach dem Geschehen erlebten, ist etwas Unbeschreibliches – von verheerender Depression und blindmachender Täuschung bis hin zu Freude und Glückseligkeit, das war euphorisch, unvorstellbar und nie vorher dagewesen. Swami, der tatsächlich ans Bett gebunden war, wobei eine Seite seines Körpers völlig unbeweglich und steif war, seine Gesichtsmuskeln zuckten und eine Hand



Der Herr heilt sich selbst.

und ein Bein war leblos, bat darum, hinunter getragen zu werden in die Gebetshalle, um Seine Devotees zu sehen. Es war, wie wenn man den Mount Everest fragen würde, sich vom Land zu entfernen und ins Meer zu begeben! Total unmöglich, die dümmste Sache, die man machen könnte, völlig närrisch und sinnlos – mit all diesen Gedanken in ihrem Kopf beteten die Devotees, dass Swami sein Vorhaben ändern möge. Aber Swami bestand darauf. Er wurde tatsächlich von Devotees von oben nach unten getragen und auf Seinen Stuhl gesetzt, unterstützt von Kissen. Aber was dann geschah, hielt jeden fest an

seinem Platz wie versteinert. Sie konnten es nicht verstehen. Sie hatten nie zuvor eine solche Sache gesehen.

Dieses monumentale Ereignis beschreibend, schreibt Professor Kasturi, Babas Biograph:

„Baba signalisierte, dass man ein Mikrofon nahe an Seine Lippen halten solle. Langsam wisperte er in geschwollenen, halb unterdrückten Silben „Vinupisthundaa?“ Selbst wir (die alten Devotees), die gelernt hatten, Seine durch die Lähmung verzerrte Aussprache zu entziffern, konnten nicht ausmachen, was Er versuchte zu sagen. Er wiederholte es zwei Mal.

Dann verstand jemand die Bedeutung und wiederholte ins Mikrofon. Baba hatte sie gefragt: „Könnt ihr mich hören?“

Das rief ein weiteres Stöhnen hervor. Er wurde gehört, aber leider zerriss es ihre Herzen. Es war zu unklar. Offensichtlich war Baba durch diesen Versuch zu sprechen sehr ermüdet, denn Er machte Gesten, dass man Ihm Wasser zum Trinken bringen solle. Dies wurde von Krishnappa in einem Silberbecher gebracht und von Raja Reddy an Seine Lippen gehalten.

Seine gelähmte rechte Hand bewegte sich zu Ihm ... Er versuchte ihn zu halten ... Seine Finger glitten in den Becher, Seine Finger tauchten ein ... Er schlürfte ein paar Tropfen. Er tröpfelte mit den Fingern der rechten Hand ein bisschen Wasser auf die leblose linke Hand auf dem Kissen oberhalb seiner Brust ... Er tröpfelte Wasser, schwach Seine Finger schüttelnd, auch auf das linke Bein. Er streichelte die linke Hand mit der rechten. Und dann mit beiden Händen streichelte er das linke Bein. Er stand auf, das Kissen fiel herunter, wir konnten Seine göttliche Stimme hören, wie Er uns - wie Er es immer tat - mit „Premaswaroopulaaraa!“ ansprach. Er hatte seine Gurupurnima Rede begonnen! Oh, Oh! Unser Baba, ganz, herzlich, heilig, gesund, himmlisch...“

Und dann fuhr Baba fort zu erklären:

„Ich habe euch all diese Jahre ein Geheimnis vorenthalten; jetzt ist die Zeit gekommen, in der Ich es euch enthüllen kann, denn dies ist ein heiliger Tag.

„Ich bin Shiva Shakti, geboren in dem Gothra (das Geschlecht, Abstammungslinie) des Weisen Bharadwaja, gemäß eines Versprechens, das der Weise von dem Herrn Shiva und Mutter Shakti erhielt.



„Ich bin Shiva Shakti!“

Shiva selbst wurde in dem Gothra dieses Weisen geboren als Sai Baba von Shirdi; Shiva und Shakti sind jetzt als Mein Selbst in diesem Gothra inkarniert; Shakti allein wird sich inkarnieren als der dritte Sai in derselben Gothra im Staate Mysore.“

Die Zuhörer waren sprachlos, gelinde gesagt.

Gurupurnima über die Jahre hinweg ... Immer etwas Besonderes

Abgesehen von der großen Enthüllung, die Swami machte, ist es bedeutsam, welchen Tag Swami wählte, um dieses göttliche Drama zu inszenieren.

Es war der Gurupurnima Tag

„Ein wahrer Guru ist derjenige, der unveränderbares höchstes Glück genießt und vermittelt. Er ist jenseits von Raum und Zeit; und es gibt nichts, was größer als Er ist. Er ist die absolute Form von Wahrheit und unendlich. Er hat weder Geburt noch Tod, weder Anfang noch Ende. Er selbst ist Gott.“

Dies hat Swami an vielen Gelegenheiten erklärt und daher ist es keine Überraschung, dass Swami den Gurupurnima Tag wählte, um etwas von Sich Selbst und Seiner Ankunft zu enthüllen.

Gurupurnima-Feiern in der göttlichen Gegenwart waren immer etwas Besonderes. 1966 kehrte Swami an diesem Tag nach Prasanthi zurück, nach einer langen Reise über Mumbai, Puna, Gulbarga, Mysore und Madurai und gab allen Devotees, die dort versammelt waren, ein paar Tropfen Amrit (Nektar) mit der Erläuterung, dass die Zunge, die Amrit geschmeckt hatte, nicht länger Anrit (Falschheit) genießen sollte. Dann weihte Er den Zweig der State Bank of India in Prasanthi Nilayam ein, und während Er den Vergleich machte zwischen der Bank, wo Geld gegeben und genommen wird, mit der Bank, wo nur Liebe allein akzeptiert wird und gegeben wird, sagte Er:

„Diese Bank nimmt Geldanlagen und unterhält Bankkonten genau und geheim. Jede Kleinigkeit wird eingetragen und aufgelistet – Gedanken, Taten, Worte, gut schlecht, gleichgültig. Entwickle die Gewohnheit zu sparen, dich selbst zu retten. Hier (in dieser Bank) nehmen sie Dhanam (Geld), dort nehmen sie Dhyanam (Gleichmütigkeit, Friede) als Anlage.“

An diesem Tag war jeder Satz ein Geistesblitz, der die tiefsten Wahrheiten von den Lippen des göttlichen Meisters enthüllte.

1968 war schon deshalb ungewöhnlich, weil Baba - einmalig in der Geschichte - sich außerhalb von Indien aufhielt. Indem Er dem Sehnen der afrikanischen Devotees nachgab, änderte Swami Seinen Plan, am Gurupurnima Tag nach Mumbai zurückzukehren und überschüttete sie mit Seinem liebenden Segen und Seiner Gnade. „Mehr als 25.000 Menschen hatten sich an dem Morgen für Bhajans versammelt“, schreibt Professor Kasturi.

„Die Afrikaner schlossen sich dem Chor an, der von dem Tansanier, Herrn Zoodoo, geleitet wurde. Mehr als zwei Stunden ging Swami langsam durch die Reihen der einsamen, sehnsüchtig Liebe suchenden Herzen, wobei Er jeder Person eine Handvoll Süßigkeiten und ein Päckchen Vibhuti gab. Zur großen Überraschung der Empfänger, entdeckten die meisten in dem Päckchen, eingebettet in die heilige Asche, Emaille- oder Metall-Portraits von Christus, das Kreuz, Krischna oder von Sai Baba Selbst.“



Swami in Ost-Africa ... in 1968

Die Zeitschrift „Uganda Argus“ veröffentlichte einen Artikel, der verkündete, dass Baba die Botschaft von Einheit und Dienst am Nächsten zu den Menschen auf diesen Kontinent gebracht hatte. Babas Reden und seine Aktivitäten wurden auch im Fernsehen und Radio übertragen, so dass die ganze Bevölkerung an der Inspiration des göttlichen Evangeliums teilnehmen konnte. „Da war nur Licht, Freude und Seligkeit im dunklen Kontinent.“

Und 1971 war es wieder der Gurupurnima Tag, als das neue Studentenwohnheim mit 100 hellen Zimmern für die Studentinnen des Anantapur Colleges eingeweiht wurde. Dazu gehörte ein alleinstehender Hörsaal, der auf die höchst künstlerische und großzügige Art geplant und beendet wurde mit einer getrennten Bücherei für das College. Während Er bei dieser Gelegenheit zu den Studentinnen sprach in der Gegenwart von Herrn V.V. Giri, dem Staatspräsident von Indien, und eine Reihe anderer Minister, Pädagogen und anderen Würdenträgern, sagte Swami:

„Zurzeit sind die Colleges von Angst und Verwirrung, Unzufriedenheit und mangelnder Disziplin, Respektlosigkeit und Sinnlosigkeit infiziert; sie haben den Status des Tempels des Lernens verloren, in welchen die Jugend zu zuverlässigen, zufriedenen und unternehmerischen Helden geformt werden; als Ich diese Defekte, Schwächen und Gefahren identifizierte, die zügellos im Land wuchern, beschloss Ich, dieses College in Rayalaseema (Region), in Ananthapur zu gründen.“

Ich bin nie zufrieden mit der Erklärung von Absichten. Ich muss den Geschmack von Ananda (Glückseligkeit) schmecken, der darin besteht, sie in die Tat umzusetzen! Ich drücke meine Liebe durch jede Handlung, jede meiner Absichten aus. Mehr als Fluten von schönen Wörtern zum Lobe dieser Absicht und Millionen von Wörtern, die ausführlich das Thema erörtern, bestehe Ich, durch mein eigenes Beispiel, auf sofortige und vollständige Fertigstellung.

Dies wird ein Gurukul – ein Platz wo Lehrer und Schüler zusammen in Liebe und Weisheit wachsen werden, so nah an den Einsiedeleien der Vergangenheit, wie es unter gegenwärtigen Bedingungen möglich ist

„Heute ist Guruvaar, Donnerstag und es ist auch Gurupurnima, der Tag der Verehrung des Gurus (Lehrers) gewidmet ist ... Die Saat, die heute gepflanzt wurde, sie muss keimen und sich zu einem Baum ausweiten, schwer beladen mit Früchten. Er muss Sicherheit und Lebensunterhalt für alle bieten.“

Und über die Jahre hinweg erblühte dieser Sankalpa (Wille) von Bhagavan, dem besten Pädagogen dieses Zeitalters, in „Tempeln des Lernens“, wo die hohen Sai Ideale von integriertem Lernen hochgehalten werden, wo das Herz so wichtig ist wie der Verstand. Das Sri Sathya Sai Institute of Higher Learning bekam eine „A ++“ (sehr gut mit Stern) Bewertung von dem National Accreditation Council (Nationale Prüfungsbehörde) und wird als „Kronjuwel“ unter den Universitäten von Indien von der University Grants Commission (Universitäts-Stipendien Kommission) gepriesen; die Institute der Sathya Sai Erziehung gibt es jetzt auf jedem Kontinent, die Sathya Sai Schulen gibt es jetzt in jeder Ecke der Welt von Argentinien bis Afrika und Australien, die sehr erfolgreichen EHV (Erziehung in menschlichen Werte) Programme, die für Kinder und Teenager von Sai Zentren rund um den Globus angeboten werden – alle sind Zeugnis für die großartige und große Revolution, die Sai im kollektiven Bewusstsein der Welt bewirkt, am wichtigsten aber in den Herzen und im Geist der jüngeren Generation.



Eine stille Revolution von „Educare“ geht durch die Welt ...

In dem Arati Lied, das wir oft singen, preist ihn der Refrain im letzten Vers als „Sadguru deva“, was der göttliche Lehrer der höchsten Wahrheit bedeutet. Alle anderen Eigenschaften, die Baba zugeschrieben werden, beziehen sich auf seine göttlichen Kräfte. Aber die wahre Bedeutung dieser Inkarnation besteht nicht nur in der Manifestation seiner übermenschlichen Kräfte, sondern in seiner Rolle als göttlicher Guru, der gekommen ist, um die sich irrrenden und herumtastenden Sterblichen aufzuwecken für die Wahrheit ihrer göttlichen Essenz. Alle die anderen Lehrer oder so genannten Gurus zeigen den Weg zum Herrn auf: Wenn aber der Sadguru herabsteigt, dann gibt es keinen Weg, dann gibt es keine Straße auf der man reisen muss, weil der Pfad selbst das Ziel ist.

„Deine Mission hat begonnen ...“

In einer Botschaft, die Charles Penn vor über zwei Jahrzehnten intuitiv empfangen hat, übermittelte Swami: „Deine Mission hat begonnen. Das sind meine Worte für euch, Meine Devotees. Jeder von euch hat einen einzigartigen und wertvollen Teil zu spielen in dieser Lebensspanne. Nur die Ich gerufen habe, können Mir dienen. Meine Mission hat jetzt den Zeitpunkt erreicht, da jeder von euch eine Arbeit zu tun hat. Dieser Planet hat einen Zweck zu erfüllen in der großen Galaxie, in der er sich befindet. Dieser Zweck entfaltet sich jetzt vor unseren Augen.

Ich rufe euch auf, die verehrende Liebe, die in euch ist, auszustrahlen, so dass all ihre unsichtbare Macht diejenigen einhüllen wird, die in euer Umfeld kommen.



Entwickelt Liebe.

Um euren Teil erfolgreich erfüllen zu können, bleibt immer völlig auf mich fokussiert. Erlaubt euch, die Reinheit eures Herzens an alle Menschen und Lebewesen weiterzugeben und greift nicht nach den Früchten eurer Arbeit.“

Swamis Botschaft an jedem Gurupurnima Tag war, die Reinheit des Herzens zu entwickeln – und wie entwickeln wir Reinheit?

„Entwickelt Liebe“, sagte Swami in seiner Gurupurnima Botschaft im Jahr 2000: „Durch Liebe allein kannst du den Verstand auslöschen und durch Liebe allein kannst du von jeder Krankheit geheilt werden. Nur die Liebe kann die schlechten Eigenschaften in dir auslöschen.“

Auch im vorhergehenden Jahr 1999 hatte Swami das gleiche Prinzip betont und sagte:

„Der Tag ist Gurupurnima im wahrsten Sinne des Wortes, wenn der Verstand mit reiner Liebe gefüllt ist. Lass deinen Verstand hell leuchten so wie der Mond in einer Vollmond-Nacht. Das ist nur möglich, wenn du deinen Verstand mit Liebe füllst. Fülle dein Herz mit Liebe. Es gibt keinen Reichtum, kein rechtes Handeln, keine Meditation, die größer als die Liebe ist. Ich erwarte von euch allen, dass ihr in Einheit lebt wie Brüder und Schwestern. Wenn ihr die Verkörperung der Liebe werdet, werdet ihr göttlich werden.“

Was sollen wir an diesem Gurupurnima tun?

Das also ist die Botschaft unseres göttlichen Meisters, der selbst nur reine Liebe ist, Liebe und nur Liebe. Liebe kennt keine Bedingungen, Liebe liebt, weil sie nichts anderes kennt, so wie Wasser nur fließen kann und Luft nur wehen, kann Gott nur lieben.

Für solch einen Meister, solch ein Wesen, das uns tatsächlich an die Hand genommen hat und uns den Königsweg zu Frieden, Freude und Erfüllung gezeigt hat, der neben uns die ganze Zeit mitgeht, manchmal die Rolle der göttlichen Mutter, manchmal die des liebenden Vaters annehmend, welche

„Guru Dakshina“ (Opfergabe) sollen wir ihm schenken während wir ihn feiern und verehren an Gurupurnima?

Swami sagte einmal:

„Wahre Gurus werden nicht durch „Dakshina“ (Opfergaben von Obst, Reichtum, usw.) verehrt, sondern durch „Pradakshina“ (ihn Umrunden) das heißt, indem man ihn mit Herz und Seele verehrt.“ Wenn wir jetzt also an diesem Gurupurnima „Manasa Bhajare Gurucharanam“ singen, dann last uns ihn verehren und unsere Liebe für ihn beweisen, indem wir entsprechend seiner Botschaft leben. Lasst uns unsere Liebe für ihn in die Liebe für alle Lebewesen verwandeln, lasst Liebe fließen, wann immer wir einen anderen Menschen sehen, lasst uns eins fühlen mit der gesamten Schöpfung, dann werden wir eines Tages ohne jeden Zweifel eins sein mit ihm. Dann werden der Guru, der Schüler, der Pfad und das Ziel eins werden!



Manasa Bhajare Guru Charanam ...