

## Inhaltsverzeichnis Mai 2020

	Seite
<b>Serie</b>	
 Prasanthi Chroniken 9, Geschichte der Hanuman Statue, Teil 1, Bishu Prusty, Radio Sai 2019	2
Entschlüsseln der Formel G24M, Entdecke die Herrlichkeit des Gayatri Mantras, Karuna Munshi, Radio Sai, Oktober 2013	7
Heilende Berührung - Heilung von Gift durch Liebe und Fürsorge, Radio Sai Team, März 2012	18
Aus der Quelle schöpfen, Mrs. Vinavardhan, November 2009	24
Die überwältigende Göttliche Gegenwart, Nushin Mehrabani, Dezember 2008	29

**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](mailto:info@h2hsai.de). Vergesst nicht Euren Namen und Euer Land zu erwähnen.



## Prasanthi Chroniken 9

### Geschichte der Hanuman Statue\*, Teil 1

---



Dies ist die Geschichte des majestätischsten Denkmals von Prasanthi Nilayam, der Statue, die Kraft, Mut, Begeisterung, Hingabe und ewige Inspiration ausstrahlt. Hanuman ist das Symbol dafür, welche Höhe ein Mensch mit tiefer Hingabe und gezielter Konzentration auf Gott erreichen kann. Die Geschichte dieser imposanten Statue geht zurück ins Jahr 1987.

Shri Shilpi Subramanyam, ein bescheidener Bildhauer aus Palani, Tamil Nadu, wurde von Bhagavan ausgewählt, viele Statuen in Prasanthi Nilayam herzustellen, angefangen von dem Gopuram und der Sarva Dharma Stupa im Jahr 1975 bis zur Shanti-Vedika-Bühne des Hillview-Stadions im Jahr 1985 und der Sai-Kulwanth-Halle im Jahr 1995.

Eines Morgens im Jahr 1987, als Shri Shilpi Subramanyam mit der Arbeit an diesen verschiedenen Statuen im Hill-View-Stadion beschäftigt war, fuhr Bhagavans Auto unerwartet ein.

Swami rief ihn zu sich und zeigte auf den Hügel, Swami sagte: „Auf der Spitze dieses Hügels möchte ich, dass du eine Hanuman-Statue erschaffst; du tust es, er ist dein Freund!“

Shri Shilpi fragte sofort: „Wann soll ich mit der Arbeit beginnen, Swami?“ und Bhagavan sagte: „Fang sofort damit an! Mache morgen die Bhoomi-Puja.“ Also ging Shri Shilpi am nächsten Morgen auf den Gipfel des Hügels und führte die Puja gemäß den Anweisungen Bhagavans aus. Aber er war unglücklich, denn er hatte erwartet, dass Swami kommen und ihm die genaue Stelle zeigen würde. So ging er am Abend zum Darshan und betete zu Bhagavan, dass er wiederkommen möge, und Swami sagte: „Warte, ich werde kommen.“



In der Zwischenzeit war der Bildhauer damit beschäftigt, die fein ausgearbeiteten Statuen von Shiva, Krischna, Jesus und Zoroaster zu vollenden. Nachdem er diese Aufgaben abgeschlossen hatte, gab es keine weitere Anweisung von Bhagavan für die gesamten nächsten zwei Jahre 1988-1990.

Aus heiterem Himmel, im Januar 1990, es war das Jahr von Bhagavans 65. Geburtstag, fragte Swami den damaligen Aschram-Ingenieur Shri Jay Kumar, ihn am Morgen zum Stadion zu fahren.

Swami kam auf diese Statuen zu, dies war damals eine Schotter- Straße und Bhagavan musste ein Geländefahrzeug benutzen. Aber Swami hielt hier nicht an, sondern bat Shri Jay Kumar, ihn weiter dieser Straße hinauf zu fahren. Als sie hierherkamen, stieg Bhagavan aus dem Fahrzeug aus und schaute sich das ganze Gebiet an. Es war voller Schlamm, Steine, Felsen und Büsche.

Swami lief umher und als er auf diese bestimmte Stelle schaute, blieb er stehen. Er rief Shri Jay Kumar, den Ingenieur des Aschrams, und sagte: „Ich möchte, dass eine 65 Fuß hohe Hanuman Statue genau hier gebaut wird. Dies zum Gedenken an meinen 65. Geburtstag, beginne mit dieser Arbeit!“

Mit Bhagavans Erlaubnis involvierte Shri Jay Kumar also Shri Tillainayagam, der damals als ehrenamtlicher Ingenieur für die hiesige Universität tätig war. Shri Jay Kumar sprach auch mit Shilpi Subramanyam, da er Swamis ausgewählter Bildhauer war; und Swami bat alle drei, am nächsten Tag um 6 Uhr morgens in der Shanti Vedika anwesend zu sein.

Swami traf am nächsten Tag früh am Morgen ein, und in der Shanti Vedika segnete Swami alle drei reichlich, gerade als die Sonne aufging, und gab ihnen den Segen, mit der Arbeit zu beginnen. Später ging Shilpi Subramanyam zu Swami und suchte weitere Anweisung, als Swami sagte: „Du erinnerst dich, dass ich dir von der Hanuman-Statue erzählt habe. Wir müssen es jetzt tun. Mache ein kleines Modell und zeige es mir.“

So begann Shilpi Subramanyam viele Skizzen von Hanuman in verschiedenen Posen anzufertigen. Hanuman sitzend, Hanuman singend, Hanuman im Stehen betend, Hanuman fliegend am Himmel und so weiter.

Swami sah jede einzelne von ihnen sorgfältig an und wählte dann diejenige aus, in der Hanuman mit dem Sanjivani-Hügel in der Hand gerade abheben wollte. So fertigte Shri Shilpi Subramanyam sofort ein 3-D-Modell der ausgewählten Pose Hanumans an. Tatsächlich war es genau diese hier, die Shri Shilpi angefertigt hatte. (Bishu zeigt die Modell-Statue.) Mit dem Sanjivani Hügel in der linken Hand, das linke Bein auf einem kleinen Hügel nach vorne gebeugt; sein ausgestrecktes rechtes Bein nach hinten und in der rechten Hand die Keule und die Bereitschaft auf seinem Gesicht, in den Himmel

abzuheben. Nun steht dieser Hanuman für immer vor dem Verwaltungsgebäude des Shri Sathya Sai Institute of Higher Learning.



Als nun Shri Tillainayagam seine Berechnungen anstellte, stellte er fest, dass die Statue mehrere hundert Tonnen wiegen würde. Er dachte, es wäre wirklich schwierig, einem solch riesigen Bauwerk statische Tragfähigkeit zu geben; also ging er mit zwei Bitten zu Swami. „Swami, kann die Höhe der Statue bitte reduzieren werden?“ und Swami sagte sofort: „Dies ist für meinen 65. Geburtstag, es werden 65 Fuß sein!“ Darauf gab er demütig nach und sagte: „Swami, können wir die Statue bitte hohl machen, denn das würde das Gewicht der Statue beträchtlich reduzieren.“ Swami lehnte strikt ab und sagte mit Nachdruck: „Diese Statue wird hunderttausend Jahre und länger halten, sie muss felsenfest und stark sein, keine hohle Arbeit, keine Falschheit.“

Im Geist war Shri Tillainayagam sehr besorgt über die enormen Ausgaben, die damit verbunden waren, und noch bevor er Swami gegenüber etwas darüber erwähnen konnte, sagte Swami sofort: „Mache dir keine Sorgen über die Kosten, denke nur daran, wie man die Statue stabil bauen kann.“

Shri Tillainayagam fing an, an den technischen Details dieser gigantischen Struktur zu arbeiten; und wenn es knifflig bei seiner Aufgabe im Design wurde, ging er in die Gebetshalle im Mandir, kniete vor Swamis Stuhl und betete inbrünstig, um eine Lösung zu finden. In wenigen Wochen war Shri Tillainayagam mit seinem Plan fertig, dass das Monument aus Sektionen von runden Strukturstahlprofilen bestehen sollte, die das Skelett sein sollten, auf dem die Statue mit verstärkendem Beton gebaut werden sollte, um diese Struktur auszufüllen, so dass die Form genau so entsteht, wie das Fleisch und die Muskeln die Knochen bedecken.

Shri Tillainayagam: „Nachdem wir von unserem geliebten Swami die Genehmigung für das Design der Statue erhalten hatten, mussten wir zwei Dinge tun:



1. den Boden für die Verlegung der Bodenplatte vorbereiten,
2. die erforderlichen Stahl-Struktur-Teile für die Herstellung des Skelettes der Statue kaufen.

Also mussten wir auf dieses Grundstück kommen, das wie jeder andere Ort in dieser Gegend vollständig mit roter Erde bedeckt war. Wir begannen mit dem Abtragen der oberen Erdschicht, und dann fanden wir verwittertes Gestein wie dieses (zeigt einen Gesteins-Brocken). Und das ist ungeeignet, um die Fundamente für ein so großes Bauwerk zu legen.

Also haben wir die ganze verwitterte Gesteinsschicht abgeschlagen. Zu unserer völligen Überraschung fanden wir eine saubere, ebene, blaue, makellose Granitschicht darunter.

Dann wurde uns klar, warum Swami genau diese besondere Stelle gewählt hatte, die es uns nun sehr leicht machte, das Fundament zu legen. Nachdem wir den Boden für die Verlegung des Fundamentes vorbereitet hatten, ging es als nächstes darum, die Stahlstruktur-Bauteile zu beschaffen, die das Skelett der Hanuman Statue bilden sollten. Ich hatte nicht damit gerechnet, dass Swami mir das Geld sofort geben würde und mich bitten würde, sofort zu kaufen.

Ich war nicht sehr vertraut mit dem Markt in Bengaluru.

Swami sagte: „Macht nichts. Geh wohin du willst, kaufe von wem du willst, zahle was immer du willst, aber kaufe schnell und kehre so schnell wie möglich nach Puttappathi zurück.“

Da wir mehr als 40 - 50 Artikel brauchten, hatte kein Einzelhändler den Bestand all dieser Materialien auf Lager. Wir konnten es also nicht von einem Einzelhändler bekommen, aber wir gingen hier und dort hin in der ganzen Stadt herum und konnten alles einsammeln, bis auf einen Artikel, nämlich den ISMB 600-Träger. Nur sehr große Bauunternehmen oder die Autobahnen oder Eisenbahnen produzieren und verwenden diese; eben nur auf der Grundlage eines spezifischen Projekts, das sie ausführen.

Normalerweise dauert es nicht weniger als 4-5 Monate von der Bestellung bis zur Lieferung des Materials. Aber in unserem Falle hat uns einer der Händler gesagt, dass die erforderliche Qualität und Länge gerade via Eisenbahnwaggon kommt und er am nächsten Tag liefern kann. Und ohne Swamis Gnade und sein Wunder hätte es nicht weniger als 4-5 Monate gedauert - aber wir haben es in zwei Tagen bekommen!“

Bishu: „Nun, da der Boden vorbereitet und das Material besorgt war, legte Bhagavan den 19. Februar 1990 als den Tag für die Bhumi Puja für die Statue fest. An jenem Glück verheißenden Morgen stand Swami hier an der Stelle, an der die Statue erbaut werden musste, zerbrach mehrere Kokosnüsse und verteilte das Wasser, indem er jeden Zentimeter dieses heiligen Bereichs umrundete.“



Tatsächlich wurden Swamis und Shri Tillainayagams Kleider mit diesem geweihten Wasser nass. Swami platzierte auch Kurkuma, Zinnoberrot und alle rituellen Gegenstände an dieser Stelle; und dann strich Swami selbst mit dieser gesegneten Kelle den Zementmörtel auf die Backsteine. Und dann tat Swami plötzlich etwas, das jeden Einzelnen von den Füßen fegte.

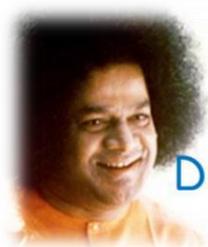
Fortsetzung folgt ...

\*Radio Sai Video Serie 2019/20

<https://media.radiosai.org/journals/Archives/darshan-video/Prasanthi-Chronicles.htm>

## Entschlüsseln der Formel G24M\*

Entdecke die Herrlichkeit des Gayatri Mantras, Karuna Munshi



Decoding Formula G24M



Discover the Glory of the Gayatri Mantra

Gibt es tatsächlich eine Formel, die uns dabei helfen kann, leichter und mit mehr Gelassenheit und Anmut durch das Leben zu gehen? Ist das Gesetz von Karma aus Eisen gemacht, ohne eine Klausel, wie man ihm entkommen könnte? Enthalten die Schriften einen Geheimcode, der eine unsichtbare und unbesiegbare Waffe zum Eigenschutz bietet, damit die Verbindung von Ursache und Wirkung durchtrennt werden kann, zur Verbesserung der verborgenen Talente und Kreativität, zur Überwindung individueller Ängste und Mängel, zur Schaffung einer Harmonie für die Umgebung und zur Veränderung der Geisteshaltung von anderen wie auch der eigenen?

Drei Sprecherinnen aus drei Kontinenten (Asien, Europa und Nord Amerika) und aus zwei Generationen berichten, wie sie den „Nagel auf den Kopf getroffen“ haben durch das Befolgen von Bhagavans Aufforderung, die Mutter aller Mantras zu rezitieren, den wahrscheinlich mächtigsten 24 Silben, welche den emotionalen, mentalen und spirituellen Ausblick verändern und sogar das Schicksal ändern können.

Karuna Munshi (**KM**): Willkommen zu Radio Sais spezieller Diskussion über das Gayatri Mantra! Eine Kommunikations-Spezialistin der BBC Indien, eine Studienabgängerin der Sai Schule, gegenwärtig in Toronto, Kanada, als Lehrerin tätig und eine Psychotherapeutin aus Schottland erforschen die Kraft des Gayatri Mantras. Die Diskussion wurde am 27. Oktober 2013 im Sai Studio aufgenommen.

Das Forum bestand aus Angela Dickson (**AD**) aus Schottland, Pradakshana Kaul (**PK**) aus Neu Delhi, Indien, und Sai Amrita Kaul (**SAK**) aus Toronto, Kanada. Es wurde von Radio Sais Karuna Munshi (**KM**) moderiert.

Nachstehend sind die überarbeiteten Auszüge der Diskussion wiedergegeben, die das erste Mal im „Morning Glory“-Programm, am Donnerstag, den 31. Oktober 2013, live ausgestrahlt wurde.

**KM:** Sai Ram. Wir wollen mit der fundamentalen Frage beginnen: Was ist die Quelle des Gayatri Mantras? Das Entschlüsseln der Formel G24M.



**SAK:** Das Gayatri Mantra erscheint ursprünglich im Rig Veda und auch häufig in allen vier Veden. So ist es historisch betrachtet ein sehr wichtiges Mantra in der Geschichte des Hinduismus. Manche bezeichnen es als das älteste Mantra, das in der Hindu-Tradition gelehrt wurde. Und wichtig dabei ist, dass das Gayatri eigentlich eine „Metrik“ ist, was eine bestimmte Form bezeichnet, die wie ein Mantra rezitiert wird. Viele von uns wissen, dass es verschiedene Gayatri Mantras gibt, inklusive des Sai Gayatri:

Sai Ishvaraya Vidmahe,  
Sathya Devaya Dimahi,  
Thannah Sarva Prachodayat.

Ein reguläres Gayatri hat also drei Zeilen von acht Silben in jeder Zeile. Jenes Gayatri richtet sich an die Sonne bzw. Savitur, dem Wort, das im Gayatri Mantra vorkommt. Es ist bekannt als das älteste, als eines der ersten Gayatri Mantren, die je erschienen sind.

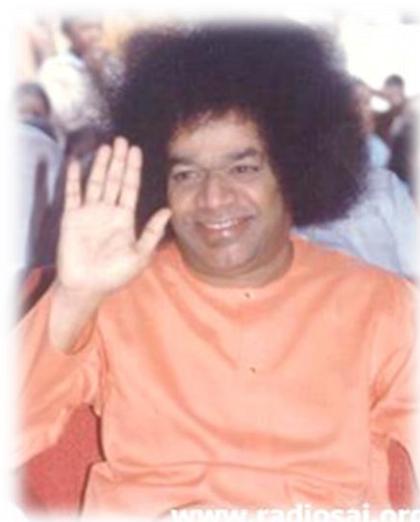
**KM:** Angela Dickson, was macht spirituell betrachtet das Gayatri Mantra für uns?

**AD:** Spirituell macht das Gayatri Mantra alles für uns. Es gibt so viele positive Aspekte in Bezug auf das Gayatri Mantra, doch ein wichtiger Aspekt ist Swamis Lehre: „Liebe alle - Diene allen“, und viele von uns kämpfen damit, alle zu lieben. Durch Rezitieren hilft uns das Gayatri Mantra, das Herzchakra zu öffnen, so dass wir alle lieben und allen dienen können. Auch befähigt uns das Gayatri Mantra, alle Chakren in unserem Körper zu reinigen und mit Energie aufzuladen. Chakren sind Energiezentren in unserem Körper. Das Gayatri Mantra übernimmt die Reinigung und sämtliche Aufgaben. Alles, was wir tun müssen, ist, das Gayatri Mantra regelmäßig aufrichtig zu rezitieren.

Alle von uns, die wir Sai Devotees sind, sind eifrig bedacht zu meditieren. Doch unser „Affengeist“, wie Swami unseren Geist oft nennt, hindert uns daran, einen reinen Meditationszustand zu erlangen.

Wenn wir auch regelmäßig das Gayatri Mantra rezitieren und an uns wirken lassen, so ist doch eine gewisse Zeit erforderlich; doch wir erreichen das höchste Ziel, und dies ist die Verschmelzung mit dem Höchsten Wesen, dem Ziel der ganzen Menschheit.

**KM:** Ich möchte etwas vom verstorbenen Pandit Sri Ram Sharma Acharya zitieren, der genau zusammengefasst hat, was Sie gerade sagten. Er sagt: „Ganz einfach sagt das Gayatri: Wir meditieren über jenes höchste anbetungswürdige, ersehenswerte und bezaubernd strahlende Höchste Wesen, unsere Quelle der Energie, unser kollektives Bewusstsein – unser Schöpfer, Inspiration und unsere Quelle ewiger Freude. Möge dieses warme und liebende Licht unseren Geist inspirieren und leiten und unser Herz öffnen.“ Des Weiteren sagt er: „Das heilige Gebet durchdringt wie eine Spirale, vom Herzen des Rezitierenden ausgehend, das ganze Universum und bittet um Frieden und göttliche Weisheit für alle. Das Gayatri Mantra inspiriert Weisheit in uns. In einfacher, aber wunderschöner Sprache sagt es: „Möge das göttliche Licht des Höchsten Wesens unseren Intellekt erleuchten, damit wir den Weg der Rechtschaffenheit geführt werden.“ Doch dieses Mantra tut noch mehr: es öffnet unser Herz und unseren Geist, so dass wir uns für neue Möglichkeiten öffnen.



**PK:** Ich möchte noch hinzufügen, dass Narada Muni gesagt haben soll: „Wenn man dieses Mantra einmal täglich rezitiert, werden alle unsere Sünden des betreffenden Tages ausgelöscht.

Wenn wir es zehnmal am Tag rezitieren, dann löscht es alle Sünden, die im Verlauf des Tages und der Nacht begangen wurden. Wenn wir es hundertmal rezitieren, löscht es alle Sünden, die wir im Verlauf des Monats begangen haben, und wenn wir es zehn Millionen Mal rezitieren, wird es uns aus dem Zyklus von Geburt und Tod befreien.“

**KM:** Das klingt so einfach. Der Zweck des Lebens ist, den Zyklus von Geburt und Tod zu überwinden. Sai Amrita und Pradakshana, ihr seid zwei junge Frauen in den Zwanzigern. Ihr seid beide berufstätig. Habt ihr das Gayatri in euer Leben einbezogen?

**PK:** Ja, das haben wir. Ich beginne jeden Tag mit dem Gayatri Mantra; es schenkt mir Energie, die mir hilft, den Tag zu bewältigen. Die meisten von uns glauben, dass wir im Leben so beschäftigt sind, dass wir keine Zeit für Dinge wie spirituelle Übungen haben. Doch etwas, das so einfach ist wie ein Gayatri Mantra, erfordert weniger als zehn Minuten. Man kann es sogar während des Duschens rezitieren, so wie ein Abhishekam (Waschung) des Körpers oder während des Essens. Auf diese Weise wird die Nahrung zu geweihter Speise (Prasadam). Wenn wir Zeit für das Internet finden, können wir uns doch auch einige Minuten auf das Gayatri Mantra konzentrieren.

**KM:** Wenn wir fünf Minuten weniger mit Facebook verbringen oder mit dem Schreiben von Texten und Forschen nach Dingen im Internet oder was unsere Freunde auf der ganzen Welt tun – Tweets versenden – dann können wir leicht einige Minuten das Gayatri in unsere Beschäftigung einbringen. Sai Amrita, wie denkst du darüber?

**SAK:** Ich stimme auf jeden Fall zu, dass das Gayatri Mantra nicht schwierig ist. Das Wunderbare dabei ist, es ist sehr einfach. Für mich persönlich wird es ein Bestandteil meiner „Meditation in Bewegung“. Es ist eine Sache, sich hinzusetzen und zu meditieren, was beträchtliche Beständigkeit und viel Engagement erfordert. Doch wir, die wir im täglichen Leben sehr beschäftigt sind, müssen uns bemühen, die Formel G24M zu entschlüsseln und zu meditieren. Jene Momente der Meditation in unserer Aktivität und allem, was wir tun, finden.



Wenn man vom Auto über den Parkplatz ins Haus geht, während man das Geschirr spült oder sonst aktiv ist, sollte man ständig in einem Zustand der Wiederholung des Mantras sein oder daran denken als Meditation. Man nimmt es auch in den Körper, in die Bewegungen, auf.

Ich erinnere mich, als ich noch jünger war, rezitierte ich oft das Gayatri Mantra, wenn ich die Treppe in unserer Schule hier in Prasanthi Nilayam hinaufging. Wir hatten etliche Stockwerke in unserer Schule, und unsere Schlafsäle waren im obersten Stockwerk. Immer wenn ich die Treppe hinaufging, rezitierte ich das Gayatri Mantra, und dann aus Gewohnheit auch überall, wenn ich eine Treppe hinaufging, rezitierte ich es automatisch. Wir schaffen solche kleinen Gewohnheiten und damit jene kleinen Pfade in unserem Gehirn, was nicht schwierig ist. Es kann ganz einfach in unsere normale Routine integriert werden.

Ich möchte hier auch das Konzept von Ajapa Japa erwähnen. Es ist ein wenig unbekannt, doch wir können Lord Shiva visualisieren. Er erscheint mit der kleinen Trommel (Damaru) in seiner Hand, die er schüttelt, und sie macht beständig jenen seltsamen Klang tap tap tap. Die Bedeutung dieses Instruments in seiner Hand ist Ajapa Japa, eine ständige Rezitation – sogar ohne Rezitieren – wobei eine Person nicht ständig an etwas Bestimmtes denken muss, weil es dauernd im Geist gegenwärtig ist.

Ob wir dies mit dem Gayatri Mantra oder irgendeinem Mantra tun – wir empfehlen sehr das Gayatri Mantra, weil es ein sehr mächtiges und wirksames Mantra ist, worüber wir später noch sprechen werden. Lasst es ständig im Atem mitschwingen; und es dauert nicht lange, diese Übung in uns zu schaffen, denn sie wird normal. Zuerst mag es so aussehen, als müsse man sich ständig erinnern. Gebt euch etwa zehn Tage, und es wird sich bereits vollziehen.

**KM:** Bezüglich Meditation in Bewegung – für mich ist das Gayatri die „fahrende“ Meditation, denn in Indien zu fahren, ist eine Herausforderung. Sobald ich das Auto anlasse, chante ich das Gayatri, um

mich zu schützen, und was noch wichtiger ist, auch andere auf der Straße. Ich denke, so kann es auch eine Meditation beim Fahren sein.

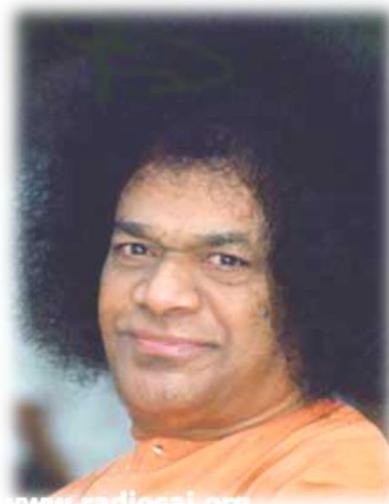
**SAK:** Ich habe einen kleinen „Zähler“, der wie ein Ring auf meinen Finger passt, und den ich als Japamala (Rosenkranz) verwende. Es ist allerdings nicht nötig zu zählen. Es gibt keine „Buchhalter-Verbindung“ mit Gott. Aber ich versuche, während des Fahrens auf dem richtigen Zählstand zu bleiben. Das ist die Entschlüsselungsformel G24M, die ich praktiziere, weil mir das Rezitieren des Gayatri hilft, mich zu konzentrieren, wenn ich auf der Straße bin.

**KM:** Angela Dickson, wer sollte das Gayatri Mantra rezitieren? Wer ist dazu berechtigt?

**AD:** Jeder ist berechtigt, das Gayatri Mantra zu rezitieren. Das Gayatri Mantra ist ein universelles Mantra. Folglich gibt es für keinen Menschen Barrieren, das Gayatri Mantra zu rezitieren.

Swami hat auch gesagt, dass es sein Wunsch ist, dass jeder das Gayatri Mantra rezitiert, was meiner Meinung nach für uns alle eine wichtige Aussage ist. Und wie Sie schon alle positiven Aspekte über die Rezitation des Gayatri hervorgehoben haben, stärkt es auch unser Wohlbefinden. Angesichts von so viel Elend auf der Welt, da wir manchmal niedergedrückt sind und unser Gemüt beladen ist, ist die Rezitation des Gayatri Mantras ein weiterer positiver Aspekt. Es lindert die Schwere, es lindert unser Elend und stärkt unseren Körper. Hier gebe ich das Thema weiter. Karuna, Sie haben selbst eine positive Erfahrung in Bezug auf Ihre Gesundheit durch die Rezitation des Gayatri Mantras gemacht.

**KM:** Ja, das stimmt. Ich kann dies voller Vertrauen bestätigen, weil ich bis vor zweieinhalb Monaten viele Gesundheitsprobleme hatte und eine häufige Patientin im Sri Sathya Sai General Hospital war, wohin ich mitten in der Nacht zur Notaufnahme gebracht werden musste. Die Ärzte und Schwestern sorgten für die nötige Behandlung, und ich verbrachte etliche Stunden dort. Dann kam ich nach Hause und fuhr mit meiner Arbeit fort. Ich war sehr beschäftigt.



Doch seit ich begann, das Gayatri zu rezitieren und die Kraft des Gayatri auf bestimmte Partien im Körper anzuwenden und meinen Geist darauf zu konzentrieren und zu visualisieren, wie der Glanz des Gayatri jene Teile in meinem Körper durchdringt und in die entsprechenden Chakren eintritt, scheine ich meine Schmerzen, Beschwerden und Gesundheitsprobleme überwunden zu haben. Seit etwa zwanzig Jahren habe ich mich nie kräftiger, gesünder oder voller Energie gefühlt als jetzt. Und alles, was ich getan habe, ist, mich seit etwa zweieinhalb Monaten sehr gewissenhaft auf meine Gayatri Übungen zu konzentrieren.

**AD:** Somit sind Sie also Beweis der heilenden Eigenschaften des Gayatri.

**KM:** Ja, das bin ich. Absolut. Und ich stelle fest, dass das Universum sogar besser mit mir zusammenarbeitet, seit ich begann, das Gayatri zu rezitieren. Ich „hole“ Gedanken direkt von einer höheren Quelle herunter, und sobald ich einen Gedanken habe, suche ich nach Hilfe, um ihn in die Tat umzusetzen. Die Leute begegnen mir und bieten Hilfe an, denn sie sind gerade die richtige Person, bei der Führung zu suchen ist. Und ich entschlüssele Formel G24M und stelle fest, dass da so viel Synchronizität ist. Ich habe seit meiner Kindheit immer das Gayatri rezitiert, weil Swami einmal, als ich noch Schülerin war, eine Masseneinweihung (Upanayanam) durchführte. Er ließ uns alle – nicht nur die Jungen, die in die Zeremonie der Heiligen Schnur eingeführt wurden – sondern auch alle im Purnachandra Auditorium Versammelten mit ihm zusammen rezitieren. Somit hat Bhagavan uns persönlich in das Gayatri initiiert. Doch seit ich begann, wegen meiner Gesundheit zu rezitieren, indem ich das Mantra an bestimmte Problempunkte und Energiezentren leitete, war das Ergebnis gewaltig.

**AD:** Und ich bin sehr privilegiert, dieses göttliche Wunder, die Kraft und Macht des Gayatri immer wieder zu erleben, wenn ich sehe, wie Menschen durch die Rezitation dieses besonderen wundervollen Mutter-Mantras, das Gayatri in ihren Körper durch Rezitieren hineinbringen. Und da das Gayatri Mantra sowohl ein Mantra als auch ein Gebet ist, vergessen wir, zu Gayatri wegen einer



bestimmten Situation zu beten, bevor wir rezitieren. Wenn wir zu Gayatri bezüglich einer bestimmten Situation beten und dann das Mantra rezitieren, wird oft die Situation – eine schwierige, schmerzhaft Situation – beinahe sofort durch die Rezitation des Gayatri Mantras gelindert.

**KM:** Hier möchte ich wirklich Pandit Sri Ram Sharma Acharya nochmals zitieren, weil er zusammengefasst hat, was ich ausdrücken möchte, jedoch nicht die perfekten Worte finde. Er sagt: „Die Weisen der alten Zeit wählten die Worte des Gayatri sorgfältig aus und arrangierten sie auf eine Weise, dass sie nicht nur die Bedeutung vermitteln, sondern auch spezielle

Schwingungen und Kräfte der Weisheit durch deren Aussprache schafften. Die Rishis und Weisen des vedischen Zeitalters machten Erfahrungen und experimentierten in Bezug auf die gewaltigen sensorischen Energiepools, die Chakren, die aufwärts führenden Chakren, Granthis, Koshas, Matakas und Nadis, die in den feinen Winkeln der endogenen Drüsen, Nervenbündel und Nervenstränge verborgen sind. Es heißt, dass deren Aktivierung seltene tugendhafte Talente und super-normale Potentiale aufleben lässt. Wissenschaftler, Metaphysiker, spirituell Praktizierende und andere studieren diese alten Methoden zur Selbstverwirklichung und entdecken sie wieder.

Das Geheimnis der übernatürlichen Wirkung des Gayatri Mantras im physischen Bereich des Lebens liegt in der einzigartigen Konfiguration der bestimmten Silben des Mantras. Die zylindrische Aussprache dieses Mantras stimuliert die unterbewussten Kräfte und dringt in den subtilen Körper ein. Der Einfluss auf die Zunge, Lippen, Stimmbänder, Gaumen und verbundenen Regionen im Gehirn, erzeugt durch die kontinuierliche Aussprache der speziellen vierundzwanzig Silben des Gayatri Mantras, bewirkt eine Resonanz bzw. Schwingung in den Nerven und feinen Strängen des subtilen Körpers. Der so induzierte musikalische Fluss berührt die außersensorischen Energiezentren. Letztere beginnen eine feine magnetische Kraft zu stimulieren und wecken im Aspiranten die vitalen Ströme der Gayatri Shakti (Kraft) in den grenzenlosen Bereichen. Diese magnetische Aufladung durch die ständige Wiederholung des Gayatri Mantras stimmt den Geist des Suchenden harmonisch ein, damit er sich mit den übernatürlichen Kraftströmen verbindet – Entschlüsseln der Formel G24M.

Dies führt in der Summe dazu, dass unser Geist klarer wird, unser Immunsystem stärker und unser Herz sich öffnet, wenn wir das Gayatri rezitieren und dabei diese Schwingung erzeugen.

**SAK:** Ich stimme zu, denn ich gebrauche oft die Analogie, dass das Gayatri Mantra wie Sonnenschein für die Seele ist. Es ist ein Mantra, aber es ist auch ein Gebet, das um Erleuchtung bittet und darum zu helfen, unseren Geist zu erhellen, damit wir ebenso strahlend werden wie jener Strahlende. Und es ist wirklich wie Sonnenschein für die Seele; und wie ich es im Besonderen sehe, ist es vor allem so, worauf Sie in Bezug auf Ihre Gesundheit hingewiesen haben.

Wenn wir das Gayatri Mantra mit Integrität und guter Absicht rezitieren, kann man die Absicht als einen Samen betrachten, der dann dem Gayatri Mantra das „Sonnenlicht“ verleiht, das es zum Wachsen benötigt. Und wenn unser Bewusstsein wirklich der Boden ist, in den wir die Absicht guter Gesundheit, Heilung oder Klärung pflanzen, ist es die Quelle des Lebens für alles, auf das wir unsere Absicht richten. Und oft fühle ich mich beinahe hilflos, wenn ich vom Zustand einer anderen Person erfahre. Und ich richte meine Absicht darauf, was immer Gutes geschehen soll und ich rezitiere das

Gayatri Mantra für jene Person oder Situation oder Begebenheit. So ist das Gayatri Mantra wirklich die Nahrung dafür, worauf wir unsere Absicht richten.

**PK:** Ja. Auch wir begegnen dem täglichen Stress, doch wir müssen auch an die Bedürfnisse unserer Seele denken. Während Geld uns körperlichen Komfort verschaffen kann, bringt uns das Gayatri körperlichen, geistigen und spirituellen Komfort. Und es kann uns wirklich „beweglich“ machen und sich unseres körperlichen und spirituellen Wohlbefindens annehmen.



**KM:** Swami hat etwas sehr Ähnliches gesagt, nämlich die Kalorien für den Geist zu liefern, ist ein ebenso wichtiger Prozess für ein glückliches Leben, wie den Körper mit Kalorien zu versorgen. Frühstück, Mittag- und Abendessen, morgendliche Andacht, Andacht am Mittag und Abend, alle sechs sind gleichermaßen notwendig. Wenn man eine der sechs auslässt, so erleidet man Verlust.

Swami sagt auch: Singt keine minderwertigen und schädlichen Filmlieder, sondern rezitiert stattdessen das Gayatri Mantra. Wenn man badet, wird der Körper gereinigt, auch der Geist und Intellekt müssen gereinigt werden. Macht euch zur Gewohnheit zu rezitieren, wenn ihr badet, wie auch vor jeder Mahlzeit, weil die Speise dann zu Prasadam wird; rezitiert wenn ihr aufwacht, zu Bett geht, jedes Mal, und wiederholt am Schluss dreimal Shanti, um den drei Entitäten in uns Frieden zu geben – dem Körper, dem Geist und der Seele.

**PK:** Das Gayatri bewirkt auch eine Schutzschicht. Sie wissen, ich lebe in Delhi, und Delhi war ...

**KM:** ... es geht uns alle an, wenn wir über die Gefahren lesen, denen junge Frauen in der indischen Hauptstadt ausgesetzt sind.

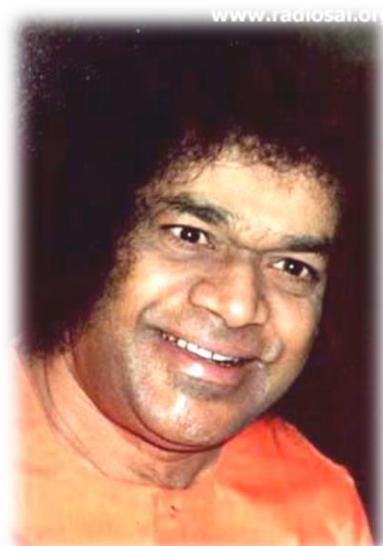
**PK:** Absolut. Und ich rezitiere das Gayatri Mantra jeden Tag. Ich fühle, dass es mich schützt, wie eine unsichtbare Waffe in meiner Hand. Das Gayatri Mantra kann allen Schutz gewähren, der einen vor Gefahr bewahrt. Es ist wie unsere Waffe (Vajra = Indras Donnerkeil) in unserer Hand, die uns unbesiegbar macht; sie ist unsichtbar, und man kann sie überall mit sich nehmen, ohne dass irgendjemand sie bemerkt. So möchte ich jeder Frau raten, das Gayatri zu rezitieren, bevor sie das Haus verlässt. Es wird sie schützen und ihr auch den gewünschten Komfort geben. Das Gayatri Mantra schafft ein Kraftfeld in unserer Aura, das niemand verletzen kann. Unsere Aura wird gestärkt und wir haben ein Sicherheitsschild um uns, das niemand durchdringen kann.

**KM:** Sehr gut ausgedrückt. Angela, stimmen Sie mit ihrer jahrelangen Erfahrung mit Pradakshana Kaul überein?

**AD:** Ja. Als ich vor etwa zwanzig Jahren das Gayatri Mantra erhielt, hatte ich keine Ahnung von seiner Macht und Leuchtkraft. Ich begann in Unwissenheit mit der Rezitation. Ich schätzte es damals nicht in seiner ganzen Fülle, empfang aber dessen Nutzen.

Gegenwärtig beten viele Menschen auf der ganzen Welt um Hilfe für die Menschheit, die negativen Aspekte und die Aggressivität zu verändern. Und wenn unsere Familie und Freunde sich mit einbringen bei der Rezitation, werden wir alle der Leuchtkraft des Gayatri teilhaftig, was einen Nutzen für die ganze menschliche Rasse und alle anderen Wesen darstellt, wenn wir das Gayatri gemeinsam rezitieren.

In jüngster Zeit kamen viele Sai Devotees in 45 Ländern zusammen und beteiligten sich an der globalen Rezitation des Gayatri Mantras. Und ich bin sicher, dass die Leuchtkraft, das Licht der Rezitation jeden



Menschen auf positive Art berührte. Wir haben auch eine Pflicht uns und allen anderen gegenüber: Wenn wir die Familie und Freunde, wie auch Arbeitskollegen zusammenbringen und zu dem einzigen Zweck, global zu helfen, rezitieren, so bin ich sicher, dass wir auf vielen Ebenen wirklich einen positiven Wandel in der Welt bewirken können.

**KM:** Und ich glaube, wenn wir dies als Gruppenaktivität tun statt nur alleine zu rezitieren, dass die Wirkung entsprechend wächst. Ich möchte auch alle daran erinnern, dass man dem Gayatri auch zuhören, oder es selbst rezitieren und nur darüber kontemplieren kann. In allen drei Möglichkeiten liegt Kraft. Wählt diejenige Form, bei der ihr euch am besten fühlt.

Man kann darüber nachdenken, man kann zuhören – wenn jemand krank ist, kann man es einfach auf einer Mantra Box spielen oder sich auf Radio Sais Website einschwingen – wir haben die Sendeschleife „Baba lehrt das Gayatri“, die man für einen Patienten einstellen kann. Ich habe gelesen, dass das Abspielen des Gayatri Mantras oder es gemeinsam zu rezitieren, unsere Umgebung genauso beeinflusst, wie ein Antibiotikum auf eine Infektion im Körper wirkt. Wenn die Umgebung negativ oder sehr unangenehm ist und eine dunkle Energie vorhanden ist und man sich in dieser Umgebung nicht wohl fühlt, es auch Gesundheitsprobleme gibt, dann kann das Rezitieren oder Abspielen des Gayatri Mantras alle Negativität bekämpfen, so als würde man eine Infektion aus dem Umfeld entfernen.

**SAK:** Was ich sehr interessant finde in Bezug auf das Gayatri Mantra, ist, dass es symbolisch für die Frau ist – wir haben die Göttin Gayatri, die das Gayatri Mantra repräsentiert. Auch vermittelt es uns ein Gefühl der Sicherheit, Geborgenheit, so wie wir darüber sprechen. Es gilt auch als die Mutter der Veden, und somit ist das Gayatri Mantra wirklich eine liebende Mutter. Es ist das Mantra, um uns zu nähren, es ist ein Mantra, um uns zu schützen, das uns gibt, was immer wir benötigen. Und es gibt viele Gründe, dass die Gayatri Devi selbst auf bestimmte Weise repräsentiert wird. Sie scheint fünf Köpfe zu haben, mit zehn Augen, die in alle Richtungen blicken, und die Zahl steht auch für die Elemente und repräsentiert die verschiedenen Rassen auf dem Planeten, sie bedeutet alle Formen des Lernens, sie steht für Wohlstand und Verstehen. So ist sie von einem anderen Gesichtspunkt aus betrachtet, wenn man das Mantra personifizieren wollte, eine liebende Mutter, der man jeden Gedanken und jeden Wunsch anvertrauen kann, in dem Wissen, dass sie ihn annimmt und ausführt, so wie sie es für am besten hält. Folglich ist das Mantra nicht nur eine Reihenfolge von Wörtern – man kann sich frei fühlen, diesen Bezug herzustellen und eine wahre Beziehung zu schaffen – nicht nur als Klang, sondern als etwas, das einen tatsächlich berührt und bewegt und Teil des täglichen Lebens ist.

**KM:** Sehr gut ausgedrückt, und es gibt viele Möglichkeiten, die Bedeutung des Gayatri Mantras zu verstehen, weil die Leute es Wort für Wort aufnehmen. Swami hat es einmal entmystifiziert und sagte, wenn man am Ende des Tages kein anderes Gebet außer dem Gayatri Mantra sagen kann, ist das in Ordnung, weil in ihm die Summe aller Gebete liegt, jedes Streben der menschlichen Seele, und er vereinfachte auch dessen Bedeutung zu: „Liebe Göttliche Mutter, bitte fülle unsere Gedanken, unsere Worte und Taten mit göttlicher Liebe.“

**SAK:** Das ist alles. So einfach ist die Entschlüsselung von Formel G24M.

**KM:** Und am Ende des Tages ist es ein Gebet an die Höchste Göttliche Mutter, unsere Gedanken, Worte und Taten mit ihrer göttlichen Liebe zu füllen. Somit ist alles, was wir tun, von göttlicher Liebe

durchdrungen – nicht von Selbstsucht, oder persönlichen Motiven, noch weltlicher Liebe oder Eigeninteresse.

**SAK:** Das ist wirklich alles, worum es geht.

**PK:** Ich möchte jedem sehr empfehlen, das Gayatri Mantra zu rezitieren, und wenn er dies etwa zehn Tage lang tut, wird er selbst dessen Schwingung fühlen und die Form göttlicher Gnade, die es verleiht.

**SAK:** Versucht es und fasst den Entschluss. Fasst den Entschluss, dass ihr, wenn ihr dieses Mantra rezitiert, wirklich seine Wirkung im Körper, im Leben fühlen wollt. Und seid dann offen dafür, wie dies geschehen mag, und wie es sich im Leben zeigt.

**KM:** So praktiziert ihr als junge Frauen das Gayatri und empfiehlt es vielen anderen, die gerade jetzt Radio Sai hören. Sai Amrita Kaul und Pradakshana Kaul, welchen Nutzen brachte euch das Praktizieren des Gayatri?

**PK:** Ich lebe in Delhi ...

**KM:** Und das erfordert besondere Überlebenskünste.

**PK:** Ja, in der Tat. Ich rezitiere es jeden Tag und weiß, dass ich geschützt bin. Ich arbeite auf dem Entwicklungssektor. Ich besuche weit entfernte Dörfer von Bihar. Ich fahre zu Gegenden, wo Banditen sind, treffe Familien von Banditen, spreche über Themen, die ihnen vielleicht nicht angenehm sind. Aber ich machte bei allem wunderbare Erfahrungen. Leute fragten mich, ob ich keine Angst hätte vor der Gefahr der Situation. Ich habe nie so etwas gefühlt. Und ich glaube, das liegt daran, dass ich den Schutz des Gayatri bei mir habe. Überall, wohin ich gehe, bin ich von Frauen umgeben, die zu mir über ihre Probleme in Bezug auf das Ziel meines Projektes, nämlich bessere Gesundheit, sprechen. Weil ich das Gayatri Mantra jeden Tag rezitiere, bin ich geschützt, und alles funktioniert. Frauen von Banditenbanden, Frauen einzelner Stämme - alle kommen zu mir, um über Dinge zu sprechen, wie Familienplanung, was in jenen ländlichen Gegenden ein strittiges Thema ist.

**KM:** In kultureller Beziehung sind sie sehr empfindsam. Im Allgemeinen sprechen sie nicht über die Planung ihrer Familien. Doch jetzt, da Sie die Gelegenheit haben, über vorgeburtliche Gesundheit zu sprechen und Gesundheit der Mutter, sollten Sie vielleicht auch über spirituelle Gesundheit zu ihnen sprechen und diese Frauen ermutigen, das Gayatri zu rezitieren. Es wird ihnen wirklich helfen. Sagen Sie ihnen, dass es ein universales Gebet ist, durch das sie sich sicherer fühlen und besser Entschlüsse und Entscheidungen fassen.

**PK:** Ja, ich werde es versuchen.

**SAK:** Selbst rezitiere ich oft das Gayatri, um meinen Kopf zu klären. Nach einem Arbeitstag bin ich sehr müde, und auch mein Kopf (Geist) ist voll, und ich möchte ihn wieder klar bekommen, dann ist es die Version, die wir von Swami hören und wiederholen können, die ich oft höre, um mich zu beruhigen und meine Gedanken zu klären.

Für den Rest der Zeit ist es eine Aktivität, die sich weiter fortsetzt. Doch wenn ich das Mantra höre, ist es oft so, dass ich mich wieder zentrieren kann, weil es Zeiten gibt, in denen man sich nicht gut fühlt und wahrscheinlich nicht so gut mit Menschen umgeht, die um einen sind, und alles sonst davon betroffen sein kann. So bediene ich mich des Gayatri Mantras, um sicherzustellen, dass ich ruhig und zentriert sein kann in meinem Umgang mit mir selbst und auch mit allen um mich herum.



**PK:** Es hält auch alle negativen Energien fern. Manche Situationen im Büro mögen sich um Politik drehen, Ego Konfrontationen und derartige Unannehmlichkeiten. Wenn man das Gayatri Mantra rezitiert, wird man von nichts berührt.

**KM:** Eine sehr gute Überlebenstaktik. Ausgezeichnete Hinweise von der jungen Dame aus Delhi. Angela Dickson?

**AD:** Das Gayatri Mantra ist für mich eine Reise von der Dunkelheit zum Licht. Und durch die Gnade von Swami beobachte ich voll Liebe die Transformation in vielen anderen, die sich vollzieht durch die Kräfte des Gayatri Mantras. Wir haben uns alle an einem dunklen Ort befunden. Wir haben alle gebetet, wir waren alle verloren, wir haben alle gelitten – wir fragen uns alle, wie wir da herauskommen und uns wieder erheben können. Wir können alles überwinden durch Ernsthaftigkeit und aus dem Herzen kommende Rezitation des Gayatri Mantras.

**KM:** Gibt es einen bestimmten Ort, an dem man rezitieren soll? Ist es nötig, vor dem Altar oder in einem Tempel zu sitzen oder an einem Ort, an dem man rezitieren kann? Wir sprachen darüber, während des Duschens zu singen oder wenn man in Eile ist und vor dem Essen, damit die Nahrung gereinigt wird, oder aber während des Fahrens – und wo sonst noch? Beim Gehen.

**AD:** Überall.

**KM:** Überall; es gibt keinen bestimmten Ort, auf den man sich begrenzen muss. Ursprünglich, vor Tausenden von Jahren war es auf die Tradition der Brahmanen begrenzt, und wurde nur durch einen Guru an einen männlichen Jünger weitergegeben. Doch jetzt hat Swami es für Männer, Frauen, Kinder aller Rassen, aller Kulturen, aller Klassen sozusagen freigegeben, und jeder kann daraus einen Nutzen beziehen.

**SAK:** In Bezug auf den Ort, wo es rezitiert werden soll, komme ich zurück auf Swamis Worte. Er sagte: „Gott ist dir so nahe, wie du Gott nahe bist.“

Welche Praxis man immer wählt, diese soll bestimmen, wo und wann man das Mantra rezitieren möchte. Meine Beziehung zu Swami und meine Beziehung zur Spiritualität ist zwanglos. Ich habe keine bestimmte Zeit für meine spirituellen Übungen. Meine Praxis ist jeden Tag, den ganzen Tag und ständig.

So ist es, und ich bleibe dabei, wohin immer ich gehe. Manchmal entscheide ich, eine bestimmte Zeit einzuhalten, die gelegen für mich ist, weil ich spüre, dass ich mich setzen soll und etwa eine Stunde meditieren soll, um meinen Geist zu beruhigen und eine bestimmte Übung auszuführen. Doch ich möchte alle unsere Hörer darauf hinweisen, dass Swami – wie sie sicher selbst wissen – immer bei uns ist. Das Universum hört ständig zu und antwortet. Man muss also nie glauben, dass man eine „Verabredung“ treffen soll, ein Treffen zu einer bestimmten Zeit, um zu praktizieren – es ist vierundzwanzig Stunden an sieben Tagen der Woche möglich.

Wenn man einen Teppich reinigen muss und genau die Stelle kennt, an der man den Teppich halten muss, kann man ihn mit einer Bewegung reinigen. So ist es mit dem Gayatri Mantra. Es geht um die perfekte Stelle, wo man mit einer „raschen Bewegung“ ein maximales Ergebnis erzielt.

**KM:** Eine sehr schöne Analogie.



**SAK:** Das ist das Gayatri Mantra für eure Seele und euren Geist. Wenn man es mit der rechten Absicht rezitiert, wird es sicherlich dieses Ergebnis bringen. Man muss es im Leben nur einfach praktizieren.

**KM:** Ohne uns dessen bewusst zu sein, beten wir jedes Mal, wenn wir das Gayatri rezitieren, selbst mit der Absicht um persönliche Heilung, zur universellen Macht um Segen für das ganze Universum. Was für ein Segen! Was für eine vielfache Wirkung!

**SAK:** Ich denke, wenn man darüber nachdenkt und darauf achtet, wie weitreichend und großartig das Mantra ist, dann läuft einem ein leichter Schauer über den Rücken, weil man erkennt, dass es sehr demütig macht.

Man erkennt, dass man wirklich Teil von etwas so Großem ist, und wenn man für sich selbst bittet, man auch für alle bittet. Man bittet für sich und fühlt, dass man Teil einer Gemeinschaft ist. So ist das Gayatri Mantra, wie ich schon sagte, wirklich unsere Mutter, und wir sind ihre Kinder. Daher habe ich den Glauben und das Vertrauen und stelle diese Verbindung zum Mantra her, weil es nicht nur Worte sind.



**KM:** Und es stärkt ständig das Gefühl der Verbundenheit mit allem um uns herum. Niemand kann in Isolation in seiner eigenen kleinen Luftblase leben.

**PK:** Das Gayatri Mantra umfasst wirklich unseren Geist und unsere Seele. Wir fürchten nichts, und Erfolg in jeder Hinsicht des Lebens ist sicher durch dieses Mantra, weil es eine Mutter ist, die sich um alles annimmt. Rezitiere einfach und gib dich dem Mantra hin, und das Leben ist gut.

**AD:** Bei der letzten Kumbha Mela forderten alle großen Weisen und Yogis die Leute auf, das Gayatri Mantra zu rezitieren, um eine positive Transformation in unserer Welt zu bewirken.

In der Bhagavadgita verkündete Krischna: „Unter allen Mantras bin ich das Gayatri.“ Es wurde uns also durch Zeitalter hindurch immer wieder gesagt, das Gayatri Mantra zu rezitieren. Ich denke, wir sollten wirklich diese göttliche Anordnung befolgen, das Gayatri zu rezitieren. Zu unserem Wohl und zum Wohl der gesamten Menschheit und des Universums wollen wir beginnen mit der Rezitation des Gayatri Mantras.

**KM:** Es ist die beste Versicherungspolice, die beste Investition in ein ausgeglichenes Leben. Swami sagte einmal: Wenn wir das Gayatri rezitieren und wir uns ihm hingeben und vollkommen vertrauen, gewährt es uns die Talente, die wir nicht zu besitzen glaubten. Es bringt unser grenzenloses Potential zum Vorschein, dessen Existenz wir nicht erahnten. Es nimmt sich aller unserer physischen Bedürfnisse an. Ich bin nie einer Person begegnet, die das Gayatri rezitiert, und der es an irgendetwas mangelte. Mit Gayatri wird alles verfügbar, unser Weg wird einfacher, die Hindernisse verschwinden von selbst, ohne dass wir von ihrer Existenz wussten. Es wird natürlich, sich hinzugeben und ein Instrument in der göttlichen Hand zu sein, wenn wir das Gayatri ein Leben lang rezitieren. Swami sagte, diese Formel heiliger Worte, die Reihenfolge heiliger Worte, ist nicht begrenzt auf das Wohl von Menschen irgendeiner Glaubensrichtung.

Mit den Schlussgedanken beginnen wir bei Sai Amrita.

**SAK:** Rezitiert einfach das Gayatri Mantra – es gibt keine Entschuldigung, es nicht zu tun.

**KM:** Und wenn ich noch hinzufügen darf, tut es mit Liebe und Glauben an ihre (Göttin) Herrlichkeit und Großzügigkeit.

**PK:** Nach diesem Interview bin ich so inspiriert, dass ich das Gayatri mit der Mala (Rosenkranz) am Morgen, Nachmittag, Abend und zwischendurch rezitieren werde.

**KM:** Angela Dickson?

**AD:** Ich hoffe, dass die Liebe, die sich in und um uns angesammelt hat, hinausgehen wird zu jedem Hörer und in ihre Herzen eindringt. Seid inspiriert, das Gayatri zu rezitieren. Seid inspiriert, es mit vielen anderen zu teilen, vor allem jenen, die verloren, krank und leidend sind.

**KM:** Danke an alle und Sai Ram!

[http://media.radiosai.org/journals/vol\\_11/01NOV13/images/03\\_FeatureArticles/Reclaiming-Shakti/Decoding\\_Formula\\_G24M.pdf](http://media.radiosai.org/journals/vol_11/01NOV13/images/03_FeatureArticles/Reclaiming-Shakti/Decoding_Formula_G24M.pdf)

\*Radio Sai, Oktober 2013

\*GM = Gayatri Mantra; 24 = die 24 Silben dieses kraftvollen Gebetes. Frau Karuna Munshi kreierte diese "Formel" um mit Nachdruck seine Wirkmächtigkeit hervorzuheben. (B. Prusty)

## **Heilende Berührung\***

### **Heilung von Gift durch Liebe und Fürsorge**

---

Wie ein armer Landarbeiter in Babas Krankenhaus nach einem tödlichen Schlangenbiss aus den Klauen des Todes gerettet wurde

Bhagavan Baba legte den Grundstein für das Sri Sathya Sai General Hospital in Puttaparthi zu einer Zeit, als dieser ländliche Ort unbekannt und ungenannt war, so wie die Pitcairn Inseln im Pazifischen Ozean. Nach Jahrhunderten kolonialer Herrschaft erlangte Indien 1947 die Unabhängigkeit. Es war kaum aus seiner schmerzlichen Vergangenheit herausgekommen, geschweige denn seinen großen Bemühungen der Entwicklung in 1954, als Baba beschloss, ein Krankenhaus für die unschuldigen Dorfbewohner von Puttaparthi zu bauen. Dies war in der Tat der bescheidene Anfang der großartigen Sri Sathya Sai Medical Mission, deren strahlende Leuchttürme die beiden Super Specialty Hospitals sind – eines in Puttaparthi und eines in Whitefield.

Das SSS General Hospital bleibt dennoch weiterhin die Lebensader für Tausende in und um diese heilige Stadt, seit nun mehr als einem halben Jahrhundert, und die Geschichte von Narasimhulu, die nachstehend erzählt wird, ist ein Zeugnis dafür.

Dies ist die Geschichte eines armen Landarbeiters, der beinahe bei der Arbeit auf dem Feld sein Leben verlor.

Der fünfzigjährige Narasimhulu stammt aus dem Dorf Manimdaku (Penukonda Bezirk), etwa 20 km von Puttaparthi entfernt. Als Tagelöhner verdient er 100 Rupien pro Tag, und an glücklichen Tagen können es 200 bis Rupien 300 sein.

Mit vier Kindern und einer Ehefrau war es eine Herkulesaufgabe für ihn, damit auszukommen.

Glücklicherweise waren bis 2010 zwei seiner Töchter verheiratet, und sein ältester Sohn hatte sich ihm als Tagelöhner angeschlossen, während der jüngere in der IX. Klasse zur Schule ging.

Narasimhulu war imstande, seine ältere Tochter mit Hilfe seiner Ersparnisse zu verheiraten, aber er nahm einen Kredit von 25.000 Rupien auf, um die Hochzeit seiner jüngeren Tochter zu vollziehen. Ein Teil dieses Kredits wird jetzt zur Erziehung seines jüngeren Sohnes verwendet. Seine beiden Töchter arbeiten auch als Tagelöhner.

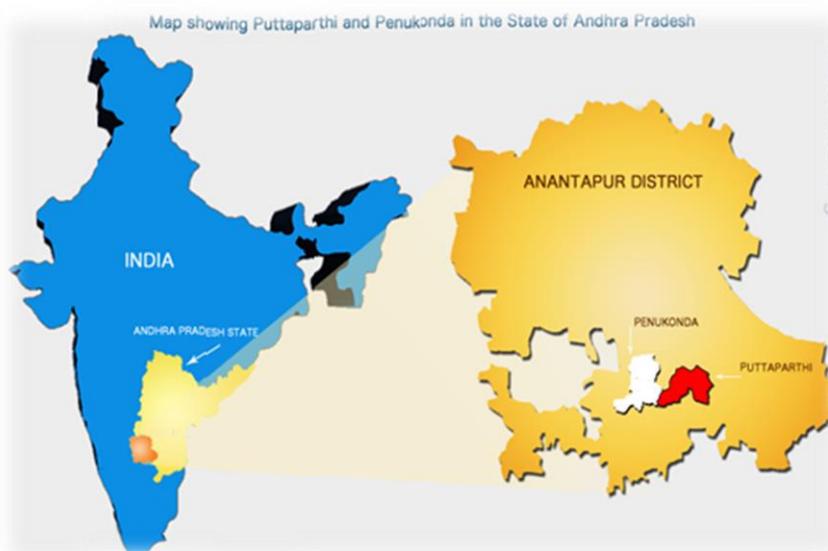
#### **Ein Schlangenbiss, der das Leben aus Narasimhulu saugte**

„Am 4. Juli 2011 schlief ich in der Farm, die etwa 2 km von meinem Heim entfernt ist. Ich erinnere mich, dass ich sehr früh aufwachte und etwas Wasser trank. Plötzlich begann mein ganzer Körper zu schmerzen. Ich hatte starke Kopfschmerzen und meine Sicht wurde neblig. Mit großer Mühe legte ich die zwei Kilometer nach Hause zurück.“

Meine Frau brachte mich sofort in einer Autorikscha nach Penukonda. Dort untersuchte mich Dr. Suryanarayana und riet, nach Puttaparthi zu fahren, da die Medizin teuer sei. Doch weil Puttaparthi mindestens eine Stunde entfernt war, ging ich zu einem „Quacksalber“ am Ort, der 600 Rupien kassierte und mir eine Injektion gab. Mein Zustand verschlechterte sich. Da beschlossen wir, mit einer Autorikscha zum Krankenhaus in Puttaparthi zu fahren“, sagt er.



Narasimhulu im General Hospital in Puttaparthi



Narasimhulu kam von Penukonda, etwa 20 km von Puttaparthi entfernt, um von dem tödlichen Schlangenbiss geheilt zu werden.

„Obwohl es normalerweise eine Stunde dauert, von Penukonda dorthin zu kommen, brauchten wir an jenem Tag viel länger, und die ganze Zeit hatte ich unvorstellbare Schmerzen. Meine Frau war ebenfalls besorgt und nervös; sie dachte, ich könnte nicht überleben. Beim Krankenhaus angekommen, wurde ich sofort aufgenommen. Ich erinnere mich, ich konnte kaum sprechen“, fügt er hinzu.

### Rechtzeitige Behandlung sichert Gesundheit

Dr. S. Bhuvaneshwari erläutert im Detail den Zustand von Narasimhulu, als er zum Krankenhaus kam – und auch die Diagnose.



Dr. Bhuvaneshwari, eine der engagierten und hingebungsvollen Ärztinnen in Babas Generals Hospital in Puttaparthi. Sie hat eine detaillierte Abhandlung über Schlangenbisse und die Optimierung von ASV (Schlangengegengift) Anwendung und eine Analyse der Ergebnisse geschrieben.

„Was er schilderte ließ uns annehmen, dass Narasimhulu auf dem Feld schlief, und als er am Morgen aufwachte, spürte er, dass ihn etwas gebissen hatte. Er wurde schwach und konnte kaum seine Augen öffnen. Als er hier ankam, waren seine Augenlider schlaff, und er hatte Probleme beim Schlucken, was neurotoxische (giftig für die Nervenzellen) Symptome sind, wenngleich er normal atmete. Es gab keine Bisswunden oder Schwellungen. Daher nahm ich an, es könnte ein Krait Biss sein und begann sofort mit einer Gegengift Behandlung.

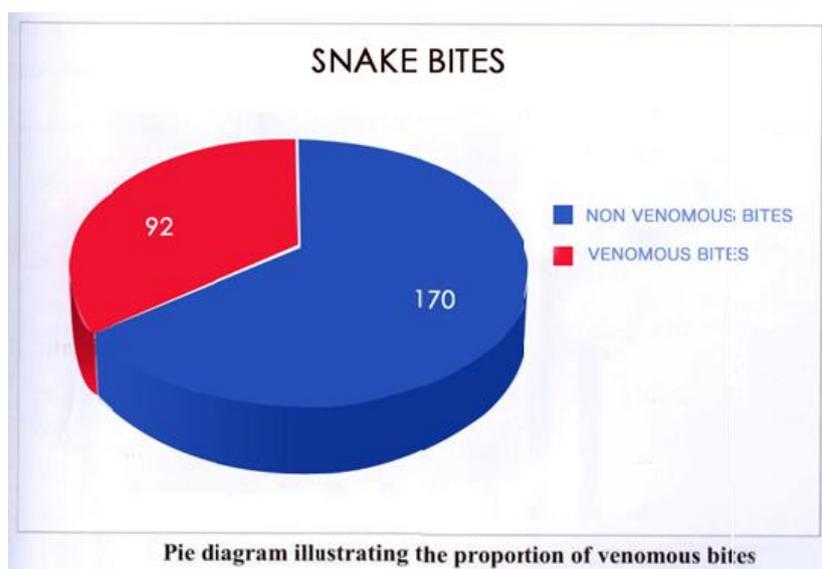
Wäre er nicht binnen fünf Stunden nach dem Schlangenbiss hierhergekommen, hätte er wahrscheinlich einen Atemstillstand bekommen.

Möglicherweise war die Giftmenge nicht groß, denn sonst hätte er nach dem Biss nicht so lange überlebt. Etwa zwei Tage konnte er nicht schlucken und war auch sehr schwach. Wir verabreichten ihm 13 Phiolen ASV (Schlangengegengift). Er zeigte einige Reaktionen auf ASV, aber wir hatten geeignete Medikamente, um dem zu begegnen“, erklärt sie.

### Einer von zahlreichen solcher Fälle

Gemäß Dr. Bhuvaneshwari, die ihren Mastertitel im Studium von Schlangenbissen in und um Puttaparthi erworben hat, hatten wir von Januar 2009 bis Januar 2010 bis zu 262 Fälle von Schlangen-

bissen, von denen nur 92 giftig waren, der Rest war ungiftig.



Statistik aus Dr. Bhuvaneshwaris Studie am Sri Sathya Sai General Hospital im Zeitraum von Januar 2009 - Januar 2010

„Die meisten Fälle kommen zwischen Mai und September – der Zeit, wenn die Bauern auf ihren Feldern arbeiten. Oft bringen die Patienten die Schlange mit, wodurch die Identifizierung für uns einfacher ist, so dass wir sofort mit dem geeigneten Medikament beginnen können. In manchen Fällen entwickelt der Patient, obwohl die Schlange giftig ist, die Symptome erst allmählich. Wir behalten solche Patienten zur Beobachtung und behandeln sie entsprechend der Symptome und der Ergebnisse ihrer Blutuntersuchungen.“

Es gibt vier Arten von Schlangenbissen, die uns bekannt sind (Anm.d.Red.: Fotos im engl. Original). Die Symptome von Schlangenbissen sind anhaltende Schmerzen, sofortige Schwellung und später Blasenbildung und Nekrosis (vorzeitiges Absterben von Zellen und lebendem Gewebe; dies ist fast immer schädlich und kann tödlich sein). Die Symptome sind unterschiedlich je nach Biss. Zum Beispiel sind die Saw Scaled Viper und Russels Viper hemotoxische Schlangen, die Blutung des Zahnfleisches, Blut im Urin, lokale Schwellungen etc. verursachen, wohingegen die Krait und die Cobra neurotoxisch sind mit Symptomen von schlaffen Augenlidern, Atem- und Schluckbeschwerden, Nekrose etc. Jeder dieser Bisse kann zum Tod führen, wenn er nicht sofort behandelt wird. Der Patient sollte das Krankenhaus innerhalb von zwei Stunden erreichen.“

#### **Rettung von ländlicher Bevölkerung von Schlangenbissen**

- Gemäß direkten Schätzungen der WHO (Welt-Gesundheits-Organisation) hat Indien die meisten Toten aufgrund von Schlangenbissen in der Welt mit 35.000 bis 50.000 Toten pro Jahr.
- Die Regierung betreibt Gesundheitszentren, die oft keine 24 Stunden/Woche geöffnet sind aufgrund von Mangel an Mitarbeitern, auch haben sie selten ASV (Anti-Snake-Venom – Schlangengegengift) vorrätig.
- Das Sri Sathya Sai General Hospital bietet kostenlose rund um die Uhr Behandlung, was es den Opfern ermöglicht, passende und rechtzeitige Behandlung zu bekommen. Es überrascht daher nicht, dass dieses Krankenhaus als Hauptzentrum für Schlangenbisse im Distrikt von Anantapur gilt.

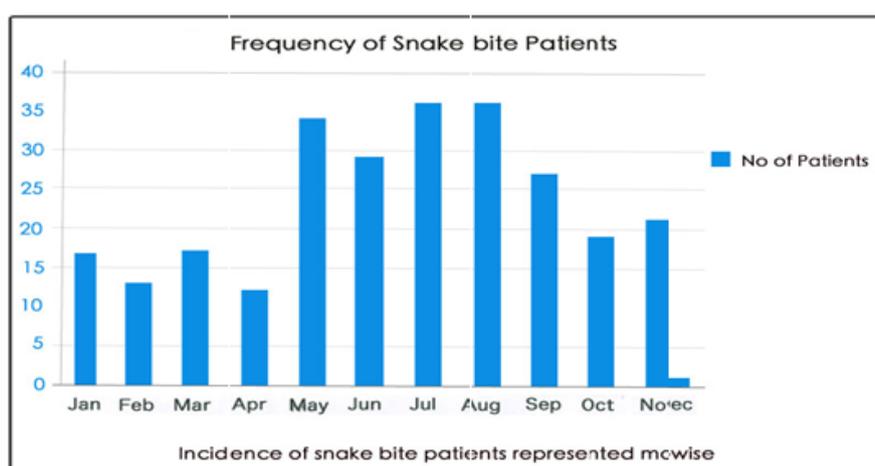


Sri Sathya Sai General Hospital, Prasanthi Nilayam

### Die Behandlung

Dr. S. Bhuvaneshwari, die seit beinahe vier Jahren Schlangenbiss-Patienten in Babas Krankenhaus behandelt, erläutert den Verlauf der Behandlung bei Schlangenbissen.

„Anti Snake Venom (ASV) ist die allgemeine Behandlung bei neurotoxischen Schlangenbissen, so wie bei Narasimhulu. Manche Patienten entwickeln eine Reaktion auf ASV, der wir mit anderen Medikamenten begegnen, da wir die Dosis von ASV nicht verringern können. Narasimhulu zeigte zum Glück keine derartigen ungünstigen Wirkungen. Im Fall von neuro-paralytischen Bissen müssen wir 15 Phiolen ASV geben; im Allgemeinen haben Regierungs-Krankenhäuser keinen ausreichenden Vorrat, sondern vielleicht nicht mehr als vier bis fünf Phiolen. Jede kostet etwa 450 Rupien, und die meisten Patienten können sich dies nicht leisten. Als weiterer Vorteil in Puttaparthi steht die tertiäre Fürsorge im Super Specialty Hospital zur Verfügung, das sich in der Nähe befindet. Wenn es sich um einen schweren Fall handelt und der Patient beatmet werden muss, schicken wir ihn zu diesem Krankenhaus. Die Genesungsrate in unserem Krankenhaus beträgt 99 Prozent. Wir haben vergangenes Jahr nur einen Patienten nach einem Cobra-Biss verloren, weil er erst sehr spät kam.“



Statistik einer Studie, durchgeführt im Sri Sathya Sai General Hospital für das Jahr 2009

### Die TLC (Tender Loving Care – Liebende Fürsorge) Erfahrung

Für Narasimhulu ist das Sri Sathya Sai General Hospital Gottes Krankenhaus:

„In Babas Krankenhaus haben die Krankenschwestern und Ärzte mich gut versorgt. Bald war ich wieder mein früheres und normales Selbst. Ich hatte eine Behandlung in Penukonda beabsichtigt, dies hätte mich mindestens 3.000 Rupien gekostet. Hier musste ich gar nichts ausgeben. Die einzigen Kosten

waren die Fahrt mit der Autorikscha zum Krankenhaus. Gott ist wirklich sehr gütig und hilfreich zu uns. Ohne dieses Krankenhaus hätte ich nicht überlebt. Baba hat mir mein Leben zurückgegeben“, sagt er. „In unserem Dorf haben wir viele Leben aufgrund von Schlangenbissen verloren. Wenn ab jetzt jemand ein Problem hat, werde ich vorschlagen, dass sie sofort zu diesem Krankenhaus kommen“, fügt er noch hinzu.

Nach zwei Tagen Behandlung kehrte Narasimhulu in sein Dorf zurück. Er konnte wieder normal schlucken und seine Arbeit aufnehmen.

### Ein heiliges Haus des Heilens

Es gibt noch eine andere wunderbare Geschichte von einer Institution, wo Hoffnung und Liebe dazu beitragen, Tausende aus der Tiefe der Verzweiflung zu befreien. Nicht nur die Patienten haben einen Nutzen hiervon; jeder Arzt, der hier tätig ist (und die meisten arbeiten auf freiwilliger Basis), macht in diesem Krankenhaus eine erhebende Erfahrung.

Dr. Amrad Lad, ein viel beschäftigter Familienarzt aus Hamilton, Neuseeland, sagt:

„Dieses Jahr (2011) ist das erste Mal, dass mir das Privileg gewährt wurde, im Sri Sathya Sai General Hospital in Prasanthi Nilayam zu arbeiten. Worte können die Hingabe und den Enthusiasmus nicht beschreiben, mit denen alle Freiwilligen und permanenten Angestellten ihre Mission hier in einer liebevollen und fürsorglichen Umgebung ausführen. Trotz der vielen Arbeit fühle ich mich am Ende des Tages nicht erschöpft. Vielmehr fühle ich mich gestärkt und freue mich auf die Arbeit des nächsten Tages. Ich spüre eine ruhige Gelassenheit und Befriedigung darüber, dass ich meinem Beruf gerecht werde. Ich verpflichte mich, in einigen Jahren zu diesem Krankenhaus zurückzukehren, nicht nur um zu dienen, sondern auch um die Freude meines inneren Seins zu erfahren.“

Ein weiterer Arzt, der wie Dr. Lad zu Besuch ist, ist Dr. Srinivas Reddy Puli, der gegenwärtig als „Associate Professor“ der Gastroenterologie der Universität von Illinois, USA, tätig ist. Früher befasste er sich mit „Advanced Endoscopy“ Training an der Harvard Universität in Boston, USA.

„Dies ist meine zweite Reise, um als Volontär der Gastroenterologie in Puttaparthi tätig zu sein. Jeder Tag, den ich hier tätig bin, erfüllt mich mit der Befriedigung, dass ich die Fertigkeiten einsetze, die Gott mir gab, um anderen zu helfen, die weniger vom Glück begünstigt sind. Aus Babas Lehren weiß ich auch, dass ich die guten Taten „mit mir nehme“. Ich möchte jedes Jahr kommen und anderen helfen, die in anderen Krankenhäusern keine Hilfe bekommen können. Auf diese Weise kann ich einen Teil zurückzahlen, womit ich gesegnet bin und auch gutes Karma mit mir nehmen.“



Dr. Srinivas Reddy Puli, Spezialist der Gastroenterologie aus den USA während seiner zweiten Reise im Dienst an Babas General Hospital

Es ist dieser Geist der Heiligkeit und Selbstlosigkeit, der dieses Krankenhaus so einzigartig macht. Allein 350.000 Patienten wurden 2010 in der Ambulanz behandelt und mehr als 2.000 Babys wurden

geboren. Mit 14 Abteilungen, 100 Betten, 50 Krankenschwestern und mehr als 40 Ärzten hat diese kleine Oase der Liebe jedes Jahr Tausenden physischen und mentalen Trost und Hilfe gegeben.



Amrad Lad aus Neuseeland bietet seine Dienste im General Hospital an.

Am vierten Jahrestag des Bestehens dieses Krankenhauses im Jahr 1960 sagte Baba:

„Dieses Krankenhaus dient dazu, den Glauben zu stärken, Göttlichkeit zu demonstrieren und Zweifel zu beseitigen ...“ Und genau dies hat dieses Krankenhaus unermüdlich mehr als fünf Jahrzehnte jetzt getan. Jeder, der durch seine Tür geht, kehrt gestärkt mit Glauben an die Kraft reiner Liebe zurück, was wahrlich eine andere Bezeichnung für Göttlichkeit ist.

\*H2H März 2012

## Aus der Quelle schöpfen\*

Mrs. Vinavardhan

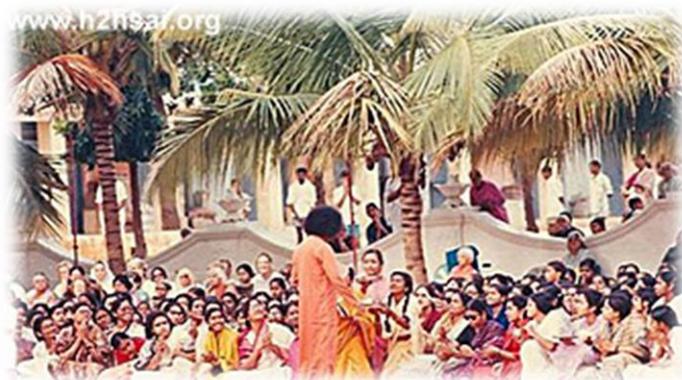
---

Die goldenen Erinnerungen einer ehemaligen Studentin der Sri Sathya Sai Universität, Anantapur Campus, Mrs. Vinavardhan

Wenn das Gefühl von Glückseligkeit eine beglückende Erinnerung ist, die in den Tiefen des eigenen Herzens immer wieder zur Freude aufgesucht werden kann, ohne dass diese Kraft sich auch nur im Geringsten vermindert, dann bin ich damit gesegnet, ein gewaltiges Reservoir zu meiner Verfügung zu haben. Da ich zur ersten Gruppe von Studentinnen (1970-73) gehörte, die am Anantapur Campus der Sri Sathya Sai Universität graduierten, bin ich damit gesegnet, viele selige Erinnerungen zu haben, auf die ich mich zurückziehen kann, um meine Seele von diesem warmen Quell reiner Freude durchdringen zu lassen. Aus ihm ziehe ich meine Stärke, um mich dem Leben zu stellen und all dem, das es auf mich wirft.

### Überwältigt von der Flut reiner Liebe

Ich stamme aus Cuddapah in Andhra Pradesh und lebe jetzt in der Stadt Chennai in Tamil Nadu. Als ich für meinen Abschluss des „Bachelor of Arts“ am damaligen Sri Sathya Sai Arts and Science College für Frauen in Anantapur, in Andhra Pradesh, studierte, gehörte ich zur allerersten Gruppe von Mädchen, die im neu errichteten Wohnheim lebten.



Göttlicher Darshan in vergangenen Zeiten ... Der Herr geht auf dem Sand und erfüllt jede Seele mit seinem bezaubernden Lächeln.

Meine Eltern wollten, dass ich an Bhagavans College studierte, da meine ältere Schwester V. Pullamma Dozentin im Fachbereich Wirtschaftswissenschaften am College war. Anfangs wusste ich nicht viel über Bhagavan. Doch als ich Swamis

elterliche Liebe und Fürsorge für uns alle, seine Töchter, erfuhr, wuchs meine Liebe zu ihm und der Glaube an seine Göttlichkeit von ganz allein.

### Das Fundament des Colleges ruht allein auf seiner Liebe und seinem Opfer

Es war seine eingehende Aufmerksamkeit für unser Wohlergehen, die man unmöglich übersehen konnte. Zum Beispiel das Programm betreffend: Bhagavan erkannte die Herausforderung, der sich viele von uns stellen mussten, die keine englische Vorbildung hatten. Er arrangierte zusätzliche Coaching Klassen, um uns zu helfen, unsere Studien zu schaffen.

Wie ein besorgter Elternteil besuchte er uns fast jede Woche, wobei er die insgesamt 120 Km Distanz (hin und zurück) reiste, einfach um sicherzustellen, dass man sich gut um uns kümmerte, wir glücklich waren und uns in unserer neuen Umgebung wohl und wie Zuhause fühlten. Welche Opfer er für unser Wohlergehen brachte! Seine Liebe war einfach die süßeste Erfahrung in unserem Leben. Inbrünstig zählten wir die Tage bis zu seinem nächsten Besuch.

### Offene Kommunikation mit dem göttlichen Elternteil

Bhagavan ermutigte uns, ihm unsere Probleme ganz offen zu erzählen. Er sagte zu uns: „Fürchtet euch nicht vor der Collegedirektorin oder der Wohnheimleiterin. Erzählt mir eure Probleme. Seid mutig, Bangaru (Bangaru bedeutet „Goldstück“ – ein Ausdruck der Zärtlichkeit in Telugu), bei dem, was ihr

haben wollt und fragt mich. Ihr habt alle eure Eltern verlassen und seid hierhergekommen. Es ist meine Pflicht, mich um euch zu kümmern.“

So baten wir ihn in aller Einfachheit um die Installation von Ventilatoren, denn wir litten unter dem trockenen und heißen Wetter in Anantapur. Schon am nächsten Tag ließ Bhagavan Ventilatoren in



Swami im Anantapur Campus der  
Sri Sathya Sai Universität

unserem Speisesaal installieren, was unsere Essenszeiten um vieles erfreulicher machte. Wie eine nährisch verliebte Mutter schickte er uns Sauerkonserven, Süßigkeiten, Früchte und andere gute Sachen. Bhagavan wurde zu unserer immer lächelnden, immer liebenden, immer sorgenden Mutter. So rein, sanft und sensitiv war seine Liebe und Fürsorge für uns, dass das Fortschreiten unserer Anbindung an die Göttliche Mutter, die wir in Sai fanden, natürlich und unaufhaltsam war.

Wenn er zu Besuch kam, was fast jede Woche geschah, blieb er oft über Nacht oder für ein paar Tage. Dann verbrachte er den Morgen jeweils mit Mitarbeitertreffen. Wir, die Studentinnen, konnten nicht anders, als in den Korridoren des College Gebäudes herumzuschwirren und darauf zu warten, dass die Treffen zu einem Ende kamen. Denn dann konnten wir mit dem Herrn zusammen sein, der jetzt zum einzigen Ziel unseres Lebens geworden war.

### Unwiderstehliches göttliches Ziehen

Die Abende mit Bhagavan waren unvergesslich. Wir versammelten uns um ihn herum wie Eisenspäne, die von einem Magneten angezogen werden. Wir waren alle zusammen eine große, glückliche Familie mit unserem göttlichen Elternteil, das in unserer Mitte saß, immer bereit, unsere kindlichen Wünsche zu erfüllen. Ich erinnere mich daran, wie wir ihn fragten, Bhajans unserer Wahl für uns zu singen. Er hat immer eingewilligt!



Er sang die Bhajans, die damals bei den Studentinnen am populärsten waren, immer so süß:

Chitta chora Yashoda ke baal, Natavaralal, Govinda  
Krishna Jai und Sathyam Jnanam Anantam Brahma ...

Nach dem Bhajansingen aß Bhagavan jeweils mit uns. Er fragte uns oft, ob wir immer diese Qualität von Essen bekämen oder ob dieses Essen ein besonderer Leckerbissen sei, da er uns gerade besuchte? Wir konnten seine elterliche Fürsorge und Liebe einfach nicht übersehen. Das Gefäß der Freude in uns floss so viele Male über, dass unser süßer Sai für uns unsere Göttliche Mutter, Vater, Freund und Führer wurde, alle Rollen zusammen genommen zu einer. Die Erfahrung war einfach himmlisch.

### Kosmischer Komödiant, lustiger Lehrer

Zeitweilig lachten wir uns kaputt über seinen großartigen Humor. Seine göttlichen Komödien fanden auch zu der Zeit statt, als er darauf bestand, dass eine junge Dozentin, die gerade geheiratet hatte, ihm den Namen ihres Ehemannes nannte.

Da es in einigen Traditionen als nicht angemessenes Verhalten für eine Ehefrau angesehen wird, den Namen ihres Ehemannes auszusprechen, wurde sie nur rot und senkte ihren Kopf. Bhagavan bedrängte sie dann spitzbübisch: „Ich frage dich. Willst du ihn mir nicht sagen?“ Schließlich gab sie seinem Drängen nach und sagte ihm den Namen ihres Ehemannes sehr leise.

Sofort machte sich der verspielte Swami lustig über sie: „Dunnapota, (oder „Büffel“ – ein anderer Ausdruck der Zärtlichkeit in Telugu) kann irgendeine Lady den Namen ihres Ehemannes erwähnen?“ Wir alle lachten herzlich über ihr Unbehagen, da Bhagavan den Trick so süß inszeniert hatte.

### Haushaltsführung – die höchste spirituelle Disziplin

Immer der Lehrer, in seinen leichten und ernsten Augenblicken, lehrte er uns Lebenslektionen, die der Prüfung durch die Zeit in den vergangenen vier Jahrzehnten standhielten. Er sagte wiederholt zu uns: „Ihr müsst lernen, euch in der Welt gut zu benehmen, nachdem ihr das College durch seine Tore wieder verlassen habt.“

Die wichtige Rolle hervorhebend, die Frauen als „Thermostaten“ des spirituellen und moralischen Klimas in ihrem Zuhause spielen, drängte er uns, danach zu streben, erst einmal gute Haushaltsführerinnen zu sein und unseren Eltern, Schwiegereltern und dem College einen guten Namen zu machen, bevor wir andere Zielsetzungen verfolgten. Das Erste zuerst, erinnerte er uns; denn wenn Zuhause alles gut läuft, wird das Leben fließen und sich auch über das Heim hinaus mit größerer Leichtigkeit ausdehnen. Er wusste, dass er durch das Unterrichten von Mädchen die ganze Familie darin unterrichtete, wie man ein durch Werte bestimmtes Leben führt.



Bhagavan lehrte uns, Spiritualität in unser praktisches Leben als Hausfrau zu integrieren und sagte uns, dass wir die Wichtigkeit dieser Rolle niemals unterschätzen sollten! Er erklärte es, indem er uns leicht nachzuempfindende Beispiele gab, wie man als Hausfrau wirklich den Wegen von Handlung, Hingabe und Wissen, alle zusammengenommen, folgen kann.

Er sagte, dass der Weg des Jnana, oder des Wissens, über die einfache Handlung des Kochens einer bekömmlichen Mahlzeit für die Familie ins Spiel kommt, da man wissen muss, welche Zutaten zu



nehmen und in welcher Menge sie zu benutzen sind, um das Essen gesund und schmackhaft zuzubereiten. Wenn das Wissen ausbalancierter kulinarischer Fähigkeiten ein Anzeichen für den Jnana Marga, den Weg der Weisheit, ist, dann ist der eigentliche Akt der Zubereitung einer Mahlzeit, diese zu kochen, Karma Marga, oder der Weg der Handlung. Abschließend ist der Weg der Hingabe, oder Bhakti Marga, leicht zu befolgen, indem man während des Kochens an Gott denkt und Gott die Nahrung als gesegnetes Essen

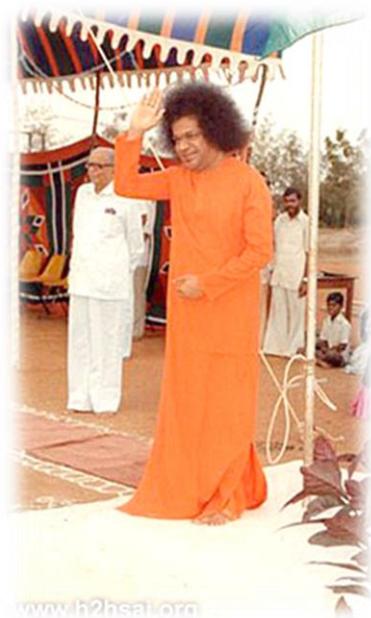
(Prasadam) für die Familienmitglieder, die es konsumieren, darreicht und sie als Inkarnationen derselben Gottheit ansieht. Dann muss man beim Servieren liebevoll sein und immer lächeln, glücklich, das Privileg zu haben, dies tun zu dürfen.

Wenn dies mit einer derartigen Einstellung getan wird, dann wird der scheinbar einfache Akt des Kochens und Servierens einer Mahlzeit zur höchsten spirituellen Disziplin. Swami erklärte, wie die Rolle der Hausfrau große Möglichkeiten zu spirituellem Wachstum bietet. Er sagte uns außerdem, dass eine gute Hausfrau Hingabe nährt, indem sie Aktivitäten der Verehrung und des selbstlosen Dienens organisiert.

### Überraschungsbesuch, frischer Apfel – Habe ich das nur geträumt?

Für mich persönlich ist die schönste Erfahrung aus meinen Studententagen die, die ich machte, als ich mich

einmal auf einen unerwarteten Test in Politik vorbereiten musste, für den ich total unvorbereitet war. Um mich in den letzten Minuten noch mit Wissen vollzustopfen, zog ich mich eines Morgens früh in den ruhigen Teil des Collegegebäudes zurück. Es war ein Donnerstag und ich trug einen weißen Sari,



so wie wir alle an diesem Wochentag weiß trugen. Gestresst und in Panik war ich in ernsthaften Studien versunken, als ich plötzlich eine sanfte, süße Stimme hörte, die sagte: „Virisina mallepoovu“, was „blühender Jasmin“ bedeutet.

Und siehe da, er war es! Bhagavan war gerade im College angekommen, völlig unangemeldet stand er direkt neben mir, genauso wie es typischerweise im Traum geschieht. Und als ob dies noch nicht genug war, materialisierte er dann einen köstlichen Apfel und gab ihn mir. Meine Freude kannte keine Grenzen. Selbst heute noch versinke ich in Glückseligkeit, wenn ich daran denke. Manchmal frage ich mich, ob das wirklich passiert ist. Später aß ich den Apfel und gab allen etwas davon ab. Dann wies Bhagavan mich an, zu gehen und die Collegedirektorin und die Wohnheimleiterin zu informieren, dass Bhagavan im College angekommen sei.

Jetzt versteht ihr, was ich mit diesem Reservoir an Glückseligkeit meine, in das ich immer mal wieder eintauche, um meine Seele zu erfrischen.

### **Nach Hause kommen, nach Prasanthi Nilayam**

Wenn seine Liebe und Fürsorge für uns Anantapur zu unserem Zuhause machte, während wir uns fern von Zuhause befanden, dann war Prasanthi Nilayam ganz definitiv unser zweites Zuhause, wohin er uns zu allen bedeutenden Festlichkeiten einlud. Wir hatten viele Gelegenheiten, an den unterschiedlichsten Service Aktivitäten teilzunehmen, während Bhagavan uns immerfort erzählte, dass wir unsere Herzen öffnen und unseren Geist erweitern sollten, indem wir Handlungen des selbstlosen Dienens ausführen. Wir arbeiteten freudig in der Kantine, und um unsere Bemühungen in Richtung Selbstentwicklung zu bestätigen, verwöhnte unser göttlicher Sai uns mit Süßigkeiten, Eiscremes und Früchten.

Wir feierten seinen Geburtstag mit großer Freude. Diese Bilder sind tief in unsere Herzen eingegraben, wie er in einer Prozession am frühen Morgen zusammen mit der gewählten Mutter Easwamma kommt. Die gesegnete Mutter und ältere Frauen trugen das zeremonielle Öl auf Bhagavans Haar auf.

Ich erinnere mich daran, dass er morgens eine gelbe Robe und nachmittags eine weiße Robe trug, während er auf der Schaukel saß, und Playback Sängerin und Devotee Frau P. Sushila devotionale Lieder sang. Diese Tage der Geburtstagsfeierlichkeiten fühlten sich so himmlisch an, dass wir nicht wahrnahmen, wie die Zeit verflog - und wir kehrten immer schweren Herzens nach Anantapur zurück.



### **Das Leben zeigt sich bei jeder Wendung immer wieder von einer anderen Seite**

Derweil ich während meiner Studienzeit einen so engen Kontakt mit dem göttlichen Herrn Sai hatte, zeigte sich mir das Leben danach von einer anderen Seite. Später, über einen Zeitraum von zwanzig Jahren hinweg, konnte ich nicht zu meinem Zuhause, meinem Prasanthi Nilayam, zurückkehren! Ich hatte gelegentlich einen Darshan von Baba in Bengaluru oder Chennai, aber nicht

viel mehr. Dann, eines Nachts, träumte ich, dass er zu mir nach Hause kam. Ich war verwirrt. Wie sollte ich ihn empfangen? Er sagte zu mir: „Du brauchst gar nichts zu tun. Nimm Padnamaskar (Verneigungen zu den Füßen). Du hast ein tiefergehendes Verständnis.“

Nach diesem Traum habe ich Bhagavans Führung immer bei der Bewältigung meiner Lebensprobleme gefühlt. Und diese Lösungen kommen durch verschiedene Kanäle. Es können Intuition, Bücher, ein Rat zur rechten Zeit von älteren Menschen usw. sein.

### **Keine Saison, kein Anlass oder Ort für seine Liebe**

Nach sechs Jahren Ehe segnete Swami mich schließlich mit der Erfahrung, Mutter zu sein. Einmal geschah es, dass ich bei einer Veranstaltung in der Fabrik war, in der mein Ehemann zu der Zeit arbeitete. Ich betete zu Bhagavan, mein Kind zu segnen. Genau dann fiel eine Rolle Papier vom Himmel



und landete neben mir. Nach einem kurzen Zögern nahm ich sie auf und rollte sie aus. Ich war erstaunt ein 25,4 cm mal 25,4 cm großes Bild von Bhagawan vorzufinden, der eine Lampe anzündet. Seine Segnungen an völlig unerwarteten Orten brachten Licht in das Leben meines Kindes. Bis zum heutigen Tag schätze ich dieses kostbare Bild.

Nach vielen Jahren machte ich den Vertrauenssprung und entschloss mich, mit meiner Ausbildung fortzufahren. Ich wollte den Abschluss als Bachelor im Erziehungsbereich schaffen. Während ich ängstlich auf meine Ergebnisse wartete, brachte mein Sohn mir ein Bild von der Mutter seines Freundes. Es zeigte unseren geliebten Bhagavan mit den Worten: „Warum sich fürchten, wenn Ich (doch) hier bin.“ Ich fühlte ein Wiederaufleben von Vertrauen und Ruhe.

Einmal, als mein Ehemann auf eine militärische Mission zu dem sich in Schwierigkeiten befindenden Staat Jammu & Kaschmir geschickt worden war, machte ich mir Sorgen, da ich wegen stürmischen Wetters über viele Tage hinweg keinen Kontakt zu ihm aufnehmen konnte. Ich betete intensiv und hörte Bhagavans Stimme, die mir versicherte: „Du wirst angerufen werden. Mache dir keine Sorgen.“ Innerhalb von wenigen Sekunden klingelte das Telefon und tatsächlich war mein Ehemann am anderen Ende. Alles war in Ordnung - mit Bhagavans Gnade und Mitgefühl.

Heute, nach einer Zeitspanne von zwanzig langen Jahren, endlich, sieht es so aus, als ob er mich lange genug getestet hat. Jetzt gibt Bhagavan mir seit zwölf Jahren die Möglichkeit, seine göttliche Wohnstatt Prasanthi Nilayam zu besuchen und dort zu dienen.

Zusätzlich fühle ich mich so gesegnet, als sein Instrument zu dienen, denn ich assistiere den visuell Behinderten, indem ich ihre Leserin und Schreiberin bin. Es ist, als ob mein von Herzen liebevolles Elternteil mich aufholen lässt, nach dem zwanzig Jahre langen Examen, durch das er mich geschickt hat. Ich bete darum, dass diese Fülle seiner Liebe und Gegenwart in meinem Leben ewig währen wird.

Während ich mich darum bemühe, alles auszudrücken, erkenne ich, wie unzulänglich Worte als Medium sind, um meine tiefe und liebende Dankbarkeit für Bhagavan und seine Gegenwart in meinem Leben wiederzugeben. Ich schaudere bei dem Gedanken, was ich wohl sein würde und wo ich mich wohl ohne ihn befinden würde! Ich beziehe mein Selbstwertgefühl daraus, seine Tochter zu sein und das ist alles, was für mich zählt.

\*H2H November 2009

## Die überwältigende Göttliche Gegenwart\*

Nushin Mehrabani

Ms Nushin Mehrabani wurde im Iran geboren und arbeitete für „Iranian National Radio and Television“. Sie setzte ihre Karriere bei einem iranischen Fernsehsender fort, nachdem sie nach Los Angeles, USA, gezogen war. Seit 1991, als sie das erste Mal von Sai Baba hörte, hat sie viele Reisen nach Indien unternommen und ist mit etlichen Gelegenheiten der persönlichen Begegnung mit Bhagavan gesegnet worden. Sie lebt jetzt in Puttaparthi.

Der Nachmittagsdarshan am Tag nach den Akhanda Bhajans am 10. November 2008 brachte Freude in die Herzen von Tausenden von Devotees, vor allem Frauen aus Übersee-Ländern, die in Prasanthi Nilayam waren. Es war der erste Tag des Srimad Bhagavatam, der eine Woche dauernden Lesung aus dem großen Epos über das Leben von Lord Sri Krischna.

### Swami erfüllt zahlreiche Träume

Der Nachmittag begann wie jeder andere Tag im göttlichen Tal von Prasanthi Nilayam. Swami kam in seinem Stuhl und gab Darshan, fuhr hinüber zur Männerseite und kam dann auf die Veranda der Sai



Welche Freude, seine geliebten Lotosfüße zu berühren!

Kulwant Halle. Doch an jenem Tag blieb er nicht lange. Schon bald war Swami wieder auf der Seite der Frauen, und es sah so aus, als würde er zu seiner Residenz zurückkehren. Doch was geschah, war ungewöhnlich. Swami kehrte nicht zu seiner Residenz zurück, stattdessen bewegte er sich nach rechts, und nun hatte die zweite Darshanrunde begonnen! Swami machte an einer Stelle halt, wählte drei ausländische Frauen aus und sagte zu ihnen: „Go“. Dann machte er kehrt und bewegte sich zurück in die Halle, dabei begann er, weitere Frauen aus dem Ausland aufzurufen. Alle waren

überrascht und entzückt zu sehen, wie Swami Frauen sogar aus der siebten und achten Reihe aufrief! Sie sammelten sich in einer Gruppe und wurden von der Leiterin der „Security“ auf der Frauenseite zur Veranda geführt.

Die Devotees auf der Frauenseite hatten eine weitere Gelegenheit, Swami zu sehen, da er wieder zur Veranda kam und Anweisungen gab, die Frauen sollten sich in der Bhajanhalle (Mandir) versammeln. Dann begann das göttliche Drama wirklich.

Bald sah man die „Security“ Mädchen hin- und hergehen, weitere Frauen aus dem Ausland auswählen und sie in den Mandir führen. Inzwischen hatte Swami begonnen, in der Bhajanhalle zu einigen Frauen zu sprechen und ihnen zu erlauben, seine Füße zu berühren. Er gab jeder persönlich einen wunderschönen, weinroten Seidensari! Ein Geschenk vom Herrn selbst!

Das wurde in der Tat ein besonderer Anlass, der sehr zu schätzen war! Während er sich den Mittelgang auf- und abwärts bewegte, kamen weitere Frauen in die Halle; es war eine riesige Herausforderung für das Security Team, bei der ständig zunehmenden Zahl die Disziplin aufrechtzuerhalten.

### Sich nach seinem Darshan sehnen

Die Nachricht verbreitete sich rasch im Aschram, worauf die Frauen zu der langen Warteschlange auf der Frauenseite in der Sai Kulwant Halle rannten. Alle brannten darauf, diese unerwartete Chance der Nähe mit dem Herrn zu haben.



Glückliche Gesichter in einer Reihe

Ich betrat die Halle ziemlich spät an jenem Tag und schloss mich der Warteschlange an, wo ich die Frauen aus dem Mandir kommen sah. Sie weinten vor Freude und hielten ihr kostbares Geschenk von Swami fest im Arm. Es war so ein persönlicher Moment der Freude für sie! Die meisten hatten das Glück, auch seine Füße zu berühren, mit ihm zu sprechen und ihre Ehrerbietung darzubringen. Es war mehr als ein Traum, der hier in Erfüllung ging! Für mich war, wie für viele andere Frauen, der Sari nicht so wichtig, als vielmehr die Möglichkeit, seine Füße zu berühren.

### Die Seelensuche beginnt

Swami ließ die Frauen sich beinahe eine Stunde lang im Mandir seiner herrlichen Gesellschaft erfreuen. Er sorgte dafür, dass jedes anwesende Herz ein Erlebnis göttlicher Liebe bekam. Es war bereits 18.00 Uhr, als Swami zum Entzücken der Devotees, die schon warteten, in der Sai Kulwant Halle erschien. Für jenen Abend war ein wichtiges Programm geplant.

Jetzt waren einige von uns, die noch in der Warteschlange standen und nicht einmal die Möglichkeit hatten, in die Bhajanhalle zu gelangen, niedergeschlagen, als wir aufgefordert wurden, zu unseren Plätzen zurückzukehren. Es war sichtlich herzerreißend, und einige von uns begannen zu schluchzen. Zuerst wusste ich nicht, wie ich mich fühlen sollte. „Sollte ich mich abgelehnt fühlen?“ Nein, das war nicht die Wahrheit, weil Gott nie jemanden ablehnt. „Sollte ich mich ignoriert fühlen?“ Dies entsprach auch nicht der Wirklichkeit, weil ich morgens und nachmittags täglich zu seinen Lotosfüßen gesessen hatte, voll bewusst, dass er mich dort haben wollte. Ich begann, zu Swami zu beten und bat ihn, mir zu helfen, die Lektion zu verstehen, die ich aus diesem Drama lernen sollte.

Nach einigen Minuten Stille kam mir ein beruhigender Gedanke. Wenn wir uns mit unserer physischen Gestalt identifizieren, sehen wir andere und auch Gott als von uns getrennte Wesen an. Dies ist der Grund, warum wir es schwierig finden, die Freude eines anderen zu empfinden oder aber seinen Kummer. Ich spürte deutlich, dass Swami zu mir sagte: „Wenn du nicht neidisch oder eifersüchtig bist, solltest du imstande sein, die Freude zu empfinden, die andere um dich herum erleben. Du solltest imstande sein, den Schmerz jener zu fühlen, die sich als nicht gesegnet betrachten und für sie und dich hoffen, dass ich euch segnen werde, wenn es an der Zeit ist.“

### Die Freude von anderen empfinden

Während meine Augen noch geschlossen waren, spürte ich, wie sich mein Herz mit Freude für jene füllte, die in jener kostbaren Stunde gesegnet wurden. Ich war ebenso ein Teil des Geschehens wie die Frauen, die seine Füße berühren durften und einen Sari empfangen hatten. Ich fühlte, als hätte Swami mir auch dieses Geschenk gemacht. Der Geist ist das Hindernis, das Trennung schafft, wenn in Wirklichkeit nichts dergleichen besteht. Es ist nur auf der physischen Ebene, wo wir Dualität erleben. Die Lektion, die ich an jenem Tag gelernt habe, war die der Einheit.



Ihre Herzen öffneten sich wie nie zuvor.

Es gibt viele Gelegenheiten, wo Swami einigen ein Interview gewährt oder anderen Geschenke

gegeben hat. Wo ist die spirituelle Übung von Liebe und Einheit, wenn wir enttäuscht sind? Ich bin sicher, die Leute haben nicht wegen der Saris geweint; alles was wir haben, wurde uns von Gott gegeben. Leute fühlten sich abgelehnt, weil sie glaubten, sie würden diese Gelegenheit der Nähe zum Göttlichen nie wieder haben. Aber Swami ist unser barmherziger Gott. Wir sollten immer daran glauben, dass wir seiner Liebe und Gnade würdig sind.

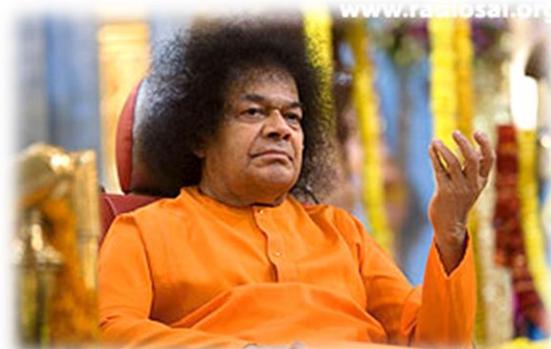
Wir sollten immer hoffen, dass er den perfekten Weg finden wird, seine Gnade zur günstigsten Zeit auszuschütten. Daher hat er uns zu seiner perfekten Welt der Seligkeit gerufen. Wir sind für Swami nicht weniger besonders, weil wir diese Chance nicht erhalten haben. Wir haben unsere eigenen besonderen Momente mit ihm.

### **Unerwartetes Geschenk von einem Sai Freund**

Als ich über diese göttlich inspirierte Erkenntnis nachdachte, empfand ich große Dankbarkeit Swami gegenüber. Doch der Herr hatte etwas Schöneres für mich an jenem Nachmittag.

Bevor ich an jenem Abend die Sai Kulwant Halle verließ, gab mir Swami ein kostbares Geschenk. Ich traf eine iranische Freundin, die mich einer Frau vorstellte, die gerade am Tag zuvor aus dem Iran gekommen war. Die Dame schien mir nicht ganz unbekannt, aber ich konnte sie nicht einordnen, da ich schon seit geraumer Zeit nicht mehr im Iran lebte. Als ich meinen Namen erwähnte, sagte sie: „Ich kenne jemanden mit diesem Namen, die in Kanada lebt.“ Ich fragte sie nach dem „Nachnamen“ jener Person. Sie nannte meinen Nachnamen. „Diese Person, die Sie kennen, bin ich!“ sagte ich zu ihr. Mit Tränen in den Augen umarmte sie mich und fragte, ob ich mich an sie erinnerte. Es war mir etwas peinlich, ihr zu sagen, dass ich mich nicht erinnern konnte, ihr begegnet zu sein oder sie irgendwie zu kennen.

Die neue iranische „Fremde“ begann, mir ihre Geschichte zu erzählen. Vor acht Jahren, als ich vom Iran nach Indien reiste, saß diese Fremde neben mir im Flugzeug. Wie gewöhnlich drehte sich meine Konversation nur um Swami. Die Dame war nicht aus irgendeinem spirituellen Grund in Indien, sondern geschäftlich, und es war das erste Mal, dass sie Sai Babas Namen hörte. Nahezu eine Stunde lang hatte ich ihr von einigen meiner Erlebnisse erzählt. Ich gab ihr die Telefonnummer von einigen Sai



Devotees im Iran und hörte nie wieder von ihr. Ich wusste nicht, dass sie in den Jahren, die ich sie nicht gesehen hatte, eine Devotee von Baba geworden war und Prasanthi Nilayam einige Male besucht hatte.

Bei dieser Reise hatte sie sogar ihren Bruder mitgebracht – seine erste Reise nach Indien. Sie berichtete mir, wie ihr Leben sich sprunghaft zum Besseren gewendet hatte, seit sie zu Swami gekommen war. Was mich am meisten berührte, war, als sie von dem Altar erzählte, den sie in ihrem Heim für Swami gemacht hatte. „Wenn ich dorthin gehe, um zu beten, denke ich daran, wie Sie mich mit Swami bekannt gemacht haben, und ich bete immer für Sie.“ Dies war zu überwältigend für mich. Da weinten wir beide, wie man sich vorstellen kann! Ich sagte ihr, ich sei nur ein Instrument, das Swami benutzt hatte, sie zu Gott zu bringen, und es sind unsere ständigen Gebete, die uns würdig machen, zu seinen Lotosfüßen zu sein.



Ich kehrte an diesem Abend froh gestimmt nach Hause zurück. Swami gab mir nicht dasselbe Geschenk, das so viele an jenem Tag empfangen hatten, aber er gab mir, was er für das beste Geschenk für mich hielt. Er ist Gott, und er weiß, was wir brauchen und wann. Als ich es keineswegs erwartet hatte, zeigte mir Swami, dass er mich in dieser großen Menge nicht vergessen hatte! Seine Wege, uns zu trösten, sind feinsinnig, was es noch überwältigender macht. Wenn wir imstande sind, seinem Urteil zu vertrauen und uns ihm demütig hingeben und seinen Willen akzeptieren, können wir jeden Augenblick glücklich sein, egal was auf uns zukommt oder auch nicht! Und das ist wahrlich seine größte Gnade!

\*H2H Dezember 2008

Übersetzerinnen: Eva Linz, Sita Mergard, Ismarhaya Wittmann