

# Wässere den Baum der *sadhana* mit rechtem Bemühen

1. Mai 2019

Liebe Leserinnen und Leser,

auf dem Siddha Yoga Weg ist der Monat Mai Babas Monat. Shri Gurumayi hat diesen Monat ihrem geliebten Guru Baba Muktananda gewidmet, der die ganze Welt bereiste, um die Lehren von Siddha Yoga weiterzugeben.

Während wir in diesem Monat des Geburtstags von Baba sein Leben feiern, regt uns Gurumayi dazu an, nach Anzeichen für Baba Ausschau zu halten – in der Natur, in unseren Meditationserfahrungen und in Gedanken, Gefühlen oder Inspirationen, die unerwartet im Laufe des Tages auftauchen. Ich möchte euch einladen, dieses Gewahrsein im Laufe des Monats beizubehalten und zu schauen, was sich *euch* offenbart. Wenn wir Zeichen von Baba entdecken, können wir uns mit seiner gütigen und beständigen Präsenz verbinden und sie erfahren. Solche Zeichen regen uns an, unserer *sadhana* mit Enthusiasmus nachzugehen.

In ihrer Jahresbotschaft hat uns Gurumayi detaillierte Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir unserer *sadhana* eifrig nachgehen und sie voranbringen können. In der *Wundervollen Überraschung 2019* betont sie die Bedeutung des „rechten Bemühens“ und wiederholter Übung, um den Geist sanft zu überreden, sich seinem eigenen Licht zuzuwenden. Gurumayi erläutert uns, was rechtes Bemühen in der *sadhana* wirklich *ist*, und lehrt uns, dass wir durch unsere beständige Praxis, und indem wir uns fortlaufend auf die rechte Weise bemühen, schließlich den Glanz unseres eigenen Geistes erfahren.

Wendet euch also in diesem Monat wieder Gurumayis Botschaft zu und frischt eure Erinnerung daran auf, was Gurumayi uns über „rechtes Bemühen“ lehrt. Wenn ihr

dann eurem Tagesablauf folgt, könnt ihr euch immer mal wieder fragen: „Was ist das rechte Bemühen, das ich *gerade jetzt* zeigen kann?“

Im Jahr 2019 haben wir uns wiederholt mit Hilfe der bereichernden Beiträge auf der Website des Siddha Yoga Weges mit Gurumayis Botschaft beschäftigt. Neben den neuen Geschichten zu Gurumayis Botschaft und dem Paket für die mehrfache Teilnahme an der *Wundervollen Überraschung* 2019 findet ihr in diesem Monat auf der Website Folgendes:

- Siddha Yoga Audio Satsang zur Feier von Baba Muktanandas Geburtstag: Der Geist. Jedes Jahr im Mai feiern wir Baba Muktanandas Geburtstag mit dem Siddha Yoga Audio Satsang. An diesem Satsang wird vom 1. bis 31. Mai als Webcast verfügbar sein. Er wird auch an ausgewählten Daten im Mai in Siddha Yoga Ashrams und Meditationscentern überall auf der Welt angeboten
- Eine Ausführung zu *Spiel des Bewusstseins* von Professor William K. Mahoney zum 50. Jubiläum des Tages an dem Baba seine spirituelle Autobiographie *Spiel des Bewusstseins* zu schreiben begann. Aus ungeheurem Großmut und Mitgefühl heraus begann Baba ji am 12. Mai 1969 diesen Bericht über seine eigene *sadhana* zu schreiben, der immer noch das Leben von Tausenden von Suchenden auf der ganzen Welt transformiert.
- Die Arbeitsblätter 14 - 17 im Arbeitsbuch zu Gurumayis Botschaft.
- Texte aus den heiligen Schriften werden euer Studium von Gurumayis Botschaft bereichern. Darunter werdet ihr auch Verse aus der *Shri Bhagavad Gita* finden. Gurumayi zitiert aus dieser heiligen Schrift in der Jahresbotschaft und hat sie als Schrift für unser Studium im Jahr 2019 bestimmt.
- Die Meditationseinheit V mit dem Titel: *Der Atem ist der Wegbereiter*. Gurumayi hat die Titel für jede dieser Meditationseinheiten speziell ausgewählt. Sie bieten uns die Möglichkeit, unser Bemühen in der *sadhana* neu zu beleben.

Babas Geburtstag nach dem Mondkalender fällt in diesem Jahr auf den 18. Mai, dem Tag des Vollmonds im hinduistischen Mondmonat *vaishakha*. Jedes Jahr verfolgen wir in Babas Monat die Zunahme des Mondes an verschiedenen Orten der Welt.

Lest daher die Einladung, eure Fotos vom Mond von überall dort, wo ihr seid, einzuschicken!

Muttertag wird an vielen Orten der Welt am Sonntag, den 12. Mai, begangen. An diesem Tag ehren wir die Mütter, die die nährenden Kraft in unserem Leben sind, und wir feiern die unendlich große Liebe, Geduld und Ausdauer, die sie aufbringen, wenn sie für ihre Kinder sorgen. In ihrer Botschaft lehrt uns Gurumayi, dass das dieselben Eigenschaften sind, die wir in unserer *sadhana* zur Entfaltung bringen können.

Wie herrlich ist es doch, unsere *sadhana* durch eine aktive Auseinandersetzung mit Gurumayis Jahresbotschaft fortzusetzen.

Zu allen Zeiten haben uns Dichterheilige großzügig an ihrer Weisheit teilhaben lassen und uns so ermutigt, dem Weg Der *sadhana* zu folgen, um Gott zu erkennen. Ich möchte mich verabschieden mit einem solchen inspirierenden *doha*, einem Zweizeiler, von Rahim, einem Dichterheiligen aus dem Mughal-Indien des 16. Jahrhunderts.

Rahim sagt:

Wenn du dich einer Aufgabe mit zielgerichtetem Fokus ganz widmest, werden auch alle anderen Aufgaben ganz gewiss Früchte tragen.

Wenn du die Wurzeln eines Baumes wässerst, gedeiht er, bringt Blätter hervor und trägt eine Fülle an Blüten und Früchten.

Hochachtungsvoll,

Garima Borwankar

