

Dank für ein Jahr der Fülle
Ein Brief einer Siddha Yoga Schülerin

1. November 2015

Ihr Lieben!

An vielen Orten auf der Welt ist der November eine Zeit, in der man für die uns erhaltenden und nährenden Früchte der Erde Dank sagt. Die Menschen feiern die Ernte, für die sie das ganze Jahr über gearbeitet haben, und sagen Dank für diese Fülle.

Auf dem Siddha Yoga Weg ist der November eine Zeit, um über die Siddha Yoga Lehren nachzudenken, die uns in diesem Jahr inspiriert und verwandelt haben, und Dankbarkeit für sie zum Ausdruck zu bringen. Im Jahr 2015 hat Gurumayis Botschaft unser Studieren und Üben angeleitet:

Wende dich
nach innen
Meditiere
in aller Ruhe

Wir haben Gurumayis Botschaft an der Schwelle zum neuen Jahr, im **satsang *Eine wundervolle Überraschung*** erhalten. Ich erinnere mich, dass ich sehr dankbar war für diese Einladung, tiefer in meine Meditationsübung einzutauchen, und für das Wissen, dass meine Übung von Gurumayis Gnade unterstützt werden würde. Ich war begierig darauf, mehr zu lernen, tiefer ins Studieren und Üben von Gurumayis Botschaft einzutauchen. Ich sah immer wieder auf der Siddha Yoga Path Website nach: In den Monaten seither sind dort viele wunderschöne Lehren und Veranstaltungen erschienen, die unser Studieren unterstützen.

Die **Definitionen und Kommentare zu den Worten von Gurumayis Botschaft** dienen als wunderbare Hilfsmittel beim Studieren, indem sie die Feinheiten von Gurumayis tiefgründiger Lehre erläuterten. Dadurch, dass ich gelernt habe, was die Worte von Gurumayis Botschaft und ihre Entsprechungen auf Sanskrit bedeuten, erkannte ich klarer, wie der Vorgang des Sich-nach-innen-Wendens uns dahin führt, unser wahres Wesen, das göttliche Selbst im Inneren, zu erfahren.

Seit Februar haben wir Gelegenheit gehabt, unsere Übung der Meditation durch die Teilnahme an **Siddha Yoga Meditation: Monatliche Meditationseinheiten per Live Audio Stream** zu verfeinern. Was ich in diesen Einheiten gelernt habe, wirkt sich jeden Tag auf meine Meditationsübung aus. Zum Beispiel hat mich die Einheit „**Das Ziel im Fokus**

behalten“ inspiriert, mich täglich an die Bedeutung des Siddha Yoga Mantras ***Om Namah Shivaya*** zu erinnern. Wenn ich mit der Meditation anfang, pflegte ich im Stillen dieses Mantra im Bewusstsein seiner göttlichen Bedeutung zu wiederholen. Ich stellte fest, dass ich, wenn ich die Essenz des Mantras in seiner Gänze respektierte, meinen Geist besser dahin lenken konnte, in der Kraft und Gnade dieser heiligen Silben aufzugehen.

Im Juli haben Siddha Yogis auf der ganzen Welt an dem Festsatsang zu Ehren von Gurupurnima mit dem Titel *Die Gnade von Shri Guru wahrnehmen* teilgenommen, der als Live Audio Stream aus dem Shree Muktananda Ashram übertragen wurde. Bei dieser bedeutsamen Veranstaltung haben wir mit Gurumayi gesungen, mit Gurumayi meditiert und Gurumayis Lehren erhalten. Wir haben untersucht, was es heißt, dass Shri Gurus Gnade beständig und immer gegenwärtig ist und durch jeden Augenblick unseres Lebens fließt. Das Wissen, dass die Gnade des Gurus immer da ist – und dass ich ihrer gewahr werden kann, indem ich mich nach innen wende – hat meinem Üben von Gurumayis Botschaft zusätzlichen Glanz gegeben.

In diesem letzten Monat Oktober hatten wir die Gelegenheit, am Weltweiten Shaktipat Intensive zu Ehren von Baba Muktanandas Mahasamadhi: *Dharma Marga – Der Weg des Dharma* teilzunehmen. Im Shaktipat Intensive haben wir Lehren über *dharm*a und Zeit erhalten, zwei zentrale Themen in Gurumayis Vortrag zur Jahresbotschaft. Für mich war die Teilnahme an diesem Shaktipat Intensive ein Höhepunkt des Jahres. Es hat mir eine bessere Ausrichtung gegeben. Seit der Veranstaltung habe ich festgestellt, dass ich mich frage, wie ich meinem *dharm*a am besten folgen und in jedem Augenblick des Tages meine heiligste Pflicht erfüllen kann.

Es hat so viele weitere Möglichkeiten zum Studieren gegeben: durch Fotogalerien und Videos, die unsere Empfänglichkeit für das Göttliche in der Natur erweitern, durch detaillierte und lebendige Berichte über Festsatsangs, durch die Weisheit von Schriften, Geschichten und Ausführungen. Als ich neulich über die Lehren nachdachte, die wir dieses Jahr erhalten haben, und über die vielfachen Möglichkeiten, etwas über diese Lehren zu lernen und sie zu üben, schwoll mein Herz vor Dankbarkeit. Ich dachte: *Was für eine unglaubliche Fundgrube an Weisheit und Anleitungen hat uns Gurumayi da gegeben.* Ich nahm mir kurz Zeit und setzte mich lächelnd hin, um die Tatsache zu würdigen, dass ich die Gelegenheit habe, diesen wunderbaren Weg zu gehen. Was ist das doch für ein gesegnetes Jahr gewesen!

Während ich darüber nachdachte, erinnerte ich mich an etwas, das ich in ***Recognizing Divinity***, dem Bericht über einen Siddha Yoga Chanting Satsang mit Gurumayi, der im Juli stattgefunden hatte, gelesen hatte. In dem *satsang* lehrte Gurumayi, wie bedeutend es sei, die Schönheit in unserem Leben zu erkennen. Dann sagte sie:

Wenn du die Bedeutung dieser Erkenntnis verstanden hast, kannst du dich jetzt darum bemühen, zu erkennen, dass Schönheit immer gegenwärtig ist und dass du die Wahl hast, sie zu erkennen und zu erleben.

Das wird es dir ermöglichen, die Welt zu einem Paradies zu machen.

Als ich diesen Bericht zum ersten Mal las, hatte ich das Gefühl, dass Gurumayi mich einlud, meine Sichtweise zu verändern und einen Zugang der Fülle zu kultivieren. In den Monaten danach machte ich es mir zu einer Übung, auf die wunderschönen Dinge, die ich sah, hinzuweisen und das Erstaunliche in den verschiedenen Situationen, in denen ich mich befand, zu feiern. Ich rief mir selber zu: „Wie fantastisch! Wie wunderbar!“ Weil ich diese Erkenntnis zu einer Gewohnheit gemacht habe, freue ich mich sowohl an den gewöhnlichen als auch an den außergewöhnlichen Augenblicken meines Lebens. Ich erkenne die Gnade, die durch jeden Moment fließt. Ich erfahre immer mehr das Göttliche in jeder Sekunde, in jedem Menschen und in meinem eigenen Wesen.

Wenn wir uns die Zeit nehmen, über die Fülle, die uns auf dem Siddha Yoga Weg gegeben wird, nachzudenken, können wir die Schönheit, die Göttlichkeit in jedem Augenblick unserer *sadhana* noch klarer erkennen. Und wenn wir den Reichtum, den wir erhalten haben, erkennen, strömt Dankbarkeit ganz natürlich hervor. Das bewegt uns dazu, zu danken.

Ich möchte euch einladen, die Siddha Yoga Path Website zu erforschen und selbst den großen Reichtum an Einsicht und Weisheit, den wir im letzten Jahr erhalten haben, neu zu entdecken. Ich ermutige euch, beim Lesen jeder Lehre darüber nachzudenken, wie sie euch dabei geholfen hat, euer Üben von Gurumayis Botschaft zu stärken. Und würdigt all die Arten, auf die ihr euch in diesem Jahr verwandelt habt – auf welche Weisen ihr das Göttliche in euch und in eurem Umfeld erfahren habt.

Liebe Grüße,
Radhika Lishansky