

Eine Zeit des Schutzes

Raksha Bandhan

Von Eesha Sardesai

Diesen ganzen Monat über widmen wir uns auf dem Siddha Yoga Weg schwerpunktmäßig den Übungen, die uns Gurumayi gegeben hat: Meditation und Mantra-*japa*. Wir haben besonders im Zusammenhang mit den August-Feiertagen mit ihnen gearbeitet – zuerst an Bhagavan Nityanandas Punyatithi, dann an Baba Muktanandas Divya Diksha, und tun das nun an Raksha Bandhan.

Raksha Bandhan findet am Tag des Vollmonds „Rakhi Purnima“ statt, der dieses Jahr auf den 27. August fällt. Wie ich in diesem Monat schon geschrieben habe, ist Raksha Bandhan ein Feiertag, der tief in der indischen Kultur und schriftlichen Tradition verwurzelt ist. Es gibt verschiedene Berichte über Götter und Göttinnen, Könige und Königinnen und andere Menschen und Gruppen, die *rakhis*, aus Fäden hergestellte Armbänder, untereinander austauschten. In der heutigen Zeit besteht der populäre Brauch in Indien darin, dass Schwestern ihren Brüdern an Raksha Bandhan *rakhis* um das Handgelenk binden.

Seit Jahrtausenden dient die *rakhi* als kraftvolles Symbol für gegenseitigen Respekt und für die Verpflichtung, einander zu schützen. Auf dem Siddha Yoga Weg ist die symbolische Bedeutung der *rakhi* besonders stark, weil sie das Band der Liebe und des Schutzes zwischen Guru und Schüler*in verkörpert. Es lohnt sich, darüber nachzusinnen – und genau zu benennen – was wir besonders schützen möchten. Es ist das Licht, das der Guru in uns erweckt hat, das Gewahrsein des Göttlichen in uns, das wir auch in Anderen und in der uns umgebenden Welt überall gespiegelt finden können. Es ist dieses unmittelbar empfundene Verbundensein mit der Liebe in unserem Herzen, das wir durch unsere Siddha Yoga Praxis stärken.

Das englische Wort *protection* stammt vom altfranzösischen Wort *proteccion* (mit der Bedeutung „Schutz, Schild“) ab, das wiederum auf das spätlateinische *protectionem* mit der Bedeutung „das, was überdeckt“ zurückgeht. Für mich ist das ein lehrreicher Blickwinkel, aus dem wir auf unsere Meditationspraxis und ihre Wirkungen schauen können. Meine eigene Erfahrung hat mir gezeigt, dass wir jedes Mal, wenn wir Siddha Yoga Meditation üben, unser Gewahrsein des Höchsten Selbst, der Flamme im Innern, stärken. In gewisser Weise sichern wir dieses Gewahrsein – wir schirmen es vor allen möglichen inneren und äußeren Kräften ab, die uns veranlassen könnten, es zu vergessen, und machen es allmählich undurchdringlich für sie. Die Wellen des *samsara* drohen uns vielleicht hin- und herzuwerfen, aber wir bleiben verankert in dem, was wir sind, in dem, womit uns der Guru beschenkt hat.

Das führt mich zurück zur *rakhi*, diesem scheinbar so schlichten, aus Fäden hergestellten Armband. Da Vergesslichkeit eine sehr reale Gefahr ist, vor der wir uns schützen müssen, kann ein konkreter Gegenstand zur Erinnerung sowohl hilfreich als auch tröstlich sein. Tatsächlich gibt es in Indien eine reiche Tradition, was Schutzbänder angeht. In bestimmten religiösen Zeremonien binden Priester oder Älteste den Gläubigen *maulis*, Armbänder aus miteinander verwobenen gelben und roten Fäden, um die Handgelenke, um böse Kräfte abzuwehren. Ebenso werden Kindern oft schwarze Fäden um die Handgelenke gebunden – wieder als eine Art Schutzamulett, um *buri nazar*, den „bösen Blick“, abzuwehren.

Auf dem Siddha Yoga Weg hat Gurumayi über *smaranikas* gesprochen, Talismane, die die Erinnerung unterstützen. Die *rakhi*, die wir zur Würdigung unserer Verbindung mit dem Guru binden, kann solch eine *smaranika* sein. Eine weitere wesentliche *smaranika* des Siddha Yoga Weges ist die *japa mala*, die wir verwenden, um Mantra-*japa* zu üben. Während wir jede Perle der *japa mala* bewegen, wiederholen wir das Mantra für uns selbst und bestätigen so immer wieder die Gegenwart des Höchsten Selbst in unserem Herzen. Es ist kraftvoll, solch einen Gegenstand bei sich zu tragen – die *mala* in Gestalt eines Armbands oder auch eines Rings. Sie erinnert uns ständig an unsere *japa*-Übung und an das, was wir durch das Ausführen von *japa* gewinnen und schützen.

Sie erinnert uns auch an den Schutz, den wir ausweiten möchten. Meiner Erfahrung nach ist der Schutz, den wir durch das Üben von Mantra-*japa* und Meditation erleben, nicht auf uns selbst beschränkt. Er breitet sich nach außen aus und umfasst alle Menschen, denen wir begegnen, und alles, womit wir in Berührung kommen.



© 2026 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.