

Bhagavan Nityananda, der Goldene

Stell dir vor, du stehst im Garten,
der den Bhagavan Nityananda Tempel
im Shree Muktananda Ashram umgibt.

Das weiche Sommergras unter deinen bloßen Füßen fühlt sich wie ein Kissen an.

Spüre jeden Grashalm, lass dir Wurzeln in den Boden wachsen
und verbinde dich mit Mutter Erde.

Es ist diese ganz besondere Abendzeit.
Die Sonne ist gerade untergegangen, und das Licht am Himmel
wird allmählich schwächer.

Die safranfarbene Fahne auf der Kuppel des Tempels tanzt
in der sanften Abendbrise.

Während die seidene, orangefarbene Fahne munter flattert,
schlägt das Seil gegen die Fahnenstange
und lässt sie klingen!

Es ist, als würde die *ektara*, das ein-saitige Instrument,
von der Brise angeschlagen.

Hörst du es?

Hörst du den Puls des Windes?

Manchmal ist er langsam,
manchmal schneller,
und manchmal ist er ganz still.

Du atmest die kühle Abendluft ein
und nimmst einen Wohlgeruch in der Luft wahr –
einen Duft, den es nur zu dieser Jahreszeit gibt.

Es ist der eindeutige Geruch der Erde gleich nach dem Regen.

Halte inne und atme den angenehmen, feuchten Wohlgeruch
der vom Regen getränkten Erde ein.

Atme tief ein... und atme lang aus...

Lass mit jedem Atemzug jede Zelle deines Wesens
sich mit dem Duft der Erde aufladen.

Lausche. Mit dem Eintritt der Dämmerung verändert sich auch
das Orchester der Natur.

Die Vögel, die den Tag über zwitscherten,
stimmen sich allmählich auf die Nachtruhe ein.

Die Grillen und Zikaden, die bislang ruhten,
beginnen gerade aufzuwachen.

Lausche...
dem verklingenden Ruf des Blauhähers,
dem letzten Lied des Kardinals,
dem aufkommenden Surren der Zikaden
und dem gelegentlichen Zirpen der Grillen.

Das nächtliche Orchester wird lebendig –
lausche auf die mannigfaltigen musikalischen Muster,
den abwechslungsreichen Swing und die unterschiedlichen Tempi.
Sie alle erklingen zur selben Zeit und doch in vollkommener Übereinstimmung.

Genieße die Klänge der Natur.

Mitten in dem Gesumme
und Gezirpe
und Gezwitscher
und Gepiepse
gibt es Augenblicke der... *Stille*.

Stimme dich auf diese Stille ein.
Lass dich in dieser Stille nieder.
Atme diese Stille ein und lass dein Wesen von ihr durchdringen.

Atme weiter
und nimm den Duft des *dhoop* wahr, der in der Luft hängt,
und das Klingeln des *pujari*-Glöckchens,
das durch deine Klanglandschaft tanzt.

Atme.

Atme den Wohlgeruch der regengetränkten Erde ein,
die süße Luft des Shree Muktananda Ashrams zur Sommerzeit.

Vom Segen der Natur umgeben
gehst du nun zum Bhagavan Nityananda Tempel.

Die Tür öffnet sich sanft, und
du beugst dich herunter, um verehrungsvoll den Boden des Tempels zu berühren.

Du trittst ein.

Du befindest dich nun
in der erhabenen Gegenwart von

Bhagavan Nityananda
Bade Baba
Yogi Raja
dem Goldenen.

Der Tempel ist über und über mit Blumengaben für Bade Baba geschmückt.

Rieche den nektargleichen Duft von Jasmin und Juhi und Goldenem Champa.

Du bietest *sashtang*, den achtfachen, *pranam* vor Bade Baba dar.
Es ist ein *pranam* mit dem ganzen Körper,
mit lang ausgestreckten Armen und Beinen, dem Rumpf und dem Kopf.
Dein innerer Zustand,
Geist und Herz,
stimmen vollkommen mit deinem Körper
in einer Haltung von Gebet und Hingabe überein.
Deine Stirn berührt den kühlen weißen Marmorboden.

In jeder Fliese des Tempels vibriert die *shakti*
unzähliger *aratis*, *namasankirtanas*,
und Rezitationen der *Shri Guru Gita*,
die an diesem heiligen Ort durchgeführt wurden.

Lege dein Ohr an den Boden und horche genau hin –

Hörst du es?

Wie das Donnern der Kesselpauke aus dem Boden aufsteigt ...
wie der Ruf der Muschelhörner von den Wänden strömt...
wie das Klingeln der Glöckchen von der Decke widerhallt ...

Der Tempel ist ein Gefäß voller heiliger Klänge.

Erlaube dir, in den göttlichen Schwingungen
des Bhagavan Nityananda Tempels zu baden.

Lenke deine Aufmerksamkeit zurück auf den Atem.

Atme die göttlichen Klänge ein.
Lass dich von ihnen von innen her reinigen.

Lass den Klang der Kesselpauke im Herzen widerhallen.
Lass den Klang des Muschelhorns im Brustkorb erklingen.
Lass den Klang der Glöckchen durch jede Zelle deines Körpers strömen.

Atme die göttlichen Klänge ein.
Atme die göttlichen Klänge aus.
Erlaube ihnen, jede Pore deines Wesens zu reinigen.

Jetzt schau nach vorne.
Sieh Bade Babas goldene Gestalt an,
die im Zustand von *paramananda* – höchster Glückseligkeit – verankert ist.

Spürst du Wellen der Ekstase in dir aufsteigen?

Sieh Bade Babas goldenes Gesicht an,
welch Mitgefühl es ausdrückt.

Deutet sich da ein Lächeln an?
Natürlich.

Lächelst *du*?
Natürlich.

Hörst du es? Bade Babas tiefes Lachen?

Ja, ganz sicher.

Atme.

Atme die höchste Freude ein, die von Bade Babas goldener Gestalt ausgeht.

Atme die höchste Freude aus, die aus deinem Innern aufsteigt.

Lenke deine Aufmerksamkeit auf Bade Babas Augen.

Sie befinden sich im *shambhavi mudra*: geöffnet, aber nach innen gerichtet.

Lass dich von Bade Babas nach innen gerichtetem Blick nach innen mitnehmen
in den Zustand von *nityananda* – den Zustand ewiger Glückseligkeit.

Wiederhole still für dich:

Bhagavan Nityananda wohnt in meinem Herzen.

Ich bin in Bhagavan Nityanandas Herzen.

Sein Herz ist mein Herz.

Mein Herz ist sein Herz.

Wir sind im Herzen eins.

Meditiere.

