

Darshan von Gurumayis Illustration zur Jahresbotschaft 2019

1. Januar 2019

Lieber Leser, liebe Leserin,

ein frohes neues Jahr!

Die ersten Lichtstrahlen des neuen Jahres strömen gerade auf uns zu, seit wir Gurumayis Botschaft für das Jahr 2019 erhalten haben. Diese Strahlen treiben uns zu ihrem gewaltigen, prächtigen Ursprung hin. Jetzt liegt es an uns, uns der Lage gewachsen zu zeigen und das neue Jahr mit Eifer und Wohlwollen anzugehen - und das rechte Bemühen einzubringen.

Ihr müsst verstehen, dass jede Anstrengung, die wir auf unser Ziel hin unternehmen - wie gering oder groß sie auch sein mag – die Falten der Ewigkeit aufrollt.

An diesem ersten Tag des Jahres empfangen wir Gurumayis Botschaft in Worten, und dann erhalten wir die Botschaft in visueller Form. Für mich sind Gurumayis Botschaft und ihre Illustration zur Botschaft wie zwei Seiten einer Goldmünze. Als sichtbarer Ausdruck von Gurumayis Botschaft ist die Illustration zur Botschaft ein einzigartiges Mittel, die Botschaft nicht nur zu erkunden, sondern auch zu lernen, Zugang zu unserer inneren Weisheit, was die Umsetzung der Lehren in unserem Leben angeht, zu erlangen. Ganz gleich, wie lang oder kurz wir bereits in unserem physischen Körper verweilen - jeder Tag ist ein neuer Tag, der voller guter Gelegenheiten steckt. Das Gleiche gilt, wenn wir jedes Jahr Gurumayis Botschaft und das Geschenk ihrer Illustration zur Botschaft erhalten: Wir entdecken etwas Frisches und Neues über uns selbst.

Könnt ihr das Lächeln auf meinem Gesicht sehen? Ich glaube schon. Und warum lächle ich? Nun, es hat mit dem zu tun, was ich euch jetzt erzählen möchte.

Es ist mir ein Vergnügen und eine Ehre, dass ich euch einladen darf, den *darshan* von Gurumayis Illustration zur Botschaft für 2019 zu empfangen. Auf Sanskrit bedeutet das Wort *darshan* „sehen, wahrnehmen, anschauen“. *Darshan* ist eine kraftvolle Siddha Yoga Übung. Es ist natürlich naheliegend, dass wir ein visuelles Kunstwerk *anschauen* und *wahrnehmen*. Ja, das tun wir - und wir vermögen als denkende und fühlende Wesen noch viel mehr zu tun, um unsere Erfahrung zu verstehen, mit ihr tiefer zu gehen und etwas mit ihr anzufangen.

Ich möchte mehr darüber erzählen, wie ich das Wort *darshan* inzwischen verstehe und erlebe. Das Wahrnehmen findet im umfassenden Herzen statt, im Raum unseres innersten Selbst. Wenn das geschieht, ist da ein Zauber. Ich weiß nicht, wie ich es sonst erklären soll, weil es kein eigenes Wort und keinen eigenen Ausdruck gibt, um dieses mystische Phänomen zu beschreiben. Jeder Mensch erlebt diesen gewaltigen Augenblick – den Moment von *darshan* – auf seine Weise.

Gurumayi nannte mir einmal einen der Gründe dafür, wie die Illustration zur Botschaft seinerzeit entstand. Vor vielen Jahren bot eine Siddha Yogi *Seva* dabei an, dem weltweiten *sangham* Gurumayis Botschaft zu vermitteln. Diese Siddha Yogi bat Gurumayi, ob sie nicht auch ein Bild zu ihrer Botschaft geben wolle – ein Bild, das die Botschaft so darstellt, wie Gurumayi sie sich vielleicht vorgestellt hat. Diese Siddha Yogi hätte dann eine zusätzliche Möglichkeit, um allen Gurumayis Botschaft zu vermitteln, und im *sangham* hätten wiederum alle ein visuelles Hilfsmittel, um in die Botschaft einzutauchen.

Und daher ist Gurumayis Illustration zur Botschaft tatsächlich die Antwort auf ein Gebet - eine Antwort, die über die Jahre hin immer wieder in einer neuen und lebendigen Form gegeben wird. Menschen sprechen oft darüber, dass sie wissen möchten, was andere denken. Mit dieser Illustration erhascht ihr einen Blick darauf, was Gurumayi denkt, wenn sie uns ihre Botschaft gibt!

Auf dem Siddha Yoga Weg haben wir Anleitungen für die Übung des *darshan* erhalten. Ich habe diese Anleitungen befolgt und habe so die Übung des *darshan* lieben gelernt, denn sie bietet mir Gelegenheit, meinen Geist leer zu machen und ihn vom funkelnden Licht der Göttlichkeit durchdringen zu lassen.

Jetzt möchte ich euch bei den Schritten anleiten, die ihr vielleicht unternehmen wollt, wenn ihr den *darshan* von Gurumayis Illustration zur Botschaft empfangt. Hier sind sie:

- Nimm wahr, wie dein Atem ganz von selbst ein- und ausfließt.
- Betrachte die Formen, Farben, Strukturen, Linien und Symbole in der Illustration zur Botschaft.
- Beobachte, wie jeder Aspekt der Illustration zur Botschaft pulsiert.
- Lies die Worte der Botschaft. Lass zu, dass sie dich sehen.
- Lerne die Worte der Botschaft auswendig. Nimm wahr, wie jedes Wort in deinem Sein tanzt.
- Lass die Augen zwischen Aktivität und Ruhe hin und her wechseln, während du die Illustration zur Botschaft betrachtest. Lass die Details des Bildes einen Moment lang ganz scharf werden, und dann lasse sie zurücktreten in eine schimmernde Unschärfe.
- Beginne mit der Meditation, wenn deine Augen sich nicht mehr fokussieren können.
- Wenn du aus der Meditation kommst, schreibe oder zeichne deine Erfahrung in deinem Tagebuch auf.

Ich hoffe, ihr nehmt euch das ganze Jahr über die Zeit, um auf die Illustration zur Botschaft zurückzukommen, und macht das zu einem Bestandteil dessen, wie ihr die Botschaft studiert, in euch aufnehmt und umsetzt. Ich möchte euch sagen, dass ihr so den größten Wert aus der Goldmünze in eurer Hand erzielt. Je häufiger ihr diese Münze nutzt, desto mehr bereichert sie eure *sadhana* mit Zuversicht, Gelassenheit, Gewahrsein eurer selbst und vielen anderen großartigen Tugenden, die ihr anstrebt und die ihr verkörpern wollt.

Melde dich an:
Gurumayis Illustration zur Botschaft für 2019

Herzliche Grüße,

Swami Shantananda
Siddha Yoga Meditationslehrer



© 2019 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.