

Lehren von Gurumayi Chidvilasananda

Sei engelsgleich

Namasankirtana am Abend

Samstag, 21.März 2020

Bhagavan Nityananda Tempel

Auf dem Siddha Yoga Weg spreche ich stets über Disziplin, und jetzt muss sich die ganze Welt an eine strenge Disziplin halten, um sicherzustellen, dass alle sicher und gesund und achtsam gegenüber anderen sind. Auf dieser Welt gibt es 195 Länder, und man sagte mir, dass mehr als 170 Länder von der neuen Krankheit betroffen sind. Möge es in den Ländern, die sicher und nicht betroffen sind, so bleiben. Und mögen die Länder, die betroffen sind – auch das Land, in dem ich mich zurzeit aufhalte, und das Land, in dem ich geboren wurde – erneut Sicherheit und gute Gesundheit erfahren.

Es gibt auch etwas Erfreuliches. Ich hörte, dass es den Introvertierten jetzt sehr gut geht. Genau so etwas ist für euch eine Möglichkeit, um herauszufinden, was in dieser ernstesten Situation für euch das Richtige ist. Es ist schön, viel Raum zu haben, und es gibt ohnehin nicht immer einen guten Grund, die ganze Zeit mit anderen Leuten zu reden. Viele von euch werden sich daran erinnern, dass ich im Laufe der Jahre gelehrt habe, wie wichtig es ist, bewusst zu schweigen – sowohl in Ashrams und während meiner Lehrreisen auf der ganzen Welt. Es war sogar so, dass sowohl im Shree Muktananda Ashram als auch in Gurudev Siddha Peeth die Menschen während der Retreats richtig gern Ansteckkärtchen trugen, auf denen stand: „Ich schweige“. Tatsächlich fanden einige diese Schildchen so gut, dass sie sie während ihres gesamten Aufenthalts im Ashram trugen. Ich bitte euch jetzt nicht, ein Schildchen mit der Aufschrift „Ich schweige“ zu tragen. Trotzdem könnt ihr euch während der aktuellen Phase Zeiten freihalten, um euch im Schweigen zu üben.

Tatsächlich ist dies wie der Zeitraum eines sehr langen Retreats. Macht euch diese Zeit der Einkehr zunutze. Erschafft, anstatt darüber nachzudenken, was ihr alles verpasst, euren eigenen wunderschönen Raum – in euch selbst, in eurem Zuhause. Jetzt ist die Zeit, den Vorsatz zu fassen, euch von eurem Krempel zu trennen – insbesondere von dem Krempel, von dem ich den Angestellten im Shree Muktananda Ashram gesagt habe, sie sollten ihn los werden. Ich sage ihnen: „Es gefällt mir nicht, all diesen Krempel in euch zu sehen.“ Es ist eine großartige Gelegenheit für euch alle, den Krempel aufzugeben, den ihr einfach nicht zu behalten braucht. Menschen lassen sich von jeder Kleinigkeit beeinflussen. Wenn sie jemand anschaut, machen sie sich Sorgen und fragen sich: „Warum schaut diese Person mich an?“ Und wenn sie dann jemand nicht anschaut, machen sie sich Sorgen und fragen sich: „Warum schauen sie mich *nicht* an?“

Werdet zu Engeln – denn Engel lassen sich nicht so schnell beeinflussen. Fragt euch, welche Schritte ihr unternehmen könnt, um zu verstehen, was eine engelsgleiche Haltung ist und wie ihr eine solche Haltung entwickeln könnt. Lasst euch von *diesem* Virus anstecken. Bringt euer engelhaftes Licht zum Strahlen. Lasst eure engelsgleiche Haltung sich ausbreiten. Macht es möglich, dass euer engelhaftes Verhalten andere aufrichtet.

In diesem Satsang habe ich vorhin gesagt, dass es nicht in eurer Verantwortung liegt, wie es anderen geht. Aber seht zu, dass sie sich gut fühlen, wenn sie euch sehen. Eben darum bitte ich die Angestellten im Shree Muktananda Ashram immer – dass ich, wenn ich sie sehe, glücklich sein sollte, sie zu sehen zu bekommen. Und ich möchte wirklich, dass sich das in ihrem Verhalten spiegelt. Meistens jedoch neigen Leute dazu, sich sehr merkwürdig zu verhalten, und wenn diese mysteriöse Krankheit sich ausbreitet, verhalten sie sich – so sagte man mir – noch merkwürdiger. Ich kann nicht umhin, zu denken: „Was hat sich denn verändert? Warum nehmen die Leute dies als Anlass, sich noch befremdlicher zu verhalten, wenn sie sich sowieso schon immer merkwürdig verhalten haben?“

Der Wunsch, frei von Krankheit zu werden, ist nicht nur der Wunsch nach

Linderung körperlicher Leiden. Auf dem spirituellen Weg sprechen wir auch von der Krankheit des *atma*, der Krankheit der Seele. Der *atma* ist rein; doch dadurch, dass ihr die Großartigkeit des *atma* nicht erkennt, tut ihr Dinge, die nicht angemessen und nicht richtig sind.

Meine Botschaft für das Jahr 2020 ist *Ātmā kī Prashānti*. Was auch immer in eurem Inneren vor sich gehen mag: Stellt diese Botschaft in den Vordergrund. *Ātmā kī Prashānti. Ātmā kī Prashānti. Ātmā kī Prashānti.*

Die Natur kann brutal sein. In der Wildnis fressen Tiere immerzu andere Tiere. Doch als menschliche Wesen habt ihr den Intellekt, und der Intellekt ist wunderschön. Ihr könnt euren Intellekt nutzen, um Großartiges zu vollbringen. Anstatt euch zu fragen: „Was soll ich mit meiner Zeit anfangen?“, denkt lieber darüber nach, wie ihr etwas Gutes aus dieser Zeit entstehen lassen könnt. Denkt darüber nach, wie ihr, wenn endlich das Schlimmste überstanden ist, euer Leben weiterhin mit Disziplin führen könnt.

Im Augenblick sind Abertausende von Menschen arbeitslos oder können nicht zur Arbeit ins Büro gehen. Zweifellos und verständlicherweise erschafft dieses Phänomen unbeschreibliche Sorgen und Ängste. Da alle im selben Boot sitzen, ist es vorrangig, dass wir alle einander moralische Unterstützung geben. Es ist zwingend erforderlich, dass wir alle kreative Möglichkeiten finden, einander zu unterstützen. Viele Menschen reden davon, wie gerne sie kreativ sind, und so bitte ich euch jetzt, kreativ zu sein. Helft euch selbst und anderen auf kreative Art und Weise. Seid kreativ in der Haltung, mit der ihr Unterstützung von anderen entgegennehmt.

Natürlich ist den Menschen zum Heulen zumute. Da sie jedoch selbst vollkommen hilflos sind, besteht eine Möglichkeit, sich Trost zu verschaffen, darin, mit dem Finger auf jemanden zu zeigen, der die Ursache für ihr Elend sein könnte. Das ist ein beklagenswerter Bewältigungsmechanismus – wir suchen nach jemandem, dem wir die Schuld für alles geben können, was in unserem Leben oder auf der Welt insgesamt problematisch ist. Es macht einen Unterschied, ob wir die Ursache eines Problems ermitteln oder ob wir dafür anderen die Schuld geben. Mein Rat an euch

ist, euer Herz, so sehr ihr könnt, stark zu machen, denn ihr wisst, dass der Muskel des Herzens so stark wird, wie ihr willens seid, an seiner Ertüchtigung zu arbeiten. Dann könnt ihr ihr seine Energie nutzen, um Lösungen zu finden.

Bitte versteht, dass Weinen und Klagen zu nichts führt. Wenn ihr das tut, ist das so, als säßet ihr auf einem Karussell, von dem ihr nie wieder herunterkommt. Ihr dreht euch im Kreis, immer wieder im Kreis. Er wird zu einem Teufelskreis. Bring deshalb euren Intellekt auf Hochglanz.

Eine Möglichkeit, euer Herz zu stärken und euren Intellekt zu polieren, ist, eine engelsgleiche Haltung zu entwickeln. Denkt darüber nach, wie ihr engelhaftes Handlungen ausführen könnt. Jetzt fragt ihr euch vielleicht: „Was ist eine engelsgleiche Haltung?“ Nun, Sandeep Knoesel, der SYDA Foundation Website Department Head, sitzt hier beim Musikensemble, und er stellt weiterhin viele, viele Siddha Yoga Lehren auf die Website des Siddha Yoga Weges. Und unter diesen Lehren befindet sich das Arbeitsbuch für meine Botschaft für das Jahr 2020. In diesem Arbeitsbuch findet ihr viele Fragen von mir, die ihr in eurem Tagebuch beantwortet, und ihr könnt auch noch diese Fragen hinzufügen: „Wie kann ich eine engelsgleiche Haltung entwickeln? Wie kann ich engelhaftes Licht ausstrahlen?“

