

Lehren von Gurumayi Chidvilasananda

Sei voller Kraft

Namasankirtana am Abend

Samstag, 28. März 2020

Bhagavan Nityananda Tempel

Gurumayi betrat den Tempel, während die Anwesenden die Kundalini Stavah, eine Hymne an Kundalini Shakti, rezitierten, und nahm dann für den satsang ihren Sitz ein. Nachdem der Gastgeber, Swami Ishwarananda, seine einführenden Worte gesprochen hatte, sprach Gurumayi.

Wir sind hier in Bade Babas Gegenwart. Gleich werden wir *Om Namo Bhagavate Muktanandaya* im *Mand Raga* singen. Der *Mand Raga* geht im Zickzack – er steigt auf und fällt ab und steigt auf und fällt ab. Es heißt, dieser Raga habe die Gestalt einer Schlange, *sarpākār*, also passt es perfekt, dass wir die *Kundalini Stavah* Hymne gesungen haben.

Die meisten von euch sind seit vielen Tagen, vielen Wochen zuhause. Ich hoffe, ihr nützt diese Zeit gut – *wirklich* gut. Vielleicht ist dies die längste Zeit, die ihr je wirklich mit euch selbst verbracht habt.

Wie empfindet ihr euch selbst?

Empfindest du dich als schwach?

Empfindest du dich als stark?

Glaubst du, du bist ein Schaf

oder glaubst du, du bist eine Führungspersönlichkeit?

Glaubst du, du besitzt alles Nötige, um dieses Leben zu meistern,
oder findest du, dass du bloß ein hirnloses Geschöpf bist?

Wie empfindest du dich selbst?

Hast du deine Stärke gefunden? Hältst du dich für eine starke Person? Wie siehst du dich selbst in diesem Augenblick?

Hast du bemerkt, wann du deinen Verstand gebrauchst und wann du ihn nicht gebrauchst?

Hinterfragst du das, was jemand sagt, wenn es sich für dich nicht stimmig anhört oder wenn es nicht mit dem übereinstimmt, was deiner Meinung nach wahr ist? Oder lässt du dich einfach vom Strom dessen mitreißen, was irgendjemand sagt?

Wie hast du dich selbst in den letzten paar Tagen und den letzten vielen Wochen empfunden? Welche Einsichten, welche Erkenntnisse hast du in Bezug auf dich selbst gehabt, die dir das Gefühl vermittelt haben: „Ja! Ich bin Das! Genau Das bin ich! *So'ham.*“ Oder empfindest du dich als zutiefst hilflos?

Wie kommst du – wirklich – mit dir zurecht?

Niemand ist ohne Leiden. Niemand ist ohne körperliche Krankheiten. Alle, die einen physischen Körper besitzen, werden auf Hindernisse stoßen. Obwohl nicht alle Körper extrem fit und stark sind, ist doch eines sicher: Im Inneren eines jeden Menschen existiert unbegrenzte Stärke. Diese Stärke steht für sich. Die Größe des Körpers, die Gestalt des Körpers, die Farbe des Körpers spielen keine Rolle. Die innere Stärke wird von keinerlei äußeren Bedingungen beeinträchtigt. Sie ist ganz eigenständig.

Bist du mit dieser immensen Kraft im Inneren in Kontakt gekommen? Oder lässt du zu, dass dein Geist von anderen gesteuert wird? Lässt du zu, dass dein Leben von anderen bestimmt wird?

Was hast du in dieser Zeit der Isolation – wirklich – über dich erfahren?

Ganz gleich, was auch immer du in dieser Zeit über dich selbst erfahren oder nicht erfahren hast – du bist in der Gegenwart von Bhagavan Nityananda. Sei im Tempel, im Universellen Siddha Yoga Raum.

Lass zu, dass, während du *Om Namō Bhagavate Muktanandaya* singst, die Melodie dieses Gesangs die gute Energie in deinem Inneren freisetzt – die Energie, die dir Gott geschenkt hat, die Energie, die durch die Gnade des Gurus in dir erweckt worden ist, die Energie, die du besitzt, die Energie, die dir und nur dir gehört, die Energie, die dir hilft, auf deinen eigenen zwei Beinen zu stehen. *Ātmā kī Prashānti*. Du wirst *Ātmā kī Prashānti* erfahren, wenn du erfährst, wer und was du bist – deine eigene Stärke, dein eigener Mut, dein eigenes Vertrauen, deine eigene Überzeugung, deine eigene Klarheit.

Denke daran, diese Melodie, dieser Raga, wird *sarpākār* genannt. Er nimmt die Form der Schlange an – Kundalini Shakti. Lass diese Melodie durch dein Inneres laufen. Erlaube, dass diese Kraft, Kundalini Shakti, die Energie in jedem Molekül deines Körpers freisetzt. Lass deinen Geist, dein Unterbewusstes, deinen Intellekt, dein Herz – deinen ganzen Körper – im Einklang sein. Stimme alles aufeinander ab. Überlasse die Kontrolle deines Lebens nicht jemand anderem. Wenn du nicht vorsichtig bist, lässt du zu, dass du eingefangen wirst.

Fordere dein Recht auf Leben ein.

Fordere dein Recht auf Leben ein.

Fordere dein Recht auf Leben ein.

Erkenne den Sinn deines Lebens.

Lasst uns singen.

Während alle Om Namō Bhagavate Muktaṇandaya sangen, gab uns Gurumayi die folgenden Lehren:

Sei stark. Gehorche nicht blind. Sonst wird es dich eines Tages erwischen.

Sei stark. Bitte sei stark. Lass die Grundlage deiner Liebe gedeihen.

Sei stark. Sei stark wie die Kobra. Kundalini Shakti.

Sei mutig. Nimm dir vor, dich mit starken Menschen zu umgeben. Schwache Leute? Scheuche sie fort, scheuche sie fort!

Die Zeit, etwas vorzutäuschen, ist vorbei. Du willst dich nicht mit falschen Menschen umgeben. Wenn Menschen nicht aufrichtig sind, ziehen sie deine Energie ab. Lass die starke Energie, die wunderschöne Energie, von dir Besitz ergreifen. Sei stark. Sei stark. Sei stark.

Gerade jetzt, während wir singen, höre ich den wunderschönen Klang des Regens auf dem Dach des Tempels. Regen, die reinigende Kraft. Wenn du gesund bist, dann achte weiterhin auf deine gute Gesundheit. Du musst verstehen, dass du selbst dich in den Himmel bringst und du selbst dich in die Hölle bringst. Du hast die Wahl. Einen Himmel zu erschaffen, wo auch immer du bist, ist deine Pflicht.

Dein Heim, dein Zuhause, ist ein Hafen. Stelle sicher, dass es auch ein Hafen *ist*.

Heim – OM.

Heim – OM.

Heim – OM.

Dein Herz ist dein Heim, dein Zuhause. AUM.

Rufe deine Stärke an. Rufe sie an.

Nutze die Gnade des Gurus. Nutze sie.

Achte auf dein Herz. Achte darauf.

Fühlst du die Liebe? Wenn du stark wirst, fühlst du Liebe. Wenn du schwach bist, fühlst du Angst. Jene schwachen Leute – scheuch sie fort! Warum? Sie ziehen deine Energie ab. Was auch immer deine Haltung schwächt, was auch immer dich schwach macht – scheuche es fort. Wecke das starke Selbst in deinem eigenen Körper – sodass du ein erfülltes Leben führen kannst. Sei voller Kraft.

Sei nicht unecht. Ermutige auch andere nicht, unecht zu sein. Ergreife das Wort, wenn es erforderlich ist. Laufe nicht mit einem künstlichen Lächeln im Gesicht herum. Was immer du zeigst, wird zu dir zurückkehren. Wenn du Stärke zeigst, wirst du Stärke erfahren.

Sage ja dazu, stark zu sein.

Sage nein dazu, schwach zu sein.

Sei voller Liebe, aber bestimmt. Habe keine Angst davor, verschiedene Liebe zu empfangen. Wenn du hinfällst, steh wieder auf. Und wenn du aufstehst, lerne zu fliegen. Stelle dir die Kraft der Kundalini Shakti vor. Lass dein Herz tanzen. Bleib dir selbst treu.

Sei jetzt stark.

Sei morgen stark.

Sei übermorgen stark.

Sei tagsüber stark.

Sei in der Nacht stark.

Sei stark!

Mache dies zu deinem Mantra: „Ich bin stark.“

Nach dem namasankirtana führte Gurumayi die Teilnehmenden mit diesen Worten in die Meditation:

Wunderbar. Bahut accha. Bahut badhiya. Sei stark, dann wirst du überleben. Wenn deine Gedanken schwach sind, wirst du untergehen. Wie du es immer wieder von Baba Muktananda gehört hast: *sadhana* ist nicht für Leute mit einem schwachen Geist. Und ich sage: Das Besteigen des Mount Everest ist nichts für Leute mit einem schwachen Geist. Daher sind nur diejenigen, die einen starken Geist besitzen, in der Lage, *sadhana* zu machen.

Du kannst ein Löwe sein oder ein Schaf. Du hast die Wahl.

Gibt es Stärke in dir? Ganz sicher. Du besitzt sie.

Gibt es Größe in dir? Ganz sicher. Du besitzt sie.

Du trägst den Schatz der Tugenden in deinem Inneren. Ja, wirklich. Gott hat dir alles gegeben, was du brauchst. Wie du deine Gottesgeschenke verwendest, liegt bei dir. Handle stark, und du wirst überleben. Handle schwach, und du wirst untergehen.

Nutze deine eigene Stärke.

Rufe die Gnade an.

Nutze deine Stärke – immer und immer und immer wieder.

Rufe die Gnade an – immer und immer und immer wieder.

Und jetzt wollen wir über Bade Babas goldene Gestalt meditieren. Heute trägt Bade Baba die Farbe Fuchsia; er ist in wunderschönes Rosarot gekleidet.

Meditiere über Bade Babas Gestalt, entweder mit geschlossenen oder mit offenen Augen.

Liebevoller Bade Baba. Göttlicher Bade Baba. Bade Baba schenkt uns seine Gnade.

Bade Baba ist echt. Mach dich selbst genauso echt.

Bade Baba ist stark. Mach dich selbst genauso stark.

Bade Baba ist liebevoll. Mach dich selbst genauso liebevoll.

Bade Baba ist freundlich. Entdecke deine eigene Freundlichkeit.

Wenn es wahr ist, dass man so wird wie die Gesellschaft, die man pflegt, dann musst du dich fragen, wessen Gesellschaft du pflegst. Wenn du die Gesellschaft großer Wesen pflegst, dann ist das deine Erfahrung.

Bade Baba ist stark wie ein Diamant.

Bade Baba ist weich wie Samt.

Bade Baba ist groß, so groß wie der weite Himmel.

Bade Babas Liebe ist rein, so rein wie der erste Regentropfen, der aus den Wolken herabfällt.

Bade Baba ist Liebe. Er besteht aus dem Duft der Liebe.

Atme tief ein und atme lang aus.

Atme tief ein und atme lang aus.

Atme tief ein und atme lang aus.

Atme ganz natürlich.

Bringe deinen Atem in Einklang mit Bade Babas Atem.

Atme ein, wenn er einatmet.

Atme aus, wenn er ausatmet.

Wenn du dich mit Bade Baba verbindest, verbindet er sich ganz sicher mit deinem Herzen.

Meditiere.

Am Tag, der auf diesen „Sei im Tempel“-satsang folgte, berichtete eine Frau Gurumayi, wie sehr sie über das Wort „strong“ [stark] nachdenkt. Gurumayi sagte ihr, dass auch sie – seit jeher – über das Wort „stark“ nachdenke und dass allein das Hören dieses Wortes einem Menschen Sicherheit und das Gefühl gebe, in einer beschützenden Rüstung Zuflucht gefunden zu haben. Dann fuhr Gurumayi fort, indem sie sagte, wie sie selbst das Wort „strong“ [stark] in diesem Jahr 2020 verstehe:

Soft	weich
Tough	entschieden
Renewal	Erneuerung
OM	OM
Niceness	Freundlichkeit
Graciousness	Liebenswürdigkeit

