

Gott liebt ein reines Herz

Von Gurumayi Chidvilasananda

Auszug 7

Neulich sagte eine Frau, dass sie *tādāsana* praktiziert hätte, die Hatha-Yoga-Stellung, die auch unter dem Namen „Bergstellung“ bekannt ist, und schließlich habe sie bemerkt, wie sie in Meditation versank. Im Laufe der Jahre hatte sie viele Male gehört, wie der Meditationsprozess auf diese Weise beschrieben wurde. Trotzdem hatte sie immer gedacht, dass *sie* dabei aktiv etwas tun müsste. Sie hatte sich sehr bemüht, mit großer Anstrengung und Akribie. An diesem Abend neulich, als sie in der Bergstellung stand, strengte sie sich jedoch nicht an. Und als ihr Körper in vollkommenem Gleichgewicht war, wurde ihr Geist still, und sie versank in Meditation. Sie fand sich in einem tiefen Seinszustand wieder, den sie nie zuvor erfahren hatte. Er war von solcher Seligkeit erfüllt, von solcher Wonne, so rein, dass sie sich nicht erinnern konnte, schon einmal Vergleichbares erlebt zu haben. Es war unbeschreiblich.



© 2022 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.

Swami Chidvilasananda, „*Standhaftigkeit im Wissen*“, Kap.4, in *Gott liebt ein reines Herz: Der Yoga der göttlichen Tugenden* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1998), S. 52 f.