

# SATHYA SAI – DER EWIGE GEFÄHRTE

eine Publikation der SSSIO – Band 3 – Ausgabe 1 – Januar 2024

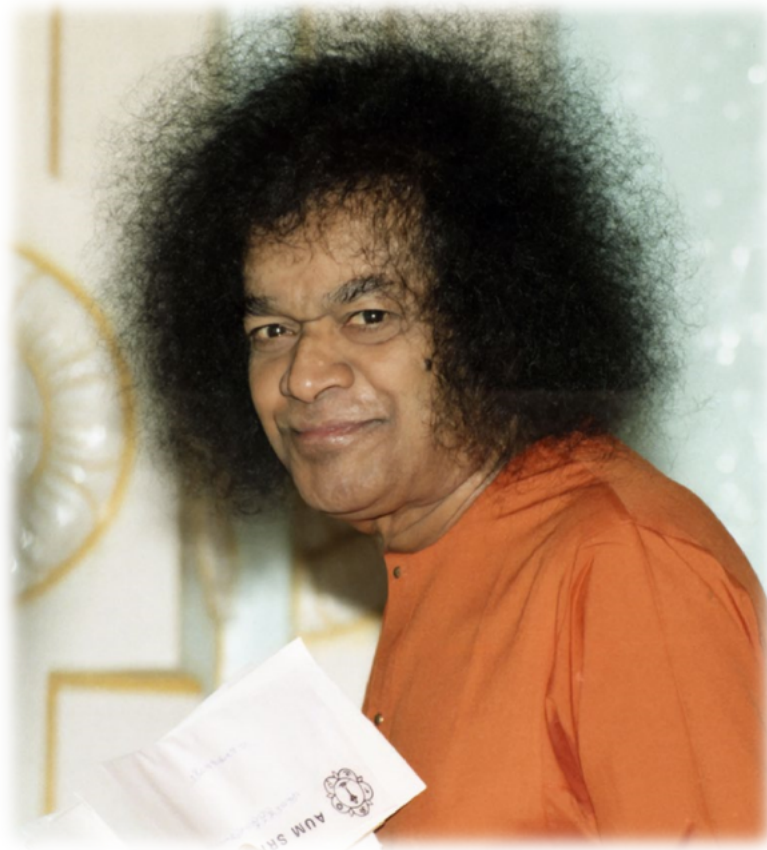
GÖTTLICHE HERRLICHKEIT & BOTSCHAFT VON SRI SATHYA SAI

---

*Jeder Augenblick ist neu. Jede Sekunde ist neu, denn sie kündigt den Lauf der Zeit an. Ein Jahr ist in der Tat eine Abfolge von Sekunden, die zu Minuten, Tagen und Monaten werden. Nur wenn jeder Augenblick als neu empfunden wird, wird das neue Jahr neu sein. Die heilige Art und Weise, in der jeder Moment verbracht wird, wird die Fruchtbarkeit des Jahres bestimmen. Wenn du ein heiliges Leben führen und heilige Erfahrungen machen willst, musst du dich zu heiligen Handlungen verpflichten. Das Gute und das Böse in der Welt können nur durch die Veränderung der eigenen Handlungen verändert werden. Die Transformation der Gesellschaft muss mit der Transformation des Einzelnen beginnen.*

Sri Sathya Sai Baba, 1. Januar 1998

---



GEWIDMET IN LIEBE UND DANKBARKEIT

BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA

## INHALT

LEITARTIKEL DES HERAUSGEBERS	
Die Leiter zur Befreiung.....	3
GÖTTLICHE ANSPRACHE	
Bringt eure Göttlichkeit zum Ausdruck.....	10
ERFAHRUNGEN VON DEVOTEES	
Suche und du wirst finden .....	21
ERFAHRUNGEN VON DEVOTEES	
Mein erster Darshan .....	25
AUS DER GÖTTLICHEN FEDER	
Zum 5. Jahrestag von Dharmakshetra .....	28
HUMANITÄRER DIENST	
Liebe in Aktion.....	29
GESCHICHTE DER SSSIO	
EMW-Konferenz.....	31
RUHM DER WEIBLICHKEIT	
Seine ständige barmherzige Anwesenheit .....	34
VON DEN INTERNATIONALEN SAI JUNGEN ERWACHSENEN	
Sais ideale Junge Erwachsene.....	36
SAI SPIRITUELLE ERZIEHUNG	
Beiträge von Kindern.....	41
SSSIO ONLINE	
Veranstaltungen und Websites.....	42



## IMPRESSUM DES ORIGINALS

Volume 3 · Issue 1 · January 2024 · ISSN 2831-6908 (Online) · ISSN 2831-6916 (Print)

Copyright © 2024 Sri Sathya Sai World Foundation Arcadia, California, USA

The views and opinions expressed in the articles in this publication are solely those of the authors and do not reflect or imply in any manner expressed, construed, or otherwise the opinions of the editor or publisher. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or used in any manner without the prior written permission of the copyright owner. To request permissions, please contact the publisher at [info@sathyasai.org](mailto:info@sathyasai.org)

Editor: Dr. Narendranath Reddy · Published by: Sri Sathya Sai International Organization

## LEITARTIKEL DES HERAUSGEBERS

# Die Leiter zur Befreiung

## BHAJA GOVINDAM - TEIL 1



Im Namen der Sri Sathya Sai International Organisation (SSSIO) wünschen wir allen eine glückliche und segensreiche Ferienzeit, angefüllt mit Liebe, Frieden und Glückseligkeit. Bhagawan Sri Sathya Sai Baba sagt, dass Zeit Gott ist; jede Sekunde ist neu und die beste Weise Zeit zu heiligen, besteht darin, sich an Gott zu erinnern, Seinen Namen zu rezitieren, über Seine Form zu kontemplieren, von Seiner Herrlichkeit zu singen, teilzunehmen an Seiner göttlichen Mission und allen zu dienen, indem man alles als eine Manifestation von Göttlichkeit erkennt.

In dieser Ausgabe des „Sathya Sai – Der Ewige Gefährte“ segnet Swami uns mit der Botschaft, wie man sein eigenes Leben heiligt (Diskurs vom 1. Januar 1992). Er nennt drei wichtige Punkte und führt sie anschließend weiter aus:

- Die drei Ursachen von Kummer für jeden.
- Wie man den Kummer überwindet und in Glückseligkeit lebt.

- Die drei Dinge, die man sich bewusst machen muss, um Glückseligkeit zu erlangen: Aufgeben von Unwissenheit, Wissen vom Selbst erwerben und das Ziel des Lebens erlangen.

Er ermahnt uns, Tat Tvam Asi (Du bist DAS) zu verwirklichen, wie es in der Chāndogya Upanishad des Sama Veda erwähnt wird, wo der Vater und Guru Uddālaka dies neunmal für seinen Sohn und Schüler Shvetaketu wiederholt. Um dies zu verstehen, müssen wir uns die folgenden drei Prinzipien bewusst machen:

- Was ist es, das geht, aber niemals kommt?
- Was ist es, das kommt, aber niemals geht?
- Was ist es, das weder kommt noch geht?

Diese Ausgabe enthält auch einen Brief von Bhagawan, in dem die Wichtigkeit von Tat Tvam Asi betont wird, um im Gottesbewusstsein zu leben.

Um diese Wahrheit zu erkennen, muss man in Liebe leben. Swami sagt: „Gott ist Liebe. Lebe in Liebe.“ Die beste Weise, dies zu praktizieren, besteht darin, Liebe durch selbstloses Dienen in Handlung auszudrücken und sich an die Allgegenwart Gottes zu erinnern.

In dieser Ausgabe erzählt eine junge Frau ganz wunderbar, wie der Dienst einer Haushaltshilfe ihr Leben veränderte und sie von Swamis immerwährender, mitfühlender Gegenwart überzeugte. SSSIO Mitglieder auf der ganzen Welt beteiligen sich am selbstlosen Dienen, servieren Essen, beschaffen Kleidung für die Bedürftigen und pflanzen Bäume. Kurze Eindrücke davon sind in dieser Ausgabe erfasst worden.

Die Botschaft, die menschlichen Werte zu verbreiten, ist allein schon ein exzellenter Dienst und dieser Dienst wurde bei der SSEHV Konferenz in Barbados geleistet, wo Menschen aus den unterschiedlichsten beruflichen Bereichen, wie Pädagogen, Lehrer, leitende Regierungsangestellte und andere inspiriert wurden.

In Seinem Diskurs vom 24. Dezember 1972 sagt Swami:

„Es gibt nur eine Sprache, die Sprache des Herzens. Es gibt nur eine Religion, die Religion der Liebe. Es gibt nur eine Kaste, die Kaste der Menschheit. Es gibt nur einen Gott - und der ist allgegenwärtig.“

Diese Ausgabe berichtet die Geschichte eines Devotees aus den Niederlanden, der unzufrieden mit seiner Suche nach der Wahrheit war, wobei er seiner christlichen Tradition folgte. Er traf Bhagawan Sri Sathya Sai Baba, der sein Leben verwandelte. Diese Geschichte zeigt, wie Swami einen Christen zu einem besseren Christen macht. Und diese Ausgabe enthält auch die Geschichte von einer jungen Muslimin,

die zu einer besseren Muslimin wurde, indem sie Swamis Lehren befolgte und so ein besseres Verständnis des Korans entwickelte.

## Göttliche Vorträge über das Bhaja Govindam

Diese ganzen, verschiedenen Aktivitäten, seien sie devotional, erzieherisch oder service-orientiert, basieren auf der Liebe zu Gott, der Loslösung von sinnlichen Bestrebungen und dem Dienst für den Herrn. Zu diesem Thema gab Swami eine Serie spezieller Vorträge als Teil des Sommerkurses, der im Mai 1973 begann. Diese Vorträge basieren auf dem Bhaja Govindam, einer bekannten poetischen Komposition des großartigen Lehrers des Advaita Vedanta, Adi Shankarācarya. Dieses Werk wird auch als Moha Mudgara (Zerstörer der Täuschung) bezeichnet. Swami sprach ausführlich über diese Verse in dieser wegweisenden Arbeit. Er sagt sehr schön, dass der erste Vers alle von uns als 'Mūdhmati' anspricht, die Einfältigen bzw. ein Geist, der die Wahrheit nicht kennt. Nachdem man über diese Verse kontempliert und sie in die Praxis umgesetzt hat, wird man in einen 'Muktimati' verwandelt, also in jemandem, der bereit ist für die Befreiung oder Erleuchtung.

Swami gab dem Bhaja Govindam so viel Bedeutung, dass Er Seine Studenten bei zwei Anlässen ein Drama darüber aufführen ließ. Das erste Mal war am 13. Mai 1975, und das zweite Mal war im März 1988 in der Shanmukhananda Halle in Bombay (heute Mumbai). Swami überwachte persönlich die Vorbereitung des Drehbuches, die Produktion und die Regie des Dramas. Zudem gab Er Anweisungen, wie die Dialoge gesprochen werden sollten und ebenfalls schauspielerische Anweisungen. Darüber

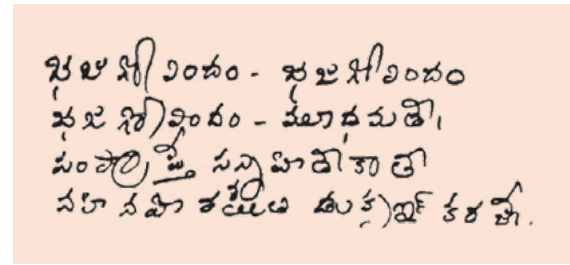
hinaus schrieb Swami eine Version der Bhaja Govindam Verse in Telugu, wobei Er nicht nur die Worte übersetzte, sondern auch die wahre Bedeutung und die wirkliche Essenz der Verse vermittelte.

In diesen 31 Versen kommuniziert Adi Shankarācarya praktische vedantische Philosophie, die die Essenz der Veden und der Upanishaden bildet. Adi Shankara war ein großartiger Lehrer der advaitischen Philosophie, der viele spirituelle Texte komponiert hat, devotionale Arbeiten eingeschlossen (Bhaja Govindam, Saundarya Lahirī, Shivānanda Lahirī) und advaitische Texte (Kommentare über das Prasthāna Traya, grundlegende Texte des Vedanta - die Bhagavad Gītā, die Upanishaden und die Brahma Sutras). Diese Abhandlungen dienen auch heute noch als Reiseführer und Wegweiser für die Pilger auf dem spirituellen Weg und der Suche nach Erleuchtung.

## Die Geburt des Bhaja Govindam

Einmal war Adi Shankara in Kashi (heute Benares), dem heiligen Zentrum für Lord Shiva. Dort sah er einen Brahmanen, der die Regeln der Grammatik rezitierte. Er jonglierte mit grammatischen Regeln und den auswendig gelernten Anwendungsmöglichkeiten von ‚Dukrinkarane‘, um seinen Lebensunterhalt zu verdienen und seine Familie zu ernähren. Ganz spontan platzte Adi Shankara mit diesem Gedicht heraus:

*Bhaja Govindam Bhaja Govindam Govindam Bhaja Mūdhamate, Samprāpte Sannihite Kāle Nahi Nahi Rakshati Dukrinkarane; Verehere Govinda, verehere Govinda, verehere Govinda! Oh, du Dummkopf (getäuschter Geist), die Regeln der Grammatik werden dich zum Zeitpunkt deines Todes nicht retten.*



Dieses Gedicht wird als ein Meisterwerk der Sanskrit Literatur betrachtet und als eine Zusammenfassung des Vedanta. Das Gedicht, bestehend aus 31 Versen, wird vielerorts von Hindus aller Sekten und Traditionen rezitiert und gesungen, da es die universelle Botschaft spiritueller Weisheit und Hingabe vermittelt.

## Die innere Bedeutung

Das Bhaja Govindam ermahnt uns, den Herrn zu verehren. Swami fügt hinzu, dass ‚Bhaja‘ mehr bedeutet als reine Verehrung. Es bedeutet, Gott so intensiv zu lieben, dass man keine ‚Vi-bhaja‘, oder Trennung von Ihm mehr sieht. Man existiert in Einheit mit Gott. ‚Govinda‘ wird ganz allgemein verstanden als ‚der Kontrolleur (Hüter) der Kühe‘, was sich auf den göttlichen Kuhhirten, Lord Krishna, bezieht. Die wirkliche Bedeutung von ‚Go‘ ist Kuh. Daher, ‚Govinda‘ ist derjenige, der unsere tierischen Eigenschaften und unsere zugrundeliegende Natur kontrolliert, und uns erkennen lässt, dass wir göttlich sind. Darum sagt Swami, dass wir unsere göttliche Reise beginnen sollten, indem wir beteuern: „Ich bin kein Tier. Ich bin ein Mensch.“

‚Go‘ steht auch für die Veden, der größten Quelle höchsten Wissens. Gemäß diesem Verständnis vermittelt ‚Govinda‘ dieses ultimative Wissen bzw. diese Weisheit. ‚Go‘ bedeutet zudem noch Erde und Himmel. So gesehen lässt sich ‚Govinda‘ übersetzen mit ‚jemand, der die Freuden dieser Welt und der nächsten aufgibt.‘

‚Mūdhamaṭi‘ bedeutet Dummkopf (Einfältiger) oder Unwissender. Jeder, der kein Wissen vom Atman hat, wird als Dummkopf oder Unwissender bezeichnet. Man mag viele akademische Qualifikationen haben, doch sie sind nur hilfreich, um den eigenen Lebensunterhalt zu verdienen. Darum sagt Lord Krishna in der Bhagavad Gītā: „Vidyaṇam Adhyātma Vidyā; Von allen Formen des Wissens, bin Ich das spirituelle Wissen.“

In der Mundaka Upanishad sagt der Lehrer, dass es zwei Arten von Wissen gibt - Para Vidya (das Wissen vom Atman) und Aparā Vidya (säkulares Wissen der materiellen Wissenschaften usw.). Das erste führt zur Befreiung, wohingegen das letztere zur Bindung führt. Da Swami dies beachtet, integriert Er spirituelle und säkulare Erziehung in Seinen Bildungseinrichtungen. Er bezeichnet sie als die zwei Flügel eines Vogels. Beide sind notwendig, um zu fliegen. Er sagt, dass der Sinn eines menschlichen Lebens nicht darin besteht, weltliche Abschlüsse zu erlangen, sondern darin, den höchsten ‚Abschluss‘ zu machen und ein ‚Amritasya Putra‘ (ein Kind der Unsterblichkeit) zu werden.

Wir sehen große Heilige, wie Bhagavan Ramaṇa Maharshi, Sri Ramakrishna Paramahansa, Swami Aḍbhutaṇanda und Avatare, wie Shirdi Baba und Sathya Sai Baba, die Quellen aller Weisheit und Erleuchtung sind, obwohl sie keine formale Erziehung, wie das Besuchen von Colleges, erhalten haben. Sie besitzen die höchste Weisheit. Das ist das Wissen, das man erstreben sollte. Solange wir dies nicht haben, sind wir alle ‚Mudhamatis‘.

Der zweite Teil dieses Verses betont die wichtige Botschaft, dass der Tod immer näherkommt und weltliches Wissen uns nicht davor beschützen wird. Swami sagt, dass

es für einen spirituellen Aspiranten essenziell ist, sich immer an den Tod zu erinnern, denn das fördert die Liebe zu Gott, Furcht vor der Sünde und moralisches Verhalten in der Gesellschaft. Obwohl der Mensch denkt, dass er hundert Jahre alt werden wird, kann man doch jederzeit sterben - in der Kindheit, in der Jugend, in mittleren Jahren oder im Alter. Der Tod gibt keine vorherige Warnung.

Swami sagt, wenn ein Fotograf ein Foto machen will, dann fordert er uns auf ‚bereit zu sein‘, bevor er mit der Kamera klickt. Jedoch der Gott des Todes wird keine vorherige Warnung geben, und der Tod kann jederzeit zu uns kommen. Es ist die Pflicht eines ernsthaft spirituell Suchenden, immer wachsam und bereit zu sein. Dafür müssen wir immer an Gott denken. Lord Krishna verspricht, dass immer an Ihn zu denken, auch zur Zeit des Todes, sicherstellt, dass wir eins mit Ihm werden.

In der Spiritualität werden die Regeln der Grammatik oder Gelehrsamkeit nutzlos sein. Es ist wundervoll, die Schriften zu zitieren. Aber es ist am wichtigsten, gemäß den Schriften zu leben. Deshalb ist der Herr Jesus gekommen, um die wahre Bedeutung der Schriften zu lehren, als die Pharisäer und Juden sie nur der Wortbedeutung nach befolgten. Ebenso inkarnierte Lord Buddha, als die Menschen gefangen waren in vedischen Ritualen, ohne die dahinterliegende spirituelle Bedeutung zu verstehen. Im gegenwärtigen Zeitalter ist unser Lord Sai gekommen, um die menschlichen Werte zu lehren, die alle religiösen Traditionen transzendieren und vereinen. Seine Lehren sind für die Menschen aller Glaubensrichtungen, aller Kulturen, in jedem Alter und aus allen Ländern relevant, um ihre Leben zu heiligen und sie zu retten.

## Die Leiter zur Befreiung hinaufklettern

Einer der wichtigen Verse, den wir näher erläutern werden, ist folgender:

*Satsangatve Nissangatvam Nissangatve Nirmohatvam, Nirmohatve Nishcalatvam Nishcalatattve Jivanmuktih; Von guter Gesellschaft kommt Nicht-Anhaftung; Loslösung bringt die Befreiung von der Täuschung, was zu Gleichmut und Stabilität führt. Eine solche Ruhe führt zur Befreiung, sogar schon zu Lebzeiten.*



Der stufenweise Prozess zur Befreiung wird hier wiedergegeben. Swami sagt, dass ‚Sat‘ Wahrheit bedeutet. Obwohl ‚Satsang‘ generell mit ‚heiliger Gesellschaft‘ übersetzt wird, so bedeutet es tatsächlich ‚sich in der Gesellschaft der Wahrheit‘ zu befinden. Wahrheit ist Gott. Wann immer wir mit Gott verbunden sind, wird dies zu Satsang. Man könnte sich in der Gesellschaft von Devotees aufhalten, die Gott lieben und Seine Arbeit tun, oder man könnte sich in der Gesellschaft von Heiligen aufhalten, oder man kann in der Gesellschaft der heiligen Schriften sein, oder, bestenfalls kann

man sich in der Gesellschaft des Avatars befinden. Sie alle erwecken bei uns eine Abneigung oder Aversion die Welt betreffend. Wenn wir uns auf den Nordpol zubewegen, dann bewegen wir uns gleichzeitig weg vom Südpol. Ebenso ist es, wenn wir uns in Richtung auf Gott zubewegen, dann bewegen wir uns weg von der Welt und dem Weltlichen.

Wenn wir von Gesellschaft sprechen, dann sind nicht nur Menschen gemeint, sondern gleichermaßen auch Objekte. Wenn sich jemand in der Gesellschaft eines Rosenkranzes befindet oder von Gottesbildern umgeben ist, dann bekommt er göttliche Gedanken. Wenn jemand ein Gewehr oder ein Schwert in der Hand hält, dann wird er versucht sein, es für Gewalttaten zu benutzen. Ein weiterer, wichtiger Aspekt ist die Verbindung mit Orten. Jeder Ort hat seine eigene subtile Energie und seine eigenen Vibrationen. Daher finden wir es leichter, uns mit Gott zu verbinden, wenn wir uns an einem Pilgerort befinden, obwohl Gott allgegenwärtig ist. Sogar zuhause, wenn wir einen bestimmten Platz für den täglichen Gottesdienst reservieren, erfüllt das diesen Platz mit heiligen Vibrationen.

Entsprechend konstituieren Orte mit schlechten Vibrationen sinnlicher Vergnügungen schlechte Gesellschaft. Swami gibt das Beispiel von Lakshmana, dem vorbildlichen Bruder von Lord Sri Rama, der seine Familie verlassen und allen königlichen Komfort aufgegeben hat und sogar auf Schlaf verzichtete, um dem Herrn zu dienen. Irgendwann jedoch wird er Lord Rama gegenüber kritisch und beklagt sein Schicksal, Ihm zu folgen. Der allwissende Herr sagt, dass Lakshmanas ungewöhnliches Verhalten zu der Zeit am Einfluss des Ortes lag, den sie gerade durchquerten und der von Dämonen bewohnt wurde. So

werden auch die Gedanken in unserem Geist von der Gesellschaft, in der wir uns befinden, geformt. Aus diesem Grund empfiehlt Swami ununterbrochenes Nāmasmarana (Wiederholung des heiligen Namens), um Gott als unseren beständigen Begleiter zu halten.

Es lohnt sich sogar, Geld dafür zu bezahlen, sich in guter Gesellschaft aufhalten zu können und schlechte Gesellschaft zu vermeiden, aufgrund ihres Einflusses. Swami sagt: „Sage Mir, mit wem du dich triffst - und Ich sage dir, wer du bist.“ Swami erklärt dies mit einem Beispiel: Staub aus der Umgebung von Wasserspülungen, jedoch zusammen mit Wind, steigt auf! Wenn Jasminblüten in Papier eingewickelt werden, überträgt sich der Duft auch auf das Papier. Wenn dasselbe Papier dafür benutzt wird, einen Fisch einzuwickeln, wird der Gestank ebenfalls auf das Papier übertragen. Das Papier an sich hat keinen Eigengeruch. Der Geruch kommt von dem, womit es verbunden wird.

Die Leidenschaftslosigkeit und das Loslösen von weltlichen Objekten, die durch fundamentales Urteilsvermögen (Viveka) entstehen, erwachsen aus guter Gesellschaft. In den frühen Stadien spiritueller Praxis ist gute Gesellschaft entscheidend. Es ist wie bei dem Zaun, der um eine heranwachsende Pflanze gesetzt wird und sie vor den grasenden Tieren beschützt. Aber wenn der junge Baum erst einmal zu einem großen Baum herangewachsen ist, dann bietet er sogar denselben grasenden Tieren Schatten und Zuflucht! Bevor wir nicht stark in unserem spirituellen Wachstum sind und uns mit unserer göttlichen Natur identifizieren können, müssen wir vorsichtig sein mit der Gesellschaft, in der wir uns aufhalten.

Gute Gesellschaft stärkt unsere spirituelle Reise. Die Flamme eines Streichholzes kann vom Wind ausgelöscht werden. Doch derselbe Wind kann auch eine Flamme bis hin zu einem Großbrand verstärken! Das ist die Kraft von Satsang. Bevor wir nicht zu einem hell lodernden Feuer der Spiritualität werden, müssen wir uns in guter Gesellschaft aufhalten. Avatare sind diese hell lodernden Feuer, die selbst Sünder in Heilige verwandeln können.

Bei einer Gelegenheit fragte ich Swami: „Wenn wir uns in Deiner Gegenwart befinden, fühlen wir uns im Einklang mit Dir und erfreuen uns an göttlicher Glückseligkeit. Aber wenn wir nach Hause zurückkehren, verringert sich die Intensität und wir verstricken uns in weltliche Dinge. Warum?“

Swami antwortete mit einem wunderschönen Beispiel, das Er auch während des Sommerkurses am 24. Mai 1973 erläuterte.

„Wir füllen einen Schlammtopf bis zum Rand mit Wasser. Wir bewahren diesen Schlammtopf sehr sorgfältig an einem Ort auf, wo selbst eine Ameise keinen Zugang dazu hat. Am nächsten Tag finden wir heraus, dass der Oberflächenpegel des Wassers um ein paar Zentimeter gefallen ist. Das liegt daran, dass die äußere Umgebung um diesen Topf herum ihn bis zu einem gewissen Grad erhitzt hat und so eine geringe Menge Wasser verdunstet ist. Wenn derselbe Topf bis zum Rand gefüllt wird und an einem Ort aufbewahrt wird, wo er von Wasser umgeben ist, werden wir sehen, dass der Oberflächenpegel des Wassers überhaupt nicht reduziert wird. Während ihr hier seid, füllt ihr euer Herz randvoll mit der Essenz des spirituellen Lernens. Wenn ihr zurück an eure Heimatorte geht, wo die äußere Umgebung nicht dieselbe ist wie hier, dann besteht die Möglichkeit, dass die Ebene des spirituellen Lernens im



Behälter eures Herzens niedriger und niedriger wird, indem sie langsam ausströmt. Daher müsst ihr, wenn ihr zurückgeht, den Versuch machen, am Satsang teilzunehmen, und ihr müsst euch darum kümmern, dass die äußere Umgebung so gut ist, wie das innere Gefühl. Dann versickert das Gute in euren Herzen nicht.“

Wenn wir erst einmal Losgelöstsein entwickeln, können wir von Täuschung und Vernarrtheit befreit werden. Die ganze Täuschung entsteht durch falsche Identifikation mit dem Körper-Geist-Komplex. Wir überwinden die Täuschung, wenn wir starke Leidenschaftslosigkeit entwickeln, aufgrund von fundamentaler Unterscheidung durch das Praktizieren der Lehren des Herrn. Dann werden wir unsere wirkliche Natur, den Atman, erkennen. Darum sagt Swami: „Moksha (Befreiung) ist die Kshaya (Zerstörung von) Moha (Täuschung).“

Die größte Moha entsteht aus Ahamkāra (Ego) und Mamakāra (Bindung). Wenn wir Moha überwinden, werden wir gleichmütig. Darum sagt Lord Krishna:

„Samatvam Yogam Ucyate (Wirkliche Vereinigung mit Gott bedeutet gleichmütig zu sein).“ Das Aufrechterhalten dieser Beständigkeit, wobei wir dieselbe/ derselbe bei der Erfahrung der Gegensätze sind: Lob und Tadel, Gewinn und Verlust, Freude und Kummer, Ehrung und Entehrung - das ist der Zustand von Brahman. Dieser Zustand von Nishcalatattva ist der Zustand von Jīvanmukti (Befreit zu Lebzeiten).

Auf dieser Reise von Mūdhamati zu Muktimati, von der Unwissenheit zur Weisheit, gibt es noch viele weitere Aspekte, auf die wir in zukünftigen Ausgaben eingehen werden.

Jai Sai Ram



## DIE LEITER DER BEFREIUNG....

Von Mūdhamati (dem Zustand der Unwissenheit) zu Muktimati (dem Zustand der Befreiung) über

- Satsangatvam (gute Gesellschaft)
- Nissangatvam (Losgelöstsein)
- Nirmohatvam (Freiheit von Täuschung)
- Nishcalatattvam (ein beständiger und ausgeglichener Geist)

## GÖTTLICHE ANSPRACHE

# *Bringt eure Göttlichkeit zum Ausdruck*



*Der Herr des Kosmos durchdringt den gesamten Kosmos, bleibt jedoch im sichtbaren Universum unsichtbar. In allem leuchtet wie der Faden in einer Kette aus Edelsteinen das kosmische Bewusstsein als Selbst. Gutes und Schlechtes, alles geschieht nach dem Gebot der Zeit. Die Zeit ist die Ursache für alles, was sich als Überfluss oder Mangel zeigt. Erkennt, dass die Zeit die Ursache für alle Geschehnisse in der Welt ist. Niemand auf dieser Erde kann sich der Zeit entziehen. (Telugu-Gedicht)*

Verkörperungen der göttlichen Liebe! Die Zeit vergeht in Windeseile. Eure Lebensspanne wird mit jedem Augenblick kürzer, wie ein schmelzender Eisblock. Die Zeit vergeht, noch bevor ihr eure Pflichten im Leben verwirklicht habt. Ein menschlicher Körper ist nicht leicht zu erlangen. Aber das Leben endet, bevor das eigentliche Ziel erreicht ist. Es ist sehr schwierig, eine Geburt als Mensch zu erlangen. Wenn man den heiligen menschlichen Körper erworben hat, sollte man seine Zeit und sein Leben nicht verschwenden, ohne das Ziel dieser Geburt zu verwirklichen. Es ist für euch Pflicht, den Sinn des Lebens zu erkennen und die Zeit zu nutzen, um eure Aufgaben zu erfüllen und eure Existenz zu heiligen. Mit Entschlossenheit kann man in dieser Welt alles erreichen. Doch bevor man eine Aufgabe in Angriff nimmt, sollte man seine Fähigkeiten und seine Natur kennen und entsprechend handeln.

Heutzutage ist der Mensch, der behauptet, alles zu wissen, und der sogar den Weltraum erforscht, nicht in der Lage, Glückseligkeit zu erfahren. Woran liegt das? Jemand, der die Sterne erforscht oder auf dem Mond spazieren gehen kann, ist außerstande, seine wahre Natur zu begreifen. Die Wahrnehmung des ganzheitlichen Bewusstseins nimmt ab. Dieses Bewusstsein hat nichts mit dem Wissen über die äußere Welt zu tun. Man kann es nur erfahren, wenn man seinen Blick nach innen wendet. Nur wer ganzheitliches Bewusstsein, Samagatha Bhavam, hat, wird die richtige Sichtweise entwickeln. Nur mit einer solchen

ganzheitlichen Sichtweise wird man Glückseligkeit erfahren.

## Die Hauptursache für Unfreiheit

Wenn die Menschen von Fesseln sprechen, was bindet sie dann? Sind Frau und Kinder der Grund für die Unfreiheit? Nein. Sind es Besitz oder Reichtum? Nein. Sind es sinnliche Begierden? Nein. Die Hauptursache für Unfreiheit ist mangelnde Selbsterkenntnis. Wer sich seines wahren Selbst nicht bewusst ist, kann dem Leiden nicht entkommen. Solange es Leiden gibt, kann man Glückseligkeit nicht erfahren. Welche Leiden umhüllen den Menschen auf dreifache Weise und plagen ihn? Eine Quelle des Leidens ist Asat, das Unwirkliche. Die zweite Quelle ist Tamas, die Dunkelheit der Unwissenheit. Die dritte ist der Tod. In diesem Zusammenhang erwähnt der Vedānta drei Kategorien: Prakriti (Natur), Jīvātma (die individuelle Seele) und Paramātma (die höchste Seele oder Brahman).

Solange man nicht aufgibt, was man aufgeben sollte, gibt es keine Glückseligkeit. Solange man nicht weiß, was man wissen sollte, gibt es keine Glückseligkeit. Die Glückseligkeit entzieht sich dem Menschen, bis er das Ziel erreicht.

## Gebt die Faszination für das Weltliche auf

Was sollte man denn aufgeben? Was sollte man wissen? Was ist das Ziel? Diese Fragen sollten Gegenstand der Selbsterforschung sein. Jagat-Bhava, die Faszination für das Weltliche, muss aufgegeben werden. Denn die Welt ist nicht verschieden von Gott: „Īshāvāsyam Idam Jagat; Gott wohnt im gesamten Universum“. „Vishvam Vishnu-Svarūpam; der gesamte Kosmos ist die Verkörperung des Höchsten“. Wenn der Mensch diese tiefe und heilige Wahrheit

außer Acht lässt, wird er Opfer von Leiden durch weltliche Anhaftungen. Die Welt sollte nicht bloß als physisches Gebilde, sondern als göttliche Manifestation betrachtet werden. Nur wenn der Mensch von göttlichen Gedanken erfüllt ist, wird er frei von Leiden sein. Was man also aufgeben sollte, ist die Weltlichkeit. Nur dann kann man Ātmānanda, spirituelle Glückseligkeit, erlangen.

Das Zweite, was man aufgeben muss, ist Jīva-Bhava, das Gefühl des getrennten individuellen Selbst. Wer ist dieses Jīva, das Individuum? Jīva ist Gott. Wenn wir das individuelle Selbst verwirklichen wollen, müssen wir erkennen, dass Jīva im Körper wohnt und dass Gott im Herzen wohnt. Sie kommen zusammen und spielen gemeinsam, dann trennen sie sich wieder. Ein Regisseur leitet das Puppenspiel. Die Puppen sind sowohl gut als auch böse. Jīvātma (das individuelle Selbst) und das göttliche Prinzip sind nicht zwei getrennte Wesenheiten. Aus Unwissenheit vergisst der Mensch diese Grundlage und unterliegt Verblendungen, die zu Leiden führen. Wie bei einem Menschen, der von Angst ergriffen wird, weil er ein Seil mit einer Schlange verwechselt, so verschwindet die Angst, wenn er erkennt, dass da nur ein Seil und nicht eine Schlange ist. Weder war die Schlange vorher da, noch wurde sie durch das Seil ersetzt. In Wahrheit existierte das Seil vorher und jetzt immer noch. In ähnlicher Weise betrachtet der Mensch die Welt als eine separate Einheit, als Jīva-Tattva. Aber die Natur ist eine Manifestation des Göttlichen. Wenn die göttliche Natur des Kosmos verstanden wird, wird der Mensch frei von der Täuschung des Getrenntseins. Wenn der Mensch die Wahrheit erkennt, dass er Gott ist, wird er frei von Leiden.

*Der göttliche Meister erleuchtet den gesamten Kosmos und der Kosmos leuchtet im Göttlichen. Gott und der Kosmos sind unzertrennliche Freunde. Dies ist die kostbare Botschaft von Sai. (Telugu-Gedicht)*

## **Die Bestimmung des Menschen ist die Verwirklichung Seiner Göttlichkeit**

Es ist ein Irrtum zu glauben, dass Leiden das Ergebnis der Natur und Glückseligkeit das Geschenk des Göttlichen ist.

*Glück und Leid gehören zusammen; niemand kann sie voneinander trennen. Glück kann nicht getrennt gefunden werden; wenn das Leid verfliegt, ist das Glück gewonnen. (Telugu-Gedicht)*

Glück und Leid sind nicht getrennt. Fäden sind Teil eines Stoffes; wenn die Fäden entfernt werden, verschwindet der Stoff. Genauso kann das Individuum nicht ohne Göttlichkeit existieren. Ohne das individuelle Selbst gibt es kein Leben. Es ist also wichtig zu erkennen, dass ein Individuum nichts anderes ist als Gott. Nur dann kann der Mensch dem Leiden entkommen. Das Ziel, das der Mensch erreichen sollte, ist seine ursprüngliche Heimat: Svastanam. Was ist diese ursprüngliche Heimat? Es ist das Bewusstsein vom eigenen wahren Selbst. Damit der Mensch diese Wahrheit erkennt, hat das Göttliche ihm den Körper gegeben. Wo kann man nach dem eigenen Selbst suchen? Kann man im Äußeren suchen? Nein. Ebenso ist die Suche nach Gott im Äußeren vergeblich. „Seine Hände und Füße sind überall. Seine Augen, Sein Kopf und Sein Mund sind überall. Er existiert, und Er hat alles im Kosmos durchdrungen. Sarvatah Pānipādam Tat Saravato 'Kshishiromukham Sarvatah Shrutimalloke Sarvamāvṛitya Tishthati.“ (Bhagavad Gītā,

13:13) Wenn das Göttliche allgegenwärtig ist, ist es für den Menschen töricht, woanders nach Gott zu suchen.

Die Bestimmung des Menschen ist also die Erkenntnis seiner Göttlichkeit, seiner Heimat, seiner Quelle. Diese Erkenntnis muss durch das vedantische Ausschlussverfahren namens „Neti, Neti; nicht dies, nicht das“ entstehen: „Ich bin nicht der Körper. Ich bin nicht der Geist (Manas). Ich bin nicht der Intellekt (Buddhi). Ich bin nicht das Denken (Citta). Ich bin nicht die inneren Instrumente (Antahkarana).“ All dies sind nur Werkzeuge des Geistes. Ihr seid der Herr über all diese Dinge. Ihr solltet erkennen: „Ich bin der Meister all dieser Dinge, und ich bin die Verkörperung aller Formen.“

Wenn der Mensch durch dieses Ausschlussverfahren sein wahres Selbst erkennt, wird er vom Leiden befreit. Gottes wertvollstes und heiligstes Geschenk an den Menschen ist geheiligte Intelligenz. Die Intelligenz, die für die Suche nach dem Ātma, dem Selbst, verwendet werden sollte, wird vom Menschen heute für die Suche nach Annam, der Nahrung, eingesetzt. Wenn ihr einen Spiegel nehmt, um euer Gesicht zu betrachten, und ihr diesen dann zu anderen hinwendet, wie könnt ihr dann euer Gesicht sehen? Benutzt den Buddhi-Spiegel, um euer eigenes wahres Selbst zu erkennen und zu erfahren. Das nennt man Sakshatkaram, die direkte Sicht auf das eigene wahre Selbst. Leider sucht der Mensch heute nach allem Möglichen und vergisst dabei sich selbst und seine wahre Natur. Er fragt jeden, den er trifft: „Wer bist du? Wer bist du?“ aber er fragt sich nicht: „Wer bin ich?“ Jemand, der sich selbst nicht kennt, hat kein Recht, andere zu befragen. Solche Fragen entspringen der Unwissenheit. Solange der Mensch von Unwissenheit umhüllt ist, kann er sein

wahres Selbst nicht erkennen. Ohne Erkenntnis seines wahren Selbst kann der Mensch weder Glückseligkeit erlangen noch dem Leiden entkommen.

## Alles ist in Gott enthalten

Wir feiern das Neujahrsfest, um die Menschen über den göttlichen Weg und das Wesen der Einheit zu unterweisen und um sie zu sensibilisieren. Gott, die Verkörperung der Zeit, Kālasvarūpa, wird auch mit dem Namen Samvatsara, das Jahr als Symbol von Zeit und Kosmos, verehrt. Samvatsara bedeutet auch, dass Gott alles in Sich selbst enthält. Gott kennt man auch als Kālātmaka, Verkörperung der Zeit. Gott inkarniert auf der Erde, um den Menschen Sein göttliches Wesen zu offenbaren. Jemand, der mit Intelligenz begabt ist, wird Dhīmantha genannt. Er setzt seine Denkkraft, seinen Intellekt, seine Intelligenz nicht einfach nur ein, um verschiedene intellektuelle Fragen zu untersuchen, um zu forschen und sein Wissen zu erweitern. Er benutzt seine Intelligenz, Buddhi, nicht nur für wissenschaftliche Untersuchungen und zur Aneignung materieller Objekte. Jemand, der seinen Geist und seine Gedanken völlig auf die Verwirklichung des Göttlichen konzentriert, ist ein Dhīmantha, eine Person mit echter Intelligenz. Wenn jemand Gott erkennt, weiß er alles. Leider ignoriert der Mensch heute den Schöpfer und untersucht mit verschiedenen Experimenten die Schöpfung. Wenn wir den Schöpfer verstehen, werden wir auch in der Lage sein, die Geheimnisse der Schöpfung zu verstehen.

Der Name Samvatsara steht für die kosmische Manifestation des Göttlichen. Als höchstes All-Selbst zeigt das Göttliche vier Arten von wunderbaren Kräften (Vibhūtis). In diesem Sinne wird Er Caturātma

genannt, Verkörperung der vier Kräfte. Das bedeutet, dass Er das Selbst ist, der Ātman, der zuerst einmal diese drei Kräfte verkörpert: Vasudeva (Herrscher über das Bewusstsein), Sankarshana (Herrscher über das falsche Ego) und Aniruddha (Herrscher über den Geist). Wenn man diese drei Vibhūtis verstanden hat, versteht man auch die vierte Kraft, Pradyumna (Herrscher über die Intelligenz).

Der erste Name, Vasudeva, besagt, dass der gesamte Kosmos der Wohnsitz des Herrn ist. Das bedeutet auch, dass Er der oberste Herr des Kosmos ist, dass das Göttliche in allen Wesen als der innewohnende Geist wohnt. Außerdem durchdringt Er den gesamten Kosmos. Die Upanishad beschreibt Ihn als „Nārāyana, der innen und außen ist und alles durchdringt; Antar Bhahisca Tat Sarvam Vyāpya Nārāyana Stitah“.

Der zweite Name, Sankarshana, bezieht sich auf die Fähigkeit des Göttlichen, alle Wesen anzuziehen und zu transformieren. Darüber hinaus sind alle Wesen aus Ihm hervorgegangen. Der Name ist auch mit Seiner Fähigkeit verbunden, jedes Objekt von einem Ort zum anderen zu befördern: So wurde das Kind im Schoß von Devakī in den Schoß von Rohinī, einer anderen Frau von Vasudeva, übertragen. Deshalb erhielt das Kind den Namen Sankarshana, ein anderer Name von Balarāma, dem älteren Bruder Krishnas, ist. Das „Sa“ bedeutet Nähe zum Göttlichen, Vertrautheit und Vereinigung mit dem Göttlichen. Sankarshana bezeichnet auch einen, der das Reine anzieht. Sam (rein) Karshana (zieht an).

Aniruddha kann von niemandem kontrolliert werden. Er kann nur durch Seine Gnade beeinflusst werden und durch nichts anderes. Dieser Begriff bezieht sich

auf jemanden, der alles durchdringt, der allmächtig und allwissend ist.

Der vierte Name, Pradyumna, bezieht sich auf den Besitzer von Aishvarya, von unendlichem Reichtum. Durch Seine Gnade schenkt Er denen, die den Herrn verehren, anbeten und lieben, jeden Wohlstand und jedes Glück. Aishvarya umfasst nicht nur materiellen Reichtum wie Geld, Gold, Güter oder Fahrzeuge, sondern auch jede andere Art von Reichtum wie Gesundheit, Wissen, Intelligenz und Tugend.

Ein weiterer Name des Göttlichen ist „Bhagavan“. „Bhaga“ steht für sechs Eigenschaften: göttlicher Reichtum, Rechtchaffenheit, Macht, Ruhm, Losgelöstheit und höchste Weisheit. Der Herr wird „Bhagavan“ genannt, weil er diese sechs Eigenschaften hat. So ist jeder Name des Herrn mit bestimmten Eigenschaften verbunden und nicht einfach ein Ausdruck der Befindlichkeiten oder Fantasien von Devotees. Wegen der unzähligen Eigenschaften des Göttlichen grüßten die Weisen Ihn mit „Om Samvatsarāya Namah“.

Als Schöpfer des Universums und als der Eine, aus dem alles hervorgegangen ist, wird Gott auch Yugādi genannt, der Begründer eines jeden Yuga oder Zeitalters. Er ist der Eine, der durch Seinen Willen zum Vielen wurde.

## Der eine Ātman mit verschiedenen Namen und Formen

Was ist die Einheit in der Vielfalt? Das kann man am Beispiel eines großen Landhauses mit Räumen und Hallen für verschiedene Zwecke wie Küchen, Bäder und Schlafzimmer, zeigen. Werden alle Trennwände entfernt, wird es zu einer Einheit, es bleibt nur eine Entität übrig. Die Wesen in der Welt haben als Verkörperungen verschiedene

Namen und Formen. Wenn die Namen und Formen weggenommen werden, bleibt nur ein Ātman übrig, der sie alle vereint. Das Gefühl des Getrenntseins ist eine Schöpfung des Geistes. Wenn dieses aus Unwissenheit entstandene Gefühl verschwindet, erstrahlt die Göttlichkeit im Menschen. Jeder Mensch hat in sich einen Kalpataru, einen wunscherfüllenden Baum. Aber um ihn herum wächst wildes Dickicht. Wenn wir das Gestrüpp entfernen, wird der Baum sichtbar. Der Baum ist das Selbst in jedem von uns. Wenn eine blühende Kletterpflanze von Dornengestrüpp bedeckt ist, kann man sie nicht sehen. In ähnlicher Weise wird das Selbst von den sinnlichen Begierden des Menschen verdeckt. Werden die Begierden entfernt, kommt das Selbst zum Vorschein.

Obwohl das Selbst ihm enthalten ist, unternimmt der Mensch keinen Versuch, es zu erkennen. So wie die Frucht ihre eigene Süße nicht kennt und die Kletterpflanze den Nektar ihrer Blüten nicht kosten kann, so kann auch der Mensch, der mit äußeren Dingen beschäftigt ist, seine innere Wirklichkeit nicht erkennen. Ihr solltet starkes Gottvertrauen haben. Ohne Gottvertrauen führt euch der schwache, unruhige Geist von der Erfahrung des Göttlichen weg. Die erste Voraussetzung dafür ist das Vertrauen. Ein unerschütterliches Gottvertrauen ist nötig. Betrachten wir zum Beispiel eine Stahlkugel und ein paar trockene Blätter. Schon bei leichtem Wind fliegen die trockenen Blätter weg, aber die Stahlkugel bewegt sich sogar bei starkem Wind nicht. Heutzutage wird das Vertrauen wie trockenes Laub weggeblasen. Die Menschen rennen der materiellen Außenwelt hinterher und erkennen nicht die Göttlichkeit im Inneren der Materie. Wenn ihre

Wünsche nicht erfüllt werden, laufen sie weg, weil sie kein starkes Vertrauen haben.

Man sollte danach streben, mit festem Vertrauen das Göttliche in Freud und Leid zu erfahren. Das ist die eigentliche menschliche Natur. Wer kein Selbstvertrauen hat, hat auch kein Gottvertrauen. Wer nicht an sich selbst glaubt, ist kein menschliches Wesen. Der Mensch glaubt an die Welt und wird zum Sklaven von Wünschen und Begierden. Aber er wird nicht zu einem Diener Gottes. Eine solche Person kann nicht als Mensch bezeichnet werden. Jemand, der die Unwissenheit überwunden hat, ist ein wahrer Mensch, ein Mānava. „Mā“ in Mānava bedeutet Unwissenheit, und „Na“ bedeutet jemand, der sie nicht besitzt. Ein Mānava ist also jemand, der nicht von Unwissenheit besessen ist. Der Mensch wird als „Nara“ geboren. Wer ist Nara? Er ist die Verkörperung des Ātman, derjenige, der nicht zerstört werden kann. Eine andere Bedeutung ist Naraha: „Raha“ bedeutet Zerstörung und „Na“ bedeutet nicht. Daher ist Naraha derjenige, der nicht zerstört werden kann. Nur der Körper ist unbeständig, aber der Ātman ist ewig.

## Der Mensch ist von Natur aus göttlich

Der Mensch, der die Verkörperung des unsterblichen Geistes ist, identifiziert sich mit seinem Körper und verfällt weltlichen Begierden. Wie kann ein solcher Mensch ein wahrer Devotee Gottes sein, auch wenn er sich selbst Devotee nennt? Ein solcher Mensch ist nur ein Devotee von Prakriti, dem phänomenalen Aspekt der Natur. Wenn er jedoch Prakriti als göttlich betrachtet, dann ist das schon sehr gut. Aber auch hier trennt der Mensch Paramātma (das Göttliche) von Prakriti (der Natur). Solange dieses Gefühl der Trennung besteht,

sind alle im Laufe vieler Leben unternommenen spirituellen Übungen und Gebete vergeblich. Der Mensch versucht, sein Leben im Vertrauen auf seinen Intellekt zu führen. Aber was nützt ihm sein Intellekt?

*Die heutige Bildung steigert bloß die Intelligenz des Menschen. Sie verbessert den Charakter kein bisschen. Was nützt es, eine Million verschiedener Fähigkeiten und Kenntnisse anzusammeln, wenn man keinen Charakter hat? Was ist der Wert, was ist der Nutzen einer solchen Bildung? (Telugu-Gedicht)*

Das ist einfach ein Leben ohne Wert. Der Charakter ist entscheidend. Das Wissen müssen wir uns aneignen, um unseren Charakter zu verbessern und zu pflegen. Was ist Charakter? Charakter ist das, was einen zur Erkenntnis des höchsten Selbst, Ātma, führt. Dieses atmische Prinzip ist allgegenwärtig. Im Bhāgavatam heißt es:

*Citrāmbulū Trilokyā Pavitrāmbulū, Bhavātālavitrāmbulū Sanmitrāmbulū, Munijāvanacaitrāmbulū, Viṣṇudevū Caritrāmbulū (Telugu Gedicht). Die Geschichten des Herrn (Viṣṇu Caritra) sind voller Wunder (Citrāmbulū). Sie heiligen alle drei Welten (Trailokyā Pavitra) und sind die Werkzeuge, die die Ranken der weltlichen Fesseln durchtrennen (Bhavātālavitra). Sie sind wie edle Freunde (Sanmitra). Für die Gärten der Weisen und Seher sind sie wie der Frühling (Munijāvanacaitra).*

Das ist das Wesen der Göttlichkeit: Es ist Sabdābrahmamayī, es manifestiert sich als alles durchdringender kosmischer Klang; Carācaramayī, es durchdringt alle bewegten und unbewegten Objekte; Jyotirmayī, es ist alles durchdringender Glanz; Vāgmayī, voller heiliger Aussagen; Nityānandamayī, voll ewiger Glückseligkeit; Paratparamayī, es ist die Verkörperung des

Omnivillens; Māyāmayī, die Manifestation von Māyā, dem illusorischen Aspekt des Göttlichen; Shṛīmayī, es ist die Verkörperung allen Wohlstands. Das Göttliche und dieser Kosmos sind also Manifestationen achtfachen Reichtums.

## Die Schöpfung ist Ausdruck von Gottes Willen

Verkörperungen der Liebe! Was ist Prakriti, die Natur? Srishti, die Schöpfung, ist Ausdruck von Gottes Willen. Dies wird Prakriti genannt. Jeder, der aus Prakriti hervorgeht, sollte also göttliche Eigenschaften haben. Würde ein Elefant einen Tiger gebären? Würde ein Tiger einen Hirsch gebären?

Ebenso sollte das, was aus dem Göttlichen hervorgegangen ist, göttliche Eigenschaften haben und nicht die eines Tieres oder eines Dämons. Ein menschliches Wesen ohne Mitgefühl oder Liebe ist gar nicht menschlich. Jeder Mensch sollte die ihm innewohnende Göttlichkeit zum Ausdruck bringen. Deshalb sagte Jesus: „Ich bin der Bote Gottes.“ Der Mensch ist auch ein Bote, weil er gekommen ist, um seine göttliche Natur in der Welt zu verbreiten. Der Mensch versucht jedoch nicht, seine wahre Natur zu erkennen. Er vergisst seine wahre Natur und widmet sein Leben weltlichen Dingen. Sobald ihr darauf vertraut, dass ihr ein Bote Gottes seid, schreitet ihr zum „Sohn Gottes“ voran. Erst nachdem ihr die Beziehung als Sohn Gottes eingegangen seid, könnt ihr verkünden: „Ich und mein Vater sind eins.“ Dieses Einssein mit Gott ist das Konzept des Heiligen Geistes. Man nennt das den transzendentalen Turīya-Zustand, einen Zustand jenseits von Körperbewusstsein und Geist. Er liegt jenseits von Wachsein, Traum oder Tiefschlaf. Aber

zuerst müssen wir die innere Göttlichkeit erkennen.

Verkörperungen der Liebe! Was bedeutet der Begriff Individuum, Vyakti? Dieser Begriff wird auf jemanden angewandt, der die in ihm verborgene, unmanifestierte (A-vyakta) göttliche Kraft zum Ausdruck bringt. Es ist sinnlos, ihn auf jemanden anzuwenden, der das Göttliche nicht zum Ausdruck bringt. Wer diese göttliche Kraft zum Ausdruck bringt, wird in die Geschichtsbücher eingehen. Wenn man also solch ein Individuum werden will, muss man diese innewohnende göttliche Natur entwickeln und zum Ausdruck bringen.

## Die kosmische Form des Göttlichen

Die eigene innere Göttlichkeit zum Ausdruck zu bringen, bedeutet nicht, etwas ganz Neues zu erschaffen. Die Göttlichkeit ist dem Menschen innewohnend. Sie heißt Svabhāva, die wahre Natur des Menschen, die atmische Natur. Der Ātman gibt dem Menschen alle Kräfte. Manche beten: „Swami, wir haben keine Energie; gib uns neue Energie.“ Was nützt es, jemandem neue Energie zu geben, der sich seiner innewohnenden Energie nicht bewusst ist? Die Energie ist bereits da, sie wird nur nicht richtig genutzt. Wie könntet ihr also die zusätzliche Energie nutzen? Erst wenn ihr eure wahre Natur und die euch innewohnende Energie vollständig versteht, könnt ihr euer Leben heiligen.

Zuerst muss man sich von seinem Ego befreien. Versteht die wahre Bedeutung von Ego! Allgemein wird das Wort Ego verwendet, um jemand gemeinen, sturen oder arrogant zu beschreiben. Aber das ist nicht die wahre Bedeutung von Ego. Ego ist das Gefühl von „ich bin diese Form“. Zu denken, dass ihr dieser Körper seid, ist Ego; ihr



müsst dieses Gefühl beseitigen. Ego bedeutet nicht „handeln, wie es einem gerade gefällt“. Man muss also jedes Wort klar verstehen. Hier ist ein Objekt: das Wort „Silberteller“ beschreibt dieses Objekt. Die Bedeutung (Ārtha) eines Wortes (Pada) entspricht dem Objekt (Padārtha). In ähnlicher Weise stellt das Wort Stuhl die Form eines Stuhls dar. Die Welt ist also voll von Wörtern, die mit Objekten verbunden sind. Es gibt keine bedeutungslosen Wörter in der Welt.

Man könnte Gagana Pushpamu, Himmelsblume, sagen. Aber dieses Objekt gibt es nicht. Woher kommt also dieses Wort? Es kommt von der Kombination zweier Wörter zu einem einzigen Wort. Aber es ist unwahr. Solche zufälligen Kombinationen von Wörtern gibt es in der Welt nicht. Nehmt das Wort Bhagavantudu, Gott. Ein Wort kann nicht etwas beschreiben, das nicht existiert. Vielleicht argumentieren einige, dass wir das Göttliche nicht sehen können; aber das Göttliche ist offensichtlich. Deshalb heißt es in den Schriften: „Pashyanapi Ca Na Pashyati, Mūdho Mūdho Mūdho. Du siehst und siehst doch nicht, oh Törichter.“ Der Mensch sieht die ganze Zeit den Kosmos um sich herum und erklärt dennoch, dass er Gott nicht gesehen hat. Ist das nicht Unwissenheit?

Was ist die Form des Kosmos? Ist er nicht göttlich? Ihr seht das Göttliche im physischen Kosmos. In der Bhagavad Gītā wird diese kosmische Form des Herrn als Vishva Virata Rūpa beschrieben. Was ist Vishva? Es ist der gesamte Kosmos. Vishva Virata Rūpa ist die kollektive Form von allem im Kosmos. Niemand versucht, die innere Bedeutung solcher Ausdrücke wie Vishva Virata Rupa zu verstehen. Der Intellekt wird benutzt, um Wörter falsch zu interpretieren und Verwirrung zu stiften. In diesem Fall

können wir unsere Intelligenz nicht einsetzen, um die Wörter zu verstehen. Hier ist die Läuterung des Herzens gefragt. Wie sehr kann eure Intelligenz euch helfen? „Munde Munde Matirbhinnā. Alle haben allerhand Gedanken.“ Der Geist ist nicht beständig. Wie können dann die Wünsche, die diesem unbeständigen Geist entspringen, beständig sein? Sogar Arjuna, ein hochintelligenter Mensch, der mit großer Gelassenheit handelte, gestand Krishna, dass sein Geist immer wankend und unbeständig ist. Sind die Intellektuellen von heute mit all ihren Abschlüssen wie MBA und PhD weiter als Arjuna? Ganz und gar nicht. Mehr als alle Abschlüsse und intellektuellen Errungenschaften braucht man Gottes Gnade. Krishna sprach Arjuna an als „Amritasya Putraha, Sohn der Unsterblichkeit“. Krishna sagte: „Du bist mein Devotee.“ Das ist die höchste Vollendung.

## Der Wohnsitz des Herrn ist das Herz

Erst wenn ihr vom Herrn den Beinamen Bhakta, Gottes Devotee, erhaltet, werdet ihr Arjuna gleichgestellt sein. Gott nennt euch nicht Seinen Devotee? Wenn ihr ein wahrer Devotee seid, warum sollte Gott euch dann nicht so nennen? Es reicht nicht aus, wenn ihr euch als Gottes Devotee bezeichnet. Nur wenn der Herr eure Hingabe bestätigt, könnt ihr euch als Devotee bezeichnen. Wenn ihr einen Brief an einen Freund schreibt, wisst ihr erst dann, dass er euren Brief erhalten hat, wenn ihr eine Bestätigung von diesem Freund bekommt. Wenn ihr einen Brief der Hingabe an Gott schickt, muss Gott auf ähnliche Weise mit der Bestätigung antworten: „Du bist Mein Devotee.“ Solange ihr diese Bestätigung von Gott nicht erhaltet, hat Gott euren

Brief nicht erhalten; also seid ihr keine Devotees.

Wenn ihr keine Bestätigung von Gott erhalten habt, kann das bedeuten, dass ihr auf euren Brief der Hingabe die falsche Adresse geschrieben habt. In der Mythologie wird Gott angerufen als Bewohner von Kailāsa, Shivas Wohnsitz, oder Bewohner von Vaikuntha, Vishnus Wohnsitz, oder von Svarga, dem Himmel. Aber das sind keine echten Adressen. Die korrekte Adresse des Herrn ist das Herz. Er ist Hridayavāsi, der Bewohner des Herzens. Das bedeutet, dass ihr mit eurer Hingabe an Gott fortfahren müsst, bis euer Gewissen zufrieden ist. Wie könnt ihr dann wissen, dass Gott mit euch zufrieden ist? Zu diesem Zweck müsst ihr euch läutern, indem ihr euch von schlechten Eigenschaften, schlechten Gedanken und schlechten Taten befreit.

## Der Körper ist ein Werkzeug zur Verwirklichung von Dharma

Erkennt, dass der Körper euch für den Dienst an anderen gegeben wurde. Wie soll dieser Dienst erbracht werden? Durch rechtschaffene und reine Mittel. Der Körper ist ein Werkzeug zur Verwirklichung von Dharma, von Rechtschaffenheit. „Sharīramādhyam Kalu Dharmasādhakam. Der Körper ist das Werkzeug, mit dem man Rechtschaffenheit praktiziert.“ Übt euch in Rechtschaffenheit. Diese Wahrheit wird durch das Beispiel der Pāndavas im Mahābhārata symbolisch vermittelt. Udhava (ein Schüler Krishnas) war ein großes Vorbild für die Pāndavas. Der Älteste Pāndava, die Verkörperung von Wahrheit und Rechtschaffenheit, ist Dharmaraja. Er steht für den Ātman. Draupadī, die aus dem Feuer hervorging, steht für Prakriti, die Natur. Bhīma, der Sohn des Windgottes, symbolisiert das Leben. Arjuna, der

Sohn von Indra, dem Herrscher des Himmels, vertritt das Ich-Prinzip. Die letzten beiden Brüder, Nakula und Sahadeva, repräsentieren die Karmendriyas, die Handlungsorgane und die Jñānendriyas, die Wahrnehmungsorgane. Sowohl die Pāndava-Brüder (Bhīma, Arjuna, Nakula und Sahadeva) als auch Draupadī folgten der Wahrheit und Rechtschaffenheit, die von Dharmaraja, dem ältesten der Pāndavas, verkörpert wurden. Die Pāndavas wurden durch das Einhalten von Rechtschaffenheit und Wahrheit zu Vorbildern für alle Zeiten. Daraus folgt, dass der Mensch seine Sinnesorgane nutzen muss, um Wahrheit und Rechtschaffenheit zu praktizieren. Alle weltlichen Handlungen müssen mit Wahrheit und Rechtschaffenheit in Einklang stehen. Unser Leben und unser Geist müssen diesen Werten folgen.

Es gibt die fünf Hüllen, Pañcakosha: Annamayakosha, die Hülle der Nahrung; Prānamayakosha, die Hülle der Lebenskraft; Manomayakosha, die geistige Hülle; Vijñānamayakosha, die intellektuelle Hülle; und Ānandamayakosha, die Hülle der Glückseligkeit. Der Ātman, das Selbst, wird von diesen fünf umhüllt. Ātma wird erst durch das Abstreifen dieser Hüllen sichtbar. Wir können kein bindungsfreies Leben führen, wenn wir, der Ātman, durch diese Hüllen eingebunden sind. Wenn ihr wollt, dass das Essen auf dem Teller in euren Magen gelangt, müsst ihr eure Hände benutzen, um das Essen in den Mund zu bekommen. Verrichtet gute Taten mit euren Händen und wiederholt den Namen des Herrn mit eurem Mund. Nur durch die Kombination dieser beiden Tätigkeiten werdet ihr Göttlichkeit erlangen. „Brahmavid Brahmaiva Bhavati. Der Kenner Brahman wird selbst Brahman.“ Doch es reicht nicht aus, den Namen zu wiederholen wie ein

Grammophon oder ein Tonbandgerät. Ihr alle singt ja auch, dabei muss der Klang aus eurem Herzen kommen. Dort könnt ihr das Göttliche in seiner ganzen Tiefe klar verstehen.

Studenten! Ihr nehmt alles auf Tonband auf, was Ich sage oder singe. Aber sind Meine Worte auf dem Tonband sichtbar, wenn ihr es euch anseht? Oder hört ihr die Stimme, wenn ihr das Tonband in Stücke schneidet? Nur weil ihr nichts seht oder hört, wenn ihr das Tonband betrachtet, könnt ihr nicht behaupten, dass die Worte und Lieder nicht existieren. Die Töne sind auf dem Band. Um sie zu hören, müsst ihr das Tonbandgerät an eine Stromquelle anschließen. Nur dann könnt ihr die Töne hören, die von der Kassette ausgehen. Schließt also das Tonbandgerät eures Herzens an euren Ātman an, dann halt immer das OM durch euer ganzes Dasein wider. Das ist der Klang von Brahman. Nicht alle Klänge, die wir hervorbringen, sind Brahman. Wir erzeugen verschiedene Klänge. Aber die Stille zwischen den Klängen ist Brahman. Wenn ihr an einem ruhigen Ort sitzt, könnt ihr einen Klang hören - den Klang in der Stille.

Sri Ramakrishna Paramahansa, eine berühmte göttliche Inkarnation, verharrte in Schweigen und war gespannt, wann Gott vor ihm erscheinen und ihn beglücken würde. Einmal fragte ihn die Königin, Rānī Rāsamanī: „Ramakrishna, warum wahrst du absolutes Schweigen?“ Sri Ramakrishna antwortete: „Gott ist extrem feinstofflich. Er ist der Größte unter den Großen und der Kleinste unter den Kleinen - Anoranīyan Mahato Mahīyan. Wenn wir ständig Geräusche machen, werden wir Sein Kommen nicht hören. Wir wissen nicht, wann Gott beschließt zu erscheinen. Also müssen wir still sein. Nur wenn wir still sind, werden wir

Ihn kommen hören.“ Er lauschte auf jedes leise Geräusch in dieser Stille, als wäre es Gottes Stimme. Wie können wir die Stimme Gottes hören, wenn wir von Lärm umgeben sind? Wir müssen uns ganz auf das Göttliche ausrichten. Deshalb muss jeder sein Sprechen im Zaum halten.

Wenn das Sprechen gezügelt wird, beginnt eine Art von Klang in einem selbst zu entstehen. Er ist viel feiner als das Ein- und Ausatmen. Sri Ramakrishna Paramahansa nannte diesen Zustand Parama Bhakti, die höchste Stufe der Hingabe. In diesem Kosmos gibt es fünf Elemente. Falls ihr vermutet, dass es noch ein weiteres Element gibt, dann ist dieses sechste Element die Göttlichkeit. Der Taufname dieser Göttlichkeit ist Prapatti, der Zustand totaler Hingabe. Wir müssen diesen höchsten Zustand der Hingabe erlangen. Wenn wir Prapatti erreichen, können wir in jedem Augenblick Göttlichkeit erfahren.

Wenn wir auf Neujahr warten wollen, müssen zuerst zwölf Monate vergehen. Für einen neuen Monat müssen 30 Tage vergehen. Für einen neuen Tag müssen 24 Stunden vergehen. Bis 24 Stunden vergehen, müssen wir einige 60-Minuten-Stunden abwarten. Um eine neue Minute zu erleben, müssen wir 60 Sekunden erleben. Lasst uns also jede Sekunde als neu betrachten. Ohne Sekunden gibt es keine Minuten. Ohne Minuten gibt es keine Stunden. Ohne Stunden gibt es keine Tage. Ohne Tage gibt es keine Monate. Ohne Monate gibt es keine Jahre. Deshalb ist es pure Faulheit, auf die Ankunft von Neujahr zu warten. Und wenn dann Neujahr gekommen ist, ist dann das ganze Jahr neu? Man sollte jede Sekunde als neu betrachten, jede Sekunde sollte zu etwas Neuem und Heiligem gemacht werden.

Darum heißt es „Das (Tat) bist (Asi) Du (Tvam): Tat Tvam Asi.“ „Das“ und „Du“ sind vereint. Wenn ich jedoch einfach „Das bin ich, Das bin ich“ denke, wird es dadurch noch nicht zu Einem werden. Ich muss die beiden vereinen. Zucker für sich allein ist Zucker. Wasser für sich allein ist Wasser. Wenn ich sie vereine, wird daraus der Sirup der Glückseligkeit. Wir sollten uns also um die Vereinigung dieser beiden bemühen. Diese Aufgabe sollten wir angehen. Wir sollten jede Sekunde als Gottes Form betrachten.

Das Neujahrsfest gehört zur christlichen Zeitrechnung. Jede Sekunde sollte als Gottes Form betrachtet werden. Dezember und Januar kommen und gehen wieder. Aber es gibt etwas, das nicht kommt und wieder geht. In diesem Zusammenhang sollten wir drei Arten unterscheiden: Es gibt etwas, das nicht zurückkommt, nachdem es gegangen ist. Es gibt etwas, das nicht geht, wenn es einmal gekommen ist. Und es gibt noch etwas, das weder kommt noch geht. Was ist das? Es ist Weisheit, Jñāna. Wenn die Weisheit einmal zu uns gekommen ist, sollte sie uns nie wieder verlassen. Was kommt und wieder geht, ist keine Weisheit.

Etwas, das nicht zurückkommt, nachdem es gegangen ist, ist Unwissenheit. Unwissenheit über die Unwissenheit ist eine Illusion innerhalb der Illusion. Was weder kommt noch geht, ist das Ātma-Prinzip, Ātma-Tattva. Wohin soll denn das, was alles durchdringt, gehen? Wo ist der abgetrennte Ort, an den es gehen kann? Seht, wir haben hier eine Tür angebracht, weil es draußen eine Veranda gibt. Da es draußen einen abgetrennten Ort gibt, braucht es eine Tür, um zu jenem Ort zu gelangen. Die

Tür trennt den Raum drinnen von der Veranda draußen. Ohne Veranda braucht es keine Tür. Genauso müsste es draußen einen abgetrennten Ort geben, damit Gott kommen oder gehen könnte. Aber es gibt keinen Ort, an dem Gott nicht anwesend ist. Wohin soll Er also gehen? Woher soll Er kommen? Solch verwirrende Ideen kommen bloß vom Bücherwissen. Wir sollten besser unser praktisches Wissen erweitern.

Wir verabschieden uns von einem Jahr und begrüßen das nächste. Dem Kalender zufolge ist ein Jahr vergangen, und das nächste Jahr kommt. Wir machen solche künstlichen Aussagen. Sie sind weder dauerhaft noch wahr. Die Sonne und der Mond gehen nirgendwo hin. Wenn die Sonne erscheint, nennen wir das Tag. Wenn die Sonne untergeht, nennen wir es Nacht. Es gibt keine Nacht und keinen Tag. Es gibt keinen Osten und keinen Westen. Wie entsteht dieses Kommen und Gehen? Das sind nur Illusionen der Menschen. Auch für Gott gibt es kein Kommen und Gehen. Gott ist der Herrscher, der nicht kommt und nicht geht. Wir sollten uns dafür qualifizieren, in Gottes Reich einzutreten. Nicht jeder ist qualifiziert, Gottes Reich zu betreten. Jeder Mensch sollte nach dieser Qualifikation streben. Aus genau diesem Grund haben wir nämlich die Geburt als Mensch angenommen. Wir müssen nun die erforderlichen Handlungen verrichten. „Der Mensch ist durch seine Handlungen gebunden. Karmanu Bhandhe Manushya Loke.“ Verwandelt eure Handlungen in heilige Handlungen. Sprecht heilige Worte. Entwickelt eine heilige Sichtweise. Dadurch erlangt ihr ein geheiligtes Herz. Dann erlanget ihr Reinheit.

Sri Sathya Sai Baba, 1. Januar 1992

## ERFAHRUNGEN VON DEVOTEES

### *Suche und du wirst finden*

Bis ich Sai Baba im Jahr 1984 traf, war mein Leben verworren gewesen – eine Situation, die ich nach den 1968er Protesten gegen das Establishment mit vielen teilte. Meine Familie war nicht besonders religiös. Meine Großmutter väterlicherseits ging in die Kirche, aber zu Hause diskutierten wir nie über spirituelle Themen oder den Glauben. Ich habe diese Erfahrung also verpasst, ohne mir dessen bewusst zu sein.

Daher hatte ich während meiner Kindheit und Jugend keine starken religiösen Bindungen. Mein ganzes Leben lang hatte ich nach etwas gesucht. Ich wusste nicht, was es war. Eines Tages fühlte ich mich zur Scientology-Kirche hingezogen. Ich ging auch zu einer Sitzung über transzendente Meditation und zahlte 500 Dänische Kronen (ungefähr 75 USD) für ein Mantra, aber ich spürte danach nichts.

#### **Die Entdeckung und erste Erfahrung von Sai Baba**

Einmal machte ich einen Winterurlaub auf den wunderschönen Kanarischen Inseln, die ich schon oft besucht hatte. Vor meiner Abreise ging ich zu Strubes-Bookstore und fragte Frau Strube, ob sie mir für meinen Urlaub einige Bücher zum Lesen empfehlen könnte. Sie zeigte mir ein Buch über Sai Baba. Ich reagierte mit: „Nein, danke! Indien und Gurus – das ist nicht mein Ding.“ Ich dachte, Indien sei ein schmutziges, armes Land, sehr weit weg, und Gurus seien Geldscheffler, deren einzige Absicht darin bestünde, andere zu betrügen, eine schlecht informierte Ansicht, die viele vertreten. Ich habe einmal einen Guru

gesehen, der Dänemark besuchte und auf einem Thron saß. Die Leute gaben ihm Geld, und ich hatte das Gefühl, dass das total verkehrt war. Es hat mir nicht gefallen. Ich kaufte zwei weitere Bücher und sagte dann impulsiv: „Gib mir auch das Buch.“ Das Buch, das Frau Strube empfohlen hatte, war Sai Baba Avatar von Howard Murphet. Ich nahm es mit in meinem Urlaub.

Das Wetter war wunderbar, und ich lag am Strand und las es an nur einem Tag von Anfang bis Ende durch. Jedes Mal, wenn ich eine Seite umblätterte, war es, als ob ich etwas Anziehendes erkannte. Ich war nach Hause gekommen!

Ich hatte das Gefühl, dass alles, was ich mit meinem Verstand nicht verstehen konnte, jetzt klar wurde, und ich wusste instinktiv oder irgendwo in meinem Unterbewusstsein oder meiner Seele, dass das, was ich las, wahr ist. Instinktiv wusste ich, dass Sai Baba wahr ist. Ich wusste, dass das, wofür Er steht, wahr ist. Natürlich konnte Er Wunder vollbringen; andernfalls wäre Er nicht der, für den Er sich ausgab. Aber die Worte, die Er sprach, die Philosophie, die Er vertritt, und die Spiritualität Seiner Reden faszinierten mich. Die Gewissheit, dass die Göttlichkeit auf die Erde herabgestiegen war und dass diese Göttlichkeit Sathya Sai Baba war, erfüllte mich.

Das hatte natürlich einen starken Einfluss auf mich. Am selben Abend ging ich an den Strand und dachte über das Wunder nach, das ich gerade erlebt hatte, als Baba plötzlich telepathisch zu mir sprach! Ich sah Ihn nicht, erkannte Ihn aber, während Er zu

mir sprach. Ich stellte Ihm Fragen, die Er antwortete. Die Grundlage unseres Gesprächs bestand darin, dass Baba sagte, dass unsere Erde ein riesiger Organismus sei, der ein- und ausatme – genau wie unsere Lungen. Er sagte mir, dass das Universum auch atmet. Damals wusste ich das noch nicht, aber ich habe später gelesen, dass die wissenschaftliche Theorie besagt, dass sich das Universum ausdehnt und zusammenzieht – als ob es atmet! Baba sagte weiter, dass die Erde in das Universum ausatme. Die Erde ist Teil des Ganzen, eine vollständige Einheit. Baba sagte, der Atem der Erde sei so verschmutzt, dass er schädliche Auswirkungen auf das Universum habe, und das müsse geändert werden. Ich, Steen, würde – wie viele andere auch – an dieser Arbeit teilnehmen.

Es war eine Vision, eine Offenbarung. Für einen gewöhnlichen Menschen wie mich war es eine kraftvolle Erfahrung. Aber so war es. Ich habe keine Sekunde daran gezweifelt, dass die Erfahrung real war und dass ich mit Sathya Sai Baba gesprochen hatte.

Zurück in Dänemark rief ich Frau Strube an, um die Adresse des Sai-Baba-Zentrums in Kopenhagen zu erfahren. Ich ging Eines Tages hin, um Babas Adresse in Indien zu bekommen und kam zu spät zu einem Treffen, das gerade beendet war; zwei Leute waren jedoch noch da. Ich erzählte ihnen meine Geschichte und fragte, ob sie mitfahren wollten, da draußen mein Auto stand. Sie lehnten mein Angebot ab. Eine von ihnen war eine Dame, die mir später erzählte, dass jemand wie ich, der so viele übernatürliche Erfahrungen gemacht hatte, zu abgehoben sei. Es war tatsächlich so abgehoben, dass sie nicht einmal mitfahren wollte!

## Die verborgene Realität

1984 war ich auf dem Weg nach Indien. Ich reiste zufällig mit einer Frau, die Baba von Krebs geheilt hatte, während unsere Gruppe dort war. Später berichtete sie über ihre Heilung in einer Sendung im dänischen Fernsehen mit dem Titel „The Hidden Reality“. Während ihres Aufenthalts im Ashram sei eines Nachts eine Flüssigkeit aus ihrer Nase ausgetreten, erzählte die Dame, die an einer unheilbaren Krankheit litt. Als sie nach Dänemark zurückkehrte und untersucht wurde, gab es keine Anzeichen mehr von Krebs.



Der Aufenthalt im Ashram war für mich eine fantastische Erfahrung. Von dem Moment an, als ich durch das Tor trat, fühlte ich mich sehr heimisch. Ich wusste, dass alles so war, wie es sein sollte. Es war, als ob ich die Kraft, Energie und Spiritualität wiedererkannte, die in der Luft von Prasanthi Nilayam lag. Es ist eine kraftvolle Energie und ich wusste, dass sie echt ist. Die ersten zwei Wochen fühlten sich an, als wäre ich im Himmel – fast schwebend. Ich war zuhause. Ich glaube, ich war noch nie in meinem Leben so glücklich. Als ich jedoch nach Hause

zurückkehrte, war ich überzeugt, dass ich nie wieder nach Prasanthi Nilayam zurückkehren würde, weil ich am Ende meines Aufenthalts solche Schmerzen verspürt hatte.

Wir alle verspüren wahrscheinlich Schmerzen aufgrund von Erfahrungen aus unserer Kindheit und Jugend. Ich erlebte viel Schmerz, auf den mich Baba aufmerksam machte. Rückblickend kann ich erkennen, dass es mir später half, mit Schmerzen umzugehen, um mit mir selbst ins Reine zu kommen, was mir damals sicherlich nicht möglich war. Der spirituelle Teil von mir, der Liebesaspekt, den wir alle haben, bekam so eine Kraft, dass er mich stark beeinflusste und seitdem immer noch anwächst.

Vier Monate später saß ich wieder im Flugzeug nach Indien. Dieses Mal rief Sai Baba mich zusammen mit einigen anderen zu einem Interview herein. Ich saß weniger als einen Fuß von ihm entfernt, so nah, dass ich Seine Hand berühren konnte, was ich auch tat. Während Er mit den Anwesenden sprach, materialisierte Baba Vibhūti für die Damen und mehrere Ringe. Ungefähr 20 Minuten nach Beginn des Interviews drehte Er sich um, sah mich an und fragte: „Wo ist Deine Frau?“ Ich sagte mit einem schiefen Lächeln, dass ich nicht verheiratet sei. Dann warf mir Baba einen ernsten Blick zu und sagte: „Zu viel von einer Sache, zu viel von einer anderen“, und erwähnte konkret, was Er meinte. „Warum heiratest du nicht, nimmst dir eine Frau und gründest eine Familie?“ Ich kicherte. Dieser Gedanke kam mir überhaupt nicht in den Sinn. Ich war 38 Jahre alt und hatte mir nie vorgestellt, zu heiraten, aber als Baba es erwähnte, wusste ich, dass es Wirklichkeit werden würde.

Ich kehrte nach Dänemark zurück und traf im Zentrum erneut das Mädchen, das sich

geweigert hatte, mit mir im Auto zu fahren! Dieses Mädchen war Inge. Wir wurden Freunde und fingen an, uns zu treffen. Ich wusste, dass sie die Richtige war; ich hatte keinen Zweifel. Eines Abends fragte ich sie, ob sie mich heiraten würde, und sie sagte: „Ja! Wann werden wir heiraten?“ Ich antwortete: „In zwei Wochen.“

Wir haben geheiratet und unsere Flitterwochen waren natürlich eine Reise zu Baba. Wir reisten mit etwa 20 Dänen, angeführt von Thorbjørn Meyer, einem glühenden Anhänger von Sai Baba. Im Aschram wurden wir zu einem Interview eingeladen. Sai Baba lächelte und fragte Inge: „Wie geht es Ihnen, Sir?“ Sai Baba spricht Frauen oft mit „Sir“ an, vielleicht weil Er den Menschen sieht und nicht das Geschlecht. Thorbjørn Meyer antwortete und sagte, dass Inge gerade geheiratet habe. Baba drehte sich um 90 Grad und sagte: „Ich weiß.“

Dann blickte Er Inge direkt an, und sagte: „Streite nicht mit ihm“ und zeigte auf mich. Ich kann sagen, dass die Ehe, die Baba für mich „arrangiert“ hat, mit meinem freien Willen übereinstimmt, sofern ein freier Wille existiert. Und obwohl ich denke, dass es nur Gottes freien Willen gibt, war es das Beste, was mir passieren konnte. Ich habe die schönste Frau der Welt und kann Baba nicht genug für den Segen danken – und Inge streitet nie mit mir! Gott sei Dank dafür!

## Seine Lehren praktizieren, anstatt zu predigen

Baba sagt, dass wir nicht missionieren sollten. Wir sollten den Menschen nicht von Ihm erzählen, sondern vielmehr ein Vorbild für Seine Lehren sein – was ich sicherlich nicht war, als ich von meinem ersten Besuch in Prasanthi Nilayam zurückkam.

Früher war ich ziemlich wild. Ich sagte, was mir durch den Kopf ging. Nach meinem ersten Besuch bei Baba begann ich zu sagen: „Gott ist unter uns; Er lebt in Indien und Sein Name ist Sai Baba.“ Ich dachte, die ganze Welt sollte es wissen.

Ich werde den Widerstand, den ich erlebt habe, nie vergessen. Die Leute sahen mich an, als wäre ich verrückt. Ich war vielleicht halb verrückt vor Freude und Glückseligkeit, Swami getroffen zu haben, aber man kann andere Menschen nicht davon überzeugen, zu verstehen, dass Christus oder Buddha wiedergeboren sind, und zu denken, dass sie es glauben werden. Aus dieser Erfahrung habe ich eine großartige Lehre gezogen.

Nach etwa einem Jahr hörte ich auf, die Leute davon zu überzeugen, mir über Baba zuzuhören. Stattdessen würde ich tun, was Baba mir geraten hatte. Als ich aufhörte, über Ihn zu reden, und stattdessen anfing, Seine Botschaft zu leben, begannen die Leute zu fragen: „Warum gehst du nach Indien? Was tust du da?“

Ich hatte die Gelegenheit, alle möglichen Fehler zu machen und bin über alle Hindernisse und Fallstricke auf dem spirituellen Weg gestolpert. Ich schätze diese Erfahrungen, weil sie mir viel beigebracht haben. Wenn du es nicht selbst versucht hast, kannst du andere, die Fehler gemacht haben, nicht verstehen, sich nicht in sie

einfühlen und sie auf ihrer Ebene lieben, wo auch immer sie sind.

Der Beweis für die Existenz Gottes ist, dass Er Deine Fragen und Gebete beantwortet. Er ist in jedem Moment, jeden Tag und auf vielfältige Weise in Deinem Leben.

Baba sagt: „Wenn du mir einen Schritt entgegenkommst, komme ich dir hundert entgegen.“ Das heißt, wenn wir den spirituellen Weg beschreiten, uns ein wenig anstrengen und kleine Schritte in Richtung des kosmischen, höheren, göttlichen Bewusstseins unternehmen, werden wir Antworten erhalten. Der Beweis für die Existenz Gottes ist, dass Er eure Fragen und Gebete beantwortet. Er ist in jedem Moment, jeden Tag und auf vielfältige Weise in eurem Leben.

Herr Steen Piculell, Dänemark

*Auszug aus dem Buch „Journeys To Love“, zusammengestellt von Frau Kirsten Pruzan Mikkelsen*

*Herr Steen Piculell war ein langjähriger Anhänger von Bhagawan Sri Sathya Sai Baba. Er diente jahrzehntelang unermüdlich in der Sri Sathya Sai Internationalen Organisation (SSSIO), bevor er im Mai 2013 in Swami einging. Er war Vorsitzender der Zone 8 der SSSIO und diente Russland und den angrenzenden Ländern. Seine vorbildliche Führung kam vielen Sai-Anhängern in Ländern von Europa bis Asien zugute.*





## ERFAHRUNGEN VON DEVOTEES

### *Mein erster Darshan*

Ich wurde durch das Dienen zu SATHYA SAI BABA hingezogen, und Er wurde bald mein „Swami“. Obwohl ich Swami als meinen Guru und Führer akzeptierte, taten meine Familie und Freunde dies nicht. Da ich aus einfachen muslimischen Verhältnissen stamme, musste ich viele Faktoren berücksichtigen.

Ich wurde gerügt, weil ich gegen Regeln, Traditionen und Überzeugungen verstoßen hatte, was mir das Herz brach. Es war mir nicht gestattet, irgendeinen Altar oder physische Bilder von Swami zu haben, und daher war Er für mich immer formlos. Er hat in mir gewohnt, um mich herum und ist allgegenwärtig. Daher habe ich Swamis Anwesenheit in physischer Form noch nie in meinem Leben benötigt.

Im Laufe der Jahre wurden mir viele Bemerkungen entgegengeschleudert, die Mobbing gleichkamen, und ich wurde wegen meiner Überzeugungen gehänselt. Allerdings haben Swami und Seine Lehren meinen Glauben immer mehr gestärkt als meine Zweifel.

Ein bedeutender Wendepunkt in meinem Leben war das Jahr 2001, als ich meine erste persönliche Erfahrung während des „Darshans“ (Anblick einer heiligen Person) machte.

#### **Mein erster Darshan**

Es war in Prasanthi Nilayam, Puttaparthi, als ich Swami zum ersten Mal körperlich sah. Interessanterweise wusste ich bei meinem ersten Darshan von Swami nicht einmal, was das Wort „Darshan“ bedeutet.

Ich saß in der ersten Reihe, direkt neben dem Eingangstor, durch das Swami hereinkam, und war nicht sicher, was während des Darshans passieren würde. Als Swami anmutig hereinschritt, gaben mir meine Sai-Schwestern, die neben mir saßen, einen Schubs, damit ich nach rechts schauen sollte. Ich schaute nach oben, und nach rechts. Da sah ich, wie Swami sich uns rasch näherte. Ich habe nur gestarrt. Ich habe mich nicht bewegt. Ich habe mich nicht gerührt.

Ich bemerkte jedoch, wie alle um mich herum zappelten, sich bewegten und zum Gruß ihre Hände mit zusammengelegten Handflächen in der „Vanakkam“-Pose hoben (tamilisches Wort für „Namaskār“ oder respektvoll zusammengelegte Handflächen).

Swami kam näher und war fünf Schritte von mir entfernt. Ich hatte Tränen in den Augen, die mir unkontrolliert über die Wangen liefen. NEIN! Ich weinte weder vor Kummer, noch waren es Freudentränen. Dennoch flossen mir die Tränen mit einem seltsamen Gefühl der Ruhe. Ich fühlte mich im Frieden, als Swami an mir vorbeiging. In diesem Moment hatte ich das Gefühl, den höchsten Berg der Welt bezwungen zu haben, und diese Zufriedenheit verspürte ich zum allerersten Mal.

Während ich all diese Emotionen erlebte, war es für Swami an der Zeit, zu Seiner Residenz zurückzukehren. Als Er aus dem Interviewraum kam, hoffte ich, dass Swami wieder an uns vorbeigehen würde. Dieses Mal wurde mir gesagt, ich solle meine Hände in der Vanakkam-Gebetshaltung

zusammenlegen und Swami einige Briefe von Devotees hinter mir übergeben. Während ich mich geistig darauf vorbereitete, stand Swami bereits vor mir. Ich schaute auf. Ich konnte spüren, wie meine Lippen sich bewegten, konnte mich aber nicht sprechen hören. Plötzlich spürte ich einen Schubs. Die Sai-Schwester, die zu meiner Linken saß, flüsterte: „Sag es Swami, sag es Swami, Er spricht nur mit dir...“ Da merkte ich, dass Swami mich fragte: „Woher kommst du?“ Als ich all meinen Mut und meine Energie zusammennahm und antwortete: „Swami, Singaaaaapoooreeee Swami“, griff Er nach den Briefen in meiner Hand und berührte sie sanft. Nein, Er nahm die Briefe nicht, sondern wandte sich für einen Moment ab, drehte sich wieder um und beantwortete die Frage, die ich Ihm in meinem Brief gestellt hatte.

Ich holte tief Luft und hielt den Atem an, bis die Musik in der Darshan-Halle verstummte. Puh, dann atme ich tief aus! Ich saß vollkommen erstarrt da. Ich konnte nicht verstehen, was gerade passiert war. Ich erinnerte mich an jeden Moment, als mir plötzlich klar wurde, dass meine Sai-Schwestern langsam die Halle verließen und mir sagten, ich solle mit den Tagträumen aufhören. Ich stand schnell auf, nahm mein Kissen und ging zurück in mein Zimmer. Dort fragten alle immer wieder, was Swami zu mir gesagt hatte. Aber ich nahm immer noch alles in mich auf, was sich in diesen kostbaren Momenten abspielte.

## Verloren und gefunden

Seitdem ist Swami mein Führer, mein Mentor und meine innere Stimme geworden. Ich habe viele Geschichten darüber gehört, wie Anhänger Swami kennengelernt oder gefunden haben. Ich sage mir immer, dass Swami eigentlich mich gefunden hat.

Swami trat in mein Leben, als ich mich allein fühlte und an meinem tiefsten Punkt war und nach dem Sinn meines Lebens suchte. Als mein Leben scheinbar völlig gescheitert war, fand Swami mich am „Lost and Found-Schalter“. Er beschloss, in mein Leben zu treten und dort zu bleiben, um mich zu führen und zu beschützen. Ich habe mich viele Male von Ihm entfernt und Ihn oft aufgegeben, aber Er hat immer einen Weg gefunden, zu mir zurückzukehren und ein Teil meines Lebens zu sein.

## Ein besserer Muslim werden, ein besserer Mensch werden

Dass ich etwas über Swamis Lehren lernte und die fünf Werte Sathya, Dharma, Shanti, Prema und Ahimsa praktizierte, beunruhigte viele Menschen um mich herum. Viele dachten, ich sei Teil einer Sekte. Viele Leute äußerten, ich würde beeinflusst, jemand anderes zu werden, was nicht stimmte. Traurigerweise denken einige von ihnen auch heute noch so! Was niemand bemerkte, waren die positiven Veränderungen in mir. Ich hatte alles für ein gutes Leben: Eine gute Ausbildung, einen respektablen Job und die Fähigkeit und Stabilität, Seva weltweit auszuüben. Tatsächlich war ich dabei, eine bessere und versiertere Muslimin zu werden. Aber am wichtigsten war, ich war dabei, ein viel besserer Mensch zu werden.

Swami sagt immer:

*Wenn du ein Christ bist, werde ein besserer Christ. Wenn du ein Moslem bist, werde ein besserer Moslem. Wenn du ein Hindu bist, werde ein besserer Hindu.*

Und das war genau das, was ich wurde. Swamis Lehren ließen mich intensiver über den Islam lesen und lernen. Ich fing wieder an, den Koran richtig und seine Bedeutung

zu lernen und begann sogar, Verse und Kapitel des Korans mit meiner Sai-Familie zu teilen. Schöner kann es nicht sein.

## 22 Jahre, Tendenz steigend

Seit ich Swami traf, habe ich immer alles verinnerlicht. Mein Glück, meine Bitterkeit, meine Freude und mein Gefühl der Zufriedenheit blieben alle in mir. Auf die gleiche Weise wurde auch Swami verinnerlicht. Aber auf der letzten Reise nach Sri Lanka zur internationalen SSSIO-Konferenz sprach ich zum ersten Mal mit Aravind Balasubramanya über meine Erfahrungen mit Swami, als er mich nach meinem ersten Darshan fragte. Während des Austauschs wurde mir klar, wie schön mein Leben geworden ist! Wie viel gute Arbeit Swami mir gegeben hat, wie zum Beispiel Grāma Seva (Dienst in Dörfern) in verschiedenen Ländern! Swami lehrte mich den Wert der Teamarbeit, indem Er mich in die Aktivitäten des Sai Centers einbezog. Swami lehrte mich, der Disziplin zu folgen, was mich weit gebracht hat. Swami machte mir auch klar, dass ich einen ultimativen Zweck und ein Ziel im Leben brauchte.

## Der ultimative Zweck

Für mich brauchte es „ewig“, bis ich meinen Sinn im Leben erkannte. Jetzt nehme ich jeden Atemzug mit einer Absicht, und diese Absicht wurde deutlich, als ich mit Swamis Arbeit beschäftigt war.

Im Februar 2023 machte ich Grāma Seva in Indien, als ein zehnjähriges Mädchen auf mich zukam und sagte: „Wenn ich groß bin, möchte ich sein wie du und anderen dienen. Kann ich ein Foto von dir machen und es ausdrucken lassen, damit ich mich in dir sehen kann?“ Mein Herz hüpfte vor Freude! Es mochte eine einfache Aussage gewesen sein, was sie nicht war, wie mir

später klar wurde, aber ihre Worte überraschten mich. Mir wurde klar, dass Dienst, der von Herzen kommt, weitreichende Auswirkungen haben und bei anderen einen bleibenden Eindruck hinterlassen kann.

Ich hatte immer gedacht, mein Ziel sei es, einen guten Job zu finden, mehr Geld zu verdienen, ein großes Haus zu besitzen, für meine Familie zu sorgen, große Autos zu kaufen und die Welt zu bereisen. Aber an diesem Tag machte mir die Zehnjährige klar, was ich tun sollte. Seva! Ja, ich habe erkannt, dass ich zum Dienen geschaffen bin. Seva ist mein Ziel – diese großartige, unerklärliche Zufriedenheit, die ich heute bemerke. Auch hier bin ich nicht sicher, wie, wann und mit wem ich meine Reise fortsetzen werde, aber ich bin zuversichtlich, dass Swami mich führen, leiten und mich zu seinem Werkzeug machen wird, da ich zum Dienen geboren bin. Ich bin mir ziemlich sicher, dass Swami mich zu seinem Werkzeug machen wird, um zu dienen.

Liebe alle, diene allen

Ms. Habidah Schah, Singapur

*Frau Habidah Shah stammt aus Singapur und kam schon in jungen Jahren zu Swami. Ihr erster Darshan von Bhagawan fand im Jahr 2001 statt. Sie schloss ihr Studium an der Edith Cowan University in Westaustralien mit den Schwerpunkten Rechnungswesen und Wirtschaftsrecht ab und war acht Jahre lang als Rechtsanwältin tätig. Habidah verfügt außerdem über ein Postgraduierten-Diplom der Rechtsmediation der University of Western Australia. Sie engagiert sich ehrenamtlich, um tamilischen Wanderarbeitern in Singapur zu helfen. Derzeit arbeitet sie als Finanzberaterin. Habidah setzt sich in den Medien und auf sozialen Medien-Plattformen aktiv für soziale Anliegen ein.*

## AUS DER GÖTTLICHEN FEDER

# *Zum 5. Jahrestag von Dharmakshetra*

BOTSCHAFT VON BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA VOM 11.5.1973

Meine Lieben!

Fürwahr, Gedanken sind Dinge. Wie du denkst, so wirst du. Wenn du an GOTT denkst, dann wirst du GOTT. Wenn du an Staub denkst, dann bist du Staub. Auf Meine Weise, auf Meine eigene Art und Weise liebe Ich es, euch dieselbe Frage zu stellen.

Wir sind im Licht. Das Licht ist in uns. Wir sind das Licht. Das, was existiert, ist Eines. Ihr seid dieses Licht. TAT TVAM ASI - Ihr seid DAS. Die Kraft, die die Winde entstehen lässt und sie bewegt, die Sonnen und die feurigen Galaxien im Raum und im Geist sind in Mir, sind Ich, DAS bin Ich. DAS ist der Atman.

Es gibt etwas, das für den Menschen, der Gott verwirklicht hat, unmöglich ist. Wisst ihr, was das ist? Er kann sein Selbst nicht vergessen!

Das strahlende Licht ist die einzige, sich niemals verändernde Realität in der Welt endloser Veränderungen. Wenn jemand erst einmal das Licht gesehen hat, das Licht erkannt hat, wenn jemand erst einmal das Licht wahrgenommen hat, wie kann er es dann je wieder vergessen? Wahrhaftig, dieses Licht ist allgegenwärtig, allmächtig und allwissend. Der Mensch, der Gott verwirklicht hat, ist Selbst dieses Licht.



Es ist nicht richtig, Wörter wie „sehen“ oder „wissen“ zu benutzen, denn es gibt für diesen Menschen nichts zu sehen oder zu wissen, außer das eigene Selbst. Er ist das Eine, ohne ein Zweites.

Er ist SAI, immer bei euch, in euch. Ihr seid in Sai. Sai ist in euch. Seid GUT! Mit Meinem Segen.

Mit Liebe, Baba

## HUMANITÄRER DIENST

# Liebe in Aktion

### ASERBAIDSCHAN

Ernährung und Unterstützung der Hungrigen



Seit über 15 Jahren engagiert sich die SSSIO Aserbaidtschan aktiv an verschiedenen Hilfsprojekten für die Familien von ehemaligen Waisenhausbewohnern. Diese Initiativen umfassen eine Reihe von Aktivitäten, von der Bereitstellung von Lebensmitteln und medizinischer Behandlung bis hin zur Organisation von Outdoor-Aktivitäten für Erwachsene und Kinder.

Ende September 2023 organisierten Freiwillige der SSSIO in Aserbaidtschan einen Koch- und Essensausgabedienst für 40 Personen in einem kleinen Dorf. Die gesunde Mahlzeit umfasste Margie-Suppe, Brot, Äpfel, Pilaw mit Gemüse und Rosinen, Salat, Birnen- und Apfelsaft. Die Anwesenheit von Swami war spürbar und erfüllte die Atmosphäre mit Liebe und Freude. Die von den Empfängern zum Ausdruck gebrachte Dankbarkeit hielt auch nach der Veranstaltung an und hinterließ einen bleibenden Eindruck bei den Helfern und den Empfängern.

### KANADA

Ein Retreat erhält Sais Gunst



Bei herrlichem Herbstwetter, unter strahlendem Himmel und inmitten des Dufts der Nadelbäume am Pigeon Lake in Alberta, Kanada, nahmen mehr als 200 Mitglieder aus dem Edmonton-Sai-Center vom 25. bis 28. August 2023 an einem Sai Retreat teil. Jeder Tag begann mit einem klangvollem Nagar-Sankirtan und endete mit einem unterhaltsamen Lagerfeuer und Marshmallow-Röstung. Während des Tages hielten eingeladene Redner inspirierende Vorträge und Workshops über Ernährung, Yoga und die Vereinbarkeit von spirituellem und sozialem Leben. SSE-Schüler boten erbauliche musikalische Darbietungen, nahmen an einer Sportolympiade teil und stellten ihre Kunstwerke aus. Die musikalische Darbietung der begeisterten Jungen Erwachsenen war sowohl energiegeladen als auch mitreißend.

Die Teilnehmer spürten Swamis Segen während des gesamten Retreats, besonders, als Er Seine Anwesenheit durch die reichliche Manifestation von heiligem Vibhūti in einer der versiegelten Pralinschachteln zeigte, die als Prasādam an die Seite gestellt waren.

## THAILAND

Eine grüne Hundertschaft für SAI-100



Kleine Tropfen, die zusammenkommen, ergeben einen Ozean; einzelne Bäume, die zusammenwachsen, ergeben einen Wald! Die SSSIO hat sich verpflichtet, Millionen von Bäumen zu pflanzen, als Liebesgabe an Bhagawan zu Seinem hundertsten Geburtstag im November 2025. Um dieses Ziel zu erreichen, pflanzten Freiwillige der SSSIO in Thailand im November 2023 Setzlinge an zwei verschiedenen Orten, um Mutter Erde zu dienen.

Am 11. November reisten sechs SSSIO-Mitglieder aus Bangkok zur Lopburi Sathya Sai Schule und pflanzten 100 Bäume auf dem Schulgelände. Die Lehrer und Schüler der Schule schlossen sich den Freiwilligen bei dieser edlen Arbeit an, während sie das Gāyatrī-Mantra sangen, was allen viel Freude bereitete. Am 16. November pflanzten Mitglieder des Maesai Sai Zentrums 30 verschiedene Obstbäume wie Lichi, Longan, Mango, Rambutan und Jackfrucht an der Baan-Nana-Schule.

Baumpflanzaktionen auf privaten Grundstücken tragen dazu bei, die hohe Sterblichkeit der Setzlinge zu verringern, da sie regelmäßig gepflegt werden können.

## ZONE 8

Taten der Nächstenliebe



Anfang Oktober 2023 kamen mehr als 200 SSSIO-Mitglieder aus Kasachstan, Weißrussland, Kirgisistan, Aserbaidschan und Russland zusammen und öffneten liebevoll ihre Herzen, um Menschen in Not zu helfen. Sie erwärmten die Herzen von mehr als 800 bedürftigen Menschen mit köstlichen Mahlzeiten und wärmten sie wortwörtlich, indem sie wollene Kleidung, Schuhe, Handschuhe, Unterwäsche und Lebensmittel verteilten. Die Freiwilligen suchten bedürftige Menschen in der Nähe von Tempeln, Recyclinganlagen und Sozialunterkünften und dienten ihnen liebevoll.

Gelegentliche Taten der Freundlichkeit zaubern ein Lächeln in jedermanns Gesicht, aber gut durchdachte Dienste sorgen dafür, dass dieses Lächeln lange anhält!

Weitere Geschichten über den liebevollen Dienst von Freiwilligen aus aller Welt findet ihr auf der Website <https://saiuniverse.sathyasai.org>

## GESCHICHTE DER SSSIO

# EMW-Konferenz

Eine Konferenz über die transformierende Kraft der Sathya Sai Erziehung in menschlichen Werten



Abgesehen von den Materialisationen, Manifestationen und erstaunlichen medizinischen Heilungen, für die Bhagawan Sri Sathya Sai Baba weithin bekannt ist, ist sein größtes Wunder die Transformation des menschlichen Herzens. Es ist phänomenal und sehr inspirierend, eine solche Verwandlung, die normalerweise Jahre, Jahrzehnte oder sogar ein ganzes Leben dauert, in einer kurzen Zeitspanne von wenigen Tagen zu erleben. Viele Zeugnisse solcher Verwandlungen wurden während der internationalen Konferenz zur stärkenden Wirkung der Werteerziehung dargelegt, die vom Bildungsausschuss der SSSIO in Barbados, West Indies, vom 12. bis 14. Oktober 2023 abgehalten wurde.

- Herr Fiaz Shah, ein Repräsentant des Kinderhilfswerks der Vereinten Nationen (UNICEF) und Verantwortlicher für Bildung im UNICEF-Büro der Ostkaribik, erklärte offen, dass es sein Traum sei, sich nach seiner Pensionierung an der Sathya Sai Erziehung in menschlichen Werten zu beteiligen! Er äußerte diesen Herzenswunsch am Ende seines Vortrags, der sich auf qualifizierte inklusive Bildung in der Karibik bezog.
- Teshia Hinds, TV-Moderatorin und Produzentin für Radio, Fernsehen und Digitalradio, moderierte eine Podiumsdiskussion zum Thema „Entwicklung einer wertebasierten Gesellschaft“. Die Diskussionen inspirierten sie so sehr, dass sie Einzelinterviews mit jedem Podiumsteilnehmer in ihrer Sendung ausstrahlte und zusagte, das SSEMW-Programm voll zu unterstützen.
- Bildungsverantwortliche aus Barbados, Grenada, Surinam, Guyana, St. Martin und Jamaika sowie andere Konferenzteilnehmer zeigten sich begeistert von der Umsetzung der SSEMW in der gesamten Karibik.

### Weltweite Teilnahme

Die Konferenz wurde vom Sai Institute of Education, West Indies (SIEWI) in Partnerschaft mit dem Institute of Sathya Sai Education, USA (ISSE-USA) und mit Unterstützung des Canadian Institute of Sathya Sai Education (CISSE) durchgeführt. Das Ziel der Konferenz war es, das Bewusstsein über das ganzheitliche SSEMW Programm in der Karibik zu erweitern, eine langfristige Vision und ein Ziel des SIEWI.

An der Veranstaltung im Lloyd Erskine Sandiford Conference Center nahmen mehr als zweihundert Regierungsbeamte, politische Entscheidungsträger und Pädagogen teil, darunter waren Vertreter von Lehrerverbänden und Gewerkschaften, Eltern und Mitglieder aus neun karibischen Ländern. Über zweihundert Personen nahmen auch online aus Serbien, Kroatien, Italien, den Jungferninseln, Uganda und anderen Ländern teil.

## Eine erfahrungsreiche und wirkungsvolle Konferenz

Es heißt: „Der mittelmäßige Lehrer erzählt. Der gute Lehrer erklärt. Der bessere Lehrer demonstriert. Der große Lehrer inspiriert.“ Gibt es einen besseren Weg, alle zu inspirieren, als Beispiele aus dem wirklichen Leben aufzuzeigen, wie SSEMW in die Bildungssysteme und Gemeinden auf der ganzen Welt eingebettet ist!

Die Konferenz hatte einen mitreißenden Start, als Dr. George Bebedelis aus Griechenland, der Ko-Vorsitzende des SSSIO-Bildungsausschusses, in seiner Eröffnungsrede darüber sprach, wie jeder sich dieser großen Bewegung anschließen kann. Anschließend sprach der ehemalige Präsident des Karibischen Verbands der Direktoren von öffentlichen Sekundarschulen, Barbados, über eine Vision für Frieden und Wohlstand in der Karibik und die Rolle der menschlichen Werte.

Frau Doris Hampton (USA) und Herr Lalu Vaswani (Barbados) präsentierten die Geschichte der ‚Miracle School of Ndola‘, Sambia, in Vertretung von Dr. Onanga Opape, Professor und Psychologe aus Gabun, der aufgrund unvorhergesehener Umstände nicht kommen konnte. Frau Juanita Villa, Direktorin des Sai Instituts von Kolumbien, und Herr Alfredo Harmsen, Gründer

und Direktor der Sathya Sai Schule von Ecuador, präsentierten außergewöhnliche Geschichten von Transformation und Liebe aus lateinamerikanischen Schulen, die sich der SSEMW angeschlossen haben. Viele Herzen wurden berührt und motiviert. Alle hörten voller Bewunderung, gebannt und erstaunt zu.

Ebenso aufschlussreich und inspirierend war die kurze Präsentation von Herrn Rawle Heralal, Direktor der Sathya Sai Primary School Trinidad/Tobago, über die Auswirkungen von SSEMW in Schulen. Es war ermutigend, vom Programmdirektor, der es im Namen des Ministers für Verbrechenverhütung im Büro des Generalstaatsanwalts von Barbados vorstellte, etwas über das „Friedensprojekt“ zur Reduzierung der Kriminalität in Barbados zu erfahren.

Videos mit Zeugnissen über SSEMW von amerikanischen Teenagern, die die Auswirkungen der SSEMW-Programme auf der ganzen Welt zeigten, steigerten die Begeisterung des Publikums für dieses einzigartige und heilige Programm, das der ganzen Menschheit zugutekommt. Herr Anthony (The Mighty Gabby) Carter, Kulturbotschafter von Barbados, präsentierte ein speziell komponiertes Lied über die fünf menschlichen Werte, das das gesamte Publikum zu Beifallstürmen hinriss. Es war ein passender Ausdruck der Freude, des Friedens und der Harmonie, die menschliche Werte in unsere Herzen und damit in die Gesellschaft bringen.

Das erfahrungsbasierte Lernen wurde mit einer sehr fesselnden interaktiven Sitzung zum Thema „Wer bin ich“ fortgesetzt, in der das integrierte Bewusstsein unseres Einsseins mit angeborenen menschlichen Werten erklärt wurde. Der Vortrag wurde von Doris Hampton (USA) gehalten, einem Fakultäts- und Vorstandsmitglied der ISSE-



USA und einem Mitglied des SSSIO Education Committee.

## Der Hauptvortrag und die wichtigsten Workshops

Dr. Shantal Munro-Knight, Ministerin von Barbados im Amt des Premierministers, hielt die Grundsatzrede. Sie sprach über die Verbesserung der Praxis der menschlichen Werte in der Karibik, um Einheit, Wohlstand und Chancen für alle zu erreichen. Sie rief die Verantwortlichen in Barbados und in der gesamten Region auf, bewusste und strategische Maßnahmen zu ergreifen, um die Werte zu Hause, in der Schule, am Arbeitsplatz und Gemeinden zu stärken. Sie erklärte, dass Führungskräfte das Verhalten vorleben müssen, von dem sie wollen, dass die Jugend es übernehmen soll.

Die Konferenz umfasste sechs 90-minütige Breakout-Sitzungen zu Themen, die sich mit menschlichen Werten befassen:

- In Klassenzimmern für Kindergartenkinder und Grundschüler.
- In Klassenzimmern für Schüler der Sekundarstufe und der höheren Sekundarstufe.
- Für Eltern.
- Integration in neue und bestehende Programme.
- Integration in öffentliche und private Arbeitsbereiche.
- Wie kann die Gesundheit durch das EASE-Programm verbessert werden?

## Interaktive Sitzungen

Dr. Ramadevi Sankaran, MD (USA), hielt einen informativen Vortrag darüber, wie menschliche Werte einen ganzheitlichen Ansatz für psychisches Wohlbefinden fördern, gefolgt von einer Q&A-Sitzung. Frau

Kalika Grana, Direktorin, ISSE-USA, und Frau Pavani Pathirana, ISSE-USA, hielten außerdem eine interaktive Präsentation über einen direkten Unterrichtsplan (explizite Methode) zum Erleben der SSEMW. Eine Reflexion von Frau Ann Lady Hewitt, pensionierte Vorsitzende des Erdiston Teachers' Training College in Barbados, brachte alle zum Nachdenken über ihre Erfahrungen auf ihrem spirituellen Weg.

Der Veranstaltungsleiter, Herr Lalu N. Vaswani, und alle Vortragenden sorgten dafür, dass jede Präsentation auch Reflexionen, Kommentare und Fragen aus dem Publikum enthielt. Sogar nach dem aufgezeichneten Videovortrag von Dr. Margaret Taplin und Dr. John Johnson über das Wohlbefinden von Lehrern beantworteten diese die Fragen des Publikums live online!

Feedback-Sitzungen waren die Regel. Am letzten Tag der Konferenz gab es eine Meet and Greet-Sitzung - ein informeller Austausch zwischen lokalen und internationalen Rednern und Teilnehmern, die sich in einem Gemeinschaftsforum engagierten, in dem Fragen beantwortet wurden.

## Ein denkwürdiger Abschluss

Die SIEWI überreichte allen Rednern ein Dankeschön, bestehend aus einer 10 Zoll großen Mahagoni-Plakette von Barbados mit eingraviertem Logo der menschlichen Werte. Die internationalen Besucher genossen auch eine Inselrundfahrt zu Barbados Sehenswürdigkeiten und historischen Attraktionen. Mehrere Zeitungen berichteten über die erfolgreiche SSEMW-Konferenz. Doch die Hunderte von Herzen, die persönlich oder online an der Konferenz teilnahmen, sind ein wahrer Beweis für den Erfolg der Konferenz!

## RUHM DER WEIBLICHKEIT

# *Seine ständige barmherzige Anwesenheit*

DAS JAHR 2009 WAR EIN WICHTIGER MEILENSTEIN IN MEINEM LEBEN. Ein Vorfall, der Swamis Allgegenwärtigkeit anschaulich demonstrierte, ereignete sich während der „Yuvati Yatra“ (Pilgerreise junger Frauen) der SSSIO Malaysia nach Puttaparthi im Jahr 2019. Es mag ein kleines Ereignis sein, was die Welt betrifft, aber für mich „kleines“ Mädchen machte es einen großen Unterschied!

### **Sai ist das Ziel und die Reise**

Wir bereiteten uns auf die Reise vor, indem wir über mehrere Monate lang an Dienstaktivitäten, spirituellen Praktiken (Sādhana) und Studienkreisen teilnahmen. Der Besuch in Puttaparthi selbst war mit vielen Aktivitäten gefüllt, was uns manchmal dazu veranlasste, die regulären Programme im Mandir zu verpassen. Am Tag vor dem Ende der Reise fuhren wir am Abend in einem Kleinbus zu einer geplanten Veranstaltung. Es wurde klar, dass wir Darshan und Bhajans (Andachtslieder) im Mandir verpassen würden. Dies traf mich hart, und ich war enttäuscht, aber ich war damit nicht allein! Auch die anderen hatten das gleiche Gefühl.

Um unsere Gemüter zu heben, schlugen unsere Betreuer auf der Rückfahrt vor, dass wir Bhajans singen sollten. In unserem Van waren jedoch nur wenige mit Bhajans vertraut, und glücklicherweise war ich eine von ihnen. Wir begannen aus vollem Herzen Bhajans zu singen, als wir unsere Fahrt zum Ashram fortsetzten. Die Melodien strömten durch uns hindurch und erfüllten den Wagen mit Hingabe und einer erhebenden

Energie. Da es eine lange Fahrt war, schliefen viele Mitreisende erschöpft ein. Ich war auch müde, sang aber weiter mit unerschütterlicher Konzentration auf Swamis schöne Form in meinem Geist. Es war die höchste Anzahl von Bhajans, die ich je in einer Sitzung gesungen hatte, und die Erfahrung war beglückend.

Dann ereignete sich ein tiefgreifender Moment! Genau als wir durch die Tore des Ashrams fuhren, beendete ich meinen letzten Bhajan! Und zu meinem großen Erstaunen wurde genau in diesem Moment das Āratī (Abschlussgebet nach einer Bhajan-Sitzung) im Mandir gesungen! Tränen stiegen mir in die Augen, als eine tiefe Erkenntnis über mich hereinbrach. Ich konnte spüren, wie Swami meiner Seele zuflüsterte: „Du dachtest, du würdest Mich verpassen, weil du nicht rechtzeitig im Mandir warst. Aber Ich habe diesen Moment orchestriert, um dir zu zeigen, dass Ich überall dort anwesend bin, wo meine Devotees für Mich singen. Ich ließ dich viele Lieder für Mich singen und habe das Āratī perfekt auf deine Ankunft abgestimmt, Mein geliebtes Kind!“

In diesem Augenblick verstand ich, dass Swamis Präsenz über Seine physische Anwesenheit hinausgeht. Er inszeniert Momente der tiefen Verbindung und göttlichen Gnade auf die am wenigsten erwarteten Arten, die uns Seiner immer wachenden Fürsorge und Liebe versichern. Diese Erkenntnis wurde im nächsten Jahr entscheidend, denn COVID-19 machte das Reisen unmöglich, und die einzige

Pilgerreise, die ich unternehmen konnte, war die zum inneren Sai.

## Mein Swami kommt zu mir



Als die Pandemie die Welt heimsuchte, litt ich unter starken Kopfschmerzen, die in meinen Nacken und meine Schultern ausstrahlten. Die Schmerzen waren unerbittlich und quälend, und niemand von uns kannte die Ursache. Nach Monaten wurde bei mir ein chronisches Schmerzsyndrom diagnostiziert, eine neurologische Störung, für die es keine Heilung gibt. Das war das Letzte, was man sich während eines Lockdowns wünschen würde, wenn keine Hilfe verfügbar war und alle Krankenhäuser mit COVID-Patienten überlastet waren. Meine Familie wurde in einen Zustand von immensem Stress versetzt, da sie mit der überwältigenden Last meiner Pflege konfrontiert war. Körperlich und emotional waren wir alle am Rande der Verzweiflung.

Damals lernte ich das wunderschöne Gedicht „Footprints in the Sand“ kennen, eine Metapher für den Glauben an Gott, auch wenn die Zeiten hart sind:

*Eines Nachts träumte ich, dass ich mit meinem Herrn am Strand entlangging. Über den dunklen Himmel blitzten viele Szenen aus meinem Leben auf. Zu jeder Szene*

*bemerkte ich zwei Fußabdrücke im Sand, einer gehörte zu mir und einer zu meinem Herrn. Als die letzte Szene meines Lebens vor mir aufblitzte, sah ich mir die Fußabdrücke im Sand noch einmal an. Ich bemerkte, dass auf meinem Lebensweg viele Male, besonders in den tiefsten und traurigsten Momenten, nur eine einzige Spur von Fußabdrücken zu sehen war. Das beunruhigte mich sehr, und so fragte ich den Herrn danach.*

*„Herr, Du hast gesagt, wenn ich mich entscheide, Dir zu folgen, würdest Du den ganzen Weg mit mir gehen. Aber mir ist aufgefallen, dass in den traurigsten und mühsamsten Zeiten meines Lebens nur eine einzige Fußspur vorhanden war. Ich verstehe nicht, warum Du mich verlassen hast, als ich Dich am meisten brauchte.“*

*Er flüsterte: „Mein kostbares Kind, Ich liebe dich und werde dich nie verlassen. Nie und nimmer, während deiner Prüfungen und Tests. Als du nur eine Reihe von Fußabdrücken gesehen hast, da habe Ich dich getragen.“*

Das war meine Erfahrung während dieser erschütternden Reise. Ich erlebte ein bemerkenswertes Gefühl von Swamis Gegenwart. Als ich mich fragte, wie ich meinen Alltag mit solchen Schmerzen weiterführen konnte, beschloss meine Mutter, eine Helferin einzustellen, Sumarni. Sie war Swamis Geschenk an uns, als es schwierig war, eine Person zu finden, die uns bei der Hausarbeit hilft. Ich glaube, Swami selbst kam zu meiner Rettung und half mir in ihrer Gestalt! Sie hat sich so hervorragend um mich gekümmert, zusammen mit der Verantwortung für die Reinigung und Instandhaltung des Hauses. Das gab auch meiner Familie die Zeit, sich um mich zu kümmern und mich zu unterstützen. Swami war mein Schmerzmittel, um meine Schmerzen zu

ertragen und den Prozess des Karmas zu durchlaufen.

Wie ein liebevoller und wachsamer Hüter ist Swami immer da, um uns zu erheben, zu beschützen und uns durch die Prüfungen des Lebens zu tragen. Es dient als eine wichtige Erinnerung, dass selbst wenn wir Ihn nicht sehen können, seine göttliche Gnade allgegenwärtig ist, uns in Zeiten der Not stützt und uns auf dem Weg des geistlichen Wachstums und der Selbstfindung

führt. Heute geht es mir viel besser, ich bin dankbar für Seine Gnade und all dies dank meines mitfühlenden Swamis!

Frau Bhavadharni Ealingoo, Malaysia

*Frau Bhavadharni Ealingoo ist seit ihrem 7. Lebensjahr bei der Sri Sathya Sai International Organisation. Sie ist eine aktive Junge Erwachsene aus Malaysia und produziert den beliebten Podcast „Chai with Sai“ für ihr Sai Zentrum. Sie studiert, um Neuropsychologin zu werden.*

## VON DEN INTERNATIONALEN SAI JUNGEN ERWACHSENEN

### *Sais ideale Junge Erwachsene*



Das International Sai Junge Erwachsene Komitee und die Unterkomitees wünschen euch ein frohes neues Jahr! In unserer ersten Ausgabe des Jahres freuen wir uns, euch über ein spannendes Retreat für Führungskräfte zu berichten, das von unseren JE in Chicago, USA, organisiert wurde. Außerdem wurde ein Zentrum in Australien in ein gemütliches Café für JE umgewandelt, was eine einzigartige Atmosphäre schafft. Wir laden euch herzlich ein, euch in eine intensive Reflexion unserer JE aus Zone 4 zu vertiefen, und verpasst nicht Episode 2 von In-SAIde Scoop, in der wir der faszinierenden Frage nachgehen: „Macht mich Gleichmut weniger empathisch?“

## Rund um die Welt

### Nationales JE Retreat für Führungskräfte, USA



Das US National Young Adults Leadership Retreat, das vom 6. bis 8. Oktober 2023 in Chicago stattfand, stand unter dem Thema „Führung als spirituelle Disziplin begreifen“. Mehr als 100 Junge Erwachsene und viele Regional-/Zentrumsberater für Junge Erwachsene aus verschiedenen Teilen des Landes nahmen an dem Retreat teil. Sie wurden von freundlichen Devotees im Großraum Chicago herzlich empfangen und beherbergt.

Ein fantastisches Transportsystem namens SAI-ber Buddies sorgte für einen reibungslosen und effizienten Transport zum und vom Veranstaltungsort, dem Sai Spiritual Community Center. Wie der Name schon sagt, verfügte der Veranstaltungsort über Swamis Interviewraum und eine Bibliothek, die mit Literatur über Swami und Seine Mission ausgestattet war.

Das Retreat begann am Freitagabend, dem 6. Oktober 2023, mit einer lebhaften Begrüßungsrunde, bei der sich die Teilnehmer kennenlernen und Erfahrungen austauschen sowie Beziehungen knüpfen und eine spirituelle Gemeinschaft bilden konnten. Die Konferenz begann am Samstag, dem 7. Oktober, mit seelenvollen Bhajans, die nahtlos auf die gesamte Veranstaltung abgestimmt waren und einen schönen und heiteren Ton für die gesamte

Veranstaltung erbrachten. Der interaktive Teil des Retreats begann mit einem Workshop mit dem Titel „Führe dein Schiff im Geist der Anbetung“, der das Thema des Retreats enthüllte.



Als symbolische Geste eines Eisbrechers wurden zwei Teams gebildet, die darauf abzielten, eine massive Eisdecke zu durchbrechen, um den Grund zu erreichen. Diese Aufgabe betonte die Bedeutung der Wiederholung des Namens Gottes, um die (schwierige) Aufgabe zu bewältigen: „Mann Me Rām, Hath Me Kām; Verrichte die Arbeit mit dem Geist, der auf Gott fokussiert ist.“ Die JE haben auch an einer innovativen „Escape Room“-Herausforderung teilgenommen, indem sie ein Rätsel entschlüsselten, das durch das Buch „Sai Babas Mahāvākya über Führung“ inspiriert war. Diese teamorientierte Aktivität betonte die Führung durch Spiritualität, das Zusammenspiel zwischen Zusammenarbeit, Problemlösung und spirituellem Wachstum.

Dr. Geetha Govindarajan erzählte von ihrem Weg als Führungskraft, die das transformative Potenzial und die Kraft eines einzelnen engagierten YA und die Art der Bewegung, die es inspirieren kann, mit einbezieht. Herr Alex Grana hielt einen aufschlussreichen Vortrag, in dem er unter anderem verdeutlichte, dass die Möglichkeit, in Seiner Mission zu dienen, eine eins-zu-einer-Milliarde Chance ist. In einem

dynamischen Rollenspiel und einer Podiumsdiskussion wurden gängige Herausforderungen, mit denen sich JE-Führungskräfte konfrontiert sehen, in Form eines Spiels dargestellt. Herausragende Leiter aus verschiedenen Teilen des Landes gaben je nach ihrer Rolle (Leiter von Enviro-care 45, SSE-Koordinator, Frauenkoordinator, regionaler YA-Vertreter usw.) unterschiedliche und dynamische Antworten. Es wurden mehrere Workshops zu Themen für drei Gruppen abgehalten: 1) JE-Koordinatoren, 2) JE, die auf zentraler oder regionaler Ebene tätig sind, und 3) JE-Berater, die JE-Programme betreuen. Es gab auch vertrauliche und informelle Gesprächsrunden der Betreuer der JE und eine Podiumsdiskussion mit JE-Führungskräften.



Ein besonderer Höhepunkt war die bewusste Bemühung der JE, dem Thema Nachhaltigkeit während des gesamten Retreats Priorität zu geben. Sie setzten auf umweltfreundliche Praktiken, sie verwendeten wiederverwendbares Geschirr, Wasserflaschen, Stoffservietten und Abzeichen von früheren Retreats.



## Rund um die Welt

### Kaffee mit Sai, Australien

Im Oktober 2023 wurden die JE der Region New South Wales zu einer Tagung namens „Coffee with Sai“ eingeladen, um JE mit Mitgliedern und Führungskräften der Organisation zusammenzubringen. Der Vormittag war geprägt von zahlreichen Gesprächen von Herz zu Herz und einem köstlichen Essen.



Jugendliche aus ganz Sydney nahmen an der Sitzung teil, und das Zentrum wurde in ein Pop-up-Café verwandelt. Einige Mitglieder des Zentrums schlüpfen in die Rollen von Kellnern, Besuchern und Köchen, um eine Café-Atmosphäre zu schaffen und Gespräche zu ermöglichen. Die Jugendlichen hatten die Möglichkeit, Gespräche zu führen, die eine breite Palette von Themen abdeckten, einschließlich, aber nicht beschränkt auf persönliche spirituelle Reisen, was die Organisation für sie bedeutet, wie sie sich mit Baba identifizieren und wie sie Sein Werk und Seine Lehren in ihr tägliches Leben integrieren.





## Selbstreflexion

Ich bin Umassree, eine engagierte Psychologin aus Malaysia, die mit der Aufgabe betraut ist, das geistige Wohlbefinden von Menschen zu fördern und zu unterstützen. Mein Abschluss am geschätzten Sri Sathya Sai International Leadership Programm hat meine berufliche Laufbahn nachhaltig beeinflusst. Dieser wichtige Meilenstein hat mich dazu bewogen, mich auf eine tiefgreifende Reise zu begeben - die Teilnahme an der SSSIO Internationalen Konferenz in Sri Lanka.

Anfangs war ich besorgt und unsicher wegen des Konferenztitels „Mein Leben - Seine Botschaft“. Ich war von Verwirrung und Furcht ergriffen, als ich über die möglichen Auswirkungen dieses Themas auf die Richtung meines Lebens nachdachte.

Die Konferenz fand inmitten eines Landes statt, das reich an alter Geschichte, lebendiger Kultur und einer tief verwurzelten spirituellen Gemeinschaft ist. Der Ort der Konferenz vermittelte bei meiner Ankunft

ein unbestreitbares Gefühl der Ruhe. Die Herzlichkeit und Freundlichkeit, die jeder ausstrahlte, dem ich begegnete, waren zu tiefst bewegend. Die Konferenz war eine Mischung aus aufschlussreichen Vorträgen, fesselnden Workshops, gefühlvollen Bhajans, bereichernden Foren, fesselnden Kulturprogrammen und einer friedvollen Meditationssitzung. Die Segmente gingen nahtlos ineinander über und vermittelten die klare Botschaft der Verwirklichung unserer angeborenen göttlichen Natur.

Der Höhepunkt dieser transformativen Erfahrung war für mich das Erwachen zur Bedeutung des ganzheitlichen Wohlbefindens - die Einsicht in die lebenswichtige Bedeutung der körperlichen und geistigen Gesundheit. Das Singen des Gayathri-Mantras am Strand rief ein tiefes Gefühl von Frieden und Gelassenheit hervor. Darüber hinaus vertiefte das Verstehen des zugrundeliegenden Themas „Mein Leben - Seine Botschaft“ mein Verständnis der grundlegenden Pfeiler für ein wahrhaft zufriedenes und erfülltes Leben.

Diese spirituelle Reise war eine bereichernde und die Augen öffnende Erfahrung, die die Bedeutung einer gesunden Lebensweise und Aspekte des Wohlbefindens aufzeigte, die ich zuvor vielleicht übersehen hatte.

Dankbarkeit überwältigt mich, wenn ich über das Privileg nachdenke, an dieser lebensverändernden Konferenz teilgenommen zu haben - eine bedeutsame und transformative Erfahrung, die einen unauslöschlichen Eindruck auf meinem Lebensweg hinterlassen hat. Es ist ein Kapitel, das ich für immer in Erinnerung behalten und seine Weisheit und Offenbarungen über Jahre hinweg bewahren werde.

Frau Umassree Murugesan, Malaysia

## InSAIde Scoop Podcast Series

Serie 2022, Folge 2: „Macht Gleichmut mich weniger einfühlsam?“ mit Schwester Vaishnavi Nair

In dieser Folge des Inside Scoop-Podcasts geht es um das tiefgründige Konzept des Gleichmuts und seine praktische Anwendung in unserem täglichen Leben. In dieser Folge ist Schwester Vaishnavi Nair, auch bekannt als Vaishu, zu Gast, die wertvolle Einsichten in die Diskussion einbringt. Vaishu ist Leiterin der Suchabwicklung bei Google, eine regelmäßige Bhajan-Sängerin und eine Devotee von Bhagawan, seit sie 16 Jahre alt ist, mit einer tiefen inneren Verpflichtung, die von Swami gelehrtene Werte täglich zu praktizieren.

Der Aufsatz beginnt mit einer Reflexion über die Herausforderungen und das Leiden in der Welt. Man soll überlegen, ob es notwendig ist, Empathie und Mitgefühl zu unterdrücken, um Gleichmut zu bewahren.

Vaishu teilt ihre Sichtweise von Gleichmut mit und betont, dass er nicht bedeutet, nichts zu fühlen. Stattdessen geht es bei Gleichmut darum, wie schnell man sich von emotionalen Reaktionen erholen kann. Das Ziel ist es, die Reaktionszeit zu verkürzen, so dass man liebevoll und bewusst auf die Herausforderungen des Lebens reagieren kann, noch bevor man emotional reagiert.

Vaishu erzählt, wie sie einst mit einer langen Erholungszeit nach einer Enttäuschung zu kämpfen hatte, aber schließlich lernte, sich schneller von Rückschlägen zu erholen. Gleichmut, wie sie ihn beschreibt, bedeutet mit Liebe und Rücksicht zu reagieren. Das Gespräch führt zur Geschichte von Swamis bemerkenswerter Art und Weise, von Zorn auf Liebe umzuschalten, und sie ist beeindruckt von Swamis Fähigkeit, reine

Liebe und Mitgefühl zu zeigen, selbst im Angesicht starker Emotionen.

Die Gastgeber werfen dann eine zwingende Frage auf: Wie sollte man mit langanhaltendem Leid oder Glück umgehen? Vaishu stellt das Konzept der Grundfreude vor, die das allgemeine Niveau von Glück und Zufriedenheit einer Person darstellt. Sie erklärt, dass die Grundfreude einen erheblichen Einfluss darauf hat, wie man mit anhaltendem Leid oder Glück umgeht. Sie hebt hervor, wie Affirmationen die eigene Perspektive in schwierigen Zeiten verändern können.

Die Diskussion berührt den Russland-Ukraine-Konflikt und die Frage, wie das Konzept des Karmas mit Empathie in Einklang gebracht werden kann. Vaishu erklärt, dass das Verständnis von Karma der Empathie nicht im Wege stehen sollte, dass es aber wichtig ist, sich daran zu erinnern, dass alles, was dem Einzelnen widerfährt, letztlich zu seinem höchsten Nutzen ist. Sie ermutigt dazu, ein Gleichgewicht zwischen Selbsterhaltung und dem Glauben an die göttliche Inszenierung zu finden.

Als Nächstes verrät Vaishu ihr Geheimnis, wie sie ein hohes Maß an grundlegender Freude aufrechterhalten kann: das Üben von Dankbarkeit. Sie erklärt, wie Dankbarkeit die eigene Perspektive verändern kann. Die Gastgeber äußern ihre Wertschätzung für die positiven Auswirkungen von COVID-19 auf die Perspektiven der Menschen, denn viele sind während der Pandemie dankbarer geworden für einfache Freuden und neu entdeckte Hobbys. Sie betonen, wie wichtig es ist, dieses Gefühl der Dankbarkeit aufrechtzuerhalten, um Gleichmut zu bewahren.

Hier könnt ihr die ganze Folge anhören:  
<https://www.youtube.com/watch?v=MV7OJV SowW0>



## Beiträge von Kindern

### Die fünf Menschlichen Werte



Der wichtigste aller Werte, der erste, ist die Liebe. Mitgefühl und Selbstlosigkeit sind Aspekte der Liebe. Solange wir dieses tugendhafte Handwerkszeug tragen, sind wir in der Lage, es zu leben. Gott wohnt zu jeder Zeit bei uns.

Dann kommt die Wahrheit, der Wert, der unser Gewissen bestimmt. Um die Wahrheit zu bewahren, müssen wir immer ehrlich bleiben. Die Auswirkungen der Wahrhaftigkeit kehren durch Karma zu uns

zurück, dies drückt den großen Wert der Entwicklung von Dharma aus.

Der Wert des Friedens ermöglicht es uns, Gleichmut zu bewahren und eine ruhige Umgebung um uns herum zu schaffen. Geduld und Demut fördern unsere innere Ruhe. Sie geben uns den Wert des Friedens in die Hand.

Rechtschaffenheit lehrt uns, das Richtige zu tun, und verhindert falsche Handlungen mit all ihrer Kraft. Unser subtiles Gewissen, die „Stimme Gottes“, sorgt dafür, dass wir lernen, was richtig und was falsch ist.

Die Kontrolle über unsere Gedanken, Worte und Taten ist ein bedeutsamer Wert, den wir alle brauchen. Gewaltlosigkeit lehrt uns, keine Verletzungen zu verursachen, und vervollständigt die Werte eines wahrhaft hingebungsvollen Charakters.

Derjenige, der Swamis Lehren folgt, ist derjenige, der die Rolle eines menschlichen Wesens verwirklicht, bekannt als „die Juwelen, die in uns wohnen“. Diese Werte leiten uns also durch unser Leben.

*Krish B. | Gruppe 4 | Kanada*



## SSSIO ONLINE

# Veranstaltungen und Websites

Die SSSIO hat Online-Veranstaltungen durchgeführt, um Swamis Liebe, seine Botschaft und sein Werk mit allen Menschen auf der ganzen Welt zu teilen. Hunderttausende von Menschen wurden durch diese Veranstaltungen erreicht, die auf der Seite [www.sathyasai.org/live](http://www.sathyasai.org/live) übertragen wurden. Bitte besucht [www.sathyasai.org/events/worldwide](http://www.sathyasai.org/events/worldwide) für weitere Details zu den geplanten Veranstaltungen, einschließlich Zeitangaben.

17.-18. Februar 2024; Samstag-Sonntag; Akhanda Gāyatrī

24. Februar 2024; Samstag; Chinesisches Neujahr

Bleibt auf dem Laufenden über Neuigkeiten und Aktivitäten der SSSIO, indem ihr die SSSIO Websites besucht und die verschiedenen Kommunikationskanäle nutzt oder abonniert.

### Websites

<https://www.sathyasai.org>

<https://saiuniverse.sathyasai.org>

<http://sathyasaihumanitarianrelief.org/updates/>

<https://www.sathyasai.org/ya>

<https://www.sathyasai.org/education>

<https://www.sathyasai.org/healthy-living>

### Medien

 <https://facebook.com/sathyasai.org/>

 <https://instagram.com/sathyasaiorg/>

 [https://twitter.com/sathyasai\\_org/](https://twitter.com/sathyasai_org/)

 <https://t.me/sathyasai>

---

*Füllt euren Geist mit Gedanken an Gott. Tut göttliche Handlungen. Das ist wahres Sādhana. Die Menschen behaupten, dass sie Stunden in Meditation verbringen. Aber was nützt das, wenn es keine Konzentration des Geistes gibt? Es ist besser, wenn du deine Pflicht tust oder einen sozialen Dienst leistest oder an Bhajans teilnimmst. Versucht auf diese Weise, den Geist unter Kontrolle zu bringen. Auch wird solche Arbeit in Anbetung verwandelt.*

Sri Sathya Sai Baba, 1. Januar 1991

---

LIEBE ALLE - DIENE ALLEN



HILF IMMER - VERLETZE NIE