

The background of the entire page is a soft-focus photograph of pink flowers with green stems. The flowers are scattered across the frame, with some in sharp focus in the lower right and others blurred in the upper left. The overall tone is light and serene.

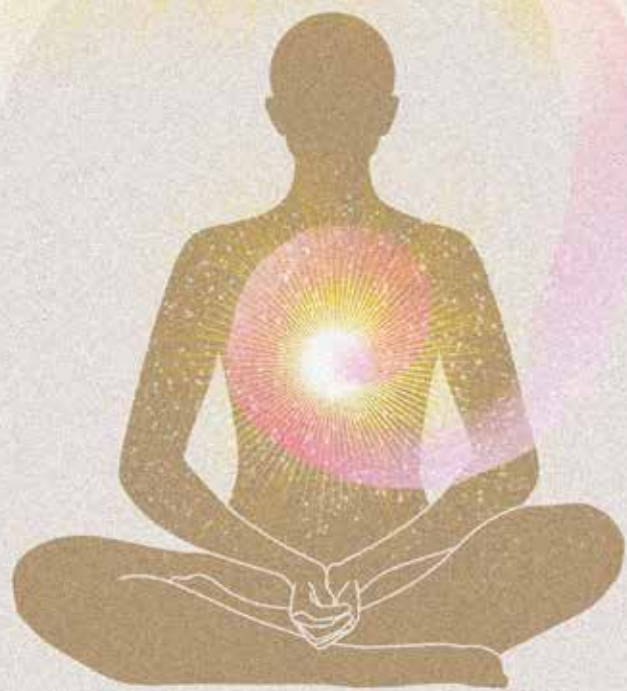
Message von

Daaji

anlässlich des
97. Geburtstages von

Pujya Chariji Maharaj

24. Juli 2024, Kanha Shanti Vanam



Von der individuellen Harmonie zur göttlichen Harmonie

*“Wir erhalten Kraft aus unseren Gedanken. Sie entsteht nur,
wenn wir eine vollkommene Harmonie zwischen den Dingen,
die wir geschaffen haben, und denen
des Göttlichen herstellen.”*

–Babuji Maharaj

Liebe Schwestern und Brüder,

der Schriftsteller James Allen sagte: “Wie ein Mensch in seinem Herzen denkt, so ist er.” Lord Buddha lehrte: “Alles, was wir sind, ist das Ergebnis dessen, was wir gedacht haben.” Wir wissen, dass Gedanken Macht haben, und dass wir von der Macht unserer Gedanken beeinflusst werden. Negatives Denken kann zu Missverständnissen und Konflikten in Beziehungen führen. Wenn man von den Absichten eines anderen Menschen das Schlimmste annimmt, kann das zu unnötigen Auseinandersetzungen führen.



Negative Gedanken wie “Ich kann das nicht” oder “Ich werde versagen” behindern die Leistung bei der Arbeit oder in der Schule und führen zu mangelndem Erfolg.

Außerdem schmälern negative Gedanken unsere Freude an alltäglichen Aktivitäten. Ständige Sorgen oder die Beschäftigung mit möglichen negativen Folgen hindern uns daran, uns voll und ganz auf die angestrebten Lebensziele einzulassen. Anhaltende Negativität führt zu einer allgemeinen Frustration über das Leben, bei der selbst positive Erfahrungen von der negativen Einstellung überschattet werden.

Negative Gedanken wirken sich sogar negativ auf unsere Immunreaktionen aus. Anhaltend negatives Denken führt zu Erkrankungen wie Depressionen und Angstzuständen oder verschlimmert diese. Gedanken wie “Ich bin nicht gut genug” oder “Es wird nie besser werden” schaffen einen Kreislauf aus Verzweiflung und Sorge. Ständige Selbstkritik und negative Selbstgespräche schwächen das Selbstwertgefühl und geben dem Einzelnen das Gefühl, unwürdig zu sein.

Positives Denken hingegen hilft, Stress zu bewältigen und Ängste abzubauen, und fördert eine ruhigere Denkweise. Eine solche Denkweise hebt die Stimmung und stärkt die geistige Widerstandskraft, so dass wir für die täglichen Herausforderungen des Lebens gewappnet sind.



Positives Denken hingegen hilft, Stress zu bewältigen und Ängste abzubauen, und fördert eine ruhigere Denkweise. Eine solche Denkweise hebt die Stimmung und stärkt die geistige Widerstandskraft, so dass wir für die täglichen Herausforderungen des Lebens gewappnet sind. Optimistische Menschen leben oft länger und gesünder, weil sie einen besseren allgemeinen Gesundheitszustand und ein geringeres Stressniveau haben. Darüber hinaus bleiben Menschen mit einer positiven Grundeinstellung voller Hoffnung. Menschen, die die Hoffnung gänzlich verloren haben, haben alles verloren – ja, schlimmer noch, sie können sogar selbstmordgefährdet sein.

Unsere Gedanken werden von vielen Einflüssen geprägt, unter anderem von *Samskaras*, unserer Erziehung und dem Umfeld, das uns die Gemeinschaften, Familien und die Medien, die wir konsumieren, bieten. Auch die Epigenetik spielt eine entscheidende Rolle. So hängt beispielsweise die Entwicklung unseres präfrontalen Kortex im Embryonalstadium weitgehend von der Umgebung ab, der wir in der Gebärmutter ausgesetzt sind. Während wir heranwachsen, prägt dann die Erziehung unser Umfeld und beeinflusst unsere Gedanken.

Der Psychologe Matthew Killingsworth führte an der Harvard Universität ein interessantes Experiment durch, bei dem moderne Technologien eingesetzt wurden, um die Qualität der Konzentrationsfähigkeit von Menschen zu messen. Eine Einstellung auf ihrem Handy kontaktierte die Teilnehmer an zufälligen Zeitpunkten während ihrer wachen Tageszeit. Ihnen wurden bestimmte Fragen gestellt, um den Echtzeitstatus ihrer Gedanken, Gefühle und Handlungen während ihrer Tagesaktivitäten zu erfassen. Die Antworten wurden in einer Datenbank gespeichert.



Diese Datenbank enthält derzeit fast eine Viertelmillion Stichproben von rund 5.000 Personen aus 83 verschiedenen Ländern, die zwischen 18 und 88 Jahre alt sind und 86 große Berufskategorien repräsentieren.

In seiner Studie “A wandering mind is an unhappy mind” [Anm.d.Ü.: “Ein umherschweifender Geist ist ein unglücklicher Geist”] (basierend auf den Daten von 2.250 Personen) fand er heraus, dass:

- in 47 % der Fälle die Gedanken abschweiften,
- die Menschen weniger glücklich waren, wenn ihre Gedanken abschweiften, als wenn sie es nicht taten, und
- wir nicht unkonzentriert sind weil wir unglücklich sind, sondern dass mangelnde Konzentration zu Unglücklichsein führt.

Kreativität ist ein Zustand der positiven Ausrichtung. Kann ein unentschlossener, unregulierter Geist kreativ sein? Auf seine eigene Art und Weise fokussiert sich auch der negative Geist, indem er sich immer wieder in vielen negativen Kanälen aufhält. Diese Tendenz beraubt den Geist seiner Kreativität. Ein unentschlossener und unkonzentrierter Geist kann das Glück nicht greifen. Deshalb hat Lord Krishna folgende großartige Frage aufgeworfen:

अशान्तस्य कुतः सुखम्

Wie kann der Unruhige glücklich sein?

—Bhagavad Gita || 2.66 ||



Wir alle haben unsere Probleme. Kann es eine einzige Lösung für all die vorherrschenden Themen geben? Die Suche nach einer Lösung für alle existentiellen Probleme ist eine ewige Suche der Menschheit. Schauen wir uns die Mundaka Upanishad an und versuchen wir, die gestellte Frage zu verstehen. In Vers 1.1.3 wendet sich ein Hausherr an den Lehrer und fragt:

कस्मिन्नु भगवो विज्ञाते सर्वमिदं विज्ञातं भवतीति

Herr, was ist es, durch das man, wenn man es weiß, alles andere weiß?

—Mundaka Upanishad || 1.1.3 ||

Ich behaupte, dass diese Suche niemals durch bloßes Wissen beendet werden kann. Ich würde die Frage also so formulieren: “Herr, was ist das, was, wenn es gelöst ist, alles andere löst?”

Meine Antwort auf diese Frage lautet wie folgt: Korrektes Denken und richtiges Verstehen, unterstützt durch eine aufrechte Haltung zum Leben, können eine Situation umkehren. Dieses Ergebnis wird durch die regelmäßigen kontemplativen Heartfulness-Praktiken der Meditation, der Reinigung und des Gebets erreicht. Sie verfeinern und definieren unser Leben neu.

Erstens können wir durch spirituelle Praktiken Harmonie in uns selbst schaffen. Individuelle Harmonie wiederum führt zu Harmonie zwischen unseren individuellen Schöpfungen und der göttlichen Schöpfung. Nun können diese beiden Aspekte der Existenz auf natürliche Weise in Resonanz treten und sich vermischen.



Das spirituelle Leben kann auf diese Weise von unserer materiellen Existenz Besitz ergreifen und all unsere weltlichen Aktivitäten bereichern. An diesem Punkt beginnen wir zu verstehen, wie unser winziges materielles Leben innerhalb des ewigen und unendlichen göttlichen Lebens existiert.

Ein spirituell Suchender kann höher und höher aufsteigen, wenn er sich auf beide Dimensionen einlässt und beide Aspekte beherrscht, so wie ein Vogel, der mit beiden Flügeln fliegt und sich von seinem Schweif leiten lässt. Das ermutigt ihn, sich hoch in den spirituellen Himmel zu erheben. Ein solcher spiritueller Pilger wird genau die richtigen Intentionen haben, wird korrekt denken und richtig verstehen, und deshalb immer eine positive Lebenseinstellung haben. Er wird im Einklang mit der Natur sein. Darüber hinaus wird sich der Lebensstil eines solchen Menschen auch positiv auf diejenigen auswirken, die am Wegrand stehen und sich noch nicht auf das einlassen, was für die menschliche Existenz lebenswichtig ist. Diese werden bald erkennen, wie wichtig es ist, spirituelles Streben mit weltlicher Erfüllung zu verbinden. Auf diese Weise kann ein aufrichtiger spiritueller Schüler bei anderen ein Gefühl der Zuversicht hervorrufen, indem er ein Beispiel abgibt, an dem sich alle anderen orientieren können.

Das spirituelle Leben kann auf diese Weise von unserer materiellen Existenz Besitz ergreifen und all unsere weltlichen Aktivitäten bereichern. An diesem Punkt beginnen wir zu verstehen, wie unser



winziges materielles Leben innerhalb des ewigen und unendlichen göttlichen Lebens existiert. Die wahre Bedeutung von Pujya Babujis Aussage “Leben im Leben” wird hier erkennbar.

Wenn ein normaler Mensch das Leben eines solchen spirituellen Pilgers wahrnehmen kann, wie könnte Gott es dann übersehen? Mit den Worten von Babuji: “Wenn ein Mensch sich Gott nähert, nachdem er das Richtige aus sich gemacht hat, sieht Er [Gott] ihn [den hingebungsvollen Schüler] mit anderen Augen. Damit wird deutlich, dass wir uns derart entwickeln sollten, dass wir ein Anziehungspunkt für Ihn werden.” Die ganze Zeit über hat der hingebungsvolle Schüler die Rolle des Liebenden gespielt, während Gott der Geliebte war. Doch nun kehren sich die Rollen um: Gott wird zum Liebenden und der Schüler wird zum Geliebten.

“Nähere dich dem Unbekannten”, sagte Babuji 1981 auf seiner Tour durch Südafrika. Auf der spirituellen Reise sieht der Pilger nie die Dimensionen, die vor ihm liegen, sondern nur die, die er bereits überwunden hat. Es ist, als würde man nachts die Sterne betrachten: Das Licht der Sterne braucht viele Jahre, um uns zu erreichen, und wenn wir dann die Sterne beobachten, sehen wir sie so, wie sie vor langer Zeit erschienen sind. In ähnlicher Weise bleibt das, was erlebt oder wahrgenommen wird, immer hinter der aktuellen Position des Wahrnehmenden zurück – ein Punkt, der noch weiter ausgeführt werden muss, um ihn vollständig zu erfassen.

Wissen erfordert die Anwesenheit eines Subjekts, das weiß, sieht oder erfährt, und eines Objekts, das bekannt ist, gesehen oder erfahren



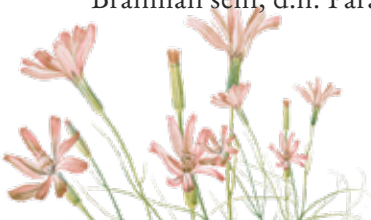
wird. Außerdem ist das Subjekt immer subtiler als das Objekt. Ein Beispiel:

1. Die Sinnesorgane können gröbere Sinnesobjekte wahrnehmen, aber die Sinnesobjekte nehmen die subtileren Sinnesorgane nicht wahr.
2. Der Geist nimmt die gröberen Sinnesorgane wahr, aber die Sinnesorgane können den subtileren Geist nicht wahrnehmen.
3. Der Intellekt nimmt den gröberen Verstand wahr, aber der Verstand kann den subtileren Intellekt nicht wahrnehmen.
4. Das Bewusstsein nimmt den gröberen Intellekt wahr, aber der Intellekt kann das subtilere Bewusstsein nicht wahrnehmen.

Der Wissende ist immer subtiler als das Gewusste; das Gewusste ist immer gröber als der Wissende.

(Es ist interessant festzustellen, dass die Tatsache, der Wissende sei subtiler als das Gewusste, eine Parallele zu den Schwierigkeiten darstellt, mit denen Forscher konfrontiert sind, wenn sie versuchen, die Teilchenaktivität zu messen: Wenn das Instrument, mit dem die Teilchenaktivität gemessen wird, nicht subtiler ist als das beobachtete Teilchen, stört die Messung das Verhalten des Teilchens, was die Beobachtung des Teilchens schwierig macht).

Angesichts der Tatsache, dass der Wissende immer subtiler ist als das Gewusste, können wir Folgendes verstehen: Wenn man Brahman, das Absolute, erfassen will, muss der Betrachter jenseits von Brahman sein, d.h. Para-Brahman, wie es bereits viele Heartfulness-



Praktizierende erfahren haben. Und was ist, wenn man alle Ebenen der Existenz wahrnehmen kann, außer dem Zentrum selbst? In diesem Fall bedeutet das, dass man sich im Zentrum etabliert hat.

Alles, was wir sehen, liegt bereits hinter uns. Wir müssen uns also immer auf das Unbekannte zubewegen – das, was wir nicht sehen können. Welche Haltung kann diese positive Entwicklung fördern?

Die Vorstellung von Gott als *Nirguna*, “ohne Eigenschaften”, wird als etwas Höheres verstanden als die von Gott als *Saguna*, “mit Eigenschaften”. Man kann etwas nur durch seine Eigenschaften erkennen. Wenn etwas keine Eigenschaften hat, kann es nicht erkannt oder erfahren werden. Was wir im Allgemeinen als göttliche Erfahrungen verstehen, sind in Wirklichkeit Erfahrungen mit göttlichen Eigenschaften. Dies sind die Qualitäten und Zustände, denen wir auf den verschiedenen Stufen unserer spirituellen Reise begegnen, nämlich Zufriedenheit, Frieden, Liebe, Mut, Klarheit und so weiter. Das Leben eines Abhyasi ist reichlich versehen mit Erfahrungen von göttlichen Qualitäten und Attributen. Diese müssen als Widerspiegelung der Göttlichkeit in uns betrachtet werden – da die Göttlichkeit selbst keine Eigenschaften hat und somit niemals als Objekt des Wissens oder der Erfahrung dienen kann.

Wenn unser Ziel das Höchste ist, wie sollten wir uns dann solchen Erfahrungen nähern? Sollten wir diese geringeren, aber erfahrbaren Manifestationen des Göttlichen willkommen heißen oder alle diese Erfahrungen mit einer entsagenden Haltung von *Neti Neti* [nicht dies, nicht das] betrachten und stattdessen unseren Blick allein auf das Höchste richten?



Im Allgemeinen scheitern wir, wenn wir versuchen, die letztendliche Wirklichkeit als unser Ziel festzulegen. Da wir kein Wissen über sie haben, können wir sie weder erfassen noch unseren Weg danach ausrichten. Wir beschreiben sie mit vertrauten Begriffen wie “Zentrum”, “Einssein mit Gott” und “Verwirklichung”, aber obwohl wir diese Worte verstehen, wissen wir nicht, wofür sie stehen. Die Funktion dieser Worte ist wie die von einem X in einer mathematischen Gleichung.

Ein Ziel muss klar und definierbar sein, sonst kann es uns nicht dienen. Während das unbestimmte Absolute sicherlich unser Ziel ist, scheitern wir aber, wenn wir es als persönliches Ziel betrachten. Die Stärke des *Bhakti-marga*, des Pfades der Liebe und Hingabe, ist das Vorhandensein eines bestimmten Objekts und Ziels – des Geliebten, dem der Liebende seine Liebe schenken kann, der Gottheit, der der Verehrer seine Hingabe schenken kann.

Eine traditionelle Kritik an *Bhakti-marga* ist, dass seine Anhänger dazu neigen, fest im Bereich der Form, der Attribute und der Rituale zu verharren und kein Interesse daran haben, darüber hinauszugehen. Wenn jedoch das Objekt der Hingabe, des *Bhakta*, ein Meister von Format ist – einer, der sowohl *Saguna* als auch *Nirguna* ist – dann kann der *Bhakti*-Pfad als Brücke dienen, die uns vom Erkennbaren zum Unbekannten führt. Es ist eine *Saguna*-Herangehensweise, die zu einem *Nirguna*-Ergebnis führt.

Auf unserer Reise entdecken wir zahlreiche göttliche Eigenschaften in uns, die unseren spirituellen Zustand maßgeblich beeinflussen.



Nichts jedoch beeinflusst unseren spirituellen Zustand so tiefgreifend wie Bhakti. Die nützlichste Art und Weise, sich den Erfahrungen göttlicher Eigenschaften zu nähern ist die, die unsere Bindung an den Meister stärkt, der als Brücke zum Höchsten dient. Indem wir diese Erfahrungen mit dem Meister in Verbindung bringen und sie als Geschenke behandeln, stärken wir die Bande der Liebe, mit denen er uns in die Unendlichkeit führt. Wenn wir uns mit unseren bitteren Erfahrungen des Lebens mit der gleichen Liebe und Dankbarkeit gegenüber dem Gebenden annähern, kann das Rätsel des Lebens gründlich gelöst werden.

Mit Liebe und Respekt,

Kamlesh

Message von

Daaji

anlässlich des

97. Geburtstages von Pujya Chariji Maharaj
24. Juli 2024, Kanha Shanti Vanam





heartfulness
advancing in love