

Botschaft 249

Los Angeles (USA), 28. September 2012

Blitze der Energie des Verstehens im Körper eines Kriyabans

I – Das trennende „Ich“ verbirgt seine eigenen Unzulänglichkeiten vor sich selbst, aber es freut sich, wenn es auf solche Fehler in anderen im unaufhörlichen Prozess der Selbstverherrlichung und Befriedigung hinweisen kann.

Vor kurzem wurde während der Programme in den Vereinigten Staaten eine direkte Beziehung zwischen dem Verständnis der Kriya-Lehren und den **Yamas** (Richtlinien) und **Niyamas** (Regeln) aufgezeigt. Anscheinend ist eine feste Grundlage in diesen beiden grundlegenden Lehren des Kriya Yoga notwendig, damit ein Kriyaban-Körper im Leben ist und nicht im identifizierten Denken. Dieser Körper ist dieser Lektion in seinem Leben immer wieder begegnet. Wenn die Lebensweise nicht in den Niyamas gegründet war und die Yamas nicht eingehalten wurden, entstand Chaos, was zu Belastung in den emotionalen, finanziellen, beruflichen und zwischenmenschlichen Strukturen um diesen Körper führte, sogar so weit, dass die Praxis von Kriya Tapas nicht möglich war!

In den USA sagen wir manchmal: „Ein aufgeräumter Schreibtisch ist ein Zeichen für einen reinen Geist.“ Dieser Körper hält das für absolut wahr. Wenn „mein Haus“ (sowohl in der materiellen Welt als auch im Geist) geordnet ist – d.h. wenn es sich in einem Zustand von Reinheit und Zufriedenheit (Niyamas) befindet und ich mich recht verhalte (Yamas) – dann scheint das Leben einfach mühelos zu fließen und bewegt sich immer in die richtige Richtung. Umgekehrt, wenn ich von Unordnung in der äußeren Welt umgeben bin und wenn meine innere Welt (mein Geist) vom Chaos, vom Dreck und Unrat in Anspruch genommen wird – ja, belagert wird - , dann erzeugt das eine zusätzliche Last für den Verstand, der ständig in nicht endenden Bestrebungen und Widersprüchen verwickelt ist.

Ich habe gelernt, dass die Grundlage aller Kriya-Praxis tatsächlich diese Yamas und Niyamas sind! Ebenso ist Pranayama die Grundlage für Beständigkeit im Kriya Tapas. Jede Stufe im achtfachen Kriya-Weg bildet die Basis für den Fortschritt und Erfolg auf der nächsten Stufe. Was für eine tiefgründige Entdeckung!

Dieser Körper – Shibendu-ji – hat uns diese Lehren gegeben, die so tief und einsichtig sind; von einem weiteren Gesichtspunkt aus skizzieren sie den Kern der Kriya-Lehren, der in das Leben des Schülers integriert werden muss, um den Weg zum Prozess der Schülerschaft herauszuarbeiten.

5 Yamas (Richtlinien)

- Nicht lügen. Das ist so einfach, und doch bringt der denkende Geist bei jeder Begegnung und Gelegenheit Lügen ins Spiel und flüstert einem ganz fein ins „Ohr“, was man sagen soll.
- Keine Abhängigkeit. Man vergisst, dass nicht nur Alkohol-, Drogen- oder Nikotinkonsum Süchte sind. Wir sind auch Junkies in Bezug auf Essen, Kleidung, Status, Macht und sogar Gesundheit. Manche sind sogar süchtig danach, Bücher über Spiritualität zu lesen!
- Kein Stehlen. Auch wenn dies ein Yama ist, das sich auf „die Hände“ bezieht, gilt es auch dafür, Worte anderer zu stehlen und sie für unsere eigenen auszugeben. Nicht nur Worte, auch Ideen, Besitztümer, Glauben, ja sogar „auszuleihen“ ohne Mitteilung – der diskrete Verstand rechtfertigt solche Handlung als akzeptabel aufgrund von „diesem Umstand“ oder „jener Begründung“. Das schließt auch die Aneignung von Eigenarten ein, wie sie oft von empfundenen Persönlichkeiten (Masken) im Kino übernommen werden.
- Gewaltlosigkeit. Gewalt ist auch nicht auf Handgreiflichkeit eingeschränkt. Sie kann auch in der Kommunikation auftreten – sei es in geschriebener, verbaler oder nicht-verbaler Form – sogar ein einfacher Blick kann gewalttätig sein! Sogar Gedanken von Hass oder Vorurteil.
- Kein sexuelles Fehlverhalten. Die Hausvatertradition der dynastischen Nachfolge sagt nicht: „Kein Sex“, vielmehr warnt sie vor sinnlicher Besessenheit, die in vielen Formen auftreten und zu Perversion im Denken und Handeln führen kann.

5 Niyamas (Regeln)

- Reinlichkeit. Hier wiederholen wir: „Ein aufgeräumter Schreibtisch ist ein Zeichen für einen reinen Geist.“ Aber nicht nur der Schreibtisch. Das Zuhause, das Auto, der Körper, der Arbeitsplatz. Und darüber hinaus unser Denken und unser Verhalten. Ein Durcheinander zu schaffen, hält die inneren Leidensprozesse wie Stress, Angst und Depression aufrecht.

- Zufriedenheit. In den USA ist unsere Gesellschaft in den ständigen Kreislauf von Verlangen und Bekommen verstrickt. Zufriedenheit bezieht sich sogar auf unsere Kriya-Praxis. Vollkommenheit ist unser natürlicher Zustand, wenn das trennende Bewusstsein ins nicht-duale Gewahrsein erblüht. Das ist Wahlfreiheit ohne den Druck oder die Widersprüche aus der Vergangenheit. Das öffnet uns der Vollendung.
- Einfachheit/Askese. Manchmal ist die einfachste Lösung auch die beste Lösung. Übermäßiges Denken ist eine weitere Krankheit des Geistes. Das bedeutet auch, dass das Leben auf Notwendigkeiten gründet und nicht auf Gier. Es dreht sich nicht darum, zu verlangen und es hinzukriegen, es auch zu bekommen, sondern um die Weisheit der Mäßigung und Dankbarkeit gegenüber dem Leben für das, was es bereits gewährt hat.
- Wohltätigkeit (etwas für nichts tun). Wenn ich jemanden über meine „guten“ Taten informieren muss, dann habe ich diese Taten zur Selbstbefriedigung ausgeführt, was überhaupt nicht mildtätig ist. Das beinhaltet auch, wenn ich mir selbst auf die Schulter klopfen! Entsagung, um etwas zu erhalten, ist keine Entsagung.
- Mitgefühl. Jemandem aktiv zuzuhören ohne mit einer vorgefassten Antwort oder geistreichen Phrase aufzuwarten, ist wirkliches Mitgefühl – ich schüttele nicht die Inhalte meines unruhigen Geistes über seine Probleme und Kämpfe aus. Ist meine unerbetene Meinung von so großem Wert für andere?

Und doch hat selbst dieser Körper – wie viele andere Kriyaban-Gefährten – die Neigung, sich hauptsächlich auf die Kriya Tapas Übung zu konzentrieren und dabei völlig die Notwendigkeit zu vergessen, immer in den grundlegenden Übungen der Yamas und Niyamas verwurzelt zu bleiben. Das ist die Falle des identifizierten Denkens: immer zu verlangen und zu werden. Ohne diese Grundlage bin ich nicht offen für die Energie des Verstehens. Meine Gedanken sind getrübt von der Betriebsamkeit, der Hast und den Sorgen des täglichen Lebens. Das fesselt mich im Teufelskreis von Verwicklung und Verwirrung. Leben ist nicht Verwicklung und Verwirrung. Es ist so einfach, dass es für den kläglichen und gespaltenen Verstand unvorstellbar bleibt. Indem ich diese einfachen Dinge beachte, öffne ich mich der unermesslichen Energie des Verstehens in diesen Lehren. Dann werde ich daran erinnert, dass andere nur ein Spiegel „meiner“ selbst sind – sie können auch meine Lehrer sein, wenn ich mich im Zustand des „Loslassens“ befinde. Das bedeutet, offen für den Prozess der Schülerschaft zu sein.

II – Die leibliche Mutter ist eine Information, aber Liebe ist Wahrheit. Wahrheit ist Liebe. Die Wahrheit darf nicht sabotiert und verloren werden angesichts der Information und danach in verzerrter Information. Die Liebe von Adoptiveltern ist Wahrheit, die man nicht in die Traufe des denkenden Geistes ableiten sollte, nur weil dieser sich über eine spätere Nachricht aufregt, die leibliche Mutter habe das Kind in einem Waisenhaus gelassen, ohne die Dimension der Liebe des Lebens zu fühlen, noch nicht mal den gelegentlichen Impuls der Liebe, sich danach zu erkundigen, was das Kind durchmacht! Und wenn das Kind durch eine wunderbare und geheimnisvolle glückliche Fügung zu einem erfolgreichen und wertvollen Menschen heranwächst, da die Adoptiveltern es mit größter Sorgfalt aufgezogen haben, dann will die leibliche Mutter den vergessenen Sohn in das Netzwerk ihrer so genannten „Liebe“ ziehen. Seltsamerweise ist es der verantwortungsbewusste Sohn, der die Initiative ergriff, seine „leibliche Mutter“ nach mehreren Versuchen über viele Jahre hinweg aufzuspüren, wobei er viel Geld aufwendet und erfahrene Detektive dafür einsetzt!

III – Wenn ein Prozess der Schülerschaft seine zukünftige Frau bittet, für diesen heiligen Prozess offen zu sein, und wenn die Antwort darin besteht, diesen bescheidenen Vorschlag auf eine dumme, freche Weise gnadenlos abzulehnen, was kann die Wirkung der Wahrnehmung im Körper des Schülers sein? Möge ein intensiver Svadhyay-Prozess die Energie der Intelligenz im Körper des Schülers erwecken, damit sie zu einer weisen Entscheidung in dieser Hinsicht gelangt!

Jai Guru. Jai Schüler.