

## Der praktische Pfad der Spiritualität

Die Wissenschaft der Seele ist ein praktischer Weg, der von allen ausgeübt werden kann. Selbst ein Kind kann diese Dinge erfahren, wenn es auf den Weg gestellt ist. Es ist nicht eine Sache von Schlussfolgerungen oder verstandesmäßigem Ringen, sondern die einer Ersthand-Erfahrung. Sehen ist glauben ! Durch die Gnade des Meisters könnt ihr bei der allerersten Meditationssitzung zum Zwecke der Initiation eine Erfahrung erhalten. Diese Erfahrung mag sehr klein sein, doch sie reicht aus, um zu beweisen, daß innen etwas ist. Aber offen gesagt, der Schüler wird nur dann mit der spirituellen Übung Erfolg haben, wenn er sein Gemüt aufgibt.

Der Verstand allein wird nicht zur höchsten Wahrheit führen. Einmal kam ein gelehrter Pandit eines bedeutungslosen Argumentes wegen zu Kabir. Kabir wies ihn zurück, indem er sagte: „Mein gelehrter Freund, warum argumentieren, wenn wir niemals auf Übereinstimmung hoffen können ? Du sprichst von etwas, was du nicht gesehen, von etwas, was du nur gelesen hast, wohingegen ich nur von dem spreche, was ich gesehen habe.“ einmal sagte mein Meister, Hazoor Baba Sawan Singh Ji, beim Satsang: „Gebt heute euer Gemüt, und ihr werdet direkt zu Gott gehen.“ Ein Mann sagte: „Maharaj, ich bin bereit, mein Gemüt aufzugeben.“ Der Meister erwiderte darauf: „Mach dir erst das Gemüt zu eigen, dann kannst du es geben.“ Gelegentlich müssen die Meister die Wahrheit in sehr klaren Worten zum Ausdruck bringen, auch wenn es bitter klingen mag, denn sie empfinden Liebe für die ganze Menschheit und wünschen allen, daß sie das Ziel erreichen. Wir können nur das geben, was wir bereits besitzen. Gegenwärtig werden wir vom Gemüt von einem Ort zum anderen gezogen und sind ihm ausgeliefert. Das Gemüt wiederum ist den Sinnen preisgegeben, und diese achten nur auf äußere Freuden und Sinnesgegenstände. Kabir sagte dem gelehrten Pandit wieder: „Sieh, du hast dein Leben vergeudet und den Sinn des Lebens verfehlt. Es wurde dir gegeben, um dich selbst zu erkennen und Gott zu erkennen. Du hast diese Gelegenheit vertan. Du hast nicht nur dir selbst etwas vorgemacht, sondern auch all jenen, die zu dir kommen. Wenn du dich zurückgehalten hättest, wäre es viel besser gewesen, denn dann hättest du allein das Spiel des Lebens verloren und nicht verursacht, daß auch andere das ihre verlieren. Du hast deine günstige Gelegenheit verloren; warum die anderer nutzlos vertun?“

Wohin das Gemüt auch immer geht, dahin wird der Körper ihm folgen und ebenso das Herz und der Verstand. Die weltlichen Pflichten sind genauso notwendig wie die spirituellen, und wenn ihr den besten Gebrauch von ihnen in einer losgelösten Weise macht, ist alles gut; aber wenn nicht, werdet ihr euch Tag für Tag weiter von Gott entfernen. Der Preis, den wir bezahlen müssen, um den größten Nutzen aus diesem menschlichen Leben zu ziehen, ist unser Gemüt. Die Brihadaranyaka Upanishade sagt: „Die Unendlichkeit mit dem begrenzten Verstand zu begreifen, ist ebenso unmöglich, wie den Durst mit Wein zu löschen oder Öl aus Sand zu gewinnen.“ Wie kann der begrenzte Verstand die alles durchdringende Wirklichkeit innerhalb seines engen Horizontes erfassen? Das ist eine glatte Unmöglichkeit.

Das Gemüt wird dort hingehen, wo immer ihr es haben wollt. Der wahre Sucher sagt: "Ich gab dem Meister meinen Körper: ich gab dem Meister meinen Reichtum; ich gab dem Meister mein Gemüt." Und dann? "Ich erfuhr von Gott in höchstem Maße." Es gibt tatsächlich welche, die ihren Körper aufgeben wollen - nicht viele, aber es gibt welche. Dann gibt es viele, die bereit sind, ihren Reichtum aufzugeben, obwohl manche noch zögern werden. Aber ihr findet sehr, sehr wenige, die bereit sind, das Gemüt aufzugeben. Wer den Mut hat, das zu tun, würde Gott auf der Stelle verwirklichen.

Die Meister sprechen oft in Begriffen, die vom Verstandesmenschen nicht erfaßt werden können. Einmal kamen einige gelehrte Männer zu Shamas Tabrez, einem persischen Heiligen. Sie begannen, ihm viele intellektuelle Fragen zu stellen, und Shamas Tabrez erwiderte: "Meine Freunde, wenn ihr die Mitternachtssonne seht, seid ihr sehr willkommen, um euch mit mir zu unterhalten. Wenn nicht, dann vergeudet nicht eure Zeit und meine." Die gelehrten Männer waren über die Worte des Heiligen sehr verwirrt. "Was meint er mit der Mitternachtssonne?" fragten sie. "Die Sonne sieht man nur zur Tageszeit, nicht nachts." Der Weise erklärte: "Die Sonne, von der ich spreche, geht niemals unter, und nur diejenigen sehen ihre Herrlichkeit, deren Herzen rein sind." Der Weise sprach vom Licht Gottes, seht ihr, Gott ist Licht, dem strahlender ist als das Licht zahlloser Sonnen zusammen, ein Licht, das zugleich unerschaffen und schattenlos ist, sehr sanft und sehr beruhigend. Es ist ein Licht, das niemals auf See und an Land war. Wir können dieses Licht nur innen sehen. Aber veräußerlicht, wie wir auf der Ebene der Sinne sind, wissen wir nichts von ihm. Um es zu sehen, müssen wir uns nach innen wenden und über das Körperbewußtsein erheben. :Shamas Tabrez legte den gelehrten Männern einen praktischen Aspekt der Spiritualität vor, aber sie konnten es nicht verstehen.

Reinheit des Gemüts ist erforderlich, seht ihr? Wenn das Gemüt schmutzig ist, ist alles schmutzig. Wenn man den physischen Körper wäscht, so reinigt dies nicht das Gemüt. Wir sollten äußerlich wie innerlich sauber sein, denn diese physische Form ist der Tempel Gottes, in dem das Licht der Wahrheit brennt. Ohne Reinheit kann man das Licht Gottes nicht sehen und die Stimme Gottes nicht hören. Alle Schriften sagen dasselbe. Die Bergpredigt wies in diesem Punkt eine unzweideutige Richtung. In ihr befaßt sich Jesus in klarer Weise mit den inneren wie den äußeren Gegebenheiten des Lebens. Diese beiden Aspekte hängen voneinander ab, wir können nicht einen auf Kosten des anderen vernachlässigen. Auch Buddha hob die Notwendigkeit richtiger Lebensweise hervor. Er verkündete den achtfältigen Pfad rechtschaffener Lebensweise für seine Anhänger. Buddha äußerte nie ein Wort über Gott, denn er wußte, daß die Erfahrung Gottes zwangsläufig folgen würde, wenn der Boden bereitet war.

Gott ist nicht weit entfernt, seht ihr? Es ist das Gemüt, welches des Hindernis darstellt. Wenn ihr sehr starkes Verlangen danach habt, Gott zu verwirklichen, dann setzt einen Fuß auf euer Gemüt, und der nächste Schritt wird der zur Tür Gottes sein. :Wer sein Gemüt übergibt, wird das Geheimnis aller Geheimnisse erlangen. Das Gemüt steht euch im Weg, aber wenn wir es aufgeben können, haben wir alles gegeben. Doch wie beginnen wir damit ? Guru Nanak sagt: " O Nanak, mit der Gnade Gottes im Meister kann das Gemüt unter Kontrolle gebracht werden." Wenn wir unsere Aufmerksamkeit bei einem wahren Meister halten können, ist das Gemüt beruhigt. Der Meister kann die Gabe von Naam gewähren und er weiß, daß es nur eine Lösung gibt, das Gemüt zu kontrollieren, und das ist Naam. Indem es mit Naam in Verbindung kommt, wird das Gemüt unter Kontrolle gebracht. Der Meister ist dem personifizierte Naam, das lebendige, fleischgewordene Wort.

Wenn sich durch die Gnade des Meisters das Gemüt mit Naam verbindet, erfährt es eine weit größere Freude, als die Sinne bieten können. Diese Welt ist voll von der Verderbtheit sinnlicher Genüsse, die alle keinen wirklichen Geschmack oder nichts wirklich Gutes an sich haben. Gott ist immer gegenwärtig und versieht uns mit dem ewigen Nektar von Naam, der Speise und Trank für die Seele ist. Darum ermahnt uns Kabir, einen wahren Meister zu suchen. Ein solcher ist kein gewöhnlicher Mensch, beachtet das. Er hat natürlicher wie jeder von uns einen menschlichen Körper, aber er ist mit der lebendigen Wahrheit innen in bewußte Verbindung gekommen und ihr Sprachrohr geworden. Der Meister ist nicht das menschliche, das physische Wesen, seht ihr? Er ist die göttliche Kraft, die über den menschlichen Pol wirkt.

Ein Moslem-Heiliger sagt: "Wir sollten mit dem Gemeinschaft haben, der den Zustand unseres Gemüts kennen und sieht, wie wir im Strom dahintreiben." Der Meister ist es, das verkörperte Wort, der uns den Nektar von Naam geben kann. Alles Wissen der Welt ist in dieser Hinsicht von keinem Nutzen, denn das Gemüt kann nur durch den Nektar von Naam, der Süße Gottes, unter Kontrolle gebracht werden. Die Meisterkraft verläßt uns niemals. Es ist nicht der menschliche Körper, sondern die Kraft, welche durch ihn wirkt, die ewig bestehen bleibt. Die Christuskraft hat durch alle Zeiten hindurch gewirkt und wird weiterhin wirken, aber durch verschiedene göttliche Werkzeuge und entsprechend den Bedürfnissen der Zeit. Was hat Jesus gesagt?" Siehe, ich bin bei euch alle Tage bis an der Welt Ende. Ich will dich nicht verlassen noch versäumen." Andere Meister haben dasselbe gesagt.

Das ganze Panorama der Schöpfung wurde von Gott geschaffen, und wenn sich unsere Seele ihm zuwendet, dann wird alles unser sein. Unser einziger Fehler ist unser Mangel an Kontrolle. Was ich damit hervorheben will ist, daß ihr euer Gemüt aufgeben müßt, wenn ihr Gott erkennen wollt. Gebt euer Gemüt auf, und hört nur auf einen, in dem Gott offenbart ist. Zu dem Zweck müßt ihr einen ausfindig machen, der sich ins kosmische Bewußtsein erhoben hat und ein bewußter Mitarbeiter des göttlichen Plans ist. Er wird zweifellos ein Mensch sein wie jeder von euch; aber er hat sich selbst erkannt und Gott im Innern erfahren. Wenn ihr bei ihm sitzt, werdet ihr ihn als ein ganz anderes Wesen sehen, voller Liebe und Erbarmen allen gegenüber. Er wird ein strahlendes Zentrum der Gottheit sein; die bloße Atmosphäre um ihn wird mit den radioaktiven Strahlen spiritueller Glückseligkeit geladen sein.

Nicht der physische Mensch ist der Guru, bedenkt das. Der Name Gottes ist der Guru, und Er ist immer gegenwärtig. Wenn Dampf zu Wasser wird, sieht es anders aus. Es kann auch zu Eis werden, aber es ist dennoch derselbe Dampf. Gott, der in allem Leben ist, erhält alle Dinge, aber der menschliche Pol wird, wo Er offenbart ist. Guru, Mahatma, Heiliger oder Meister usw. genannt. Der Meister sieht, daß Gott der Handelnde ist und nicht der physische Pol. Wenn ihr dem Guru begegnet, werdet ihr ihn auf den ersten Blick wie jeden anderen Menschen finden. Er selbst wird euch sagen: "Ich komme zu euch als Mensch zum Menschen. Ich bin ein Mensch genau wie ihr. Ich hatte das Glück, zu Füßen meines Meisters zu sitzen und machte Fortschritte auf dem spirituellen Weg. Jene, die nach dem Weg zu Gott suchen, sind sehr willkommen.

Der wahre Guru betrachtet sich nur als ein Diener des Herrn. Wenn ihr die Worte aller großen Meister mit Sorgfalt und Aufmerksamkeit lest, werdet ihr finden, daß keiner beanspruchte, ein Guru zu sein. Kabir wurde gefragt: "Wer seid ihr?" Er antwortete: "Wie sind jene, die das Geheimnis der weit entfernten Heimat wahren und die Weisungen des Herrn oben überbringen." Auch Christus hat gesagt: "Denn ich habe nicht von mir selber geredet, sondern der Vater, der mich gesandt hat." Der Prophet Mohammed hat gesagt: "Ich bin der, durch den ihr Ihn erreichen könnt." Diese Meister waren bewußte Mitarbeiter des Vaters oder der göttlichen Kraft in ihnen. Nur der, welcher sich der Kraft bewußt ist, die durch ihn wirkt, kann euch mit der Kraft innen in Verbindung bringen. Diese Verbindung ist nur dann möglich, wenn ihr euch über das Körperbewußtsein erhebt und nicht anders. "Wer sich zur selben Höhe erhoben hat, wird den Höchsten erkennen; diese Berausung von Naam, o Nanak, hält Tag und Nacht an."

Das ist somit etwas ganz anderes als intellektuelles Tun. Intellektuelle Fähigkeiten mögen einem praktischen Menschen als zusätzliche Hilfe dienen, denn dann kann er euch dieselbe Sache auf vielerlei Weise anschaulich erklären. Aber der bloße Verstandesmensch, der keine praktische innere Erfahrung hat, ist nach den kraftvollen Worten von Sheikh Saadi, einem Moslem-Heiligen, "ein Esel, der eine schwere Bücherlast trägt und gar nichts über ihren Wert weiß." Gott selbst im menschlichen Pol ist der Gebende, kein Menschensohn kann es tun. Ein Meister wird nicht als

solcher benannt, weil er Kleidung in einer bestimmten Farbe - gelb, rot, blau, schwarz usw. - trägt. Er ist einer, der Gott nicht, und in seiner Gemeinschaft können auch andere Gott sehen.

Ich sage euch natürlich nicht, daß es falsch sei, die Schriften zu lesen; aber es gibt keinen Ersatz für die direkte Erfahrung, die man zu Füßen eines kompetenten Meisters erlangt. Lesen mag eine Hilfe sein. Menschen, die sich auf das Gebiet des Verstandes begeben haben und dazu bestimmt sind, das Warum und Wozu der Dinge zu erkennen, werden schließlich den Weg finden. Aber sie müssen denselben Pfad gehen wie die Gebildeten. Dieser Pfad ist für die ganze Menschheit derselbe; er beginnt, wenn wir uns über die physische Ebene erheben. Und so kann verstandesmäßiges Wissen in sich selbst eine gute Sache sein. Es ist eine ehrende Auszeichnung für einen praktischen Adepten, aber bei manchen Menschen wird es zur Besessenheit. Wenn solche Menschen keinen inneren Zugang haben, täuschen sie nicht nur sich selbst, sondern auch andere

Alle Meister haben, wenn immer sie gekommen sind, dasselbe gesagt, doch in verschiedenen Sprachen und in jeweils anderer Ausdrucksweise, gemäß dem Brauchtum der Zeit und der Länder, in denen sie lebten. Als die früheren Meister gegangen waren, wurden Religionen gegründet, um ihre Lehren fortbestehen zu lassen. Wir tragen die Kennzeichen dieser Religionen an uns. Solange die Meister da waren, war alles gut; aber als sie gingen, wurden ihre Lehren durch ihre sogenannten Anhänger verfälscht. Stillstand und Verfall setzten ein - nicht nur in einer Religion, sondern in allen. Seitdem das bezahlte Predigen in den Religionen begann, wirkte sich dies verheerend aus. Die Blinden führen die Blinden.

Predigen war eigentlich nur für jene gedacht, welche die Ersthand-Erfahrung von der Wahrheit hatten. Unglückseligerweise wurde es zur Einnahmequelle, und bezahlter Gottesdienst hat die Dinge in allen Religionen verschlechtert. Ich spreche nicht von irgendeiner bestimmten Religion; was ich sage, trifft auf alle Religionen zu. Die Menschen haben aus der Religion ein Geschäft gemacht, und so sehr viele benutzen sie lediglich als Mittel für den Lebensunterhalt. Der wahre Meister zeigt uns die innere Bedeutung der Religion; er nimmt nichts für seine Dienste. Er verbindet die verstreuten Seelen miteinander. Die eigentliche Bedeutung des Wortes Religion ist, daß `re` "zurück" und `ligion` "binden" heißt - zu Gott zurück verbinden. Und somit besteht die Mission des wahren Meisters darin, alle Kinder Gottes auf einer gemeinsamen Plattform zusammenzubringen. Er bringt die wirkliche Vereinigung der menschlichen Rasse zustande.

Gott schuf den Menschen, und die Gaben Gottes sind alle frei. Der Mensch selbst schuf die einzelnen Religionen und Kasten. Menschen, die ihren Lebensunterhalt durch die Religion erwerben, geben vor, Gott zu dienen, aber im Grunde sind sie gewinnsüchtig. Die Welt ist voll von solchen Menschen, und darum haben wir von dem Wort "Meister" schon genug. Aber ein echter Meister kümmert sich nicht um weltlichen Gewinn. Er gibt die Gabe Gottes - die Spiritualität - frei und unentgeltlich weiter. Wenn ein wahrer Meister in Erscheinung tritt, schreitet die Vereinigung fort; aber wenn er geht, nimmt die Trennung zu. Nur die Kennzeichen bleiben. Ein wahrer Hindu, ein wahrer Buddhist, ein wahrer Christ, ein wahrer Moslem, ein wahrer Sikh usw. Ist einer, der das Licht Gottes im Innern tatsächlich sieht. "Wenn die Täuschung vergeht, wer ist dann ein Hindu, und wer ist ein Moslem?" sagte der zehnte Guru der Sikhs.

Und so ist der Meister einer, der sich selbst erkannt und der Gott erkannt hat. Er ist der vollkommene Mensch. Er hat das physische Bewußtsein überschritten und das Licht innen gesehen. Kabir sagte zu dem Pandit: "O gelehrter Mann, wenn du eine Erfahrung der Wirklichkeit willst, geh zu einem kompetenten lebenden Meister." Die Arbeit des Guru besteht darin, die Seelen mit dem Herrn rückzuverbinden. "Die Sache befindet sich an dem einen Ort, aber wir suchen woanders. Wie können wir sie ergreifen? Kabir sagt, nur wenn wir den

Wissenden mit uns nehmen." Groß sind die Möglichkeiten des Menschen; und nur im Menschenkörper können wir Ihn verwirklichen, der fürwahr die Seele unserer Seele ist. Genau gesagt: Wir waren nie von Ihm getrennt, doch unsere Aufmerksamkeit geht in andere Richtungen. Wir müssen diese Aufmerksamkeit zurückziehen und uns über die Sinne erheben.

So haben alle Meister, die von Zeit zu Zeit gekommen sind, die Wahrheit bekannt gegeben. Nun erhebt sich die Frage: Welche Art von Yoga (spiritueller Übung) lehren sie? Wir haben so viele Yoga-Arten, so viele Wege, um zur Heimat des Vateers zurückzukehren und den Zustand unwandelbarer Dauer, allen Friedens, aller Freude, allen Glücks zu erlangen, der nie mehr vergeht und nicht der Auflösung oder der großen Auflösung unterworfen ist. Wir müssen zuerst das Ego ausmerzen, um fortzuschreiten. "Ego und Verhaftetsein werden durch Shabd (das Wort) verbrannt, wenn ihr dadurch, daß ihr ein Gurmukh (das Sprachrohr des Guru) werdet, dem Guru völlig ergeben seid, das volle Licht erblickt." Die tägliche Verbindung mit Gott ist das einzige Heilmittel, bis ihr seht, daß Er der Handelnde ist und nicht ihr. Dieser egolose Zustand ist die Vorbedingung für die erfolgreiche Ausübung des Surat Shabd Yoga, welcher der einfachste und natürlichste Weg ist. Wenn Gottes Gnade gewährt wurde und die Barmherzigkeit des Meisters über einem ist, warum zeigt sich das dann nicht? Viele Menschen sind durch diese Frage verwirrt, seht ihr? Es liegt daran, weil die Seele mit sich selbst kein Erbarmen hat. Gottes Gnade gab uns diese menschliche Gestalt, und mit ihr begann unsere Sehnsucht nach Ihm. Überdies brachte Gott den Sucher zu den Füßen eines Gottmenschen, durch den Er sich offenbarte. Die Barmherzigkeit des Gottmenschen wurde offenkundig, als er dem Sucher innerlich eine Verbindung gab. Mein Meister sagte immer: "Der Arzt gab euch die Arznei, aber ihr habt sie nicht genommen. Wie kann sodann die Heilung bewirkt werden?" Ohne das Erbarmen der Seele wird die Saat keine Frucht tragen. Die Saat wurde natürlich eingepflanzt und wird niemals vernichtet, aber der Schüler kann wieder auf die Welt kommen müssen, auch wenn er nicht unter die menschliche Form zurückgeben wird.

Wir sollten darum das Beste von der ausgezeichneten Gelegenheit machen, die vor uns liegt. Das Geheimnis des Erfolges findet sich in dem bewußten Wesen in uns. Konzentration der Aufmerksamkeit ist alles, was wir brauchen. Die Seele sollte mit sich selbst Erbarmen haben, nicht wahr? Wenn immer etwas mit ungeteilter Aufmerksamkeit getan wird, ist das Ergebnis großartig. Auch körperliche Übungen werden euch stark und gesund machen, wenn ihr sie im Hinblick auf die Körperschulung ausführt. Ähnlich werdet ihr intellektuelle Riesen, wenn eure Aufmerksamkeit auf eure Gehirnzentren gelenkt wird. Wenn ihr eure Aufmerksamkeit oder Seele auf das göttliche Bindeglied innen, genannt das Wort, richtet, werdet ihr spirituell groß. Alles kann erreicht werden, wenn man die Aufmerksamkeit bewußt lenkt. Darum hat Emerson gesagt: "Der Schlüssel zum Erfolg ist das eigene Denken."

Ein großer Teil eures Lebens ist schon vorbei. Ein wenig von der verbleibenden Zeit habt ihr noch übrig, um eure Arbeit zu tun. Ihr seid ein Leben um das andere von Ihm getrennt gewesen, und dem Vater liegt daran, daß seine Kinder nun in die Herde zurückkommen. Alles dazu Erforderliche ist die rechte Richtung und Führung. Dafür braucht ihr keinerlei äußere Zeremonien und Rituale; ihr könnt bleiben, wo immer ihr seid. :Der Weg liegt in euch. :Es ist der leichteste und natürlichste Weg, um zu Gott zurückzukehren. Es gibt keinen Ort ohne Ihn, die kontrollierende Kraft, die uns auch im Körper überwacht. Wir sind der Gefährte des physischen Körpers, solange wir uns in ihm befinden; der Körper lebt, aber wir sind eingesperrt. In dieser menschlichen Form gibt es viele Ausgänge, aber wir können nicht hinaus. Wir atmen ein und aus, aber der Atem bleibt nicht draußen; eine Kraft zieht ihn in den Körper zurück. Eine Kraft hat uns an den Körper gebunden. : "Das wonnevolle Wasser des Lebens ist der Name des Herrn; er befindet sich im Körper."

Wenn sich Naam zurückzieht, müssen wir den Körper verlassen. Naam überwacht Millionen von Welten, und wenn es sich zurückzieht, tritt die Auflösung und die große Auflösung ein. Die Meister lehren uns, wie man bewußt mit Naam in Verbindung kommt. Dieser Pfad der Meister ist als `Sahaj Yoga` (der natürliche Yoga) oder `Surat Shabd Yoga` (der Yoga des Tonstroms) bekannt. Der `Surat` ist wahrlich die Seele in jedem von uns, deren äußerer Ausdruck die Aufmerksamkeit ist, oder auch bekannt als Bewußtsein, Gewährsein oder Wachsamkeit. Wenn ihr eure Augen in rascher Folge öffnet und schließt, werdet ihr eine Art von Wachsamkeit oder Bewußtsein hinter den Augen empfinden. Dieses Bewußte ist das Selbst in euch; es ist das, was ihr seid. Im Wachzustand ist es im Körper verstreut und durch die Tätigkeit der Sinne in äußere, weltliche Bestrebungen verwickelt. Aber es kann zurückgezogen und im Innern konzentriert werden. Der Meister hilft euch, die Sinnesströme zurückzuziehen und an einem Zentrum zu sammeln; er gibt euch eine innere Verbindung mit dem Shabd. So sollten wir daher einen kompetenten Meister finden, der uns etwas gibt, mit dem wir auf dem inneren Weg beginnen können. Wenn ein Millionär armen Menschen einen eindrucksvollen Vortrag darüber hält, wie sie ihr Geld vermehren können, ihnen aber nichts gibt, um damit zu beginnen, welchen Nutzen hat das? Wer von Gott spricht, aber keine Verbindung mit Ihm gibt, gehört in dieselbe Kategorie. Ob mehr oder weniger, ein wahrer Meister wird eine innere Erfahrung geben, die von dem Hintergrund eines jeden Suchers abhängt. Das `Wort Gottes` bedeutet nicht die Worte, welche von den Meistern ausgesprochen werden, bedenkt das. Ihre Worte der Weisheit drücken lediglich das Wort Gottes aus und Seine schöpferische, kontrollierende und erhaltende Kraft über alles, was sichtbar und unsichtbar ist. "Das Wort war bei Gott, und das Wort war Gott."

Wir brauchen die Gemeinschaft mit ihm, der das rechte Verstehen hat, und der das Rätsel des Lebens gelöst hat. Er wird uns zu dem Wissen führen, daß die Menschheit eins ist, auf dieselbe Weise geboren wurde, sich derselben Vorrechte erfreut und deren innerer und äußerer Aufbau der gleiche ist. Ferner ist Er, der von uns allen angebetet wird, ein und dasselbe Wesen, der Schöpfer von allem, der in jedem Herzen wohnt. Wir sind alle Brüder und Schwestern in dem einen Gott. :Wenn dieses rechte Verstehen von allen Menschen aufgenommen wird. Wenn dieses rechte Verstehen von allen Menschen aufgenommen wird, wird es zu rechtem Denken, rechter Rede und rechtem Tun führen. Das ist die ganze Formel für wahren Frieden auf Erden. Einer, der das personifizierte Wort ist, wird euch natürlich mit dem Wort innen verbinden können, mit der Kraft, die immer in uns wohnt.

Wie ich schon gesagt habe, werdet ihr euch über das Körperbewußtsein erheben müssen, ehe ihr mit dem Wort innen in Verbindung kommen könnt. :Es bedeutet eine Erfahrung des Lichts des Lichts Gottes in euch. Dies ist der Leitstern: "Der Gerechte läuft dahin und wird beschirmt." Diese Erfahrung stellt sich ein durch die Gnade eines Adepten in der Wissenschaft der Spiritualität. Der Meister hat seinen eigenen lebensimpuls zu übertragen, wenn er uns auf den Weg stellt und uns eine Verbindung mit dem allmächtigen, lebendigen und klingenden Ton innen gibt. Durch diese innere Offenbarung lernen wir die Bedeutung der Worte Jesu kennen: "Und niemand kennet den Vater denn nur der Sohn, und wem es der Sohn will offenbaren." Und weiter: "Der Wind bläst, wo er will, und du hörest sein Sausen wohl; aber du weißt nicht, von wannen er kommt und wohin er fährt. Also ist ein jeglicher, der aus Geist geboren ist."

Dies ist der natürlichste Yoga, der in unsere Zeit paßt. Wegen unserer kurzen Lebensspanne und anderer angeborener Schwächen sind wir von der Erbanlage und Wesensart nicht geeignet, die schweren Yogapfade, wie Hatha-, Prana- und Jnana-Yoga, aufzunehmen. Dieser natürliche Yoga beeinträchtigt nicht das pranische System, das eine komplizierte Sache ist. Ich stelle nicht die Wirksamkeit des pranischen Systems in Abrede, aber sind wir dafür geeignet? Die Meister sagen uns: "Laßt die Pranas ihre Funktion im physischen Körper erfüllen. Schenkt ihnen

keinerlei Beachtung, wie man es tut, wenn man mit verschiedenen Arbeiten beschäftigt ist. Zieht die Geistesströme zurück und seht innen." Und so ist der Sahaj-Yoga das einfachste, leichteste und vorteilhafteste der yogasysteme.

Um den Sahaj-Yoga oder Yoga des Tonstroms zu praktizieren, braucht ihr die Initiation von einem kompetenten Meister dieses Wegs, der euch eine spirituelle Erfahrung geben kann. Wenn er euch auf den Weg stellt, seht ihr die Dinge selbst. Wenn ihr zu Beginn ein wenig von ihm bekommen könnt, mögt ihr später auch mehr von ihm erwarten. Von eurer Seite aus ist für die Öffnung des inneren Auges und Ohres die Kultivierung eines ethischen Lebens von überragender Bedeutung; denn ethisches Leben ist ein Schrittstein zur Spiritualität, und rechtes Verstehen ist eine Vorbedingung für den spirituellen Fortschritt. Ethisches Leben besteht sodann in Keuschheit oder Reinheit in Gedanken, Worten und Taten, denn Keuschheit ist Leben und sich gehen lassen ist der Tod. Es bedeutet auch allumfassende Liebe oder Liebe für alle Geschöpfe, denn auf diese Weise dehnt sich das Selbst aus und sucht die Ganzheit in einem Zug zu umfassen.

Ethisches Leben schließt, auch selbstloses Dienen oder Dienen vor Eigennutz ein, was aus dem großen Reservoir der Liebe zu Gott kommt, der eigentlichen Quelle, dem Born des Lebens. Liebe und Dienen führen natürlich zu `Ahimsa´ oder Gewaltlosigkeit, auch in Gedanken und Worten, ganz zu schweigen von Taten !

Wahrhaftigkeit ergibt sich als eine natürliche Folge aus den vorhergehenden Eigenschaften, denn dann beginnt man, zu sich selbst wahr zu sein. Guru Nanak sagt: "Die Wahrheit ist höher als alles andere, aber noch höher ist die wahre Lebensweise." Dies sind also die Aspekte ethischen Lebens, welche den Weg zu Gott bahnen. Wahre Lebensweise ist das Sprungbrett, um die spirituellen Erfahrungen zu haben von denen in den Schriften berichtet wird.

Selbstverständlich gibt es noch andere Voraussetzungen, die notwendig sind, um ein spirituelles Leben zu führen. :Wir sollten uns deshalb auf eine streng vegetarische Ernährung beschränken, damit wir ein normales Leben führen können. Speisen, welche Leidenschaften schüren, sollten völlig gemieden werden. eine leichte, einfache und natürliche Nahrung zu sich zu nehmen, die als Hilfe für den spirituellen `Sadhan´ oder die Praxis dient, ist das Beste. Eine weitere Vorbedingung ist der Verzicht auf berauschende Getränke und Betäubungsmittel. Ihr seid ein bewußtes Wesen und müßt euch ins kosmische Bewußtsein und darüber hinaus ins Überbewußtsein erheben. Berauschende Getränke, Betäubungsmittel, Zigaretten usw., werden euer Bewußtsein trüben oder euch krank machen, und ihr verliert Bewußtsein. Man sollte sie gänzlich meiden.

Was ich euch gesagt habe, ist kein bloßes Gerede oder eine philosophische Abhandlung, sondern es sind Tatsachen aus den Schriften hinsichtlich der Lehre der Meister. Solange wir nicht zu Füßen eines Meisters der Praxis sitzen, können wir die Wahrheit nicht selbst sehen. Wenn wir unser Selbst erkennen, dann ist kein weiterer Beweis, kein anderes Zeugnis nötig. Ich habe euch die wesentlichen Erfordernisse genannt, die euch dazu befähigen, den Weg zu Gott zu beschreiten. Wenn ihr die Weisungen beobachtet, die ich euch gegeben haben, werdet ihr selbst im normalen Leben ein Glück erfahren, das euch bisher unbekannt war.

-----

Die ganze Welt geht irre  
in der selbstischen Behauptung ihrer Ichheit.  
Ohne Shabd (das Wort)  
gibt es keine Befreiung vom Ego.

O Nanak, durch die Verbindung mit Naam  
wird das Ego ausgelöscht  
und Einssein mit dem wahren Herrn erreicht.

Nanak

Sat Sandesh 1-1981/82