

## Einsamkeit verschwindet auf dem spirituellen Weg.

8. Juni 2013, Teil 2 - London

Willkommen, Freunde, zur zweiten Hälfte des zweiten Tages unseres dreitägigen Programms hier. Ich habe Informationen über unser wahres Selbst mit euch geteilt, das innerhalb unseres äußeren Selbsts liegt und von jedem mit Hilfe der Meditationspraxis mit Hilfe eines Vollkommenen Lebenden Meisters gefunden werden kann, der bereits den gleichen Weg gegangen ist und das Zuhause erreicht hat. Er kann uns dorthin bringen, weil Er den Weg kennt. Ich teile diese Information mit euch, weil ich sie von meinem Meister erhalten habe, dessen Bild ihr hier seht, Hazur Maharaj Baba Sawan Singh Ji. Die Einweihung, die ich von Ihm erhielt, führte zu vielen Fragen, führte zu Zweifeln in meinem Verstand. Ich entdeckte, dass der Verstand an allem zweifelt. Ich war keine Ausnahme. Ich fragte mich, ob es nur eine erfundene Geschichte war. Es könnte eine erfundene Geschichte sein. Leute erfinden nette Geschichten. Ich sagte, das könnte nur eine nette Geschichte sein, dass es Ebenen des Bewusstseins gibt und dass das wahre Zuhause woanders ist, dass wir unsterbliche Seelen sind. Es könnte alles eine große Geschichte sein. Die Wahrheit könnte sein, dass wir nur vorübergehend für ein Leben hier sind, und nachdem wir weg sind, sind wir tot, und dann kommen und gehen andere Leute. Woher wissen wir wirklich, was wahr ist?

Also, das führte zu vielen Fragen, und ich bin sehr glücklich, dass ich so viel gefragt habe. In der Tat rebellierte ich gegen diesen Weg. Der Grund für die Rebellion war, dass ich diesen Pfad nicht richtig gesucht habe. Ich wurde in eine Familie hineingeboren, die an Ihn glaubte, und mein Vater wurde von demselben Guru, demselben Satguru, initiiert, bevor er verheiratet war. So fing alles an. Jeder in der Familie wurde ein Schüler. Als ich geboren wurde, wurde ich in ein Glaubenssystem geboren, das es dort schon gab. Ich stellte die Frage, schon als kleines Kind fragte ich: 'Wenn ich in einer anderen Familie geboren wäre ...

angenommen, ich wäre in einer muslimischen Familie geboren, dann würde ich an Allah glauben, ich würde an den Propheten glauben, nur weil ich so aufwachsen würde. Wenn ich in einer christlichen Familie geboren wäre, würde ich glauben, dass Christus der einzige Erlöser ist und alle anderen Heiden sind. In ähnlicher Weise würde ich, je nachdem, wo ich geboren wäre, einen Vorsprung in diesem bestimmten Glaubenssystem haben. Und nur durch die Geburt und dem damit verbundenen Glauben, könnte es sein, dass du in einen Rahmen hineingestellt wirst, dem du nicht entkommen kannst'. Der Same wird so früh in unserer Kindheit gesät, dass es sehr schwierig ist, jene Überzeugungen loszuwerden, mit denen wir als Kinder aufwachsen.

Als ich von diesem Meister initiiert wurde, war ich sehr jung. Ich war erst neuneinhalb, und mein Vater wusste nicht, dass ich initiiert worden war. Es war mein Großvater, der später nach meinem Vater initiiert wurde, der mich zum Meister brachte und wollte, dass ich halb initiiert werden würde. Halbe Initiation bedeutete damals, dass kleine Kinder, jünger als Teenager, manchmal halbe Initiation vom Großen Meister erhielten - wie man dem Klang im Inneren zuhört. Wenn sie erwachsen wurden, kamen sie wieder für den verbleibenden zweiten Teil der Initiation, der Simran ist oder Wiederholung von Worten durch spezielle Worte, die Er gab. Ich wurde von meinem Großvater zur halben Initiation mitgenommen. Aber der Meister fragte mich scherzhaft: "Willst du die Initiation, die süß oder gesalzen ist? Möchtest du süßes Naam oder gesalzenes Naam?" Nun, ich hatte gesehen, dass viele Kinder zu Ihm gingen. Er stellte immer die gleiche Frage: "Welche Art von Naam willst du? Möchtest du süßes oder gesalzenes?" Sie sagten alle: "Süß." Und Er hatte ein paar Süßigkeiten bei sich, und Er gab ihnen ein paar Toffees oder Bonbons, und sie liefen sehr glücklich davon. Und Er pflegte zu erklären, dass Kinder in diesem Alter den Wert dessen, was sie bekommen, nicht verstehen, und wenn sie erwachsen werden, haben sie eine bessere Chance wertzuschätzen, was sie

bekommen. Also, als ich ging, stellte Er mir die gleiche Frage. Er sagte: "Willst du gesalzen oder süß?" Und weil ich die anderen Kinder mit Süßigkeiten davonlaufen gesehen hatte, sagte ich: "Nein, nein, das will ich nicht. Ich will das, was innen ist."

Er lachte, sagte mir aber nicht, ob ich initiiert werden würde oder nicht. Er hielt einfach meinen Arm und ließ ihn nicht los. Ich dachte, ich wäre mit dem süßen und gesalzenen Zeug abgetan worden. Aber später, als Er die Auswahl der anderen Kandidaten beendet hatte, sagte Er: "Komm rein. Ich gebe dir die volle Initiation." Ich war selbst überrascht, dass Er die volle Initiation geben würde, aber Er tat es. Und ich war sehr froh, etwas zu erfahren, dass... - es gab eine Art von Verlangen in mir zu wissen, worum es eigentlich geht, da die ganze Familie es akzeptierte.

Als ich nach Hause kam, war mein Vater aufgeregt. "Oh, meinem Sohn wurde so früh die volle Initiation gegeben." Und einige Satsangifreunde kamen, um uns zu sehen, die auch Eingeweihte des Großen Meisters waren. Und als mein Vater sagte: "Wisst ihr, dass der Meister meinen Sohn in diesem frühen Alter initiiert hat, ihm die volle Initiation gegeben hat?" Sie sagten: "Oh, es tut uns leid, das zu hören." Das waren ihre Worte. "Oh, das ist schrecklich." Und ihr Argument war: "Er ist so jung. Er weiß nicht, was er bekommen hat. Wenn er erwachsen wird, wird er dagegen rebellieren. Und er wird dann entdecken, dass er einfach in sein spezielles Glaubenssystem hinein überlistet wurde, weil er in einem jungen Alter geschnappt wurde, und das war ihm gegenüber überhaupt nicht fair, ihn so jung zu initiieren." Nun, ich hörte diese Konversation aus dem anderen Raum, diese Unterhaltung zwischen diesen Leuten und meinem Vater. Es kam mir in den Sinn: 'Sie haben Recht. Ich habe nie eine Chance bekommen zu überprüfen, was ich bekomme. Ich akzeptiere es einfach wegen meinen Eltern. Ich hatte nie die Möglichkeit, selbst danach zu suchen. Ich werde jetzt alles ausprobieren.'

Zum Glück hatte der Große Meister zum Zeitpunkt der Einweihung in der Einleitung gesagt: "Was ich euch jetzt geben werde, habe ich von meinem Meister bekommen. Es hat für mich funktioniert (seine Funktion erfüllt). Ich hoffe, es wird für euch seine Funktion erfüllen. Aber wenn ihr etwas Besseres findet, nehmt es. Kommt nicht zu mir gerannt um meine Erlaubnis. Ich gebe euch die Erlaubnis im Voraus". Nun, da hatte Er eine sehr gute Aussage getroffen, die bedeutete, dass Er die Tür offen ließ; es ist kein Kult oder geschlossener Zirkel, aus dem es kein Entrinnen gibt, wenn man einmal hineingerät. Er sagte: "Wenn ihr etwas Besseres findet, nehmt es." Also begann meine Suche nach etwas Besserem fast unmittelbar nach meiner Initiation. Und ich ging und probierte alles Mögliche aus, verbrachte ungefähr acht oder neun Jahre damit. Ein Großteil meiner Teenagerjahre wurden mit der Suche nach etwas Besserem verbracht, und ich wollte Religion, Spiritualität, Yoga, alle möglichen Dinge ausprobieren. Nachdem ich all diese Dinge ausprobiert hatte - und ich hielt den Meister darüber auf dem Laufenden, dass ich immer noch versuche, etwas Wirkliches zu finden, besser als das, was Er mir gegeben hatte - nach all diesen Jahren, erinnere ich mich, musste ich letztendlich aufgeben, weil ich nichts Besseres finden konnte. Aber ich beschloss, diese Suche nie aufzugeben. Heute bin ich über sechszwanzig. Ich bin vor über fünfundsiebzig Jahren initiiert worden und suche immer noch nach etwas Besserem. Wenn ich morgen etwas Besseres bekomme, werde ich es nehmen - unter den Anweisungen meines eigenen Gurus. Er sagte: "Wenn du etwas Besseres findest, nimm es." Ich konnte nichts Besseres finden, weil mein ganzes Leben damit verbracht wurde, nach etwas Besserem zu suchen. Und ich bin sehr froh, dass ich etwas bekam und nichts Besseres finden konnte. Als Dienst für meinen Meister, als ein Seva für Ihn, teile ich all diese Dinge mit euch.

Ich teile es nicht mit, um irgendjemanden zu überreden, diesen Weg zu gehen. Ich will damit nicht sagen: "Schau, was ich sage, ist richtig; was andere sagen, ist falsch." Nein. Jeder sagt es

richtig auf seine Art. Aber, was ich bekam, erfüllte für mich seine Funktion. Wenn es für mich nicht seine Funktion erfüllt hätte, würde ich nicht vor euch sitzen, denn ich glaubte, dass etwas nicht befolgt werden sollte, wenn es nicht funktioniert. Also, weil es funktionierte, deshalb teile ich das alles mit euch. Ich gebe euch diesen Hintergrund, um euch zu sagen, dass ich eine Chance bekam, obwohl viel später, alle anderen verfügbaren Möglichkeiten zu studieren, religiöse und spirituelle. Ich bekehrte mich zum Islam. Ich begeisterte mich für andere Traditionen. Ich wurde getauft, tauchte ins Wasser. Ich erhielt all diese Dinge. Und dann ging ich mit den Yogis, und ich machte seltsame Diäten mit ihnen und seltsame yogische Praktiken. Ich versuchte all das, und dann kam ich zu der Feststellung, dass diese Dinge einen nur bis zu einem gewissen Punkt, bis auf eine bestimmte Stufe bringen, aber nicht weiter. Wenn euer Verlangen, Suchen, wenn euer inneres Streben der höchsten Wahrheit gilt, ihr das Ultimative wollt und sagt: "Ich möchte nach Hause zurückkehren", wenn dieses Gefühl in euch ist, dann ist dies der Weg für euch. Wenn ihr andere Ergebnisse wünscht, stehen euch viele andere Möglichkeiten zur Verfügung, und ihr könnt sie erhalten. Die Leute machen Yoga. Sie machen Yoga aus gesundheitlichen Gründen. Ich ermutige sie. Nur zu. Wer auch immer irgendetwas folgen will, dem steht es frei, ihm zu folgen. Und dieser besondere Weg, den Er gelehrt hat, der, wie ich herausfand, letztlich von allen ursprünglichen Lehren der verschiedenen Religionsgründer sowie aller wahren spirituellen Meister gestützt wird, - dann fand ich heraus, dass er praktikabel ist, und ich komme und teile dies mit euch.

Dies soll keine geschlossene Gesellschaft sein. Dies soll eine für alle offene Methode sein. Also, jeder kann es versuchen. Ihr könnt einen Teil davon ausprobieren. Wenn es nicht funktioniert, gebt es auf. Versucht etwas anderes. Seid sehr offen damit. Seid praktisch. Macht es nicht zu einer Religion. Macht es nicht zu einer Reihe von Regeln, Geboten und Verboten, aus denen man nicht herauskommen kann. Also, seid sehr offen. Und so ging ich

damit um. Ich gebe euch diesen Hintergrund, um euch zu sagen, dass ihr absolut frei seid, es zu untersuchen und zu sehen, ob es funktioniert oder nicht. Und wenn es funktioniert, gut, und wenn es nicht funktioniert, versucht etwas anderes. Probiert alles aus, was ihr könnt, wenn ihr interessiert seid. Angenommen, ihr seid nicht interessiert? Ihr **müsst** es nicht versuchen.

Einmal kam ein Mann zu mir. Er hörte meine Rede, und er ging auf mich zu. Er sagt: "Ich führe ein sehr glückliches Leben. Ich habe alles, was ich will. Ich habe viel Geld. Ich habe ein schönes Haus, eine nette Familie. Ich lebe sehr glücklich. Warum sollte ich diesem Weg folgen?" Ich sagte: "Nein, du solltest diesem Weg nicht folgen. Du bist glücklich. Geh und genieße dein Leben. Dies ist nicht für dich bestimmt. Dieser Weg ist für jene gedacht, die das Gefühl haben, dass wir genug davon haben, wo wir gefangen sind. Wir mögen es nicht mehr. Wir fühlen nicht, dass wir hierher gehören. Es ist für diese Leute bestimmt. Es ist nicht für jene Leute gedacht, die sagen, wir haben eine großartige Zeit und genießen diese Welt. Geh und genieße."

Natürlich ist das Nachwort dieser Geschichte, dass er nach einer Woche wieder zu mir kam und sagte: "Ich bin unglücklich." Ich sagte: "Was ist mit all diesen guten Sachen passiert, die du hattest?" Er sagte: "Aber, weißt du, trotz dem ganzen guten Haus und all des Geldes hat meine Frau mich betrogen, meine Kinder befolgten nicht, was ich ihnen gesagt habe", und all die Horrorgeschichten seines Familienlebens, die es so schrecklich für ihn machten. Und dann suchte er nach etwas. Also, wenn ihr euch wirklich umschaut, sind die Leute im Allgemeinen nicht glücklich. Sie geben vor, glücklich zu sein. Sie wollen sozusagen mit den Jones mithalten. Und wenn jemand glücklich aussieht, geht und verbringt zwei Tage in seinem Haus, und ihr werdet herausfinden, was dort vor sich geht. Unglücklichsein ist hier sehr verbreitet.

Und dann gibt es eine gewisse Art von Unglücklichsein, das die Menschen nicht einmal ausdrücken können, und das von einem

Gefühl der Einsamkeit herrührt, einem Gefühl, dass wir allein sind. Obwohl wir uns in einer Menschenmenge befinden, fühlen wir, dass uns niemand vollständig versteht. Niemand versteht, was in unserem Herzen vor sich geht. Sogar unsere Beziehungen sind oberflächlich. Sie sind eben außerhalb, und der innere Teil von uns wird von niemandem verstanden. Wir sind allein. Diese Einsamkeit ist normal für uns. Diese Einsamkeit wird nicht von unserem Verstand erfahren. Diese Einsamkeit wird von unserer Seele erfahren. Es ist die Sehnsucht der Seele, zu ihrer eigenen Ganzheit zurückzukehren, die diese Einsamkeit verursacht. Und wir versuchen, diese Einsamkeit zu überwinden, indem wir Beziehungen in dieser physischen Welt herstellen. Wir versuchen, uns nach außen zu kehren, treffen mehr Leute, beschäftigen uns, machen mehr Einkäufe, wenn nötig, und kaufen Dinge, essen mehr. Wie überwinden wir die Einsamkeit? Wir machen Dinge, die nicht wirklich helfen. Aber wir denken, wir sind mit diesen Dingen beschäftigt, deshalb sind wir nicht mehr einsam. Aber die Einsamkeit geht nicht weg.

Sie verschwindet auf dem spirituellen Weg, auf diesem Weg, weil ihr entdeckt, dass ihr dahin geht, wo ihr hingehört. Und schließlich fühlt ihr euch vollkommen zufrieden und erfüllt, weil es das wahre Zuhause in euch war, wo ihr hingehört. Und ihr entdeckt dann, dass ihr zu einem sehr vorübergehenden Besuch für ein Abenteuer in diesen Erfahrungsbereich kamt, in verschiedene Erfahrungsbereiche, und jetzt seid ihr in eure wahre Heimat zurückgekehrt. Ihr könnt beliebig viele Ausflüge machen. Manche Leute sagen mir, wenn das ein so großes Abenteuer war, warum gibt es hier so viel Elend? Warum gibt es so viel Grausamkeit? Warum töten Menschen andere Menschen? Warum sind Krankenhäuser voller Patienten, die vor Schmerzen stöhnen? Warum sind Gefängnisse voller Menschen, die Verbrechen begingen? Was für ein Abenteuer ist das? Wie konnten wir denken, an einen Ort wie diesen zu kommen und ihn als Abenteuer zu bezeichnen? Es sieht nicht wie ein gutes Abenteuer aus. Ich wiederum frage sie: Warum schaut ihr Horrorfilme an?

Warum schaut ihr Tragödien auf der Bühne an? Weil ihr wisst, dass es auf der Bühne ist. Und ihr wisst, dass, wenn ihr das Gegenteil von etwas seht, das Gegenteil erlebt, dass Vergnügen keine Bedeutung hat, wenn ihr nicht Schmerz erlebt. Schaut euer Leben an. Haben wir nicht alles durch sein Gegenteil erfahren? Ohne Gegenteil hätten wir keine Erfahrung. Also, dies ist eine Welt der Dualität, eine Welt von Gegensatzpaaren, die geschaffen wurde, um die Erfahrung, die wir wollen, zu vertiefen. Die ultimative Erfahrung unserer Heimat soll so großartig sein, aber wir wissen es erst, wenn wir hierher kommen.

Ich las in einem der Texte, dass die Seelen, die beschlossen, zu Hause zu bleiben, niemals in dieses Abenteuerland kamen, wir nennen sie Bans. Und diejenigen, die in diese Welt kommen und zurückkehren, werden Hans genannt. Also, es gibt einen kleinen Dialog zwischen den Hans und den Bans. Wenn die Hans-Seelen nach Hause zurückkehren, vor Freude tanzen, tanzen jene Leute schon, weil sie in Sach Khand, in ihrer wahren Heimat, glücklich sind. Aber die Hans, die gehen, tanzen noch besser. Und die Bans sagen zu den Hans: "Was ist so besonders an euch, dass ihr noch mehr tanzt als wir und euch mehr freut, als wir uns jemals gefreut haben? Wir sind in der gleichen Glückseligkeit, nicht wahr?" Und die Hans sagen ihnen: "Ihr wisst nicht, was euch fehlt, weil ihr die andere Seite nie gesehen habt. Nur wer die andere Seite gesehen hat, kann sein eigenes, wahres Zuhause schätzen."

Der eigentliche Zweck, in ein Abenteuerland dieser Art, ein Abenteuerland der Dualität zu kommen, ist, nach Hause zurückzukehren, wo es keine Dualität gibt, und es zu schätzen, wie nie zuvor. Also, es gibt einen Zweck in allem. Der großartige Zweck der Schöpfung kann nur gesehen werden, wenn ihr das ganze Bild anschaut, wie die Schöpfung funktioniert, und was geschieht, wenn ihr nach Hause zurückkehrt.

Angenommen, ihr fühlt, dass dies hier ein schrecklicher Ort ist, und dann wacht ihr auf und sagt: "Gott sei Dank, es war nur ein



Traum." Auf die gleiche Weise geht ihr zurück und dankt Gott, dass er nicht in der Wirklichkeit erschaffen wurde. Er wurde durch den Prozess der Illusion geschaffen. Und deshalb war er traum-ähnlich. Aber während der Traum vor sich geht, sieht er echt aus. Wenngleich wir hier so viele Arten von Erfahrungen von Schmerz und Vergnügen haben mögen, hoch und tief, steigt unsere Wertschätzung für unser wahres Zuhause um ein Vielfaches, wenn wir hier gewesen waren und dann wieder nach Hause zurückkehren.

Es gibt also einen Vorteil in diesem seltsamen und mühseligen Besuch dieses Abenteuerlands, das wir die drei Schöpfungen des Mentalen nennen: das Physische, das Astrale und das Kausale. Diese drei Schöpfungen enthalten alles, was erschaffen werden kann. Wenn ihr diese drei Schöpfungen untersucht - selbst die physische Welt ist riesig - weite Räume. Wir versuchen, neue Planeten zu finden. Wir versuchen herauszufinden, wie viele weitere Galaxien erforscht werden können. Jedes Mal, wenn wir ein besseres Teleskop haben, sehen wir mehr. Und jedes Mal, wenn wir mehr sehen, schauen wir in die Vergangenheit.

Es ist merkwürdig, dass der Zeit- und Raumfaktor unser Sehvermögen so stark eingeengt hat, dass wir niemals sehen können, wie die Sterne heute aussehen, wenn wir sie am Himmel betrachten. Habt ihr jemals bemerkt, dass wir die Sterne nur sehen, nachdem ihr Licht uns erreicht hat, und der nächste Stern ist weiter als ein Lichtjahr entfernt? Das bedeutet, dass der Stern, den wir am Himmel sehen, der nächste Stern, der Stern ist, der vor einem Jahr dort war. Die anderen Sterne gab es vor Milliarden von Jahren - einige Sterne existierten vor Millionen von Jahren - wir sehen einen Himmel voller Sterne. Es mag sehr wenige geben, aber sie werden alle in verschiedenen Phasen der Zeit gesehen. Die Zeit hat also eine Weite in diesem physischen Raum geschaffen, und wir können dies nicht einmal sehen. Wir können nicht gleichzeitig irgendwelche Teile des Himmels sehen. Wir sehen den Himmel zu verschiedenen Zeiten in der

Vergangenheit. Wir sehen nie etwas in der Zukunft. Wir sehen alles in der Vergangenheit. Aber wie ich gestern sagte, basiert unser ganzes Leben darauf, die Vergangenheit zu sehen. Deshalb ist unser Sehvermögen sehr begrenzt, obwohl wir denken, dass wir sehr schlau sind, dass wir in der Lage waren, so viel zu sehen. Wir schauen in die Vergangenheit. Wir sehen, welche Sterne existierten, wie der Anfang dieses Universums war, weil wir den gegenwärtigen Zustand überhaupt nicht sehen können. Wir können den gegenwärtigen Zustand nur unmittelbar um uns herum sehen. Je weiter wir uns entfernen, entweder im Raum oder in der Zeit, desto weiter gehen wir zurück in der Geschichte. Aber in den inneren Ebenen habt ihr die Möglichkeit, schneller als mit Lichtgeschwindigkeit zu reisen. Und deshalb könnt ihr die Galaxien so sehen, wie sie heute sind. Ihr könnt sehen, was am physischen Firmament existiert. Ihr könnt von innen sehen, wie es heute existiert. Nicht von außen. Außen sind wir sehr eingeschränkt.

Im Inneren ist unsere Fähigkeit, Erfahrungen zu machen, viel größer. Und eine neugierige Person wie ich und wie viele andere, eine neugierige Person möchte all das erkunden. Ich wollte erforschen. Ich sagte: "Wenn es möglich ist, dass uns dieses Sehvermögen zur Verfügung steht, Dinge dieser Welt und aller anderen Welten zu sehen, warum sollte man sie nicht erforschen?" Es kann einige Zeit dauern, aber es lohnt sich. So fand ich heraus, dass die Erforschung der Schöpfung selbst eine großartige Reise ist. Selbst wenn ihr nichts anderes getan habt, als dies zu erkunden, ist es eine großartige innere Reise. Stellt euch die Möglichkeit vor, mit solcher Geschwindigkeit reisen zu können, mit Mitteln, die in uns existieren. Aber nicht außerhalb. Wir sind gebunden. Wir sind verdichtet und stecken hier fest. Wir sind sehr festgefahren. Wir sind hier in Käfigen gefangen. Wir fühlen uns nicht so. Wir denken, dass dies unser Körper ist; unser Körper ist auch ein Käfig. Er erlaubt uns nicht, zu fliegen; erlaubt uns nicht, uns mit hoher Geschwindigkeit zu bewegen. Wir können in Flugzeugen mit sehr begrenzter Geschwindigkeit

fliegen. Aber wir haben in uns die Fähigkeit, mit sagenhaften Geschwindigkeiten zu reisen und dieses und andere Universen zu erforschen. Allein aus der Sicht eines neugierigen Erforschers hilft uns diese meditative Technik, das zu erleben. Je höher ihr steigt, desto interessanter wird es. Diese Mediationstechnik bedeutet nicht einfach, innere Türen zu öffnen und irgendwohin zu gehen. Sie öffnet die Türen zu jeglicher Art von möglicher Erfahrung, die ihr haben wollt in den geschaffenen Universen aller Ebenen. Ich sage viel von diesen Dingen, da viele Leute kritisieren, dass Meditation euch vielleicht selbstsüchtiger macht, vielleicht ichbezogener macht, dass euch vielleicht andere egal werden. Das ist nicht wahr. Meditation fördert euer Mitgefühl. Eure Liebe für jeden wächst. Ihr erfahrt wirklich die Tatsache, dass alle aus der gleichen Quelle erschaffen sind. Und ihr könnt niemanden als schlecht bezeichnen. Ihr könnt keine Urteile fällen. Dies wird sehr schwierig, wenn ihr erst einmal erfahrt, wie alle erschaffen sind, wie die Vielen aus der Einheit erschaffen wurden. Euer gesamter Ansatz ändert sich.

23:35 Wie Guru Sahib in den Gurbani sagt: ...(Zitat in Gurmukhi)  
"Wenn alle aus derselben Quelle erschaffen wurden und alle zu derselben Einheit gehören, wie kann ich jemanden als schlecht bezeichnen? Wie kann ich über jemanden ein Urteil fällen? Ich fälle ein Urteil über das einzige Eine. Ich verurteile mich selbst. Diese Idee, urteilsfrei zu werden, ist eine sehr große Veränderung in unserem Leben. Wir urteilen ständig. Wir beurteilen andere ununterbrochen, verfangen uns ständig im Urteil und verbreiten Gerüchte, die auf Urteil und Denken basieren: "Oh, wir haben viel Spaß." Die Leute genießen Klatsch, und oft beinhaltet Klatsch Verurteilen, oft beinhaltet Klatsch Skandal. Und wir lieben das. Schauen wir den Zustand unseres Lebens an und wie er sich durch einfache Kenntnis eures wahren Selbst verändern wird; Kenntnis dessen, was unserer Seele ist; Kenntnis dessen, wie die Seele Teil der einzigen Einheit ist. Diese tatsächliche Erfahrung verändert euch. Ihr müsst nicht lernen, wie man jeden liebt. Ihr werdet automatisch lieben. Es ist also eine sehr große

Veränderung im Leben, die stattfindet. Ich nenne diese Veränderungen auch Nebenleistungen, Sonderzulagen dieses Meditationsweges, zusätzliche Vorteile. Aber die zusätzlichen Vorteile selbst sind attraktiv genug für jemanden, sogar für einen Nicht-Gläubigen, um ihn auszuprobieren um der zusätzlichen Vorteile willen, sie sind so großartig. Es verändert das Leben erheblich.

Deshalb empfehle ich allen Suchenden: "Probiert alles. Probiert alle verschiedenen Pfade aus, die euch zur Verfügung stehen. Alle Möglichkeiten. Und dann seht, ob dieser Weg der Meister, der auf einem sehr einfachen Prinzip beruht ... das Prinzip dieses Pfades ist, dass es uns möglich ist, unsere Aufmerksamkeit dahin zu richten, wohin wir mögen. Wir können die Aufmerksamkeit auf das Selbst richten, woher sie kommt. Das Selbst hat seine eigene Identität, und es hat eine Resonanz, die auf dieser Ebene wie zu einem Klang wird und wie zu einer höheren Resonanz, wenn wir höher gehen. Letztendlich wird sie zur kreativen Kraft, die alle Erfahrungen erschafft. Das ist ein Teil unserer Seele oder unseres Selbsts, dass dieser Klang, diese Resonanz, diese Melodie, die wir 'das Wort', den 'Shabd', den 'Naad' genannt haben - wir haben ihm verschiedene Namen gegeben - uns durch sich selbst hochziehen kann, wenn wir uns selbst mit Hilfe unserer Aufmerksamkeit an das Selbst anhaften. Er hat die Kraft, uns in unser wahres Zuhause zurück zu ziehen. Er hallt wider durch jede Region, bis hierher. Und gerade auf der physischen Ebene können wir ihn zu fassen kriegen, und dieser Klang kann uns hochziehen. Unsere Aufmerksamkeit, mit dem Klang verbunden, ist der Königsweg zu unserem wahren Zuhause. Dies wird der Surat Shabd Yog genannt. 'Surat Shabd Yog' bedeutet: 'Surat' bedeutet Aufmerksamkeit, 'Shabd' bedeutet Klang, und wenn die Aufmerksamkeit mit dem Klang verknüpft ist, kann er uns zurückziehen. Es ist ein einfaches System. Sehr einfach. Ihr müsst keine Kopfstände machen und all diese Dinge tun. Ihr haltet Bedingungen ein, die gut fürs Meditieren sind.

Folgende allgemeine Bedingungen sind gut fürs Meditieren: esst sehr einfaches Essen, seid Vegetarier, und selbst als Vegetarier esst nur das Minimum, das ihr braucht. Vegetarier zu werden, bedeutet nicht, viel zu essen und morgens nicht einmal aufstehen zu können. Das ist nicht Vegetarier sein. Die Idee, Vegetarier zu sein, besteht darin, das leichteste Essen zu essen, mit dem geringsten Auslöschen von Leben in der Nahrung, nämlich Gemüse. Wenn ihr Tiere esst, verursacht dies eine andere Reaktion in eurem Unterbewusstsein und erschwert die Konzentration. Wenn ihr jemanden tötet oder jemand anderes für euch tötet, hat das Auswirkungen auf euer Unterbewusstsein, die euch daran hindern, eure Aufmerksamkeit richtig zu konzentrieren. Also, dies ist nur eine der einfachen Forderungen. Nehmt keine Drogen. Trinkt keinen Alkohol. Nehmt keine Dinge, die eure Aufmerksamkeit noch mehr zerstreuen. Führt ein einfaches, ruhiges Leben. Und mit einer sehr einfachen Methode, die jeder tun kann - von einem kleinen Kind bis zu einem alten Mann - folgt dieser Methode, und ihr erhaltet alle Erfahrungen auf jeder Ebene.

Das scheint mir ein sehr bedeutender Weg zu sein. Die Menschen haben verschiedene Wege ausprobiert, aber dieser bringt euch am weitesten, weil ihr auf etwas reist, das selbst aus eurem wahren Zuhause stammt. Dieser Shabd oder dieser Klangstrom kommt aus eurem wahren Zuhause und kann die Kraft haben, euch dorthin zurückzuziehen. Ihr müsst euch nur dranhängen. Die anderen Voraussetzungen - das Nutzen von Wiederholung von Worten, von Simran, von anderen Praktiken, sich selbst zu zentrieren, usw. - sind dazu da, es euch zu ermöglichen, diese Melodie zu erfassen, die innen erklingt. Sobald ihr diese Melodie, diesen Klang erfasst, braucht ihr nichts anderes, als euch an diesen Klang zu heften. Er bringt euch nach Hause. Also, das ist meiner Meinung nach eine sehr unkomplizierte und einfache Methode, um herauszufinden, wer wir sind und zu unserem wahren Zuhause zurückzukehren.

Ich hoffe, dass wir morgen noch etwas mehr Zeit zum Üben haben. Ich verstehe, dass wir in dieser Einrichtung nur begrenzte Zeit haben. Ich hätte gerne längere Meditationen mit euch gehabt. Wenn wir jemals die Chance bekommen, einen regulären mehrtägigen Meditationsworkshop zu haben, den ich manchmal in den Vereinigten Staaten oder anderswo habe, wenn wir diese Chance haben, dann können wir lange Zeitabschnitte meditieren. Dies waren nur Beispielsitzungen, die wir haben, sehr kurze Sitzungen, um euch zu zeigen, wie wir vorgehen können, um uns selbst innen zu finden. Irgendwann haben wir vielleicht diese Möglichkeit. Aber dann gibt es eine Liste von persönlichen Interviews. Wie viele von euch haben um ein persönliches Gespräch gebeten? Bitte hebt eure Hand. Wir könnten ein paar Tage damit verbringen. Wegen der Anzahl der erhobenen Hände, es sei denn, jemand hat beide Hände erhoben, aber ich denke, es gab viele Hände, die erhoben wurden, müssen wir die Interviews sehr kurz halten. Stellt deshalb die wichtigste, relevante Frage, die ihr stellen möchtet, und verkürzt die Zeit, damit alle, die ihre Hände hoben, eine Chance haben. Wir werden heute und morgen etwas Zeit einplanen. Mir wurde gesagt, dass wir diesen Ort um fünf Uhr verlassen müssen. Also ihr seht, es ist Viertel vor vier, so haben wir nicht zu viel Zeit. Ich kann nur eine kurze Meditationssitzung mit euch machen, in der ich euch in den wichtigsten Faktor der Meditation einführen möchte, nämlich Liebe und Hingabe.

Warum benutzen wir zwei Worte, 'Liebe und Hingabe'? Weil wir nicht wissen, wie man liebt. Wir haben Anhaftungen als Liebe bezeichnet. Die ganze Zeit sagen wir, dass wir etwas lieben, wenn wir ihm verhaftet sind. Sogar wenn eine Person sagt: "Ich liebe dich", hört euch diese Person sorgfältig an: "**Ich** liebe dich." "Ich" ist so stark in dieser Person. Es ist sehr oft ein Egotrip. Wenn eine Person sagt: "Ich liebe dich", der Egotrip ... Angenommen, die Antwort ist: "Aber ich hasse dich." Dann sagt die Person: "Ich hasse dich auch." Was ist mit der Liebe passiert? Mit einem Satz kann sie verschwinden. Diese mentale Anhaftung,

die wir Liebe genannt haben, ist keine Liebe. In der Liebe verschwindet das "Ich". In der Liebe denkt ihr nicht einmal an das "Ich". Das "Ich" tritt zurück, und das "Du", der Geliebte, steht im Vordergrund. Und der Geliebte füllt euer Bewusstsein aus. Das ist Liebe, wahre Liebe. Es ist sehr schwierig, wahre Liebe zu finden. Aber ihr werdet immer wahre Liebe bei den Vollkommenen Lebenden Meistern finden. Ihr werdet immer feststellen, dass die bedingungslose, wahre Liebe von ihnen kommt. Und es ist eine großartige Erfahrung, sie zu erleben. Dann ist Hingabe unsere Antwort darauf. Wenn wir auf wahre Liebe reagieren, nennt man das Hingabe. Deshalb wurde der Begriff "Liebe und Hingabe" verwendet, dass ihr, wenn ihr meditiert - die Meditation ist immer noch dieselbe, dass ihr an den gleichen Ort hinter den Augen zurückgeht. Das ist der Ausgangspunkt, immer, vergesst das nicht.

Der Ausgangspunkt ist hinter den Augen, vergesst, was draußen ist, so dass eure Aufmerksamkeit schnell nach innen gezogen werden und die zehnte Tür sich schnell öffnen kann. Und wenn das einmal getan ist, dann bringt eurem Geliebten eure Liebe zum Ausdruck. Euer Geliebter soll dort gesehen werden. Am Morgen versuchten wir zu sehen, wie wir die Worte der Gedanken loswerden können. Was ist mit den Gedankenbildern? Was ist mit Bildern von anderen Menschen, die während der Meditation erscheinen? Wir ersetzen sie mit dem Bild unseres Geliebten. Und das Bild des Geliebten, der dritte Teil der Meditation, heißt Dhyāna, Betrachtung des Angesichts deines Geliebten. Wenn ihr es betrachtet, während ihr dort seid, werdet ihr sehen, wie schnell die Aufmerksamkeit ins Innere zurückgezogen werden kann. Also, versucht diese Meditation, seid dort, benutzt die Worte, wiederholt sie, so dass die Gedanken nirgendwohin gehen, und betrachtet das Angesicht des Geliebten, und sprecht innerlich mit dem Geliebten, unterhaltet euch mit ihm über alles, was ihr wollt, als ob wir da beieinander sind. Das ist wahre Meditation. Also, lasst es uns versuchen. Lasst uns eine kleine Weile Meditation mit Liebe und Hingabe versuchen, damit wir im Inneren unsere Liebe

und Hingabe zum Meister oder einem anderen Geliebten ausdrücken können, jedem, den wir für unseren Geliebten halten, den wir lieben können. Dieses Bild sollte vor Augen sein, und wir können unsere Liebe ausdrücken.

Schließt eure Augen. Geht zurück in den Meditationsraum. Fortan nennen wir dies den Meditationsraum, weil dies der Ort ist, wo wir meditieren sollten, hinter den Augen, im Kopf. Geht dorthin. Setzt euch in die Mitte. Fühlt euch wohl. Kein Stress, keine Anspannung. Entspannt euch dort. Wiederholt die Worte langsam und hört auf die Worte und drückt eure Liebe und Hingabe für den Geliebten aus. Und wenn ihr einen starken Klang hört, der eine Anziehung in sich hat, fangt an, ihm zuzuhören. Ansonsten fahrt ihr fort mit der Wiederholung des Mantra oder des Simran.

Willkommen zurück. Wie viele von euch haben diese Sitzung gemocht? Beeindruckend! Wenn ihr Meditation mögt, werdet ihr Erfolg haben. Wenn ihr Meditation hasst, macht ihr keinen Fortschritt. Wenn sie euch gefällt, wenn ihr sie genießt, werdet ihr Erfolg damit haben. Das ist das Geheimnis, dass es erfreulich sein muss. Der Grund? Der Grund ist, wenn du an etwas Vergnügen findest, geht der Verstand mit euch mit. Wenn ihr etwas nicht mögt, widersetzt sich der Verstand. Wenn ihr diese Meditation als angenehm und nützlich empfindet und beginnt, Dinge im Inneren zu sehen, wird der Verstand angezogen und euer Freund werden. Bis dahin wird er euer Feind sein. Dies ist eine seltsame Art von Verstand, der sich von Feind zu Freund verwandelt, nur indem ihm ein kleiner Köder, ein kleiner Anreiz gegeben wird, sich im Inneren an etwas zu erfreuen. Also, wenn ihr die Meditation genießt, hilft er euch immer. Der Verstand widersetzt sich euch nicht so sehr.

Ich bin sehr glücklich zu sehen, wie viele von euch die Hände erhoben haben. Und herzlichen Glückwunsch. Ihr seid wirklich alle gut markiert, zur Heimat zurückzukehren. Ich wünsche euch viel Erfolg.



Ich werde den Tag für heute beenden, weil wir einige Interviews haben. Sonst hätte ich weitergemacht und euch mehr erzählt. Morgen werden wir noch mehr Meditation in einem tieferen Sinn fortsetzen und auch einige innere Geheimnisse des Umgangs mit Hindernissen angehen, die in der Meditation kommen. Wenn ihr das im Voraus wisst, werdet ihr nicht gleich am Anfang zu viele Fragen stellen müssen. Also, ich werde morgen mit euch darüber reden. Und heute müssen wir jetzt früh beenden. Aber diejenigen, die um Interviews gebeten haben...wir haben eine Liste von Namen. Ich habe sie jedoch noch nicht gesehen. Sie wollen sie mir nicht zeigen, weil sie so lang ist, aber ich denke, wir werden versuchen, heute die eine Hälfte und morgen die andere Hälfte der Liste abzudecken. Ich bin sehr glücklich, dass ich euch alle sehen und meine Erfahrungen mit euch teilen konnte. Vielen Dank.

<https://youtu.be/GBSumf3mM78>

***Veröffentlicht von ISHA. Alle Rechte vorbehalten. Diese deutsche Übersetzung einer Ansprache von Ishwar C. Puri in YouTube wird veröffentlicht unter einer CC BY-NC-SA-Lizenz, was bedeutet, dass Sie Teile der Übersetzung kopieren, weiterverbreiten, bearbeiten und frei weitergeben können, vorausgesetzt, jegliche Bearbeitungen oder darauf beruhende Veränderungen werden nicht für kommerzielle Zwecke verwendet und solange der Urheber angemessen angegeben wird, ein Link zu dieser Lizenz erstellt und angegeben wird, ob Veränderungen vorgenommen wurden. Wenn Sie das Material remixen, verändern oder anderweitig direkt darauf aufbauen, dürfen Sie Ihre Beiträge nur unter derselben Lizenz wie das Original verbreiten. Lizenzdetails: [creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)  
Copyright 2019. Attribution-NonCommercial-ShareAlike (CC BY-NC-SA).***