

Sister Jayanti - Kann ich negative Dinge umkehren und sie schön machen?

Om Shanti, guten Morgen. In diesem Lied ging es darum, die Seele zu reinigen und um die Schönheit und Freude eines reinen Yogi-Lebens. Das Lied besagte, dass es Glück durch Gyan gibt. Mit der Kraft des Wissens bist du in der Lage, die Seele vollständig zu reinigen. Die heutige Murli handelt von Reinheit, der Königlichkeit der Reinheit und der Persönlichkeit der Reinheit. Es ist, als hätte Baba einen Kommentar gesprochen, der uns durch den gesamten Zyklus und die Stufen der Reinheit führt: die Reinheit in der ewigen Seele, wenn sie sich in Paramdham befindet, wo alle Seelen rein sind. Aber der Glanz einiger ist heller als der Glanz anderer. Dann die Reinheit der Seele, wenn sie in die erste Periode des Goldenen Zeitalters eintritt; als nächstes die Reinheit der Seele, wenn sie in das Kupferne Zeitalter eintritt; und es gibt eine Periode der Verehrung der Vorfahren; und dann die Reinheit der Seele in Sangamyug.

Baba hat definiert, was es bedeutet, eine reine Haltung, eine reine Sichtweise und reines Handeln zu haben. Baba verwendete oft die Begriffe „vritti, drishti, kriti“, aber heute gibt es sehr spezifische Definitionen für jeden dieser Aspekte. Der erste Aspekt ist „vritti“, und das Wort für Haltung ist eng mit dem Wort „vrittanth“ verbunden, das einen Vorfall, eine Situation bedeutet. Das bedeutet, dass es mit Aktivität verbunden ist. In dieser ersten Stufe sollte meine Haltung nichts als gute Wünsche für jeden einzelnen Menschen beinhalten. Ich tue dies, indem ich meine Seele mit Gyan reinige. Ich nutze Gyan, indem ich an nichts anderes denke als an das, worüber Baba mich gebeten hat nachzudenken.

Später in der Murli erwähnt Baba zwei Wörter, die in jeder Sprache ständig verwendet werden – „ich“ und „mein“. „Mein“ wird verwendet, wenn wir an unsere Beziehung zu äußeren Objekten denken. Anstatt uns um die Beständigkeit dieser äußeren Dinge zu sorgen, sagt Baba, wir sollen uns daran erinnern, was ewig mein ist, und dass nichts Physisches ewig mein ist. Ich kann jedoch eine ewige Beziehung zu diesem ewigen Einen haben. Deshalb hat Baba uns gelehrt, nicht nur den Ausdruck „Baba“, sondern „mein Baba“ zu verwenden. Ich gehöre für immer zu Baba, und das ist die ewige Beziehung. Jedes Mal, wenn ich „mein“ sage, kann ich mir beibringen, mich von Menschen zu entfernen. Keine menschliche Beziehung gehört für immer mir. Nur Shiv Baba kann für immer mir gehören. Jedes Mal, wenn ich „mein“ sage, erinnere ich mich daran, wer wirklich mir gehört.

Genauso sagte Baba, wenn du das Wort „ich“ verwendest, was musst du dann zu dir selbst sagen? Das Wort „ich“ kann dich zu Fall bringen, wenn es mit dem Ego verbunden ist. Wir sagen so oft „ich“! Aber wenn sie mit der Außenwelt verbunden sind, dann wird dich das definitiv zu Fall bringen. Wenn ich also „ich“ sage, kann ich dann zu dem Bewusstsein zurückkehren, wer ich wirklich bin? Ich bin das innere Wesen, die Seele. In diesem Bewusstsein erinnere ich mich an die Titel, die Baba mir gegeben hat. Als das Lied davon sprach, die Seele mit Gyan zu reinigen, meinte Baba genau das.

Baba erklärt mir tatsächlich, welche Art von Gyani-Gedanken ich haben sollte. Er erinnert mich daran, dass ich eine Seele bin, die ein Wohltäter und eine reine, ewige Seele ist. Mein Bewusstsein ist also, dass ich eine reine, ewige, wohltätige Seele bin, und ich erinnere mich daran. Welche Gedanken werde ich in diesem Bewusstsein über andere Seelen haben? Meine Gedanken führen zu Bewusstsein, und mein Bewusstsein führt zu meiner Haltung. Kann ich einfach dieses eine Bewusstsein bewahren, dass ich ein Wohltäter bin? Dieses Bewusstsein wird zu diesem „Vrittanth“ führen, dem Ende des „Vritti“, dem Ende der Einstellung. In diesem Moment verstehe ich nicht nur meine gesamte Einstellung, sondern auch mein gesamtes Handeln. Ausgehend von der Einstellung, eine reine, ewige Wohltäter-Seele zu sein, gibt es nichts als reine gute Wünsche für alle. Meine Vision wird sein, dass ich nur das Gute in jeder einzelnen Seele sehe.

Es ist sehr interessant, dass wir die meiste Zeit gute Wünsche für alle haben. Manchmal rutscht uns jedoch etwas heraus. Auslöser sind in der Regel Dinge, die sie sagen oder tun, die ich als nicht hilfreich empfinde, die kritisch sind oder mich in irgendeiner Weise herunterziehen. Dann denke ich, dass sie das nicht hätten sagen oder tun sollen, und schon ändert sich mein Gedankengang und die Vision des Guten verschwindet. Ich beginne zu denken: Das hätten sie nicht sagen sollen! Das war nicht richtig! Und sobald man diese Gedanken hat, ist die Vision vom Guten in der Seele definitiv verschwunden. Also, welche Gefühle hast du, wenn du etwas hörst oder siehst, dass dir früher nicht gefallen hätte, wo du doch jetzt bei Baba bist und Babas Gesellschaft hast.

Baba ist völlig losgelöst, kann ich also Gottes Gefährte sein und ebenfalls völlig losgelöst bleiben wie der Vater, der Unkörperliche? Natürlich ist Shiv Baba während des gesamten Zyklus losgelöst, aber in dieser Geburt hat Brahma Baba als Mensch gezeigt, wie man losgelöst sein kann, egal was kommt, und sich davon nicht beeinflussen lässt. Wenn ich mich von etwas berühren lasse, dann empfinde ich nicht nur Trauer über das, was ich gehört habe, sondern ich werde auch weiter darüber nachdenken (unnütze Gedanken). Jemand sagt etwas, und die Worte dauern nur ein paar Sekunden, aber wie lange habe ich sie in meinem inneren Bewusstsein behalten und sie mir immer wieder wiederholt? Jemand hat etwas gesagt, aber ich habe daran festgehalten, und es kam mir immer wieder in den Sinn. Dadurch wurde das Gefühl der Trauer immer tiefer. Wenn meine Gefühle das Ergebnis davon sind, dass ich Trauer/Leidaufnahme, was werde ich dann anderen geben? Wenn ich diese Haltung beibehalte, wird sich das in meinen Worten, in meinem Drishti und in meinem Verhalten zeigen, und ich werde anderen Trauer/Leid bereiten. Die Last auf der Seele wird größer. Aber mit Babas Gyan verstehe ich, dass ich, wenn ich alle karmischen Konten klären und Karmateet werden will, aufhören muss, Trauer/Leid zu geben und zu nehmen.

In Bhakti sagen die Seelen, dass sie frei von diesem Kreislauf sein wollen. Der Zweck dieses Kreislaufs ist es jedoch, uns Glück zu schenken, und während der Hälfte des Kreislaufs herrscht definitiv vollkommenes Glück. Während des Goldenen und Silbernen Zeitalters existiert nicht einmal das Wort „Leid“. Um diese Stufe zu erreichen, muss ich mich jetzt wandeln, damit ich kein Leid empfinde und mein Drishti nur das Gute der ewigen Seele sieht. Ich kann losgelöst sein und mit dem Vater zusammen sein, und der Kummer der Welt bleibt draußen. Er kann mich nicht berühren. Um frei von Kummer zu sein, muss ich nicht frei vom Kreislauf sein. Ich möchte im Goldenen Zeitalter sein. Es ist nicht so, dass die Welt immer so ist, wie sie jetzt ist. Es gab eine Zeit, in der die Welt ein Spielplatz war und buchstäblich alles ein Spiel war. Alles war ein wunderschönes Spiel, und das möchte ich erleben können.

Bei den Versammlungen religiöser Führer wird der Begriff „Jeevan Mukti“ von Menschen aller großen hinduistischen Religionen verstanden. Selbst ein spanischer Übersetzer sprach von „Jeevan Mukti“ als Befreiung von den Fesseln des Lebens, um „Moksha“ zu erlangen. Es war für mich faszinierend zu sehen, wie stark der traditionelle Hinduismus und diese Ideen auch heute noch verbreitet sind. Diese Definition von „jeevan mukti“ unterscheidet sich sehr von der Definition, die Baba uns gegeben hat – nämlich hier in der physischen Dimension im Goldenen und Silbernen Zeitalter zu sein, aber frei von Leid und frei (mukti) von den Fesseln des Leids. Wir sind frei von Leid, können aber dennoch das Leben genießen. Wenn Baba von 21 Geburten spricht, bedeutet dies acht Geburten im Goldenen Zeitalter und zwölf im Silbernen Zeitalter sowie eine Geburt jetzt. Im Moment erlebe ich ein Leben, das frei von den Fesseln der Negativität und den Fesseln des Leids ist. Dadi Janki sprach immer davon, dass die Seele die Marionette und Shiv Baba der Marionettenspieler sei. Wenn wir sie fragten, wie sie es schaffe, im Alter von 90 oder 100 Jahren noch alles zu tun, antwortete sie: „Aber ich tue doch gar nichts. Der Puppenspieler zieht die Fäden, und ich tanze nur. Das ist „Jeevan Mukti“ – ein Körper, der vielleicht nicht das tut, was man möchte, aber dennoch in der Lage ist, das zu tun, was Baba möchte.“

Selbst der Körper muss keine Fessel sein. Der Körper ist ein wunderschönes Instrument, und während ich ihn benutze, danke ich ihm. Er hat mir gute Dienste geleistet und mich so weit gebracht, dass er keine Fessel ist. Es ist meine Bindung an ihn, die die Fessel ist. Wenn ich mich davon löse, weiß ich ihn zu schätzen. Kürzlich hörten wir eine schöne Murli, in dem Baba darüber sprach, dass die Seele der Puppenspieler und der Körper die Puppe ist.

Das Stadium, in dem man ein Leben frei von Bindungen erlebt, bedeutet, meine Anhaftung in diesem Moment loszulassen. Losgelöst zu sein bedeutet nicht, dass ich meinen Körper ablehne. Es bedeutet, dass ich mir seiner Bedürfnisse bewusster bin und besser in der Lage bin, ihm das zu geben, was er braucht. Und das abzulehnen, was ihm schadet. Wenn ich an meinem Kind hänge und mein Kind sagt, es möchte Schokolade und Süßigkeiten, dann kann ich entscheiden, dass das ab und zu in Ordnung ist, aber jeden Tag Schokolade und Süßigkeiten zu essen, ist weder für den Geist noch für den Körper gesund. Die Eltern sind distanziert genug, um Nein sagen zu können. Kinder sind sehr formbar, sie sind flexibel und werden diese feste Entscheidung akzeptieren. Aber wenn die Eltern keine Grenzen setzen, wird das Kind diese Grenzen immer weiter ausreizen. Viele Eltern haben mir von dieser Erfahrung berichtet. Wenn die Eltern entschlossen sind, weiß das Kind das. Wenn die Eltern nicht entschlossen sind, weiß das Kind das auch. Und viele Eltern haben mir von ähnlichen Erfahrungen berichtet. Wenn Eltern konsequent sind, merkt das Kind das. Wenn Eltern nicht konsequent sind, merkt das Kind das ebenfalls. Und dann wundern sich die Eltern, warum ihr Kind verwöhnt ist, obwohl sie nicht konsequent waren. Das Gleiche gilt für mich und meinen Körper. Kann ich distanziert genug sein, um zu wissen, was richtig und nützlich ist, aber auch distanziert genug, um zu wissen, wie ich meinen Körper mit Respekt, Liebe und Wertschätzung behandeln kann?

Es liegt also an mir, in welcher Stufe ich mich in meinem Körper befinde, aber ich weigere mich, Trauer/Leid zu akzeptieren. Nehme ich Trauer/Leid an oder weigere ich mich, Trauer/Leid zu akzeptieren? Es ist meine Entscheidung, Negativität nicht zu akzeptieren. Das ist also „Vritti“, die Veränderung der Einstellung. Innerhalb dieser Einstellung einfach nur gute Wünsche für alle zu haben; dann die Veränderung der Sichtweise, das Sehen der Seele und der Güte, die der Seele innewohnt; und schließlich das Dritte sind meine Handlungen. Welche Art von Handlungen beschreibt Baba heute in der Murli? Es war sehr schön. Bleibt glücklich und schenkt Glück. Das Geben und Nehmen von Freude. „Sangam Yuga“, diese Zeit jetzt, in dieser Geburt, bedeutet „Jeevan Mukti“, jederzeit einen Austausch von Glück haben zu können. Wenn ich Trauer/Leid erfahren habe, werde ich Trauer/Leid geben, aber wenn ich aus jeder Situation nur Glück ziehe, dann werde ich auch anderen nur Glück geben.

Kürzlich wurde ich von Eleanor Dettinger nach Costa Rica eingeladen, die ein ganz besonderes Treffen von einflussreichen Frauen aus Costa Rica und anderen Ländern organisiert hatte. Allerdings konnte sie selbst nicht an dem Treffen teilnehmen, da sie am Tag zuvor gestürzt war. Nach der Konferenz besuchten einige von uns sie. Sie ist mittlerweile über 90 Jahre alt, und wie sie alle von ihren Eltern oder aus eigener Erfahrung wisst, hat ein Sturz mit 90 viele Folgen. Als wir ankamen, saß sie da, ihre Krücken und ihre Assistentin neben ihr. Ich sagte zu ihr: „Eleanor, dein Gesicht strahlt!“ Sie erklärte mir, dass sie ihre Zeit genutzt hatte, um viel Yoga zu machen. Als sie gestürzt war, habe sie erkannt, dass sie es nicht zur Konferenz schaffen würde. Stattdessen habe sie sich gefragt: „Was kann ich jetzt tun?“, und beschlossen, einfach allen Konferenzteilnehmern „Sakash“ zu senden, Gottes Licht aufzunehmen und es mit anderen zu teilen. Sie sagte, das sei das Beste gewesen, was passieren konnte. Wäre sie gekommen, hätte sie sich mit Besprechungen und Gesprächen beschäftigt. So hatte sie jedoch keine weiteren Verpflichtungen und verbrachte die Tage vor der Konferenz einfach in Stille, um „Sakash“ zu senden. Ich bin sicher, dass ihr „Sakash“ uns geholfen hat, denn jeder Moment der Konferenz war sehr schön und sehr kraftvoll.

Etwas Negatives ist also nicht unbedingt etwas Schlechtes. Wir mögen sagen, dass ein Sturz etwas Negatives ist, aber auch wenn etwas Negatives passiert ist, kann ich es für mich selbst umdrehen und sagen: Es ist in Ordnung, es ist schön und es gibt einen Grund dafür, dass dies passiert ist? Wie kann ich es umdrehen und sinnvoll nutzen? Eleanor liest also jeden Tag Murli und verwendet ständig das Wort „Baba“. Natürlich ist sie seit den frühen 80er Jahren eine große Freundin und Unterstützerin. Es ist eine lange Zeit der Verbundenheit. Kann ich einfach glücklich sein und anderen Glück schenken? Diese drei Dinge: meine Einstellung, meine Vision und meine Handlungen. Baba hat uns in der Murli alle Details zu diesen vielen Dingen gegeben.

Das andere, worauf ich eingehen möchte, ist, wo Baba davon spricht, wie die Sonne sein zu können. Baba sagt, dass so wie die Sonne überall Lichtstrahlen aussendet und in der Lage ist, die Atmosphäre vollständig zu verändern und so viel zu erreichen, jeder von euch der Meister der Sonne sein kann, derjenige, der jederzeit alles geben kann. Ihr seid die Kinder des Spenders, der ständig gibt, und so könnt auch ihr wie die Meister-Sonne sein, die allen Seelen, die es brauchen, Frieden und Glück schenkt. Die Situation in der Welt hat derzeit so viele verschiedene Aspekte des Leids, die die Menschen ständig treffen, aber die Meister-Sonne ist diejenige, die Gottes Licht und Liebe geben kann.

Wie mache ich das? Ich muss mich in Konzentration üben. Baba sagte, je mehr man sich darin übt, seine Gedanken und seinen Geist zu fokussieren und zu konzentrieren, desto besser kann man seinen Intellekt fokussieren und konzentrieren. Wenn man das lernt und Yoga praktiziert, das nicht nur für ein paar Minuten, sondern über einen längeren Zeitraum stabil ist, kann man in dieser Stufe dieses Licht und diese Kraft weitergeben, weil man sie von Baba empfängt und in der Lage ist, sie als Instrument weiterzugeben. Wie komme ich also dorthin? Übe und übe, beginnend mit einem Gedanken aus der Murli. Nimm jeden Tag einen Gedanken aus der Murli auf, der dich berührt. Ja, ihr könnt denselben Gedanken mehrmals verwenden, aber es ist sehr nützlich, jeden Tag etwas aus der Murli zu finden, das einen wirklich tief berührt. Wählt etwas, das euch anspricht, und verwendet es als Fokus für euren Geist. Wenn ihr damit beginnt, lernt zunächst, inwieweit ihr euch fokussiert und konzentrieren könnt. Manchmal dauert es vielleicht nicht sehr lange, aber egal wie lange es dauert, kehrt immer wieder zu diesem Gedanken zurück und konzentriert euch darauf. Ihr werdet feststellen, dass es ganz natürlich und leicht wird, den Intellekt zu fokussieren und zu konzentrieren. Eine der Definitionen, die wir für Raj Yoga geben, ist „Buddhi“ Yoga, das Yoga des Intellekts, und darin gibt es einen schönen Ausdruck in der Gita, der besagt, dass Yoga einen liebevollen Intellekt bedeutet. Lasst einfach den „Preet Buddhi“ zu, und dann ist das der Intellekt, der den Sieg erringen kann.

Es gab noch etwas sehr Schönes, das sich im Rahmen der Diskussionen ergab, über die wir gesprochen haben, nämlich die Frage, was die Seele nach unten zieht und was sie nach oben hebt. Innerhalb der Gruppe herrschte allgemeine Einigkeit darüber, dass das Ego die Seele nach unten zieht. In der kleinen Gruppendiskussion kam das Thema Ego im Gegensatz zu Demut viele Male auf unterschiedliche Weise zur Sprache. Jemand sagte dann, dass die schlimmste Negativität entsteht, wenn mein Ego anfängt zu denken, dass die Wahrheit versagt, und ich anfange, Zweifel zu haben. Zweifel ist also Maya. Zweifel ist die Illusion. Die Wahrheit ist da, aber Illusion ist, wenn ich denke, ich wüsste es besser, und ich Zweifel habe. Etwas, das ich einmal als Wahrheit verstanden habe. Jetzt habe ich es umgedreht, und mein Ego hat sich eingeschaltet. Ich habe Zweifel. Vergleicht dies mit der Erfahrung des Vertrauens und wie Vertrauen im Intellekt zum Sieg führt. Wenn ich das Wissen, das Gott mir gibt, schätze und dieses Wissen in meinem Leben anwende, wird mein Vertrauen stärker. Der Grund, warum ich anfange, Zweifel zu haben, ist, dass ich keine Ergebnisse in meinem Leben sehe. Das ist nicht die Schuld der Lehren. Es ist meine Schwäche in Bezug auf meine Praxis. Es ist das Einfachste auf der Welt zu sagen: „Das funktioniert nicht. Ich gebe es auf.“ Die Illusion, dass ich es besser weiß; die Illusion, dass ich Recht habe. Und ich wende mich ab.

Aber es gibt auch die andere Seite. Ich nutze Gottes Lehren. Ich praktiziere sie. Ich praktiziere das richtige Denken, die richtige Einstellung, die richtige Sichtweise und die richtigen Handlungen. Es gibt nur tiefe Liebe, und es wird immer besser. Und als Ergebnis davon empfinde ich Dankbarkeit. So wird mein Intellekt immer stabiler werden. Ich kann meine Praxis so entwickeln, dass mein Geist Stabilität erlangt. Je mehr ich übe, desto länger bleibt er natürlich stabil. Es ist wie bei körperlicher Bewegung. Ich stärke die Muskeln des Geistes, damit er konzentriert bleiben kann, wo ich ihn haben möchte, und wenn er abschweift, hole ich ihn sanft zurück. Die Konzentration des Geistes und des Intellekts macht beide stark, stabil und kraftvoll. In dieser Stufe kann ich wie eine Meister Sonne sein. Baba hat es so einfach gemacht. Wie man eine Meister Sonne wird, lässt sich mit einem Wort beschreiben: Konzentration. Das klingt sehr hochgesteckt und wirft die Frage auf, wie jemand eine Meister Sonne werden kann. Aber Baba bringt es auf die praktische Anwendung zurück. Übe einfach Konzentration.

Om Shanti