

Auf der Suche nach dem Selbst

Blog: 2010/08/28

INHALT

“Auf dem Weg bleiben”

von Durga Ahlund

Die vergangenen Wochen haben sich als besonders schwierig erwiesen, und verschiedene Herausforderungen haben mein Bewusstsein und inneres Gleichgewicht geprüft und mein Ego entmutigt. Das ganze Unbehagen, das ich erfuhr, geschah entweder aufgrund meiner Impulsivität meinerseits, oder meinem Beitrag zum Status quo. Ich kann jetzt die Kraft der diesmaligen Transformation wahrnehmen.

Für das stetige innere Wachstum brauchen wir strenge Regeln und Selbstbeherrschung, weil unsere normale menschliche Natur unbesonnen ist. Wir brauchen Werkzeuge, um die Zerbrechlichkeit des Wachstums zu schützen, wie man den Geist vor dem Ausflippen bewahrt und zu lernen, wie man zum Zentrum entspannt und natürlich Weise zurückkehrt. Manchmal können wir so angezogen von der Kinoleinwand unseres Lebens werden, dass wir vergessen, uns um die Zärtlichkeit der Seele zu kümmern. Yoga Sadhana hilft uns, uns zu erinnern, auf dem Kurs stetig zu bleiben und sich anzupassen, um sich zu ändern, ohne Integrität aufs Spiel zu setzen.

Herausforderungen kommen, so dass wir gezwungen sind, dies oder jenes umzugestalten oder wieder herzustellen, oder dass, es sich verschlechtert; und das ist gut. Aber jede Korrektur von Fehlern sollte aus dem Raum der zarten Seele und nicht vom Ego erfolgen. Lehren kommen in vielen Formen, und einige sind nicht, die wir wählen würden. Einige unserer besten Lehren kommen daher, dass uns etwas aufgezwungen wurde. Es wird gesagt, dass etwas Schädliches einer guten Person zustößt, aber durch dieses Ereignis kann ein wichtiger Nutzen eintreten. Das ist eins der Paradoxa des Lebens.

Wir alle suchen nach dem Vorteil des inneren Friedens und der Zufriedenheit. Auf dieser Suche ist nicht selten, dass die Menschen sich einer besonderen Schule des Yogas / Meditation anschließen und sie verlassen, um es woanders zu versuchen. Jeder, der auf dem Pfad des Babajis Kriya Yoga bleibt, fügt etwas hinzu, findet heraus, nicht nur wie man die eigenen Praxis fest verankert, sondern auch wie man an sich arbeitet. Es gibt keine Chance, dem Pfad davonzulaufen, weil ihr Leben ihr Pfad wird. Die einzige Sorge ist, dass man nicht stecken bleibt, oder das Bewusstsein darüber zu verlieren.

Wenn wir aufrichtig den Weg gehen, so verbindet uns das mit unserem eigenen inneren Guru und der universalen Energie. Dann werden wir aus so vielen Richtungen unterstützt. Die geistige Tradition ist auf dem Glauben gegründet, dass, sobald wir inneren standfesten Rückhalt erlangen, die Unterstützung im außen nachfolgt. Es ist dieses innere Fundament, das wir erlangen müssen. Wir müssen eine beständige Erdung errichten. Ein besonderes geistiges dharma wie Babajis Kriya Yoga ist ein Mittel zum Aufbau einer soliden Erdung und eines unerschütterlichen Glaubens.

Erdung zeigt sich nicht unbedingt dadurch, wie viele Stunden man bestimmten Übungen macht, und es ist auch nicht ein Spiegelbild einer persönlichen Beziehung, die man mit einem Guru in physischer Form entwickelt hat. Es gehört dazu, dass man nie den Weg verlässt, komme, was da wolle. Man kann immer die eine oder andere neue Technik ausprobieren, und auf dem Weg verbleiben. Erdung äußert sich in der Fähigkeit zur sich selbst zu beobachten, sich für andere einzusetzen und dem Weg treu zu bleiben, wie es diejenigen gezeigt haben, die vor uns gegangen sind, die wir hoch schätzen.

So soll man einen Weg wählen und einschlagen, praktizieren, ohne zu werten. Verwerfe jede Idee von gut, schlecht, besser, am besten, positiv oder negativ.

Jede Beurteilung ist von dem denkenden Geist konzipiert, ist sehr oberflächlich und meist nur eine Form des mentalen Unfugs. Das Verstehen ist anders, es ist absorbiert in den Knochen, im Blut und Mark, vorzufinden, wenn man reif ist. Der Reifeprozess vollzieht sich im beobachtenden Geist, wenn der Geist für die Denktätigkeit unzugänglich ist. Dieser Geistzustand wird wohl nie erfahren durch normale Bemühungen. Nur durch die eigene außergewöhnliche Aspiration für das Göttliche und eigene aufrichtige, intensive und langfristige Meditationspraxis, die uns in diesen sanften Raum der reinen Intelligenz bringt.

Wähle einen Weg, der sich gut anfühlt und beginne mit dem Training ernsthaft, nicht zurückblickend und nicht umzublicken, nicht wertend oder vergleichend. Nicht bringt dich schneller in den Schlamassel der Stagnation als Wertung oder Zweifel. Nur mit der Offenheit gegenüber dem Weg findet man heraus, dass man zu der Sadhana geführt wird. Der richtige Lehrer oder die richtige Erfahrung kommt zu richtigen Zeit., in perfekter Form für eine bestimmte Lektion. Manchmal wird jemand dazu geführt, einen großen Abstand zu entwickeln, sich von Aktivitäten und Verstrickung des geschäftigen Verstands zu lösen oder intensiv Sadhana zu praktizieren. Gelegentlich kann jeder von uns veranlasst werden, als Vermittler zwischen den Begünstigten und Benachteiligten behilflich zu sein, das Wachstum zum Wohl der anderen zu fördern. Wenn wir es absichtslos verrichten, dann wird die Seele genährt. Die Kultivierung der Seele verstärkt ihren Einfluss und wir können uns in den anderen entdecken.

Wir sind alle auf demselben Weg unterwegs, nur die Ereignisse entlang dieses Wegs sind für jeden von uns unterschiedlich. Dabei gibt es Hindernisse inhärent in dem Prozess, möglich sind Unfälle, Umgehungen oder eine Straßenbombe, die uns eine Zeitlang bei unserem Fortschreiten aufhält. Wenige gehen vorwärts, einige Stufen überspringend. Einige schreiten gemessenen Schritts weiter, andere bummeln, um sich Wünsche zu erfüllen auf dem Weg, aber nicht viel weiter kommen. Während andere den Weg schlurfen, den Staub aufwirbeln und stoßen Steine. Der Schlüssel für jeden Reisenden ist, von jeder vorkommenden Sache zu lernen, die wir antreffen und wir behutsam unaufhörlich voran schreiten.

Der stressbedingte Druck und die Komplexität des Lebens geben uns Geschmack, Herausforderungen und Möglichkeiten der Transformation. Oft sind unsere besten Lehren diejenigen, die uns vom Leben aufgezwungen werden. Selten ist derjenige, der sich einfach auf das Meditationskissen setzen kann, gebannt auf einen Punkt im Körper und in das reine Bewusstsein einzutauchen oder dass das Göttliche sich ihm offenbart. Das reine Bewusstsein und Gott sind eher denjenigen zugänglich, die ihre Augen weit offen haben mitten in einer Notlage.

In den vergangenen zwei Wochen zeigt es sich mir immer wieder, wie sehr wir täglich miteinander verbunden sind. Ich bin von Gottes Gnade erstaunt. Wir sind mit denjenigen verbunden, mit denen wir viel gemeinsam haben, aber auch mit denen, mit denen wir vermeintlich nichts gemeinsam haben – mit denen, mit abweichenden politischen, religiösen und gesellschaftlichen Ansichten – mit denen, die wir gern haben, und die wir bewundern und denen, die wir nicht so empfinden. Wir sind alle miteinander eng verbunden. Was wir tun müssen, egal, was geschieht, ist diese Bewusstheit beizubehalten und widerzuspiegeln, zu vertrauen und uns dem Fluss der Lebenskraft vom Augenblick gegenwärtig im Vertrauen darauf hinzugeben, dass er uns optimal nach vorn bringt.