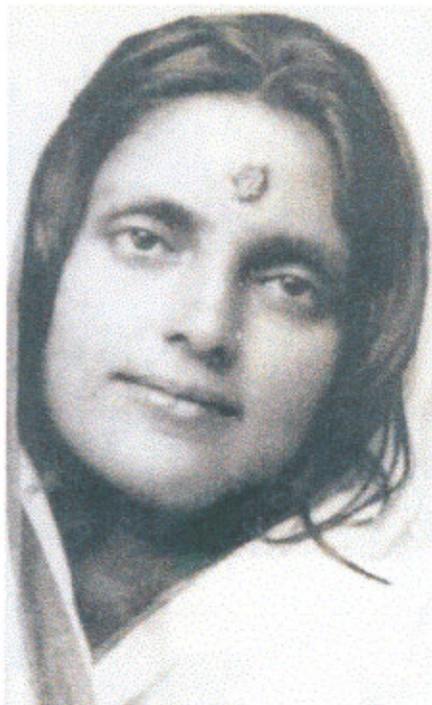


Shri Anandamayi Ma

30. April 1896 - 27. August 1982



Leben der Hingabe

Shri Anandamayi Ma

Ihr Name bedeutet „die Mutter, die von Glückseligkeit durchdrungen ist“. Sie war eine der größten Heiligen Indiens, und ihre Liebe und Weisheit, ja, allein schon ihre Gegenwart inspirierte Tausende von Menschen auf der Suche nach der Höchsten Wirklichkeit. Auf universelle Weise beriet sie Menschen aller Religionsbekenntnisse - unabhängig von Weltanschauung und Bildung - und zeigte ihnen die tieferen Aspekte des inneren und äußeren Lebens.

MEINE NAHRUNG SIND LEBEN DER HINGABE

Oh Du Höchstes Wesen, Du bist in allen Formen offenbar – dies Universum mit allen geschaffenen Dingen, Ehefrau, Ehemann, Vater, Mutter und Kinder, alle in einem.

Der Geist des Menschen ist von weltlichen Fesseln überschattet. Aber es gibt keinen Grund zur Verzweiflung. Schreitet mit Reinheit, unerschütterlichem Glauben und brennendem Eifer voran, und ihr werdet euer wahres Selbst erkennen.

Es ist die reine, unbefleckte Blume, die einen Platz zu Füßen des Herrn findet und sonst nirgendwo. Achtet darauf, ein Leben makelloser Reinheit zu führen, damit es würdig wird, dem Herrn in Verehrung hingegeben zu werden.

Da du die Gnade menschlicher Geburt erlangt hast, verschwende keinen einzigen Augenblick.

Halte deine Aufmerksamkeit auf Dinge gerichtet, die mit dem Göttlichen zusammenhängen. Geist, Herz und Körper Ihm hinzugeben, der ihr Herr ist, schenkt Frieden, doch von der Welt Frieden zu erwarten, wird unausweichlich Leid zur Folge haben.

Nicht durch Anstrengung kann Verhaftung aufgegeben werden. Nur im Verstärken der Sehnsucht, Ihn zu finden, wird das Verlangen nach anderen Dingen schwinden. Es liegt in der Natur weltlicher Dinge zu vergehen. Glückseligkeit und Friede sind das Ziel eines jeden, denn diese sind führungstief in jedem gegenwärtig und können daher niemals aufgegeben werden. Nur was ohnehin wegfallen muss, das kann man aufgeben.

Gottes Gnade strömt stets wie ein Wolkenbruch herab. Wenn ihr aber euer Gefäß verkehrt herum haltet, wird die Gnade an den Seiten hinunterfließen. Haltet euer Gefäß mit der Öffnung nach oben, und es wird gefüllt werden.

Das wirkliche, höchste und universelle Heilmittel für alle Krankheiten ist die ständige Vergegenwärtigung Gottes. Setzt euer ganzes Vertrauen in ihn.

Er allein, der vollkommen und heilig ist, ausgestattet mit Größe und allen Tugenden, ist würdig, das Ideal zu sein – von diesem Standpunkt aus existiert kein Ideal außer Gott. Dennoch sollte sich jeder für die praktischen Zwecke des aktiven und auch spirituellen Lebens vom Beispiel irgendeines Heiligen oder Weisen leiten lassen. Aus heiligen Schriften gewonnene Lehren können die Vorstellung nie so machtvoll beeinflussen wie ein lebendiges Vorbild . . .

Bete, dass die Arbeit, die durch dich, Sein Werkzeug, getan wird, rein sein möge. Besinne dich bei jeder Handlung auf ihn. Je reiner dein Denken, desto besser wird deine Arbeit sein.

Seine weltlichen Pflichten zu erfüllen ist gut. Gleichzeitig muss man sich an die wirkliche Pflicht des Menschen erinnern.

Ein Mensch, der nicht aus Liebe zu Gott und fröhlichen Herzens die ihm zufallende Verantwortung erfüllt, wird das Leben äußerst schwierig finden und niemals fähig sein, etwas zu erreichen. Es ist die Pflicht des Menschen – insbesondere derjenigen, die das Höchste zu ihrem einzigen Ziel gemacht haben – voll Freude zum Wohl der Welt zu arbeiten, mit der Überzeugung, dass jeder Dienst Gottesdienst ist. Arbeit, die mit einer solchen Einstellung getan wird, trägt zur Reinigung von Herz und Verstand bei.

Warum muss es so viele verschiedene Religionen und religiöse Lehren geben? Durch jede von ihnen verschenkt Er sich selbst an sich selbst, so dass jeder sich entsprechend seiner individuellen Eigenart entwickeln kann . . . Jeder Weg besitzt seine eigene Schönheit – auf dass man ihn, der sich auf zahllose Weise in allen Formen und im Formlosen manifestiert, als allgegenwärtig erkennen kann.

Wenn man sich verneigt sollte man daran denken: Die Gottheit, die ich verehere, ist fürwahr Herr des ganzen Universums, und in allen Gottheiten des ganzen Universums ist mein Herr gegenwärtig.

Die verschiedenen Pfade, denen Hindus, Mohammedaner, Vaishnavas, Shaktas usw. folgen, führen letztlich alle zur Schwelle des Ewigen.

Alles, was du wahrnimmst, siehst du, weil Licht existiert. Ohne Licht

kann man nichts sehen. Es gibt nur ein Licht. Was auch immer irgend jemand wahrnimmt, sei er ein Mensch oder ein Tier, wird durch das gleiche Licht erblickt. Das äußere Licht hat seinen Ursprung im inneren Licht – selbst ein Blinder ist sich eines inneren Lichtes bewusst. Das Licht des Selbst ist überall und in jedem gegenwärtig. Ob du Christus, Krishna, Kali oder Allah verehrst, du verehrst im Grunde das eine Licht, das auch in dir ist, weil es alle Dinge durchdringt. Alles geht aus Licht hervor, alles ist in seiner Essenz Licht.

Ma fragte eine junge Ausländerin: „Bist du Christin? Glaubst du an Christus?“ – „Ja.“ – „Meditiere über die Gestalt Christi, umgeben von himmlischen Glanz, und warte auf seine Führung.“

Wenn das Christentum eine Sonderstellung für sich beansprucht und sich isoliert, erschüttert es damit alle anderen Religionen. Wir erkennen Jesus Christus an, aber im Rahmen der Einheit aller Religionen. Er selbst steht über diesem alleinigen Anspruch.

Eigentlich gibt es nur einen inneren Ruf, aber die verschiedenen Religionen haben verschiedene Methoden ersonnen, um den Menschen darauf aufmerksam zu machen. Wenn man sich einmal dieses Rufes bewusst wird, so besteht keine Notwendigkeit mehr, immer wieder aufs neue zu rufen. In Wahrheit ruft nicht ihr Ihn, sondern Er ist es, der euch ruft.

Man kann alles in Christus finden. Er ist Bruder, Vater, Sohn und Geliebter. Auch Ma ist in Christus enthalten.

Die Wahrheit zu suchen, ist des Menschen einzige Pflicht. Lerne Hymnen und Verse auswendig, die Gott preisen, und wiederhole sie während deiner Aktivität. Erlaube deinem Geist niemals, müßig zu sein. Beschäftige ihn ständig mit der Wiederholung eines Mantras (eines heiligen Wortes oder Satzes), eines Göttlichen Namens, heiligen Hymnen und ähnlichem, oder sonst in reinem Gedenken Gottes.

Sehr viel Energie muss von einem Pferd oder einem Motor aufgebraucht werden, um Wagenräder auf unebener Strecke in Bewegung zu setzen. Ebenso muss das Denken, um von seiner Verhaftung an Sinnesfreuden losgerissen zu werden, entschieden spirituellen Interessen und Beschäftigungen zugewandt werden.

Der Frage, ob der Pfad lang oder kurz ist, solltet ihr keinerlei Aufmerksamkeit schenken.

Wir sollten unserer Aufmerksamkeit nicht erlauben planlos umherzu-

schweifen, sondern an einem bestimmten Ziel festhalten. Zunächst werden wir jedoch ein Ziel wählen müssen, das unserem Sadhana entspricht.

Es gibt viele Einflüsse, die auf das Denken einwirken: deine Lebensweise, die Nahrung, die du isst, die Leute, mit denen du verkehrst, und viele andere Dinge, von denen du vielleicht nicht weißt. Aber wenn du deine Aufmerksamkeit auf Gott richtest, wird es dir helfen, all das zu überwinden.

Gib nicht deiner Neigung nach, über Geister und Erscheinungen nachzudenken; halte deine Aufmerksamkeit vielmehr nur auf Gottes Namen gerichtet und meditiere über ihn. In Gegenwart Seines Namens kann keine andere Macht wirksam sein. Das ist die Wahrheit, sei fest davon überzeugt.

Es ist nicht ratsam, zu versuchen, den Geist von Verstorbenen anzurufen. Sehr oft antwortet ein anderes Wesen, und der gewöhnliche Mensch ist nicht in der Lage, zwischen einer echten Erscheinung und einer Täuschung zu unterscheiden . . . Deine Gedanken sollten sich wirklich nicht mit derlei Dingen beschäftigen . . .

In einer Unterhaltung behauptete jemand, er habe gewisse Anweisungen von seinem inneren Guru erhalten. Ma erklärte daraufhin, es sei ein bestimmter Reife- und Entwicklungszustand nötig, um Anweisungen seines inneren Gurus erkennen zu können. Es gibt ganz bestimmte Merkmale, an denen eine solche Person zu erkennen ist: sie ist frei von Zorn, Begierde, Verblendung, Stolz und Eigendünkel. Sie betrachtet alles mit Gleichmut und ist allen wohl gesonnen. Sie wird nicht von Zuneigung und Abneigung beeinflusst und akzeptiert alles Geschehen als Göttliche Fügung. Solange man so einen Zustand nicht erreicht hat, besteht die Gefahr, die eigenen Eingebungen mit denen des inneren Gurus zu verwechseln.

Die Bemühungen, die du zu deinem spirituellen Heil unternimmst, sollten sorgfältig verborgen werden. Hüte sie so streng wie ein Geizhals sein Vermögen bewacht. Du brauchst es nicht jedermann zu erzählen, dass du Sadhana (spirituelle Disziplin) übst. Es spielt sich nur zwischen Gott und dir ab. Vernachlässige deine Pflichten zu Hause oder am Arbeitsplatz nicht. Du kannst deine Arbeit mit den Händen tun, aber niemand kann dich davon abhalten, in Gedanken bei Gott zu sein.

Sowohl liebevolle Fürsorge als auch Zurechtweisung sind bei der Erziehung eines Kindes notwendig. In ähnlicher Weise muss auch das Denken geschult werden.

Durch häufiges Aufsuchen von Weisen, Heiligen und Wahrheitssuchern, durch das Hegen ausschließlich reiner und edler Gedanken und Gefühle, durch das Hören religiöser Vorträge und durch das Lesen von Büchern der Weisheit wird dem Geist sowohl von innen als auch von außen die richtige Nahrung gegeben. Nach und nach werdet ihr von allen Sorgen frei werden, bis ihr schließlich Ruhe im Höchsten findet.

Einst fragte die Sünde Gott: "Herr, Du hast allen Geschöpfen ihren rechtmäßigen Platz zugewiesen. Bitte sage auch mir, wo ich wohnen soll." Der Herr sprach: „Wo Gottes Name nicht wohnt, da ist dein Platz.“

Seit undenklichen Zeiten angesammeltes Karma, Sünden und Begierden werden durch Gottes heiligen Namen getilgt. So wie das Anzünden einer Lampe eine Höhle erleuchtet, in der es jahrhundertlang finster war, so wird auch die Dunkelheit zahlloser Leben durch die Kraft eines Göttlichen Namens zunichte gemacht.

Wenn man still geworden ist, d.h. gefestigt in einem Zustand von Ruhe, dann wird die Aktivität der Natur, die in jedem Augenblick vor sich geht, ob man schläft oder wacht, und die Teil der Bewegung der Pilgerreise von Geburt und Tod ist, diese Aktivität der Natur und der denkende Geist werden in jenem Strom aufgefangen und auf ewig von Ihm getragen. Das Denken immer in der Ausgeglichenheit des Selbst zu bewahren, hellwach im Strom der Wirklichkeit, wo der Unergründliche, der Eine ohne Ende, stets und in Seiner Unendlichkeit offenbar ist, - dies muss mit glühendster Intensität dein einziges und ständiges Streben sein.

Wenn Kindern in frühen Jahren Selbstbeherrschung, Einfachheit und Genügsamkeit beigebracht würde und man ihnen klarmachte, dass der einzige Zweck menschlicher Existenz Gottverwirklichung ist, hätten sie eine sehr gute Grundlage für ihr zukünftiges Leben.

Versucht immer, solange wie möglich an der frischen Luft zu sein, mit dem Körper so bloß, wie es schicklich ist. Betrachtet nach Herzenslust die erhabenen Berge oder den weiten Ozean, und eure Rede wird offen und aufrichtig sein. Wenn ihr nichts anderes tun könnt, schaut zumindest in den offenen Himmel, wann immer ihr Gelegenheit habt. Nach und nach werden die festen Knoten, die eure Fesseln verursachen, gelöst werden, und ihr werdet merken, dass ihr freier werdet . . .

Der Körper ist wertvoll und ist es doch auch nicht. Wenn ihr einen Fluss überqueren wollt, so ist das Boot für euch sehr wichtig, aber wenn ihr einmal das andere Ufer erreicht habt, werdet ihr euch in keiner Weise noch Gedanken um die Fähre machen, die euch hinübersetzte. Die Nütz-

lichkeit des menschlichen Körpers ist von ähnlicher Natur. Sobald die „Ichheit“ ausgelöscht wurde, wird die Welt und mir ihr der Körper dem Blickfeld entschwunden sein.

Man mag wohl sagen: Was kann es schaden, Kirtana, Japa (Wiederholen und Singen von Namen Gottes), Meditation usw. mit anderen zusammen zu machen? Aber die Anziehung von Gesellschaft zu fühlen, bildet ein Hindernis. Es wird ganz natürlich Unstetigkeit mit sich bringen. Wenn darüber hinaus latent ein Wunsch vorhanden ist oder aufkommt, Oberhaupt oder Führer einer Gemeinschaft zu sein, so ist auch das schädlich.

Es schadet nicht, moderne Erfindungen zu nutzen, vorausgesetzt, sie sind eine Hilfe bei der Suche nach Gott.

Viele lassen enttäuscht den Kopf hängen und murren: „Ich habe Initiation von einem Sadguru (einem vollkommenen Guru) bekommen, aber was für einen Fortschritt habe ich gemacht?“ Bedenkt einmal, wenn ein bisschen Tinte auf ein Tuch verspritzt wurde, wie lange man braucht, um sie zu beseitigen. Wie könnt ihr erwarten, dass die dicke Schicht der Unreinheiten, die das menschliche Bewusstsein verdunkeln, in einigen Tagen oder Monaten beseitigt wird?

Diene jedem als einer Manifestation Gottes – dann wird dies Dienst am Höchsten. Alles sind Gottes Geschöpfe – Er nimmt deinen Dienst auf diese Weise an.

Beim leichtesten Anzeichen von Zorn trink eine ausreichende Menge kalten Wassers. Zorn schadet einem Menschen in jeder Hinsicht. Er ruft die Wirkung von Gift im Körper hervor. Betet zu Gott, euch vor dieser Stimmung zu bewahren.

Das Nachgrübeln über Kummer, der doch nichts anderes als die Folge von Täuschung ist, führt dazu, dass er sich verbreitet und vermehrt wie Schlingpflanzen - denkt daran!

Es ist die Pflicht des Menschen, zu wirklichem Menschsein zu erwachen und seine tierischen Neigungen abzuschütteln, das wahrhaft Gute zu wählen und bloßes Vergnügen aufzugeben. Lass deinen Geist wie eine schöne Gabe werden, die dem Herrn in Verehrung dargebracht werden kann.

Die Wahrheit selbst wird in jeder Hinsicht dem beistehen, der sich auf die Suche nach Wahrheit begeben hat.

Ma erweist ihre Segnungen auch Menschen mit fragwürdigem Lebenswandel, die scheinbar keine moralische oder spirituelle Verankerung besitzen, und Kritiker wundern sich oft darüber. Ma's einfache Antwort darauf ist: „Sollten die Türen eines Krankenhauses heftig zugeschlagen werden vor Leuten, die an schweren Krankheiten leiden? . . . Ich will gerade die Menschen, die keinen Halt haben, der sie auf ihrem Weg zu einem guten Leben stützt.“

Ihr wisst, in welcher Weise sich Dienen durch diesen Körper zu manifestieren pflegte: Ich selbst war der Kranke, war selbst sein Leiden und übernahm auch die Pflege. Aus diesem Grund geschah alles, was auch immer irgendwann und irgendwo erforderlich war, genauso wie es notwendig war. Auch ihr sollt euch bemühen und zumindest versuchen, mit Herz und Seele zu dienen, indem ihr jeden, dem ihr dient, als euer eigenes Selbst betrachtet. Auf diese Weise wird all euer Dienen mit der Zeit von Leben erfüllt werden.

Mit dem einen Ziel vor Augen, versucht eure ganze Aufmerksamkeit in einer Form, einem Geruch, einer Berührung oder einem Klang zu sammeln, und ihr werdet schließlich erkennen, dass alles in diesem einen enthalten ist. Dann wird euch klar werden, dass der Eine als Vielfalt erscheint und dass die Vielheit in Wahrheit der Eine ist, ihr werdet begreifen, dass überhaupt nichts außerhalb des Einen existiert.

Das Universum wurde aus Freude geschaffen, und deshalb findet ihr an den vergänglichen Dingen der Welt Freude. Ohne Freude ist das Leben eine Qual. Ihr müsst versuchen, zu jener großen FREUDE zu gelangen, die die Welt hervorbrachte.

ER ist der Höchste Vater, Mutter, Freund, Geliebter, alles in einem. Alle Namen und Formen und auch das Namenlose und Formlose sind SEIN.

www.anandamayi.org

