



*amrita - das Bhakti-Magazin*  
*"Freudvoll das Unsterbliche kosten"*



Gedruckte Erstausgabe  
des neuen  
Online-Bhakti-Magazins  
Sommer 2018

**Naiver Buchstabenglaube**

von Krishna Chandra

Seite 3

**Schutzlos glücklich**

Vision Quest im Ananda-Dham,

von Vraj Mohan, Seite 10

**Pilgerreise in Vrindavana**

Ein Erfahrungsbericht

von Rai Kishori, Seite 13

**Nektar aus Vrindavana**

aus: ‚Das Herz einer Gopi‘

Seite 14

**Was unsere Acaryas sagen**

Aus einer Lesung von

Srila Narayana Maharaja, Seite 16

**Kritischer Blick**

Erfahrungen und Gedanken zum

Personenkult – von Tribhanga, Seite 18

**Das besondere Buch**

svadhyaya. Heiliges Studium, vorge-

stellt von Krishna Mayi, Seite 21

**Prasadam**

Kulinarisch-Kreatives für Krishna

und Kishoriji – von Amanda, Seite 25

# Editorial

## **Führung zum Heiligen hin**

Liebe Mitgeschwister auf der Heimreise

Wir freuen uns, euch die erste Ausgabe unseres neuen Magazins *amrita* zu offerieren. Es wird euch nun regelmässig zugesendet.

Wenn alles gesagt und getan ist, bleibt eine letzte Frage: Wofür wollen wir uns heutzutage engagieren ausser unserem persönlichen Wohlergehen und dem unseres unmittelbaren Umfelds?

## **Leiden ist die Vernachlässigung von Wesentlichkeit**

Ein Fuchs gerät mit einem Fuss in eine Falle und hängt fest. Er denkt: „Wäre ich doch da nicht hineingekommen!“, „Vorher war mein Leben so schön!“, „Es tut so weh hier!“, „Warum kommt mir niemand zu Hilfe?“, „Es ist so gemein, solche Fallen aufzustellen!“, „Warum gerade ich?“, „Sehr bald kommt der Jäger (Tod) und holt mich!“ und er erzittert vor Angst...

Das ist alles Lamentation – eigentlich Zeitverschwendung.

Es gibt nur eines: Den Fuss abbeissen!

Das ist der Fokus: Was ist wesentlich?

Aber man wartet lieber, bis man krank auf dem Sterbebett liegt. Man schläft einfach ein, und tut so, als wäre man nicht in der Falle. Unser Käfig ist unsichtbar – ein elektrischer Zaun der Angst und Vorbehalte... Letztlich gegenüber Gott.

Um die Faszination für Wesentlichkeit auch inmitten aller Herausforderungen des Alltagslebens wachzuhalten, sind wir glücklich, solch wesentliche Gedanken zusammen zu stellen... und mit dir zu teilen.

Euer Ananda-Dham Ashram Team

# Naiver Buchstabenglaube

von Krishna Chandra



Im gesamten Bhagavatam, der gereiften Frucht am Baum der vedischen Schriften, finden sich übernatürliche Wunder und erstaunliche Beschreibungen von esoterischem und überirdischem Mystizismus.

Wir hören von einer Kuh, einem Stier, einem Elefanten, einem Affen oder einem Vogel, die tiefste Philosophie sprechen. Wir lesen von einem vierköpfigen Schöpfer, der auf einer Lotosblume sitzt, von einem wundervollen fliegenden Schloss und von einem fünfjährigen Knaben, der die Erde mit seinem Zeh niederdrückt und durch die Einstellung seiner Atmung die allhöchsten Lichtwesen im Universum in Prana-Not bringt. Das Bhagavatam erzählt von Personen, die Zehntausenden von Kindern Geburt geben, und von solchen, die vielerlei Köpfe und Arme besitzen. Es beschreibt einen Ozean aus Milch und gibt sehr ausführliche

Umschreibungen dieses aussergewöhnlichen Universums, in welchem wir leben. Z. B. heißt es im Bhagavatam 5.16.16-17:

*Auf den weiter unten gelegenen Hängen des Mandara-Berges steht ein Mango-baum, der Devacuta heisst. Er ist 1100 Yojanas hoch. Vom Wipfel dieses Baumes fallen Mangos, die so gross wie Berggipfel sind, und die von den Bewohnern des Himmels genossen werden.*

*Wenn all diese schweren Früchte aus solch grosser Höhe herabfallen, platzen sie auf und ihr süsser, wohlriechender Saft strömt heraus und vermischt sich mit anderen Düften, wodurch sein Wohlgeruch nur noch zunimmt. Dieser ergiesst sich in Wasserfällen den Berg hinunter und wird zu dem Fluss Arunoda, der gemächlich durch den östlichen Teil von llavṛta fliesst.*

Was soll nun ein praktischer Mensch, der logisches und wissenschaftliches Denken gewohnt ist, mit solcher Information anfangen? Soll er das gesamte Werk einfach als indische Mythologie, altmodische Science-Fiction, betrachten? Oder soll man einfach die essenziellen spirituellen Wahrheiten aus solchen Geschichten heraussondieren und diese ganzen fantastischen Aspekte beiseite lassen? Sind diese Umschreibungen nur unterhaltsame Geschichten, welche bloß als Medium in

der Vermittlung dieser Wahrheiten betrachtet werden sollen? Auch in Fabeln reden ja bekanntlich Tiere, aber jeder weiss, dass dies nur ein literarischer Trick ist, die Menschen aus der indirekten Perspektive im Herzen zu berühren, indem man auf diese Weise ihren Geist ein wenig umgeht. Sind diese Phantasiegeschichten eine Metapher, sozusagen eine archetypische menschliche Grunddisposition, die vom Menschen einfach aufgeschlüsselt werden muss, um im eigenen Leben Relevanz zu gewinnen, so wie es unter anderen Eugen Drewermann mit tiefenpsychologischen Deutungen der Evangelien gemacht hat?

Oder soll man seine ganze Skepsis einfach aufheben und die Texte so annehmen, wie sie sind, wie es Fundamentalisten vorschlagen?

Keine einzige dieser Optionen entspricht der Geisteshaltung des Bhagavatam selbst, nämlich die der reinen, mit persönlichen Motiven unvermischten Selbst-Anbietung an Gott, der Hingabe an Radha-Krishna.

Die Herangehensweise an solch grundlegende Fragen beinhaltet mehrere Ebenen.

## 1.

Die ernsthafte Auseinandersetzung mit Heiligen Texten bedarf

differenzierterer Ansätze des Verstehens und vor allem auch mehrschichtige Ebenen.

Zuerst muss man dem Eingeständnis folgen, welches Sukadeva Goswami selbst im Bhagavatam gibt:

*Meine wahre Absicht im Bhagavatam ist es, transzendentes Wissen und Loslösung von den Täuschungen zu vermitteln. Da hineingemischt sind Geschichten von Königen, die diesen Erzählungen eine Grösse und auch eine üppige Gewichtigkeit verschaffen. Doch diese Wortausschmückungen haben keine letztliche Bedeutung und stellen noch nicht den letztlichen Aspekt von heiligem Wissen dar.*

*(Bhagavatam 12.3.14)*

Um Menschen, die noch nicht rein an der Transzendenz interessiert sind, anzuziehen, benutzt der Erzähler des Bhagavatam metaphorische Dimensionen, die in sich keine letztliche Bedeutung haben. Man nennt dies *vak-vibhuti*, Wort-Dekorationen, die durchaus auch Übertreibungen beinhalten können. Sie vermögen dem unerleuchteten Zuhörer eine gewisse Grösse und Gewichtigkeit zu generieren.

Zum Beispiel heisst es, dass Citra-ketu Millionen von Frauen hatte, die ihm aber kein Kind gebären konnten (Bhagavatam 6.14.11-13). Das ist eine solche sprachliche Übertreibung,

die darauf hinweisen möchte, dass dieser noch recht viele weltliche Wünsche in sich trug.

*Vak-vibhuti* ist manchmal eine Strategie, die heilige Texte einzusetzen, um unerleuchtete Menschen anzuziehen. Doch der Essenz-Sucher soll sehr klar unterscheiden, was wesentliche Wahrheit und was Wortausschmückung ist. Diese Differenzierung stellt eine fundamentale Aufgabe an den Leser und unterscheidet den *sara-grahi* (Essenz-Sucher) von demjenigen, der eigentlich nur nachfolgen möchte und so immer auch fundamentalistische Züge aufweist.

## 2.

Der Sog zur Hingabe ist nicht die Suspendierung der Vorbehalte, Zweifel und Bedenken, sondern erst einmal die Zurücknahme des Stolzes, denn ohne die Freiheit von Stolz bleiben nicht nur das Bhagavatam, sondern alle Heiligen Texte immer nur ein verborgenes Geheimnis.

Die grundlegende Anleitung für Raganuga Bhakti, *manah siksa*, beginnt mit der Einladung, allen Stolz abzulegen.

Der Kern des Stolzes ist letztlich ein Gefühl der Unterlegenheit und des Mangels an Eigenwert. Deswegen braucht man Gründe, warum

man sich über Andere erheben kann. Man hält sich an den Strohhalmen eigener Errungenschaften fest, um sich dadurch von Anderen abzuheben.

Stolz macht hart und führt in die Einsamkeit und in eine Isolation sowohl gegenüber Menschen als auch gegenüber Gott. Seine Schwester ist der Neid. Der Stolz wirkt gerade in spirituellen Kreisen, wo Menschen sich oft anmassen, besser oder reiner (heiliger) als Andere zu sein.

Der Pharisäer stand für sich und betete so: Ich danke dir, Gott, dass ich nicht bin wie die andern Leute, Räuber, Betrüger, Ehebrecher oder auch wie dieser Zöllner.

(Die Bibel, Lukas-Evangelium Kapitel 18, Vers 9)

Diese künstliche Überhebung des Stolzes verhindert Liebe, denn mit ihm ist immer der Anspruch des Festhaltens an der eigenen Sichtweise verbunden.

Die erste Skepsis eines Schülers, der den inneren Geist des Bhagavatam erkennen möchte, richtet sich nicht als Erstes an dessen Botschaft, sondern an sich selbst. Man untersucht in sich, ob man wirklich die innere Fähigkeit besitzt, die Botschaft auf reine Weise aufzunehmen. In der Gita werden solche Grundhaltungen, die zum Verstehen notwendig sind, von Krishna erwähnt: „Ist

man bereit, die Ichsucht hinter sich zu lassen, hat man lautere Sehnsucht nach Gott, brennt in einem ein wirklicher Wunsch zuzuhören und vermag man alle Wesen als Mitgeschwister zu betrachten?“ (18.67)

**D**ie aufrichtigen Studenten der Wahrheit sind nicht nur aufrichtig demütig, sondern auch losgelöst von den Verlockungen der materiellen Welt, da sie ihre spirituelle Identität und somit den Zweck ihres Daseins genau kennen. Solche Seelen, die eine erstaunliche innere Entschlossenheit entwickelt haben, da sie die äussere Dualität und die Bewusstseins-Zerzausung darin überwunden haben (Bhagavad Gita 7.28), bedürfen nicht irgendwelcher kindlicher Geschichten.

Auch die grossen Weisen wie Vyasadeva oder Sukadeva, deren Bewusstsein gänzlich jenseits weltlicher Dualität liegt, hatten sicherlich nicht die Musse, wilde Geschichten zu dichten, um den weltlichen Geist zu unterhalten.

### 3.

**W**as ist nun mit den erstaunlichen Beschreibungen anderer Sphären im Bhagavatam?

Jeder einzelne Planet hat seine ihm eigene Atmosphäre, und wenn man zu einem bestimmten Planeten

im materiellen Universum reisen möchte, muss man seinen materiellen Körper den klimatischen Bedingungen dieses Planeten anpassen. Wenn man zum Beispiel von Indien nach Europa gehen möchte, wo die klimatischen Bedingungen anders sind, wird man seine Kleidung dementsprechend wechseln. In ähnlicher Weise ist ein Wechsel des Körpers erforderlich, wenn man zu den transzendentalen Planeten von Vaikuntha gehen möchte. Wenn man jedoch zu den höheren materiellen Planeten reisen möchte, kann man ein feineres Kleid aus Geist, Intelligenz und Ego behalten und braucht nur sein grobes Kleid (den Körper), das aus Erde, Wasser, Feuer und so fort gemacht ist, aufzugeben.

(Caitanya Caritamrita 1.5.22, Erläuterung)

Hingegebene Studierende des Bhagavatam sind nicht Buchstaben-gläubige, die sich nun tatsächlich auf der irdischen Sphäre den Mangosaft des Arunoda-Flusses zu trinken erhoffen.

**D**och nur schon die materielle Welt existiert in unzähligen unterschiedlichen Dimensionsebenen und die meisten sind uns im gegenwärtigen Bewusstseinszustand verborgen.

Das, was wir momentan gerade wahrnehmen können, ist

eingeschränkt durch die Natur des Körpers, in dem wir uns gerade aufhalten. Da unser Körper aus physikalischen Elementen besteht, vermögen wir gerade nur solche wahrzunehmen. Doch in anderen Sphären der materiellen Schöpfung existieren die Begrenzungen der Materie nicht mehr und so ist dort die Wahrnehmung viel feiner. Das bedeutet, dass je mehr man die Identifizierung mit der groben Welt abbaut, die wahrgenommene Vielfalt exponentiell zunimmt.

Wenn in der Seele durch wachsendes Vertrauen die Bereitschaft zur Hingabe wächst, wird das Bhagavatam uns herausführen aus der Begrenzung, in welcher wir uns gerade aufhalten. Jede Bewusstseinsweiterung geht stets einher mit dem Grundgefühl des Staunens und zunehmenden Sich-Wunderns. Faszination. Das tiefste Mysterium ist der Ursprung aller Existenz, der im Bhagavatam offenbart ist als junge, ausgelassene, verspielte und wunderschöne Person, in deren Gegenwart all unsere Vorannahmen und Vorverständnisse zu Staub zerfallen.

Krishna ist immer *adhoksaja*, also derjenige, der jenseits der Messbarkeit der Sinne und der Vorstellbarkeit der Phantasie existiert. Er ist *atarka*, jenseits der Erreichbarkeit

von Logik und Beweisen. Er ist *tavan manasa gocara*, weit jenseits der Erreichbarkeit und Verstehbarkeit des weltlichen Geistes, der Worte und aller Vorstellungen. Er ist *acintya*, „derjenige, der nicht zu erdenken ist“. Kalayavana versuchte Krishna mit seinen Händen zu ergreifen. Immer erschien es dem König, als könne er Sri Hari gleich einfangen. Doch bei jedem Versuch erkannte er, dass Krishna doch ausserhalb ist. (Bhagavatam 10.51.6-7)

Er ist unvorstellbar anziehend und unaushaltbar schön, humorvoll und abenteuerlich. In der Gita (10.36) sagt Er: *vyavasayo 'smi*, „Ich bin das wirkliche Abenteuer“.

In Ihm gelten keinerlei Begrenzungen mehr. Einen gewaltigen Berg, Sri Giriraj, hält Er einfach nur in Seiner Hand, genauso wie ein Kind einen Pilz hochhält. (Srimad-Bhagavatam 10.25.19).

Alle Möglichkeiten sind in Ihm. Wenn die Seele sich Ihm in Liebe annähert, wird der Möglichkeitshorizont ebenfalls ausgeweitet, da Seine Kraft nun in unser eigenes Leben intervenieren darf.

Doch Krishnas Wunder umgeben uns bereits hier. Von der exakten Arbeitsweise lebender Zellen, von denen es doch allein schon in unserem Körper viele Milliarden gibt, bis hin zu den Bewegungen der Galaxien ist alles durchdrungen von Seiner Kraft



und Er hat kleine Wegzeichen zu Ihm hin überall in Seine Schöpfung gestreut.

**I**m Umgang mit solch heiligen Texten muss man sehr differenziert zu denken lernen und zu unterscheiden, wo es effektiv naive Übertreibungen oder mythologische Darstellungen sind und wo wir gefragt sind, eigene Begrenzungen in uns zu verlassen, um eine umfassendere Perspektive zuzulassen. Erst dann vermag diese unvergleichbare Schriftoffenbarung uns wieder zugänglich zu werden.

**W**enn wir an etwas denken, dann tun wir das in Kategorien, die unserer Erfahrung entspringen: Wahrheit, Tatsache, Fiktion, Mythologie, Wirklichkeit, Symbolismus... und wir glauben, eine genaue Vorstellung von diesen Denk-Kategorien zu haben.

Aber all unsere Gedanken-Kraft und unser gesamtes Vermögen zu verstehen und auch all unsere Gedanken-Prozesse, unsere Standpunkte, basieren auf Grund-Annahmen, die nicht wirklich sind.

**A**m Anfang des inneren Weges steht deshalb immer die Einladung zur radikalen Entgrümpelung unserer Vorstellungen und Denkmuster (Bhagavad gita 2.11). Auf

unserer Suche nach Begrenzung, die wir „unseren Standpunkt“ nennen, suchen wir immer wieder nach Orientierungspunkten, nach Bezugsmöglichkeiten, nach Strohhalmen, an denen sich das Ich wieder festhalten kann. Somit wird Vertiefung verunmöglicht. Wir haben gar nicht gemerkt, wie das bedingte ‚Ich‘ die Begriffe „wahr“ und unwahr“ für sich vereinnahmt hat.

Ich möchte ein paar Beispiele geben.

**D**ieser Körper ist nicht das Selbst. Wir sind eine Seele, die keinen einzigen Berührungspunkt mit allen Erlebnissen und Erfahrungen in dieser Welt hat. Aber Tag für Tag – und dies seit unvorherdenklicher Zeit – identifizieren wir uns mit diesem Rollenspiel der äusseren Persönlichkeit und denken, wir seien Mann oder Frau, gesund oder krank und wir glauben, wir würden älter werden. Die Seele wird nicht von Zeit berührt, aber weil dieses Denken angewöhnt ist, leben wir weiterhin ausserhalb unserer Identität und dies bedeutet: in einer verzerrten Wahrnehmung. Unsere Vernunft ist zusammengesetzt aus Ideen, die nicht der Wirklichkeit entsprechen.

**W**ir glauben, etwas zu besitzen. Das Ich hat alles in Besitz genommen: meine Beziehung, meinen Partner, mein Kind, meine Gedanken, meine Gefühle, mein



Haus, meine Güter, meine Heimat, meine Welt.

Wenn man innerlich das Gefühl hat, mehr zu wiegen als eine Feder, so trägt man eine Last, die einem nicht gehört. Und erstickt unter dem Gewicht, das schwerer wiegt als ein Fels.

Hat man sich selber wirklich schon einmal die Wahrheit darüber gesagt, wie man sich fühlt mit all diesem Besitz? Mit Sicherheit schwerer als eine Feder.

Das Gefühl von Besitz ist gänzlich falsch – aber diese Idee durchzieht unser Bewusstsein und unser Denken und die Perspektive zur Wirklichkeit ist genau davon vernebelt.

*Isavasyam idam sarvam* (Isopanishad 1) „Alles im gesamten Universum, mich selber inbegriffen, gehört Gott.“ Aber wir stellen Besitzansprüche und leiden dann an der Bewusstseinsverzerrung.

**W**ir haben ein innerweltliches Identitätsgefühl und denken, wir würden so viel tun. Aber Krishna erklärt in der Gita (3.27):

*„Durch die Wirkungsweisen der materiellen Natur (gunas) werden alle Handlungen überall vollzogen.*

*Wer vom Ich-Gefühl (von Identifikation mit der Zeitweiligkeit, die durch die Indifferenz zum Seva zu Radha-Krishna ausgelöst ist) verblendet ist,*

*meint, er selbst sei der Vollbringer einer Handlung.“*

**D**ie *gunas* fluktuieren und kreieren unbegrenzte Blasen (alle Phänomene der Zeitweiligkeit) auf dem Ozean materieller Energie – aber das verwirrte Lebewesen denkt, es sei selbst der alleinige Ausführer von Handlungen. Wir gleichen ein paar Strohhalmen, welche in einem grossen Fluss vor sich hintreiben. Wie sonderbar wäre es, wenn sie denken würden „Ich gehe nun hier oder dort hin und erreiche so viel, habe Errungenschaften und Gewinne, die ich dann für mich beanspruche....“

Verdrehte Grundannahmen aber verunmöglichen den Einblick in die Realität.

**W**ir denken, wir seien der *Bhokta*, der Geniesser und unser Leben sei für unseren persönlichen Genuss bestimmt. Dies ist das grundlegendste aller Missverständnisse.

Krishna erklärt in der Gita, dass alle Tätigkeiten letztlich nur für Seine Freude bestimmt sind völlig unabhängig vom eigenen Freud und Leid, das dabei resultieren möge. Und nur in der tiefen Akzeptanz dessen und dem praktischen Applizieren dieser Erkenntnis, ist Friede möglich. (5.29 / 9.24)

Das sind ein paar wenige von unzähligen Bewusstseins-Verzerrungen, welche die heiligen Schriften an uns berichtigen möchten. Wenn solche angewöhnten falschen Grundhaltungen korrigiert werden, erkennt die Seele in grosser Klarheit, was nun ewige Wirklichkeit und was kulturelle Färbung, verordneter Aberglaube oder eben auch *vak-vibhuti*, Übertreibung, ist.

*«Unser eigenes aufrichtiges Sehnen nach der Wahrheit wird unser wirklichster Führer sein. Das ist Guru-Parampara.»  
(Aus: Srila Sridhara Gosvamis „Sri Guru und seine Barmherzigkeit“)*

Das aufrichtige Suchen führt einen aus der gefühlsmässigen Beliebigkeit aber auch aus der verstandesmässigen Sackgasse heraus zu einem Angesprochenwerden von Radha-Krishna her.

Darin löst sich die Nachlässigkeit bezüglich innerer Fragen auf.



## Schutzlos glücklich

### Vision Quest im Ananda-Dham

von Vraj Mohan

Die Visionssuche ist ein insgesamt elf-tägiger Initiations-Ritus mit einer viertägigen - und nächtigen Alleinzeit in der weitgehend unberührten Natur, letzere fastend, nur mit dem Nötigsten ausgestattet, ohne Kontakt zur Aussenwelt. Diese Visionssuche führen wir seit fünf Jahren im Ananda-Dham-Ashram durch. Warum tun wir das hier? Warum laden wir zu einem derart radikal anmutenden Ritual an einen Ort ein, an dem Bhakti-Yoga im Zentrum steht?

Die Visionssuche, wie wir sie hier praktizieren, ist zuerst vor allem eine Erfahrung des Verlusts und Loslassens:

Das Ritual zersetzt die schützende Membran der Sozialmaterie, indem es nebst aller Kommunikationsmittel auch die Sicherheit einer schützenden Behausung und all der behaglichen Annehmlichkeiten, die damit verbunden sind, wegnimmt. Und als seien dieses Kappen der Haltegriffe in der äusseren Welt und die temporäre Hauslosigkeit nicht genug, wird auch noch der grösste

Struktur- und Trostgeber verbannt – die Nahrung. Allein schon dieser Umstand bewirkt eine Art Tabula rasa im bedingten Bewusstsein, einen Riss in der oft unmerklich installierten Persona-Verpanzerung.



**W**ir dürfen spüren, wie dünn und zerbrechlich die zivilisatorische Schicht ist, wenn die Horde und das Haus verlassen sind, wenn die ständig auf all die kleinen und grossen Phänomene des täglichen Lebens ausgerichtete Aufmerksamkeit allen Ablenkung entzogen wurden. Oft merken wir erst dann, wie unsere konstante Gebundenheit im menschlichen Miteinander und die riesige Wagenladung von Dingen unser Leben erschweren und ein lebendiges In-der-Welt-Sein und

In-Beziehung-Sein verunmöglichen. Diese existenzielle Konfrontation kann verschiedene Folgen haben:

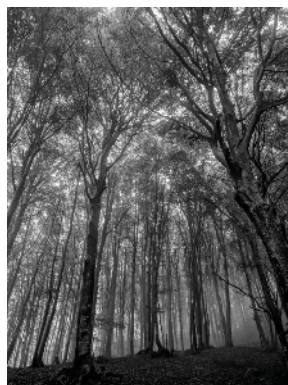
Manche beschreiben unendliche Erleichterung, ein immenses Gefühl der Befreiung, tiefe Dankbarkeit, aber auch ein ungeahnt tiefes Gefühl der Trauer und der Angst. Wer bin ich, wenn ich allem entzogen bin? Wenn ich mich an nichts mehr festhalten kann? Was trägt mich? Wenn ich mich dort in der Dunkelheit der Nacht mit all ihren erstaunlich lauten, unzuordenbaren Geräuschen unsichtbarer Wesenheiten wiederfinde, nur mit einer Plane notdürftig vor Regen geschützt, aber nicht vor allem anderen? Wie gestaltet sich an diesem tiefsten Punkt meine Beziehung zu Gott?

**U**nd wir wollen, diesem Gedanken folgend, noch etwas weitergehen: Wir empfehlen den Teilnehmern des Rituals, die tägliche Mediationspraxis für die Zeit der Alleinzeit zu unterbrechen und damit das letzte strukturgebenden Element zu opfern. Das heisst also auch, die *japa-mala* mit pochendem Herzen vor den Altar zu legen und damit bewusst (und zeitweilig) zu opfern, also das, was vielen das Liebste auf der Welt geworden ist. Wir wollen physisch, geistig und spirituell verloren gehen und uns bedingungslos ausliefern an das Nicht-Wissen, das mutige

Infragestellen aller Wahrheiten. Somit auch an die letzte, entscheidende Wahrheit: Den Nicht-Gott im Sinne seiner radikalen Unverfügbarkeit, an den, der keinem unserer Bilder entspricht und der ganz Fremde ist. So darf der gesamte konzeptionelle Überbau spirituellen Wissens, der schnell zur ‚Totenmaske der Konzeption‘ (Walter Benjamin) verkommt und einer lebendigen Gottesbeziehung ein sprödes Grab schaufelt, auf die Probe gestellt werden. Ist es reiner Buchstabenglaube oder hörige Hierarchie – oder ist Bereitschaft da, die dynamische, unberechenbare und alle Begriffe übersteigende Beziehung aus dem zwanghaften Korsett zu befreien? Alle Vorstellungen und Identifikationen und das ängstliche Festhalten daran loszulassen und einem lebendigen DU zu begegnen?

Es kann auch konfrontativ und zutiefst verunsichernd werden, in dieses Nichtwissen geworfen zu sein und dem Ganz-Anderen gegenüberzustehen, möglicherweise in seiner wilden und fremden Form. Aber gerade hier ist der Umschlagspunkt zur Erkenntnis – das Fremde ist auch das Eigene. Ich bin Gott auch in seinem Ganz-Anders-Sein nahe, so unfassbar er auch sein möge. Hier kann ‚Einung‘ zwischen Mensch und Gott entstehen. Und die Sehnsucht wieder glühen, der Verbindungsdraht wieder vibrieren.

In dem mutigen und leicht verrückten Schritt, sich aller Sicherheiten zu entledigen und sich dem krabbelnden, kriechenden, brummenden und kratzenden Universum einer unberührten Naturlandschaft hinzugeben, in dieser Bereitschaft, alles zu geben, liegt auch eine gestiegene Empfänglichkeit zur Gnade. Ich gebe meine Verengung und meine Bedingtheiten auf, empöre mich gegenüber allen Limitierungen, Prädefinitionen und Einschränkungen und involviere mich in das, was mich wahrhaft angeht. Ich durchschneide die Nabelschnur zur Zivilisation und trete aus der kulturellen Trance heraus. Das ist der Beginn der Transformation in Form von aktiver, wacher Präsenz. Fruchtbarer Gottesbezug entsteht genau aus diesem Zustand unmittelbarer Weltbezogenheit. Dann bin ich nicht Parteigänger, sondern Ergriffener – nackt, bloss, hungrig, schutzlos – schutzlos glücklich. Wir dürfen uns den Visionssuchenden als glücklichen Menschen vorstellen.



# Pilgerreise in Vrindavana

Ein Erfahrungsbericht  
von Rai Kishori



*Wir haben Rai Kishori gebeten, uns eine kleine persönliche Rückschau über ihre Erfahrungen auf der Pilgerreise nach Vrindavana zu schicken. Rai Kishori ist seit vielen Jahren auf dem Bhaktiweg und nimmt regelmässig mehrmals im Jahr die lange Reise aus dem Norden Deutschlands bis ins Tessin auf sich, um den Ashram zu besuchen. Ihre grosse Sehnsucht, auf dem Weg zu Radha und Krishna wirklich weiterzugehen, ist durch ihr tief wertschätzendes und ruhewolles Wesen hindurch immer ganz berührend spürbar.*

Vrindavana. Was gibt es zu sagen. Überall Staub, Schmutz und lautes Durcheinander. Und trotzdem konnte ich mich dieses Mal sofort einlassen. Durch die und in

der Pilgergruppe fühlte ich mich total sicher und getragen und somit konnte ich von Beginn an mich und mein Herz öffnen für das Wesentliche – für Radha Krishna.

Und dann ging es schon los. Jeden Tag durften wir so viele wertvolle Begegnungen mit heiligen Plätzen und heiligen Persönlichkeiten haben und jeder Tag war einzigartiger und tiefer als der Vorige. So begannen langsam die inneren und äusseren Begrenzungen zu schmelzen und eine tiefe Einsicht war immer wieder möglich. Mein Herz wurde von Tag zu Tag offener und meine dringlichste Frage nach dem liebenden Dienst zu Radha und Krishna durfte jeden Tag wachsen. Und gleichzeitig begannen sich viele innere Hindernisse zu zeigen. Jeder Tag erforderte intensives innerliches Nachfragen, innere Wandlung und ein unwiderrufliches Weitergehen. Alles wurde für uns so perfekt arrangiert und die äusseren Hüllen wurden dünner. Dann konnte ich ganz deutlich die Anwesenheit von Radharani spüren – und für den menschlichen Geist, der dies nicht ohne Weiteres glaubt, gab sie sogar äussere Zeichen – wie z.B. ein Windspiel plötzlich zu klingen anfang ohne Einwirkung von aussen oder die Vögel plötzlich wie wild zwitscherten oder ein anderer Duft vorbeigeweht kam... Dies hat sich sehr tief in mein Herz gebrannt und das Vertrauen und



die Hingabe zu dem Weg der Bhakti ist immens gestiegen. Ich weiss nun, dass die liebende Hingabe jederzeit möglich ist, wenn man alle äusseren und inneren Widerstände fallen lässt. Und dabei werden wir jederzeit von Radha Krishna unterstützt.

**D**ies alles nun in dem weltlichen Leben umzusetzen und wahre Bhakti zu leben ist gerade meine grosse Herausforderung. Ich kann dies nicht ohne die Hilfe der Bhaktas tun und freue mich schon auf den baldigen Pilgerweg nach Ananda Dham.



## Nektar aus Vrindavana

*Diese Rubrik wird uns mit achtsam ausgewählten Texten oder Ausschnitten in jeder Ausgabe von **amrita** mit einer feinen Geschmacksnuance heiliger Stimmung des Dhamas einladen zur inhaltlichen eigenen Lektüre, zum gemeinsamen Lesevortrag oder einfach zum meditativen Einstimmen...*



### „Das Herz einer Gopi“

von Raihana Tyabji  
(Ausschnitt aus ‚Der erste Tag‘)

**A**ls ich heute mit meinen Sakhis in den Wäldern spazierenging, sah ich ein seltsames Schauspiel. Eine Frau mit aufgelöstem Haar, zerrissenem Sari, die Augen voller Tränen und Schlaflosigkeit, die Hände suchend und in demütiger Bitte ausgestreckt, wanderte zwischen den Bäumen hin und her, stolpernd, fallend, taumelnd, so als ob sie ihren Verstand verloren hätte.

Meine Kameradinnen hielten an und wisperten: „Mai Jashoda!“ „Oh weh! Arme Mai Jashoda, den suchend, der nicht kommt!“ „Wahrhaftig, es bricht mir das Herz sie zu sehen!“ „Ihre Augen sind voller Tränen und sie isst weder, noch schläft sie, noch kann sie arbeiten.“

„Ist das Mai Jashoda?“ flüsterte ich.

Als meine Kameradinnen den Finger auf die Lippen legten und nickten, drehte sich Mai Jashoda zu uns um und von ihren Lippen kam ein Stöhnen und dann ein Weinen „Krishna! Krishna!“ Wir gingen zu ihr und sie fragte, sich jeder Gopi zuwendend, traurig: „Töchter, habt Ihr meinen Krishna gesehen? Wahrhaftig, ich bin halb tot, so sehr vermisse ich Ihn – ich kann weder schlafen noch essen seit mein Krishna, das Licht meiner Augen, die Wonne meines Herzens, nicht mehr hier ist, um dem Schlaf seine Ruhe und der Nahrung den Geschmack zu geben. Sagt mir, sagt mir, habt Ihr Krishna gesehen?“

Ihre süsse Stimme zerbrach und ihr Busen wogte, als meine Kameradinnen langsam und schwer ihre Köpfe schüttelten.

„Auch wir suchen Krishna“, sagte eine, „und ohne Ihn sind unsere Tage wie die Nächte.“

„Eine Traurigkeit liegt über Vrindavana“, sagte eine Andere, „die Blumen haben aufgehört zu blühen,

die Bäume haben die Frische ihres Grüns verloren, und die Kletterpflanzen ihre liebliche Schmiegsamkeit, seitdem Krishna nicht mehr da ist, um sie anzusehen.“

Mai Jashoda seufzt.

Dann sagt eine Dritte: „Meine Brüder und Vetter haben all ihr Bitten um Nahrung vergessen und wandern Tag und Nacht in Vrindavana umher, um ihren bummelnden Spielgefährten zu suchen.“

Wieder seufzt Mai Jashoda und schüttelt ihren Kopf.

Und dann sagt eine vierte Gopi: „Ah, Mai, wir kommen zu dir, um uns über diesen mutwilligen Kanhayya zu beschweren, der uns auf unserem Weg vom Ghat auflauert, uns ein Bein stellt, lautlos wie eine Katze hinter uns her schleicht und mit unseren Töpfen voller Ghee wegläuft, indem Er uns plötzlich wegschubst und uns mit Wasser von unserer eigenen Gagar bespritzt! Und manchmal hören wir Seine Flöte vom Süden, manchmal vom Norden und manchmal von allen Richtungen auf einmal, bis wir völlig verwirrt sind und hierhin und dorthin rennen, wild und gedankenlos wie wahnsinnige Eichhörnchen! Und viel Schelten hat Er uns eingebracht und unsere Häuser erschallen von der strengen Klage über Seine rauben Spiele. Und doch – und doch – sind uns Seine Streiche lieber als Seine Abwesenheit! Wahrhaftig, wir

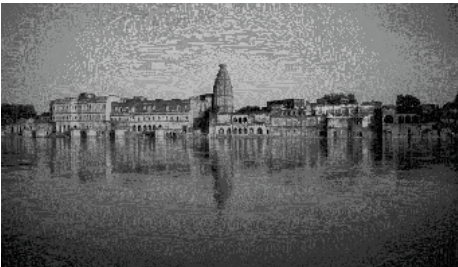


sind eines Gokuls müde, das keinen Krishna hat!“

Bei diesen Worten sank Mai Jashoda auf den Boden und weinte hoffnungslos bis unsere Herzen vor Kummer mit ihr fast zersprangen.

Ach, es ist sehr traurig, sie zu sehen. Mein Herz schmerzt vor Mitleid mit ihr. Und wie süß, wie süß sie ist! Nicht so süß wie die geschmacklose Süße des Zuckers, noch wie die übersättigte Süße des Honigs. Nein, ihre Süße entspringt, so wie sie ist, aus der Einheit von Stärke und Zärtlichkeit und ihre Augen sehen auf alle Wesen als ob sie ihre eigenen Kinder wären. Sie ist die Mutter, die allumfassende Mutter. Dadurch, dass sie die Mutter Krishnas wurde, scheint sie die Mutter des ganzen Universums geworden zu sein.

Aber wer ist dieser Krishna, in dem das Licht, die Schönheit und Freude Gokuls wohnt? Ich werde es wissen. Wenn die Zeit kommt, werde ich es wissen.

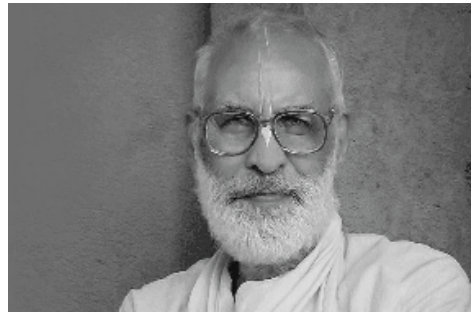


## Was unsere Acaryas sagen...

*An dieser Stelle werden prägnante Aussagen und Reflexionen der vorangegangenen Acaryas präsentiert. Diese Denkanstöße werden zum großen Teil erstmalig in deutscher Sprache zugänglich gemacht und möchten zu einer Begegnung mit echten spirituellen Lehrerinnen und Lehrern einladen.*

### „Nicht nur in meiner Gruppe“

aus einer Lesung  
von Srila Narayana Maharaja  
in Badger, Kalifornien



(in: ‚Vertrauliche Wahrheiten des Bhagavatam‘, das im August dieses Jahres erstmalig auf deutsch erscheinen wird)

**E**in Bhakta befindet sich in dieser Stimmung: ‚Ich habe eigentlich überhaupt keine Qualifikation. Ich bin in echt gar kein Vaishnava, doch

ich wäre gern ein Vaishnava und würde gern alle Vaishnavas ehren.' Wenn diese Stimmung vorhanden ist, dann gibt es keine Reibereien und keine Missverständnisse unter den Bhaktas, einfach überhaupt keine Probleme. Ich bin gekommen, um diese Einsicht mit allen Bhaktas zu teilen.

Wir sollten nicht so denken: ‚Oh, das ist mein Gurudeva.‘ Jemand mit einem anderen Guru denkt: ‚Das ist mein Gurudeva und wir gehören zu dieser Gruppierung.‘ Wieder ein Anderer denkt: ‚Wir gehören zu jener Gruppierung.‘ Ein reiner Geweihter denkt aber niemals auf diese Weise. Seine Liebe und seine Zuwendung sind transzendental.

Er erweist allen seinen Respekt ihrer Hingabe entsprechend. Er überlegt niemals: ‚Der ist reich und der da ist arm. Er gibt mir kein Geld; aber ein Anderer gibt mir so viel Geld und hilft mir in weltlichen Belangen.‘ Wie denkt er stattdessen? Er erweist seinem Gegenüber Respekt gemäss seiner Vertiefung in die Hingabe.

**S**ri Caitanya Mahaprabhu erteilte stets auf diese Weise seinen Respekt. Unsere ganze *guru-varga* liebt und verehrt Andere je nach ihrem Grad an Liebe und Zuneigung zu Krishna und Gurudeva. Ein qualifizierter Guru denkt niemals: ‚Dieser ist mein Schüler und der da ist der

Schüler eines anderen Gurus, er ist der Schüler von Srila Prabhupada, der dort von Srila Sridhara Maharaja, Bon Maharaja oder sonst wem.‘ Er denkt niemals: ‚Das ist mein Schüler und deshalb empfinde ich spezielle Zuneigung und Barmherzigkeit ihm gegenüber; aber der da ist Schüler von Swami Bhaktivedanta, also ist er hier nicht willkommen und sollte ferngehalten werden.‘ Sondern er erweist allen den angemessenen Respekt, genau wie es hier gesagt wird:

*Sakale sammāna korite śakati, deho nātha!*

(Gurudeva, Kripā-bindu Diyā von Srila Bhaktivinoda Thakur).

*Sakale* heisst ‚nicht nur in meiner Gruppe.‘



# Kritischer Blick

*Diese Rubrik möchte der Wachsamkeit, dem Zweifel und der Infragestellung als wesentliche Praktiken des inneren Weges Raum geben und zur Auseinandersetzung einladen.*

## Erfahrungen und Gedanken zum ‚Personenkult‘

von Tribhanga



Ich möchte eine Diskussion zum Thema Personenkult anregen.

Ich habe viel dazu erlebt, bin selber in viele Fallen getappt, bin aber kein Experte dazu und bin daher wirklich sehr an Kommentaren, Kritik und Ergänzungen interessiert. Ich habe bisher mindestens 50 Personen in Guru-Positionen kennen gelernt und oft über etliche Jahre beobachtet. Mein subjektiver Eindruck ist, dass etwa 90% von ihnen mehr oder

weniger der Anfechtung von *pratishta* (Zuwendung und Anerkennung) erlegen sind.

Dr. Arthur Deikman scheint mir einer der besten Fachleute auf diesem Gebiet zu sein. Er hat zu diesem Thema viel geforscht und ein Buch darüber geschrieben („The Wrong Way Home“). Dazu gibt es ein Video mit einer brillanten Analyse der Neigung von Menschen, auch von ganzen Ländern und Gesellschaften, sich einem sektiererischem Verhalten und Denken anzupassen. „Sektenverhalten ist so alldurchdringend, dass praktisch jeder in der Gesellschaft betrachtet werden kann als ein Mitglied verschiedener, unsichtbarer Sekten“, schreibt Deikman. Das Thema ist also für jede/n relevant.

In dem interessanten Video „Cult Behaviour: An Analysis“ wird das Buch vorgestellt.

(Hier der Link zu dem englischsprachigen Video: [https://youtu.be/kvVMB\\_2cwSs](https://youtu.be/kvVMB_2cwSs)). Dr. Deikman schreibt unter Anderem in seinem Buch: „Fast alle Menschen zeigen eine art von Sektenverhalten in ihrem täglichen Leben. Fast jeder passt sich einigen Gruppennormen auf die eine oder andere Weise an, machen sich abhängig von einer, oder mehreren Führungspersönlichkeiten, wertet diejenigen ausserhalb der eigenen Gruppe ab und vermeidet alles was nicht die bereits angenommene

Einstellung bestätigt.“

Was mir sehr an dem Autor gefällt, ist, dass er selbstkritisch ist: „Mit der Zeit waren wir nicht mehr in der Lage, den Glauben aufrecht zu erhalten, dass Sekten etwas Getrenntes von der normalen Gesellschaft sind und dass wir davon ausgenommen seien.“ (im Video 27. Minute) .

### 1.)

#### **Warum ist diese Frage sehr wichtig?**

**B**haktivinoda Thakura sagt im Bhaktya Loka sinngemäß: „Jemanden zu preisen für etwas was er/sie nicht ist, ist genau so schädlich, wie jemanden abzuwerten.“

Im Personenkult findet meistens beides statt: Die verehrte Person wird überbewertet und alle Anderen abgewertet.

### 2.)

#### **Sind Personenkulte selten?**

**E**inen Personenkult zu betreiben ist die natürlichste Sache der Welt und ist überall verbreitet, denn es ist in uns angelegt, Gott zu verehren. Jeder, der schon mal verliebt war, hat jemanden vergöttert, hat jemanden total überhöht und idealisiert. Wer hat denn schon als Kind seine Eltern ganz realistisch gesehen und sie nicht idealisiert? Die ganze Verehrung von Stars, Politikern, Sportlern, Heiligen,

Königinnen und Königen, Musikern, Sannyasis, Berühmtheiten und natürlich auch Gurus, sind Formen von Personenkult.

Das muss nicht unbedingt immer problematisch sein.

**D**as Betreiben von Personenkulten wird insbesondere in Religionen und spirituellen Traditionen sehr betont. Beispielsweise die Verherrlichung des „gottgleichen Gurus“ wie das unter Anderem jeden Morgen im *Sri Gurvastakam* besungen wird (*sakshat haritvena samasta shastriyai*).

### 3.)

#### **Was macht das mit der verehrten Person?**

Es ist die letzte, gefährlichste, subtilste, am schwierigsten zu überwindende Falle Mayas, bekannt und gefürchtet als *pratishta*.

Es ist die natürliche Eigenschaft jeder Seele, bedingungslos geliebt und wertgeschätzt zu sein.

Die hingeebenen Schüler bzw. Fans scheinen diese berechtigte Sehnsucht zu stillen. Es entsteht ein starker energetischer Austausch, der sehr segensreich sein und gerade deshalb auch so leicht verwechselt werden kann. Es können sich nach und nach subtile Elemente einschleichen, die sehr schädlich sind, in dem Maße, wie der Schüler noch selbstische Motive

hat, was praktisch immer der Fall ist, und der Guru nicht seine *svarupa* (seine ewige, spirituelle Form) verwirklicht hat und er in dieser bereits im *nitya lila seva*, dem ewigen liebevollen Dienst in der spirituellen Welt, absorbiert ist.

Eine Person die noch nicht ganz selbstverwirklicht ist, aber wie eine befreite Seele verehrt wird, fühlt sich möglicherweise endlich geliebt und sinnerfüllt, da sie für Andere so wichtig ist und ihnen viel geben kann, und sie neigt natürlich dazu, diese positiven Gefühle zu erwidern (*snigdā*, die Zuneigung von Guru zu Schüler, ist eine wichtige Voraussetzung für den Fluss des spirituellen Wissens und der Gnade). Die verehrte Person fühlt sich wohl mit den Personen, die sie lieben und wertschätzen, vielleicht wohler als mit anderen Personen. Er oder sie findet auch eine Sinnerfüllung darin, dass die Anderen besonders inspiriert und dankbar sind, von ihm zu hören und Rat zu bekommen. Bis dahin ist das noch nicht unbedingt schädigend oder gefährlich. Es kann sich dann aber immer mehr hochschaukeln und zu einer Art gegenseitiger Beeinflussung und Abhängigkeit führen: So kann die Person in der Guru-Position leicht dazu verleitet werden, mehr und mehr die Sichtweise ihrer Anhänger anzunehmen. Und sie kann sehr ungeduldig werden gegenüber jeglicher

Kritik und anderen Meinungen.

Und dies wiederum führt zu einer Parteilichkeit, zu Begünstigten und Benachteiligten, zu Positionen und zu Auf- und Abwertungen.

Eigentlich sind Heilige in ihrer innersten Botschaft nicht angepasst an den Zeitgeist. Was sie sagen, empört das „normale“ materialistische Denken. Wenn die Person in der Guru-Rolle das nicht tut, bekommt sie mehr begeisterte Anhänger, aber die Erschütterung des bisher Geglaubten würde abgedämpft und die Umkehr hin zu Gott kann nicht vollständig vollzogen werden. Das Neue, welches es anzunehmen gilt, wird verwässert.

#### 4.)

#### Was ist mein Lösungsvorschlag?

Vor allem das Licht des Gewährwerdens in diese Thematik zu bringen; den Personenkult bei Anderen zu beobachten, sich darüber zu informieren, darüber zu reflektieren und dann auch sich selber wohlwollend zu beobachten.

Dazu habe ich versucht mit diesem Text eine Anregung zu geben.





# Das besondere Buch

*Hier möchten wir ein Buch vorstellen, das neu oder erstmalig erscheint oder uns in besonderer Weise beschäftigt hat.*

## svadhyaya. Heiliges Studium

Ein Ausblick – anlässlich der überarbeiteten Neuauflage von Krishna Mayi



*Man ist fähig, diesen feinen Klang der Vedas wahrzunehmen, wenn man alles äussere Hören einstellt.*

*(Srimad Bhagavatam 12.6.37)*

Dieser Leitfaden zur Praxis des Heiligen Studiums führt uns geradewegs hinein in eine lebendige und frische Begegnung mit Heiligen Texten aller Traditionen. Sowohl in prägnanten Kurzartikeln, als auch durch vertiefere Abhandlungen

führt Krishna Chandra die Lesenden anschaulich und inspirierend auf ihre eigenen Erfahrungen mit den Offenbarungsschriften hinzu und auch in sie hinein.

Das Spektrum an zu betrachtenden Aspekten schillert dabei farbenfroh und lädt neben der chronologischen Lektüre auch ein zu einem neugierigen Hin-und-Her-Springen je nach eigenen Interessen und Schwerpunkten.

Schon bevor wir mit dem eigenen Heiligen Studium beginnen, werden wir auf die Art immer vertrauter gemacht mit gewissen Haltungen, die den Schriften gegenüber wieder erweckt werden und vor jeder Lektüre bewusst aktiviert werden dürfen. So heißt es dort über die Geschichte des Buches an sich:

*„Da ein Buch eine solch große Investition bedeutete, kopierte man auch nur Bücher, die als sehr wertvoll galten. Das waren bis ins 17. Jahrhundert fast ausschließlich religiöse Bücher. Das Lesen war eine wertvolle Angelegenheit, auf die man sich auch vorbereitete und sich nur mit Anmut daran machte.“*

*(aus dem Kapitel: ‚Was sind heilige Schriften?)*

Diese Wertschätzung und Dankbarkeit entsteht auch gegenüber den Urhebern Heiliger Schriften und darf als Grundhaltung im Umgang

mit diesen Texten tief verinnerlicht werden:

*„Die Dankbarkeit zum Autor, durch den man Zugang zur heiligen Schrift erhält, ist ein wesentlicher Teil des heiligen Studiums.“ (ibd.)*

Der Autor hebt hervor, inwiefern das Heilige Studium eine Auseinandersetzung mit der eigenen Seele in ihrer Beziehung zu Krishna, und damit einen Gang ins Ungewisse darstellt:

*„Das heilige Studium ist ein spiritueller Vorgang, der nicht nur auf das Verstehen und klare Interpretieren der Texte abzielt, sondern auf die Veränderung unserer Grundnatur. Es geht dabei um die Klärung der Vergessenheit unserer Beziehung zu Gott. [...]*

*Auch wenn sie nicht weiß, wohin es gehen soll, überlässt sie [die Seele] sich widerstandslos, bereit, eine Andere zu werden. Das ist die Grundlage für die Praxis des svadhyaya.“*

*(aus dem Kapitel: ‚Konkret eintauchen in das Heilige Studium‘)*



Das ‚Heilige Studium‘ schenkt die tiefe Erkenntnis, dass es Gott Selbst ist, der im Moment der Hinwendung zum Text zu mir sprechen möchte. Nicht einfache Floskeln, nicht Anekdoten und Lehrgeschichten für die Allgemeinheit – sondern Er, Krishna, wendet sich in grösster Intimität und individuell darin dieser Seele zu, die Ihm durch ihre Bereitschaft der Heiligen Lektüre ihre Offenheit signalisiert. In dieser Erfahrung liegt die grosse Faszinationskraft Heiliger Schriften.

**S**vadhyaya ist ein Vorgang der Sbhakti, ein kostbarer seva zu Radha und Krishna. Dieser darf auch wirklich erlernt werden und so sind die Lesenden eingeladen, sich mit möglichen Herangehensweisen an solche Texte vertraut zu machen. Ganz konkret werden beispielsweise Schritte für die Praxis der Lektüre genannt und vertieft erläutert:

- Die **Einstimmung** („Bevor man mit der Schriftlesung beginnt, bedenkt man, eventuell in stehender Körperhaltung, dass Sri Krishna nun zu einem sprechen will durch das Medium der Schrift.“)

- Das allgemeine **Vorbereitungsbebet** („Hier spricht man – vielleicht in einer eigens gefundenen Formulierung – die Ur-Sehnsucht der eigenen religiösen Lebensdynamik aus.“)



- **Reflektion** und **Meditation** („Ich kann das Wort also wiederholen, es mit eigenen Worten wieder formulieren (es soll ja nicht etwas Übernommenes werden, sondern zu meinem Eigenen erwachsen) und mich fragen: Wenn das stimmt, wie fühle ich mich dann, wer bin ich dann wirklich, wohin soll ich nun gehen?“)

- Das **Zwiegespräch** („Die Geistliche Lesung sollte also nicht beim Bedenken stehen bleiben. Sie will zum betenden Lesen kommen, zum Sprechen mit Gott; zu liebendem Zwiegespräch. [...] Ohne das Flehen um *kripa-shakti*, Krishnas Gnadeneingebung, bleibt das Heilige Studium ein Werk des Menschen.“)

- **Verweilen** („Wir können die ersten Schritte des Studiums einüben, doch diesen muss man geschehen lassen. Es ist ein Zustand von einem von Krishna bewirkten Verstehen, in dem die Seele zu einer völligen Ruhe gelangt [...] und wirklich von der anderen Seite berührt werden kann.“)

- Das **Nachwort** und **Umsetzung** („Den Abschluss finde ich mit einem Gebet, einer tiefen Verneigung und dem Willen, das Empfangene auch zu leben.“)

Die reichhaltigen Darlegungen jedes einzelnen Schrittes laden inspirierend zum In dem „Selber-Ausprobieren“ ein. Anschließend betont der Autor noch gewohnt

liebevoll, dass es vor allem ja um die ganz eigene Art und Weise der Vertiefung gehe, die genannten Vorlagen eben lediglich als Hinweise zu verstehen seien.

In diesem Sinne werden auch mögliche Hindernisse und Widerstände in den Blick und ernst genommen, die beim Heiligen Studium aufkommen können und wir erhalten als Lesende Krishna Chandras vorausschauende Begleitung beim Umgang mit einem unruhigen Geist, aufkommender Müdigkeit und Krankheit und für die Achtsamkeit gegenüber Routine und Langeweile.

Besonderen Wert für das Heilige Studium nimmt auch hier wieder die *sanga* ein – Gemeinschaft mit Heiligen und ermutigender Austausch unter Weggeschwistern. Die eigene Form von *sanga* mit dem Text und seinen Urhebern sei kostbar, weil sie einen ganz persönlichen Gebetsweg eröffne. Doch bilde der Austausch über die Schriften und den eigenen Dialog damit einen unverzichtbaren Bestandteil dieser Gebetsform. Hierbei nehmen fortgeschrittene Seelen und die spirituellen Lehrer wiederum eine besondere Rolle ein.

In dem Zusammenhang gelingt es dem Autor von ‚Heiliges Studium‘ wiederum sehr einfühlsam und

zugleich knapp und klar, die Bedeutung, Stellung und Funktion von Sri Guru darzulegen. So kommt es nicht wie häufig gesehen zu einer Überbetonung des Guruprinzips, sondern es bleibt der zarte Austausch zwischen einer Seele und Heiliger Schrift selbst die Goldene Mitte dieses Werkes, ohne dass dabei der hohe Wert und die Wesentlichkeit konkreter spiritueller Führung ausser Acht gelassen würden.

Eine rundum und immer wieder lesenswerte, ja entflammende Lektüre!



*Noch ein paar Eindrücke von der diesjährigen Pilgerreise in Vrindavan...*



# Prasadam

## Kulinarisch-Kreatives für Krishna und Kishoriji...

*An dieser Stelle möchten wir euch jeweils eine köstliche Rezeptidee schenken. Mit diesen kulinarischen Kleinoden möchten wir uns gemeinsam mit euch an die besondere Stellung erinnern, die der liebevollen Zubereitung, der Darbringung und dem Ehren der geweihten Speisen in der Bhakti zukommt. In dem Sinne geht es nicht einfach um die Bereitstellung von kreativen Kochideen, sondern wir verstehen dies jeweils als Einladung zu einer ganz besonderen und wesentlichen Art der Meditation (des smaranam) über Radha und Krishna...*



Heute:

## \*\*\*Besan Nougat\*\*\*

liebevoll zubereitet  
von Amanda:



- 2 Tassen gekochte Kichererbsen
- 4 EL Kakaopulver
- 6 EL Kokosöl
- 4 EL Dattelpaste **oder**
- 3 EL Ahimsahonig
- 1 TL Zimt
- 1 TL Bourbon Vanille
- Prise Salz...

...mit Foodprozessor / Mixer / Pürierstab zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten. In Form streichen. Einfrieren. Schneiden (& Laddhusformen). Kühl lagern.

### Variation:

Ersetze die Kichererbsen durch andere Hülsenfrüchte. Für die helle Variante ersetze den Kakao durch 2 EL Nüsse und 2 EL Kokosraspel.

Guten Appetit.



## **Persönliche Reflexion**

*...über die frische Begegnung mit den Heiligen Namen...*

### **Ein Gedicht von Maik Zessin**

Wie erkenn ich Deinen Willen?  
Wie kann ich wirken Dir zur Freud?  
Wo, wenn nicht im Hier und Heut,  
kann ich meinen Dienst erfüllen?

Lass mich wandeln hier auf Erden  
als Dein ehrenfester Knecht!  
Nur Deinem Ruf will ich gerecht  
und im Wirken treu Dir werden.

Was ist Dein Auftrag und Geheiss?  
Wie kann ich Deiner Worte Laut,  
auf denen sich mein Handeln baut,  
recht vernehmen? Ja, wie weiss

wie weiss ich, dass Dein Mund mir spricht?  
So oft ward Dein Wort benutzt.  
So oft ward Dein Wunsch beschmutzt.  
Schenk mir Dein reines Angesicht!

Lass mich Deinen Wunsch so klar  
wie das Sternenmeer erkennen.  
Lass mich Deinen Namen nennen  
jedem linken Dünkel bar.

Lass im Dickicht der Gedanken  
mich nicht irrn und Dich verlier'n.  
Ich will mein Handeln und Agier'n  
Deiner Gnade nur verdanken.

# An euch

***amrita** ist ein Online-Magazin, das voraussichtlich etwa vier mal im Jahr erscheinen wird. Demnächst wird dir die erste Online-Ausgabe per mail zugesandt. (Melde dich gern bei Saranagati [saranagati@posteo.de](mailto:saranagati@posteo.de), falls du noch nicht im Verteiler von Krishna Chandra bist und die Online-Zeitschrift erhalten möchtest).*

*In einer liebevoll ausgewählten Mischung aus immer wieder auftauchenden Rubriken sowie wechselnden Kategorien und ganz frischen Ideen, möchten wir die so lebendigen und facettenreichen Pfade der Bhakti gern in dieser Form vorstellen, begleiten, anregen, in Zweifel setzen, neu entfachen und kosten lassen...*

*Wenn du dich inspiriert fühlst, selber Beiträge zum **amrita**-Online-Magazin zu schreiben, dann wende dich doch an unsere Redaktörin Krishna Mayi ([heilundlebendig@gmail.com](mailto:heilundlebendig@gmail.com)).*

*Danke für dein Interesse!*

*In herzlicher Verbundenheit,  
Krishna Chandra, Krishna Mayi, Saranagati, Jahnava  
und weitere Mitglieder der Redaktion Ananda-Dham  
Ashram*





**Anmeldung für das  
Online-Bhakti-Magazin:**  
(falls du noch nicht im Verteiler von Krishna Chandra bist)  
**[saranagati@posteo.de](mailto:saranagati@posteo.de)**

