

DER WEG IN DEN HEILIGEN RAUM DURCH DEITY-VEREHRUNG



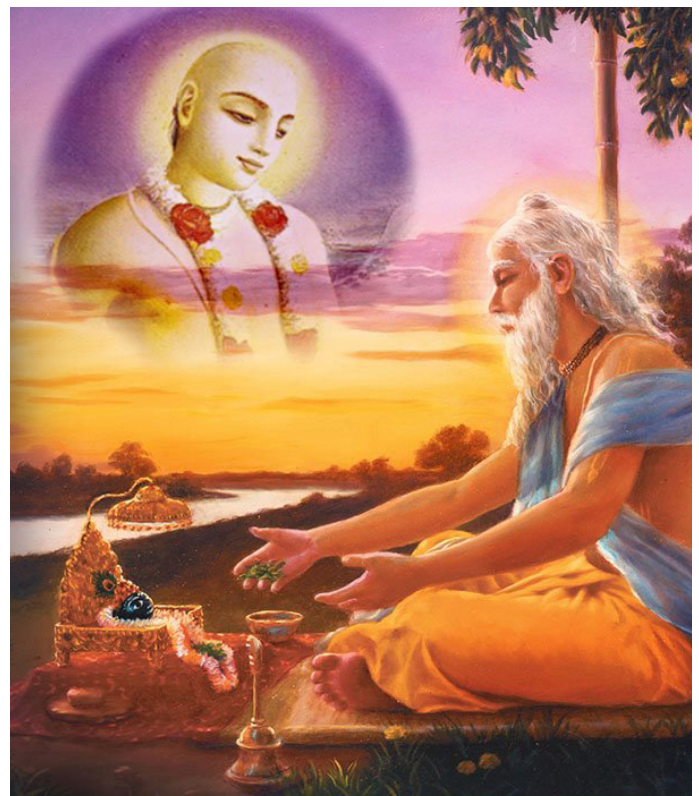
- Amṛta Vāṇī 1 Die vier transzendentalen Eigenschaften des Deity
- Amṛta Vāṇī 2 Wie wir eine Beziehung zum Deity herstellen können
- Amṛta Vāṇī 3 Deity-Verehrung im Kontext der Pañcarātrika-Tradition
- Amṛta Vāṇī 4 Die Essenz aller spirituellen Bemühungen

4) DIE ESSENZ ALLER SPIRITUELLEN BEMÜHUNGEN

Śrīla Rūpa Goswāmī hat die Essenz aller spirituellen Bemühungen sehr eindrucksvoll herausgestellt im *Bhakti-rasāmṛta-sindhu*: sich immer an Kṛṣṇa zu erinnern und ihn niemals zu vergessen. Dadurch wird der materielle Geist, der von materiellen Themen eingenommen ist, allmählich gereinigt. Wenn Kṛṣṇa im Geist erscheint, dann vertreibt er materielle Themen, so wie die aufgehende Sonne die Dunkelheit vertreibt. Śrī Caitanya Mahāprabhu spricht in seiner Auflistung, wie man dem Deity dienen sollte auch darüber – er sagt, man soll über die Form des Herrn meditieren. Bei unserer Bemühung Kṛṣṇa durch die Deity-Verehrung mehr in unseren Geist hineinzubringen, sollten wir darauf achten, dass wir das richtig machen. Śrīla Bhaktivinoda Ṭhākura beschreibt, dass es drei Arten gibt an Kṛṣṇa zu denken bei der Deity-Verehrung:

- 1) den Deity als materielle Substanz zu betrachten. Das ist die Sichtweise von Materialisten – sie fragen zuerst „*Oh, der sieht schön aus, aus welchem Material besteht er?*“
- 2) den Deity für ein Symbol zu halten. Auf dieser Betrachtungsebene hält der Mensch den Deity für ein Symbol für Kṛṣṇa, nicht für Kṛṣṇa selbst.
- 3) den Deity als den ursprünglichen Kṛṣṇa zu sehen, der auch im Herzen gegenwärtig ist. Ein Devotee mit dieser Sicht, kann auch wahrnehmen, dass alle Lebewesen ein Teil von Kṛṣṇa sind und respektieren sie deshalb auch. Wenn man den

Deity verehrt und andere kritisiert, oder sich ihnen gegenüber schlecht verhält, zeigt das, dass man noch nicht auf dieser Wahrnehmungsebene ist. Dann verehrt man Kṛṣṇa auf dem Altar, aber ignoriert ihn im Herzen der Lebewesen. Ein wichtiger Aspekt des Kṛṣṇa-Bewusstseins ist es, Kṛṣṇa in seiner Ganzheit zu verstehen und zu respektieren.



—❖❖❖— DIE MONDLICHTMEDITATION —❖❖❖— KṚṢṆA IM GEISTE DIENEN

Um die Essenz aller spirituellen Bemühungen zu üben, haben wir im letzten Workshop die Mondlichtmeditation kennengelernt. Diese Verehrung Kṛṣṇas im Geiste kann man noch beliebig erweitern. Hier nochmal die Kernpunkte der einzelnen Schritte:

1) Setze dich bequem hin. Achte darauf, dass die Wirbelsäule gerade ist. Schau dich kurz im Raum um und schließe dann deine Augen.

2) Richte deine Aufmerksamkeit auf den ein- und ausströmenden Atem. Lass deine Gedanken zur Ruhe kommen. Verfolge nur noch einen Gedanken: „*Ich richte meine Aufmerksamkeit auf meinen Atem. Wenn er einströmt, bin ich mir darüber bewusst, dass er einströmt und wenn er ausströmt, bin ich mir darüber bewusst, dass er ausströmt.*“ Sei nicht überrascht, wenn deine Aufmerksamkeit davon abschweift, bringe sie einfach zu deinem Atem zurück. Vertiefe deinen Atem, indem du dein Ausatmen verlängerst. Lasse bei jedem Ausatmen mehr los, entspanne dich mehr und mehr. Stelle dir vor immer ein bisschen schwerer zu werden. Achte nun darauf, wie du bei jedem Einatmen alles Gute einatmest: Licht, Kraft und Glück.

3) Verbinde dich mit deiner Identität als Seele:

Ich bin von Natur aus ein ewiger Diener Kṛṣṇas, aber aufgrund meines Unglücks bin ich seit unvorstellbaren Zeiten Kṛṣṇa gegenüber feindselig gesinnt. Ich identifiziere mich mit meinem Körper und wandere fortwährend im Kreislauf der Geburten und Tode der materiellen Welt. So verbrennen mich die dreifachen Leiden. Aber aufgrund eines unvorstellbaren Glücks habe ich nun die Barmherzigkeit meines spirituellen Meisters erlangt und habe erfahren, dass ich ein ewiger Diener Kṛṣṇas bin. Ich bin ein unbegrenzt kleines spirituelles Wesen, völlig verschieden vom groben und feinstofflichen Körper. Ich habe jetzt das Glück erlangt, den Lotusfüßen von Śrī Guru zu dienen. Ich folge seinen Fußstapfen und diene unter seiner Anleitung den Lotusfüßen von Śrī Caitanya Mahāprabhu und Śrī Śrī Rādhā-Madana-mohana. (*Pāñcarātra-Pradīpa*)

Ich bin weder Mann, noch Frau, weder intelligent noch unintelligent. Ich bin ein Diener des Dieners der Lotusfüße Śrī Kṛṣṇas, der die *gopīs* erhält. Kṛṣṇa ist wie Nektar und die Glücksquelle des Universums.

Ich möchte Kṛṣṇa jetzt verehren, so wie ich es gelernt habe, doch zunächst werde ich mich an meinen spirituellen Meister wenden und ihm einen Sitzplatz anbieten. Er ist von

weit hergekommen. Ich nehme ein bisschen Sandelholzpaste und tupfe sie auf seine Stirn. Dann nehme ich eine Lampe und bringe ihm das Licht dar. Und dann bringe ich ihm schöne Blumen dar und spreche ich ein Gebet:

Mein lieber spiritueller Meister, der du die höchste Glückseligkeit gewährst: das Glück der Liebe zu Gott. Bitte sei so gut und beschäftige mich im glückseligen Dienst von Kṛṣṇa, der das Land von Vraja in Glückseligkeit taucht.

4) Jetzt bist du soweit in der Meditation nach Vṛndāvana zu gehen. Stelle dir zunächst den Vollmond vor. Betrete die Mondstrahlen und trete heraus in einen noch helleren Glanz, den der Brahmanenergie. Gehe weiter, bis du Vṛndāvana siehst. Dort entdeckst du einen schönen Garten, in dem ein mit Juwelen geschmückter Tempel steht. Auf einem goldenen Thron in dem Tempel sitzen Śrī Śrī Rādhā und Kṛṣṇa. Du streust duftende Blütenblätter auf sie und bringst von Herzen deine Ehrerbietungen dar. Bringe dem göttlichen Paar eine *ārati* dar... Vergiss nicht zu ihnen zu beten!

5) Um die Meditation abzuschließen reibe deine Hände und lege sie auf deine Augen. Öffne deine Augen und nimm deine Handflächen langsam vom Gesicht weg. Schau auf die Linien deiner Hand, als würdest du sie das erste Mal sehen.

