

# SATHYA SAI – DER EWIGE GEFÄHRTE

eine Publikation der SSSIO – Band 5 – Ausgabe 6 – Juni 2026

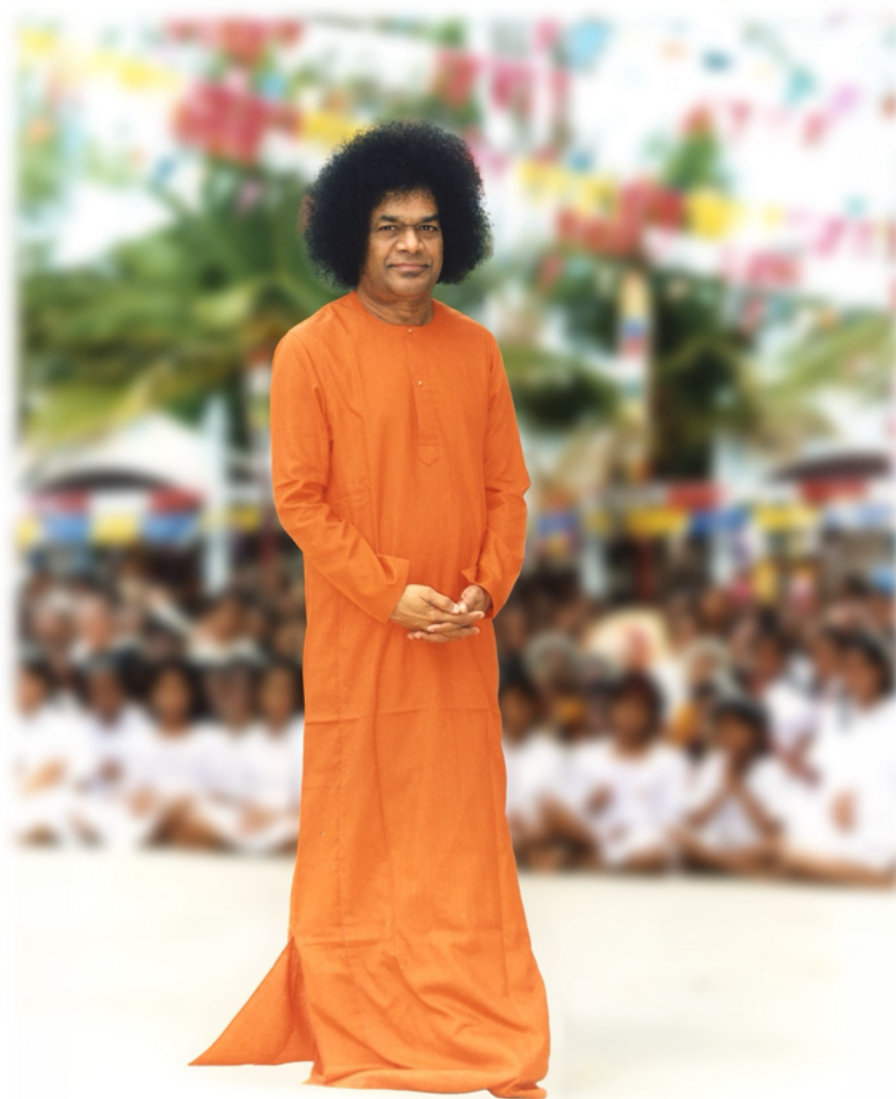
GÖTTLICHE HERRLICHKEIT & BOTSCHAFT VON SRI SATHYA SAI

---

*Gott ist die Quelle aller Liebe. Liebe Gott, liebe die Welt als Gottes Gewand – nicht mehr und nicht weniger. Durch die Liebe kannst du im Ozean der Liebe aufgehen. Liebe heilt Kleinlichkeit, Hass und Trauer. Liebe löst Fesseln; sie rettet den Menschen vor der Qual von Geburt und Tod. Liebe verbindet alle Herzen in einer sanften, seidenen Symphonie. Durch die Augen der Liebe betrachtet, sind alle Wesen schön, alle Taten hingebungsvoll, alle Gedanken rein.*

*Sri Sathya Sai Baba, 7. Juli 1968*

---



GEWIDMET IN LIEBE UND DANKBARKEIT

BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA

## INHALT

LEITARTIKEL DES HERAUSGEBERS	
Bhriгу Valli – Die Reise zur Verwirklichung von Brahman - Teil 1 von 2.....	3
GÖTTLICHE ANSPRACHE	
Glück und Leid sind das Ergebnis der eigenen Gedanken.....	9
ERFAHRUNGEN VON DEVOTEES	
Wie der 24. April 2011 mich energetisiert hat.....	14
ERFAHRUNGEN VON DEVOTEES	
Warum sich fürchten, wenn Sai hier ist .....	19
HUMANITÄRER DIENST	
Liebe in Aktion .....	24
RUHM DER WEIBLICHKEIT	
Auslieferung & Befreiung.....	26
VON DEN INTERNATIONALEN SAI JUNGEN ERWACHSENEN	
Sais ideale Junge Erwachsene .....	30
SAI SPIRITUELLE ERZIEHUNG	
Beiträge von Kindern .....	34
SSSIO ONLINE	
Veranstaltungen und Websites .....	36



## IMPRESSUM DES ORIGINALS

Volume 5 · Issue 6 · June 2026 · ISSN 2831-6908 (Online) · ISSN 2831-6916 (Print)

Copyright © 2026 Sri Sathya Sai World Foundation Arcadia, California, USA

The views and opinions expressed in the articles in this publication are solely those of the authors and do not reflect or imply in any manner expressed, construed, or otherwise the opinions of the editor or publisher. All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or used in any manner without the prior written permission of the copyright owner. To request permissions, please contact the publisher at [info@sathyasai.org](mailto:info@sathyasai.org)

Editor: Dr. Narendranath Reddy · Published by: Sri Sathya Sai International Organization

# *Bhrigu Valli - Die Reise zur Verwirklichung von Brahman - Teil 1 von 2*

Während die Vorbereitung auf Brahma Vidya in der Shikshā Valli behandelt wurde und das Verständnis der Natur von Brahman in der Brahmānanda Valli dargelegt wurde, wird die Verwirklichung von Brahman in der Bhrigu Valli erörtert. Die Bhrigu Valli stellt eine Reise dar – von der Untersuchung über Brahman bis hin zur Erleuchtung und Verwirklichung von Brahman. Wir haben die Shikshā Valli und die Brahmānanda Valli bereits im Detail behandelt. Nun werden wir uns auf die Bhrigu Valli konzentrieren und damit die drei wichtigen Abschnitte der Taittirīya Upanishad abschließen, einer der tiefgründigen Texte des Krishna Yajur Veda.

## **Überblick über die Taittirīya Upanishad**

Um der Kontinuität willen fassen wir noch einmal zusammen, denn in den heiligen Schriften ist alles miteinander verbunden. Der erste Abschnitt ist die Shikshā Valli, welche den Schüler durch Disziplin, rechtes Verhalten, das Rezitieren heiliger Schriften und Mantras, Ehrfurcht vor dem Lehrer und moralische Vorschriften vorbereitet. Hier betont der Lehrer die grundlegenden und moralischen Gebote: Sprich immer die Wahrheit, handle gemäß dem Dharma, studiere die heiligen Schriften und behandle Mutter, Vater, Lehrer und Gast wie Gott. Sie lehrt auch, wie man uneigennützigem Dienst leistet, und rät, großzügig zu geben und mit Aufrichtigkeit, Demut und ohne Erwartung zu spenden. Somit bereitet dieser Abschnitt den Schüler auf die spirituelle Reise vor.

Dann offenbart der zweite Abschnitt, die Brahmānanda Valli, die Natur von Brahman. Sie konzentriert sich hauptsächlich auf Brahman als

Satyam, Jñānam und Anantam – Wahrheit, Wissen und Unendlichkeit. Zudem erläutert sie die Lehre von den fünf Hüllen: die Nahrungshülle, die Lebensenergiehülle, die mentale Hülle, die intellektuelle Hülle und die Glückseligkeitshülle. Ein Kapitel namens Ānanda Mimamsa erörtert im Detail die verschiedenen aufsteigenden Stufen der Glückseligkeit, die in der Glückseligkeit von Brahman gipfeln, wie im vorangegangenen Leitartikel besprochen.

Nun kommen wir zur Bhrigu Valli, wo dieser dritte und letzte Abschnitt diese Lehre in direkte Erfahrung verwandelt. Während die Brahmānanda Valli die Lehre lehrt, demonstriert die Bhrigu Valli den Prozess, durch den ein Suchender sie mittels Tapas (Bußübung) verwirklicht.

Eine andere Art, diesen Aufbau zu verstehen, ist folgende: Die Shikshā Valli entspricht Shravana (dem Hören), wo man die Anweisungen der Schriften lernt und sie praktiziert, um spirituelle Qualifikationen zu entwickeln. Danach folgt die Brahmānanda Valli als Manana (Kontemplation), in der man über die Natur von Brahman nachdenkt. Schließlich ist die Bhrigu Valli Nididhyāsana (in die Praxis umsetzen), wodurch man Brahman direkt erfährt und verwirklicht. Wahres Wissen, das Wissen um das Selbst, muss also entdeckt und erfahren werden; es kann nicht bloß vermittelt werden.

## **Brahma Jijñāsā – Die Untersuchung von Brahman**

Die Bhrigu Valli beginnt mit einer einfachen, aber tiefgründigen Szene. Bhrigu, der Sohn von Varuna, nähert sich seinem Vater, der ein großer Weiser und Lehrer ist, und bittet: „Adhīhi

Bhagavo Brahmeti“ – „Lehre mich über Brahman (die wahre Wirklichkeit)“.

Wir sollten uns daran erinnern, dass Brahman nicht bloß eine Gottheit unter vielen ist, noch ein Objekt, das sich irgendwo im Himmel befindet. Brahman ist die Quelle, der Erhalter und letztendlich die Grundlage allen Seins.

Der Weise Varuna hält keinen langen Vortrag. Er gibt ihm einen Weg, um zu verstehen, was Brahman ist. Er sagt: „Das, aus dem alle Wesen geboren werden, durch das sie leben und in das sie beim Tod eintreten – erkenne das als Brahman.“ Nachdem er Brahman definiert hat, weist er Bhriгу nun in die Methode ein.

## Tapas - Die Methode der Verwirklichung

Er sagt: „Tapasa Brahma Vijijñāsasva“ – verwirkliche Brahman durch Tapas. Diese Anweisung wird zum Herzstück der gesamten Bhriгу Valli. Die Upanishad zeigt, dass diese Wahrheit durch die Praxis von Tapas verwirklicht werden kann. Der Text sagt wiederholt: „Suche Brahman durch Tapas zu erkennen.“

Doch dieses Tapas wird von vielen oft missverstanden als körperliche Askese, Fasten, physische Kasteiung oder extreme Bußübungen. In Wirklichkeit verstand Lord Buddha, durch Seine eigene Praxis, dass die höchste Wahrheit weder durch Selbstbezogenheit noch durch Selbstkasteiung erreicht werden kann. Die wahre Bedeutung von Tapas ist hier konzentrierte spirituelle Anstrengung – Reinigung, Kontemplation, Unterscheidungskraft und die Suche im Inneren. Wahres Tapas ist die „Hitze“, die durch aufrichtige Untersuchung erzeugt wird. Es beinhaltet, den Geist von der Außenwelt weg und hin zur Quelle der Existenz selbst zu lenken.

In Bezug auf Tapas bieten große Lehrer verschiedene Perspektiven für unser Verständnis an. Bhagawan Sri Sathya Sai Baba sagt, echtes Tapas sei die Praxis der Harmonie in Gedanken, Worten und Taten. Eine andere Erklärung gibt Bhagavan Ramana Maharshi, der feststellt, dass

man durch die Frage „Wer bin ich? Wo kommen diese Gedanken her?“ durch Selbsterforschung zur Quelle von allem gelangen muss. Das selbst ist Tapas.

Lord Krishna erklärt im 17. Kapitel der Bhagavad Gītā (Shraddhā Traya Vibhāga Yoga) Tapas auf drei Ebenen: Körper, Sprache und Geist. Dies wird in den Shloka 14, 15 und 16 klar beschrieben:

*Deva-Dvija-Guru-Prājñā-Pūjanam Shaucam Ārjavam, Brahma-Caryam Ahimsā Ca Sharīram Tapa Ucyate. Wenn die Verehrung des Höchsten Herrn, der Brahmanen, des spirituellen Meisters, der Weisen und der Ältesten mit Sauerkeit, Reinheit, Einfachheit, Enthaltbarkeit und Gewaltlosigkeit vollzogen wird, dann wird diese Verehrung zur Enthaltbarkeit (Tapas) des Körpers.*

*Anudvega-Karam Vākyaṃ Satyaṃ Priya-Hitam Ca Yat, Svādhyāyābhyasanam Caiva Vānmayam Tapa Ucyate. Worte, die keinen Kummer verursachen, die wahrheitsgemäß, angenehm und nützlich sind, sowie das regelmäßige Rezitieren der heiligen Schriften – diese werden als Enthaltbarkeit der Sprache erklärt.*

*Manah-Prasādah Saumyatvam Maunam Ātma-Vinigrahaḥ, Bhāva-Samshuddhir Ity Etat Tapo Mānasam Ucyate. Heiterkeit des Geistes, Sanftmut, Schweigen, Selbstbeherrschung und Reinheit der Absicht – all dies wird als Enthaltbarkeit des Geistes erklärt.*

So beginnt Bhriгуs Reise mit Tapas. Es ist wichtig zu erwähnen, dass die Anweisung bezüglich Tapas in der Bhriгу Valli mehrfach wiederholt wird, da Bhriгу Brahman auf seinem Weg zum ultimativen Ziel in verschiedenen Stufen verwirklicht.

## Brahma Nirupana - Die fünf Stufen der Verwirklichung

Bhriгуs Reise verläuft in fünf Stufen der Verwirklichung, von denen jede einer der fünf Hüllen entspricht, die in der Brahmānanda Valli

beschrieben wurden. Auf jeder Stufe praktiziert er Tapas, gelangt zu einer Erkenntnis, kehrt zu seinem Vater zurück und wird von diesem zurückgeschickt, um noch tiefere Nachforschungen und mehr Tapas zu üben, bis er das Ziel, die endgültige Wahrheit, erreicht. Er stellt fest, dass jede Stufe heilig und dennoch unvollständig ist. Jede ist eine Tür, aber nicht das endgültige Ziel.

## **Annam Brahma - Nahrung als Brahman**

Nach seiner ersten Phase von Tapas erkennt Bhrigu, dass Nahrung Brahman ist (Annam Brahmeti Vyajānāt), weil aus Nahrung alle Wesen geboren werden, durch Nahrung leben und letztendlich wieder in die Nahrung zurückkehren. Auf den ersten Blick mag dies wie eine materialistische Schlussfolgerung erscheinen. Es beginnt jedoch mit dem, was uns am nächsten und unbestreitbarsten ist: Der Körper wird durch Nahrung geboren und durch Nahrung erhalten. Dies entspricht dem Annamaya Kosha, der Nahrungshülle, die in der Brahmānanda Valli beschrieben wird.

Der physische Körper sollte nicht vernachlässigt werden. Er ist ein heiliges Instrument, und Baba betonte wiederholt, dass der Körper der Tempel Gottes ist. Diesem Thema begegnen wir auch im letzten Teil der Bhrigu Valli, genannt Annam Brahma Upāsana, wo die Nahrung selbst als Brahman verehrt wird.

Babas Lehre, die Nahrung Gott darzubringen, deckt sich direkt mit dieser Vision. Im Brahmāpanam-Gebet werden die Nahrung, die Opfergabe, das Feuer und der Akt des Opfern alle als Brahman angesehen. Diese Lehre verwandelt das Essen in Gottesdienst. Der Akt des Essens ist nicht länger bloßer Genuss; er wird zu einem Yajña, einem Opferritual. Der Magen wird zum Altar, das Verdauungsfeuer wird zu Vaishvānara, die Nahrung wird zur Opfergabe, und derjenige, der die Nahrung zu sich nimmt,

wird daran erinnert, dass der wahre Genießer Gott ist.

Die Weiterführung dieser Wahrheit ist: Wenn Nahrung als Brahman anerkannt wird, wird jeder Akt des Speisens der Hungrigen zur Anerkennung des Göttlichen in allen Wesen und ist nicht mehr bloße Wohltätigkeit.

Nachdem er erkannt hat, dass Nahrung Brahman ist, kehrt Bhrigu zu seinem Lehrer und Vater Varuna zurück. Varuna fordert ihn auf, sein Tapas fortzusetzen. Bhrigu erkennt, dass Nahrung nicht die letztendliche Wahrheit, Brahman, ist, weil Nahrung selbst sich verändert und vergeht. Deshalb setzt er sein Tapas fort.

## **Prāno Brahma - Prāna als Brahman**

Als Nächstes erkennt Bhrigu, dass Prāna Brahman ist (Prano Brahmeti Vyajānāt). Ohne Prāna ist der Körper träge und leblos. Prāna ist die Lebenskraft, die belebende Macht, die feinstoffliche Energie, durch die man lebt, sich bewegt, verdaut, das Blut zirkulieren lässt, atmet und funktioniert. Dies entspricht dem Prānamaya Kosha, der Lebensenergiehülle, in der Brahmānanda Valli.

In der Brahmānanda Valli haben wir erklärt, dass die Lebensenergiehülle feinstofflicher ist als die Nahrungshülle. Diese Stufe ist wichtig, weil das spirituelle Leben oft mit dem Körper beginnt, der Suchende aber die lebendige Kraft in seinem Inneren entdecken muss. Der Atem ist die Brücke zwischen dem Körper und dem Geist. Deshalb nutzen viele Traditionen Atemregulierung und Atemübungen, um die prānische Lebensenergie zu reinigen. Swami geht darauf in der Upanishad Vāhinī ein:

„Die Lebensenergiehülle ist das erste Instrument, um mit der auf Brahman bezogenen Sichtweise – dass du Brahman bist und nicht der Körper etc. – voranzukommen. Sie ist feinstofflich, separat und unterscheidet sich vom Körper. Sie wird durch den Gott des Windes (Vāyu) aktiviert und von ihm durchdrungen. Sie durchdringt und umfasst die gesamte Nahrungshülle.

Man kann sagen, dass die Lebensenergiehülle die Seele der Nahrungshülle ist, denn sie bringt sie von Kopf bis Fuß zum Funktionieren. Sie kann ohne die Lebensluft (Prāna) nicht überleben. Sie ist die treibende Kraft; es gibt fünf Arten: Der Atem, der abwärts gerichtete Atem, der zirkulierende Atem, der aufsteigende Atem und die Verdauungsluft (Prāna, Apāna, Vyāna, Udāna und Samāna). Durch die Kontemplation darüber, dass die Lebensenergiehülle das Atma der Nahrungshülle ist, verschwindet die Vorstellung, dass der Körper das Selbst sei. Du erhebst dich vom Grobstofflichen zum Feinstofflichen. Der Atem (Prāna) ist wie das geschmolzene Metall im Schmelztiegel. Durch Anstrengung kann die Lebensenergiehülle erfahren werden.“

In den Yoga Shastras beschreibt Patañjali den Ashtanga Yoga, den achtfachen Pfad, für den Prānāyama – die Regulierung des Atems – betont wird, um den Geist zu beruhigen und letztendlich Samadhi zu erlangen. Dies ist die vierte Stufe des achtfachen Pfades.

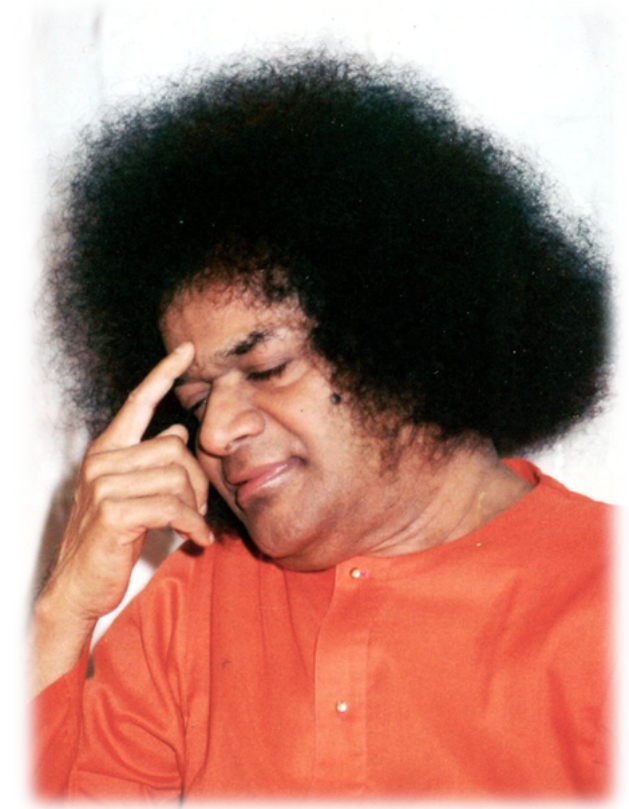
Doch schließlich erkennt Bhrigu, nachdem er zu seinem Lehrer zurückgekehrt ist, dass auch Prāna nicht das endgültige Selbst ist, weil Prāna fluktuiert. Das Atmen verändert sich; die Energie steigt und fällt. Daher kann Prāna nicht die ultimative Realität sein. Also setzt er sein Tapas fort.

## Mano Brahma - Der Geist als Brahman

Durch weiteres Tapas erkennt Bhrigu, dass der Geist Brahman ist (Mano Brahmeti Vyajānāt). Dies entspricht dem Manomaya Kosha, der mentalen Hülle, die in der Brahmānanda Valli beschrieben wird.

Der Geist ist feinstofflicher als Prāna. Er ist das mentale Reich von Sankalpa und Vikalpa – von Gedanken, Zweifeln, Vorstellungen, Vorlieben, Abneigungen, Angst, Hoffnung, Furcht und Anhaftung. Der Geist kann uns in die Bindung oder zur Befreiung führen. Der Geist nimmt die Farbe dessen an, worauf er verweilt, so wie ein Tuch

die Farbe des Farbstoffs annimmt. Wenn der Geist in der Welt verweilt, wird er weltlich. Wenn er in Gott verweilt, wird er göttlich. Daher muss der Geist gereinigt und Brahman zugewandt werden.



Bhagawan Sri Sathya Sai Babas Lehren betonen unermüdlich die Reinheit von Gedanken, Worten und Taten. Baba sagt, dass der Geist rastlos ist, und Er vergleicht ihn mit einem Affen – nicht irgendeinem Affen, sondern einem verrückten Affen, der betrunken ist und von einem Skorpion gestochen wurde. Als Folge davon springt er überall herum. Ähnlich ist der Geist der meisten Menschen rastlos und springt umher, da sie in der Welt verstrickt sind. Diese Stufe der Reinheit und Kontrolle des Geistes ist für spirituelle Sucher besonders wichtig. Viele Menschen wechseln hingebungsvolle Gefühle mit Verwirklichung. Diese mögen hilfreich sein, aber sie gehören zum Bereich des Geistes. Die Upanishaden drängen uns, tiefer zu gehen.

Nachdem er zu seinem Vater zurückgekehrt ist, erkennt Bhrigu ebenfalls, dass der Geist sich ständig verändert und nicht die ultimative Wahrheit sein kann. Er ist im Wach- und

Traumzustand aktiv, fehlt jedoch im Tiefschlaf und wird durch das Bewusstsein erleuchtet. Daher rät Varuna ihm, Tapas fortzusetzen.

## Vijñānam Brahma - Weisheit als Brahman

Dann kommt die nächste Stufe, auf der Weisheit als Brahman erkannt wird (Vijñānam Brahmēti Vyajānāt). Nach weiterem Tapas erkennt Bhrigu, dass Vijñāna Brahma ist. Dies entspricht dem Vijñānamaya Kosha, der intellektuellen oder Weisheitshülle, die in der Brahmānanda Valli beschrieben wird. Vijñāna ist jedoch nicht bloß reine Information. Menschen verwechseln dies oft mit Buchwissen. Swami grenzt die verschiedenen Arten von Wissen, wie Buchwissen und Schriftwissen, klar voneinander ab, betont aber das Erfahrungswissen.

Baba bezieht sich auf die Mundaka Upanishad, in der Wissen in zwei Arten unterteilt wird: Para Vidya und Apra Vidya. Apra Vidya umfasst die meisten materiellen Wissenschaften, Künste, Musik und weltliches Lernen. Diese sind gut und wertvoll, aber sie führen nicht zur Befreiung. Para Vidya ist das höhere Wissen, das letztendlich zur Befreiung führt.

Die Schule des Advaita Vedanta betont diesen Unterscheidungsprozess nachdrücklich, bei dem der spirituelle Suchende fragt: „Wer bin ich? Bin ich dieser Körper? Bin ich der Atem? Bin ich der Geist? Bin ich der Intellekt? Oder bin ich der Zeuge von all dem?“ Der Suchende verneint dann die Identifikation mit dem Nicht-Selbst durch den Prozess von „Neti, Neti“ (nicht dies, nicht dies), bis der ewige Zeuge, das Bewusstsein, als die eigene wahre Natur erkannt wird.

Interessanterweise tut Bhrigu Nahrung, Prāna, Geist oder Intellekt nicht als nutzlos ab. Stattdessen sieht er jedes Element als heilig, aber noch nicht endgültig an. Jedes ist ein Tor, aber nicht das finale Ziel. Sie alle sind miteinander verbunden. Nahrung beeinflusst Prāna. Prāna beeinflusst den Geist. Der Geist beeinflusst die

Unterscheidungskraft. Die Unterscheidungskraft öffnet den Weg zur Glückseligkeit. Als aufrichtiger spiritueller Suchender, der alle Voraussetzungen mitbringt, um nach Brahma zu streben, verfolgt er die Existenz bis zu ihrer Quelle zurück. Zuerst sieht er die physische Quelle, dann die vitale Quelle, danach die mentale Quelle und schließlich das Prinzip der Weisheit. Hier bezieht sich der Intellekt eher auf das unterscheidende Wissen, das für spirituelle Suche so wichtig ist, wobei man zwischen dem Realen und dem Irrealen, dem Ewigen und dem Vergänglichen, dem Guten und dem Angenehmen unterscheidet. Dies sind die grundlegenden Voraussetzungen, die im Viveka der Sādhana Catushtaya der Brahma Sutras beschrieben werden. Doch selbst Vijñāna ist nicht die endgültige Wahrheit, Brahma. Der Intellekt kann zwar unterscheiden und lenken, aber Brahma liegt jenseits des Erkennenden und des Erkannten.

## Ānando Brahma – Glückseligkeit als Brahman

Dann setzt Bhrigu sein Tapas fort und erkennt schließlich, dass Glückseligkeit Brahma ist (Ānando Brahmēti Vyajānāt). Dies ist der Höhepunkt der Bhrigu Valli. Es entspricht dem Ānandamaya Kosha der Brahmānanda Valli und veranschaulicht, dass Brahma die Quelle aller Glückseligkeit ist und dass jede endliche Freude lediglich ein Bruchteil der Glückseligkeit von Brahma ist.

Wir haben die verschiedenen Ebenen der Glückseligkeit im vorangegangenen Editorial ausführlich untersucht. Die hier besprochene Glückseligkeit ist jedoch kein gewöhnliches Vergnügen. Es ist kein emotionales Glück oder sensorischer Genuss. Es ist die Erfüllung des Seins selbst. Es ist der Frieden der Non-Dualität (Advaita). Swami lehrte oft, dass wahres Glück das Einssein mit Gott ist und dass weltliches Glück nur vorübergehend ist, weil es lediglich „ein Intervall zwischen zwei Schmerzen“ ist. Dieses in der Bhrigu Valli beschriebene Ānanda ist nichts,

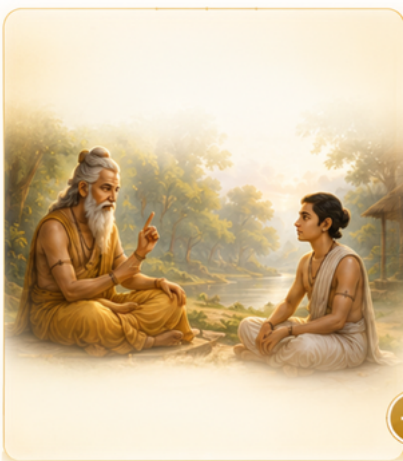
was man erlernen kann; es ist etwas, das man erfahren muss. Es ist die Natur des Selbst an sich. Spirituelle Praktiken entfernen lediglich die Schichten, die es verdecken. Dies verdeutlicht auch das Konzept der fünf Hüllen (Pañca Kosha). Der Suchende wandert nicht physisch von einer Hülle zur anderen. Stattdessen zieht er die falschen Identifikationen durch Selbsterforschung zurück. Dann weicht das „Ich bin der Körper“ einem „Ich bin die Lebenskraft“; dann einem „Ich bin der Geist“; danach einem „Ich bin der Intellekt“. Schließlich löst sich selbst die subtilste Individualität in der Verwirklichung von Brahman als Ānanda auf.

Hier erreicht die Untersuchung ihren Höhepunkt. Die Upanishad hält inne; Varuna schickt Bhrigu nicht noch einmal zurück. Der Suchende ist am Ziel angekommen. Bhagawan Baba beschreibt diese Verwirklichung als die eigene wahre Natur. Swami sagt: „Glückseligkeit ist deine Natur. Ihr seid die Verkörperung der Glückseligkeit – Ānanda Swarupa. Ihr müsst sie euch nicht aneignen. Ihr seid Ānanda; ihr müsst nur das entfernen, was sie verdeckt.“ Dies spiegelt direkt die upanishadische Erkenntnis wider, dass Ānanda nicht kommt und geht, sondern unveränderlich, ewig und die eigentliche Substanz des Seins ist. Auch Ramana Maharshi brachte dies zum Ausdruck, indem er sagte, das Selbst sei Saccidānanda: Existenz, Bewusstsein, Glückseligkeit. Es ist wichtig zu erwähnen, dass Adi Shankaracharya in seinem Kommentar

sorgfältig klarstellte, dass der Ānandamaya Kosha immer noch eine Hülle ist – die subtilste und dem Selbst am nächsten gelegene, aber dennoch eine Hülle. Die Glückseligkeit, die selbst noch jenseits dieser letzten Hülle liegt, ist Brahman selbst – Glückseligkeit ohne jede unterstützende Bedingung (Nirupādhika Ānanda). Das „Ānando Brahmeti“ der Upanishad bezieht sich auf diese transzendente Glückseligkeit, von der die Ānandamaya Kosha nur das innerste Spiegelbild ist. So erkennt man schließlich, dass Brahman selbst noch jenseits der Hülle der Glückseligkeit liegt.

Somit führt die Bhrigu Valli den Suchenden vom Grobstofflichen zum Feinstofflichen – von der Nahrung, der Lebenskraft, dem Geist und dem Intellekt bis hin zur Glückseligkeit selbst – und offenbart durch Tapas, dass Brahman die innerste Realität hinter jeder Ebene der Existenz ist. Doch die Upanishad bleibt selbst bei der Verwirklichung von Ānanda nicht stehen. Im nächsten Teil werden wir die tieferen Erkenntnisse erforschen, die sich aus Bhrigus Untersuchung ergeben: Die heilige Verehrung von Nahrung als Brahman, die tiefgründigen Lehren über uneigennütigen Dienst und Reinheit des Lebens und schließlich den ekstatischen Höhepunkt von Brahmānanda Anubhava, wo der verwirklichte Weise die gesamte Existenz als Brahman, als eine einzige göttliche Realität sieht und in den Gesang der Befreiung ausbricht.

Jai Sai Ram



# *Glück und Leid sind das Ergebnis der eigenen Gedanken*

*Wie können diejenigen, die von ihren inneren Feinden besiegt worden sind, einen äußeren Feind besiegen? Wer die höchste Wahrheit erkannt hat, ist in dieser Welt gesegnet. Das ist die schlichte Tatsache, die hier offenbart wird. (Gedicht auf Telugu)*

Verkörperungen des göttlichen Ātma! Alles, was entsteht, muss irgendwann vergehen. Alles, was angesammelt wird, wird wieder verloren gehen. Trennung, *Viyoga*, ist unvermeidlich nach der Vereinigung, *Samyoga*. Der Tod ist die Folge der Geburt. Ein Mensch wartet auf den Sonnenaufgang, um seine täglichen Pflichten zu erfüllen, und er wartet auch auf den Sonnenuntergang, damit er seine Sinne beruhigen, einen erholsamen Schlaf finden und Frieden genießen kann. In seiner Naivität kann er jedoch nicht erkennen, dass gerade der Sonnenaufgang und der Sonnenuntergang, nach denen er sich sehnt, ihm Kummer bereiten werden, indem sie Tag um Tag seine Lebensspanne verkürzen. Er kann nicht erkennen, dass dort, wo Glück ist, auch Kummer ist. Er versteht auch nicht, dass Kummer und Glück letztlich Schöpfungen seines eigenen Geistes sind.

Der Mensch bittet darum, Gutes im Leben zu erfahren. Er wünscht sich eine schöne Zeit, strebt nach guter Stellung und möchte ein angenehmes Leben führen. Doch er bemüht sich nicht darum, gute Gedanken zu hegen. Wie soll man gute Ergebnisse erzielen, wenn man schlechte Gedanken hegt? Wie kann man mit schlechten Gedanken und Wünschen einen guten Ruf erlangen? Das ist unmöglich. Nur durch gute Gedanken, gute Taten und gute Worte wird man berechtigt, Gutes zu empfangen. Auch wenn die Medizin bitter ist, muss der

Patient sie schlucken, um gesund zu werden. Ebenso müssen wir auch einen Gegner als unseren Freund betrachten, wenn er gute Eigenschaften hat.



Es liegt in der Natur eines Löwen, eine Kuh zu reißen. Es gibt jedoch eine bemerkenswerte Ausnahme: Als König Dilīpa einmal zur Erholung in den Wald ging, sah er einen wilden Löwen, der im Begriff war, sich auf eine sanfte und tugendhafte Kuh zu stürzen. Da er diese Tat für ungerecht hielt, flehte König Dilīpa den Löwen an, die Kuh zu verschonen und stattdessen ihn zu fressen. Dieser Vorfall hat eine tiefere Bedeutung: König Dilīpa gehörte der Kriegerkaste an. Weil er sein Dharma und seine Pflicht unerschütterlich erfüllt hatte, erlangte König Dilīpa die Gnade Gottes. Deshalb gab sogar der wilde Löwe nach und verschonte sowohl den König als auch die Kuh. Aus diesem Grund heißt es: „*Dharmo Rakshati Rakshitah*; Dharma schützt den, der Dharma schützt.“ Leider ist der Mensch heute nicht in der Lage, sein Dharma zu erkennen. Daher verfällt er in Handlungen, die Dharma schwächen oder vernichten. Anstatt Dharma zu schützen, nutzt er in der Hoffnung auf Befreiung verschiedene andere Methoden.

Die Bedeutung von Mukti oder Moksha ist „Befreiung“. Jedes Lebewesen wünscht sich, von

einem bestimmten Gedanken oder Objekt befreit zu werden, um stattdessen an einem anderen anzuhaften. Daher lässt sich im weitesten Sinne sagen, dass jedes Lebewesen ein Suchender nach Befreiung ist.

Manchmal lässt man ein bestimmtes Objekt los oder gibt ein bestimmtes Gefühl auf, nur um nach einem anderen zu greifen oder dessen Früchte zu kosten. Von der Geburt bis zum Moment des Todes erscheinen bei einem Menschen viele Gefühle, Gedanken, Wünsche, Lebenswege und Zielvorstellungen.

Hier ist ein kleines Beispiel: Ein Kind hat Hunger. Wenn seine Mutter ihm etwas zu essen gibt, ist sein Hunger gestillt und es ist glücklich. Die Linderung des Hungers ist eine Art vorübergehende Befreiung.

Oder, wenn jemand zu viel isst, leidet er unter Verdauungsstörungen. Um von diesem Leidenszustand Linderung zu finden und den Glückszustand in Form von Gesundheit wieder zu erreichen, ruft er einen Arzt. Dank der vom Arzt verordneten Behandlung wird er von der Krankheit geheilt und wird glücklich. Auch dies ist eine Art von vorübergehender Befreiung, für die der Arzt verantwortlich ist.

In den Beispielen haben die Mutter und der Arzt nur vorübergehende, nicht jedoch dauerhafte Befreiung gewährt. So kommt es im Laufe des menschlichen Lebens auf unzählige Arten vor, dass man etwas aufgibt und etwas anderes dafür bekommt. Doch das kann man nicht wirklich als Befreiung bezeichnen. „Dauerhafte Befreiung, Shāshvata Mukti, ist der Zustand, in dem wir, nachdem wir ihn erlebt haben, nichts anderes mehr begehren; der Zustand, in dem wir, nachdem wir ihn gesehen haben, nichts anderes mehr sehen wollen; der Zustand, in dem wir, nachdem wir ihn genossen haben, nichts anderes mehr genießen wollen.“

Der heutige Mensch glaubt, dass sowohl Freude als auch Sorgen und Schwierigkeiten von anderen verursacht werden. Das ist reine Selbsttäuschung. Schmerz, Glück oder Freude

werden nicht von anderen verursacht. Sie sind Ausdruck des eigenen Geisteszustands. Bloß um uns innerlich zu beruhigen, schieben wir die Schuld auf andere. Dadurch verschaffen wir uns vorübergehende Befriedigung. Doch diese Art der Selbsttäuschung ist eine geistige Verirrung.

Zum Beispiel ist jemand zu Hause gestorben. Die Verwandten, Freunde und Nachbarn besuchen die Familie des Toten und versuchen, sie zu trösten, indem sie fragen: „Was ist passiert? Wie ist er ums Leben gekommen? Welche Krankheit hatte er? Hat ein Arzt ihn untersucht und Medikamente verschrieben?“ Die Familienmitglieder fühlen sich durch solche Worte getröstet und denken, dass diese Menschen sich wirklich um sie sorgen, da sie sich in dieser Stunde der Not nach ihrem Wohlergehen erkundigen. Wenn hingegen jemand, der die Wahrheit hinter Geburt und Tod erkannt hat, die Familie besucht und erklärt: „Wer geboren wird, muss früher oder später sterben, und diese Person wurde geboren, lebte ein erfülltes Leben und starb schließlich“, fühlen sie sich abgestoßen von seiner Reaktion. Sie denken vielleicht: „Was für ein Mensch ist das, wie hartherzig! Anstatt sich nach unserem Wohlergehen zu erkundigen und zu versuchen, uns in dieser Stunde des Unglücks zu trösten, erklärt er gefühllos, dass alle, die geboren werden, sterben müssen.“ Es ist natürlich, dass sie über das Verhalten dieses Menschen betrübt sind. Die Wahrheit ist immer bitter. Diejenigen, die an vorübergehende Befriedigung und belanglose Dinge im Leben gewöhnt sind, glauben nur an Unwahrheit. Sie führen ein Leben in Täuschung.

Der Körper, der Handlungen ausführt, ist vergänglich. Wenn der Körper selbst vergänglich ist, wie können dann die Handlungen, die ein solcher Körper ausführt, jemals von Dauer sein? Wenn die Handlungen vergänglich sind, können dann die Ergebnisse dieser Handlungen von Dauer sein? Da der Mensch diese Wahrheit nicht erkennt, sehnt er sich nach den Früchten selbst der kleinsten guten Handlung oder eines guten Gedankens. Die Früchte eines solch

weltlichen Karmas werden ihm zwar vorübergehende Freude, aber keine ewige Glückseligkeit schenken. Das Leben selbst ist vergänglich. Der Körper ist wie eine Wasserblase. Unser Leben währt nur kurze Zeit. Wenn wir uns in einem solch vergänglichem Leben bemühen, dauerhafte Ergebnisse zu erzielen, ist das nichts als Täuschung.

Wenn wir die ewigen Prinzipien von Wahrheit (Satyam), Glück (Shivam) und Schönheit (Sundaram) erfahren wollen, und wenn wir uns dazu entschließen, einen solch heiligen Zustand zu erreichen, müssen wir auch bereit sein, entsprechende Opfer zu bringen. Ohne Wahrheit gibt es keine Schönheit. Ohne Schönheit gibt es kein Glück. Die erste Stufe von spiritueller Praxis besteht darin, über das Prinzip „Wahrheit ist Gott“ zu meditieren. Dabei wird die Wahrheit selbst zum Höchsten Wesen erklärt. Später kommt „Schönheit ist Gott“ dazu, da Schönheit aus Wahrheit hervorgeht.

Auch wenn Satyam, Shivam und Sundaram drei verschiedene Wörter mit verschiedenen Bedeutungen zu sein scheinen, sind sie doch miteinander verbunden. So wie es keine Wörter ohne Bedeutung gibt und keine Bedeutung ohne Wörter, so besteht auch zwischen diesen drei Wörtern eine untrennbare Verbindung. Keines kann ohne das andere existieren.

Einst schwor eine für ihre Laufkünste weithin bekannte griechische Prinzessin, dass sie denjenigen heiraten würde, der sie in einem Wettlauf besiegen würde. Sie trat gegen mehrere berühmte Prinzen an, überquerte aber immer als Erste die Ziellinie. Da die Prinzen die Demütigung ihrer Niederlage nicht ertragen konnten, verschwanden sie meist wieder. Oft verspürten sie dabei einen starken Zorn, welcher an sich schon eine große Schwäche darstellt.

Einige dieser besiegten Prinzen kamen daraufhin zusammen und beschlossen die Prinzessin zu demütigen. Sie überlegten lange, wie sie die Prinzessin besiegen und ihren Stolz brechen könnten. Sie kamen zu dem Schluss, dass nur

große Weise, die die Wahrheit erkannte, die Sinne bezwungen und allen Anhaftungen entsagt hatten, ihnen den richtigen Rat geben könnten. Also suchten sie einen Weisen auf, der ihnen folgende Strategie vorschlug: „Meine lieben Prinzen, ihr besitzt wohl viele wertvolle Schmuckstücke. Nehmt sie mit zum Rennen und lasst sie einzeln auf den Weg fallen, während ihr mit der Prinzessin um die Wette lauft. Haltet euch genau an diese Anweisung. Ich bin sicher, dass die Prinzessin dadurch abgelenkt wird und zurückfällt, und ihr werdet das Rennen gewinnen.“

Einer dieser Prinzen forderte die Prinzessin bald zu einem Wettlauf heraus. Er nahm viele prächtige Schmuckstücke mit. Während die beiden rannten, ließ er ein Schmuckstück nach dem anderen fallen. Von den glitzernden Schmuckstücken verführt, blieb die Prinzessin an jeder Stelle stehen, an der eines fallen gelassen wurde, hob es auf und rannte erst dann weiter. Der Prinz erreichte unterdessen das Ziel. Die Prinzessin war besiegt, und gemäß der von ihr festgelegten Bedingung heiratete sie den Prinzen, der das Rennen gewonnen hatte.

Erst als der Prinz bereit war seine kostbaren Schmuckstücke zu opfern, konnte er die Prinzessin für sich gewinnen. Diese Geschichte offenbart, dass wir, um etwas von großem Wert zu erlangen, bereit sein müssen, etwas ebenso Kostbares zu opfern. In dieser Allegorie steht das Ziel König zu werden für den Höchsten Herrn, Paramātma; der Prinz steht für den Devotee. Wenn ein Prinz sich danach sehnt, mit dem Glück des Königreichs (Sāmrajya Lakshmi) gesegnet zu werden, muss er bereitwillig seine Schmuckstücke opfern. Ebenso muss ein Devotee, wenn er mit dem Glück des Königreichs der Befreiung (Moksha Sāmrajya Lakshmi) gesegnet werden möchte, seine ihm innewohnenden Schmuckstücke der guten Eigenschaften darbringen.

Tatsächlich sind sowohl das Gute als auch das Schlechte Produkte des Geistes. Der Geist ist

sowohl für Gebundenheit als auch für Befreiung verantwortlich; Mana Eva Manushyānam Kāranam Bandhamokshayoh. Wenn der Geist sattvischen Eigenschaften nachgeht, entwickelt er gute Eigenschaften. Wenn er hingegen rajasischen und tamasischen Eigenschaften wie Begierde, Unruhe und Faulheit folgt, entwickelt er schlechte Eigenschaften. Wenn man ein Stück Eisen in der Erde vergräbt, rostet es und verliert seine Festigkeit. Wird dasselbe Eisen ins Feuer gelegt, verändert es seine Farbe zu leuchtendem Rot und wird weich, wobei es den angesammelten Schmutz und Rost abwirft. Es ist dann bereit, zu einem Schmuckstück oder einem Werkzeug geformt zu werden. In beiden Situationen ist das Stück Eisen ein und dasselbe. Aber der Ort, an dem es aufbewahrt wird, ist verschieden. Befindet sich der Geist in einer andächtigen oder sattvischen Umgebung, entwickelt er gute Eigenschaften. Befindet er sich in einer leidenschaftlichen, rajasischen oder in einer trägen, tamasischen Umgebung, entwickelt er schlechte Eigenschaften.

Solange man Faulheit und Trägheit (Tamas) nicht ablegt, kann man die Wahrheit nicht erkennen. Solange man nicht frei von leidenschaftlichem Handeln (Rajas) ist, kann man keine Hingabe erlangen. Nur durch ruhige Gelassenheit (Sattva) kann man Hingabe erlangen. Diese Wahrheit wird hier offenbart. (Telugu-Gedicht)

Inkarnationen des göttlichen Ātma! Es ist ratsam, dass ihr euch als spirituell Suchende bemüht, den Geist auf heilige und wohltuende Tätigkeiten auszurichten und dadurch euer Leben zu heiligen. Befreiung, Moksha, bedeutet nicht bloß, vorübergehende Gefühle oder vorübergehende Wünsche aufzugeben. Ihr müsst daran glauben, dass der richtige und einfache Weg Moksha zu erlangen darin besteht, Vertrauen in das ewige Prinzip zu haben, vergängliche Wünsche aufzugeben und dadurch reine, unerschütterliche und selbstlose Liebe zu erlangen. Ihr solltet nicht denken, dass Moksha einfach darin besteht, etwas zurückzulassen. Selbst Insekten

und Würmer lassen ständig das eine hinter sich und bewegen sich auf das andere zu. In diesem Sinne sind daher alle Wesen Suchende nach Befreiung. Die Würmer und Insekten sind jedoch noch keine Befreiten (Mukta). Die wahre Bedeutung von Befreiung liegt darin, den Geist auf den richtigen Weg zu lenken und dadurch das wahre Geheimnis des Geistes zu erkennen.



Ich habe diesen Punkt schon oft gegenüber vielen Menschen betont. Da jedoch immer wieder neue Menschen zu uns stoßen, muss Ich Mich wiederholen: Hier ist ein Stück Stoff. Die Grundlage dieses Stoffes sind die Fäden, die als Kettfäden und Schussfäden verwoben sind. Ohne diese Fäden gibt es keinen Stoff. Ebenso verbinden sich die Fäden unserer Wünsche zu dem Stoff unseres Geistes. Die Fäden und der Stoff sind nicht voneinander verschieden. Ebenso sind unser Geist und unsere Gedanken nicht voneinander verschieden. Nehmen wir an, wir ziehen einen Faden nach dem anderen heraus. Dann bleibt kein Stoff mehr übrig. Ebenso existiert der Geist nicht mehr, wenn ein Wunsch nach dem anderen aufgegeben wird. Wenn ihr also die Geheimnisse des Geistes erkennen wollt, dann wisst, dass der Geist ein Bündel von Wünschen ist. Wenn die Wünsche vollständig beseitigt sind, ist genau dieser Zustand die Befreiung (Mukti).

Einmal ging ein Schüler zu seinem Lehrer und fragte: „Swami! Ich habe kein Verlangen mehr,

das in dieser Welt erfüllt werden könnte. Ich habe nur ein einziges Verlangen: Ich möchte Befreiung.“ Der Lehrer antwortete: „Die Tatsache, dass du keine Wünsche hast, ist an sich schon Mukti.“ Wie können wir also unsere Wünsche reduzieren? Tatsächlich müsst ihr nicht versuchen, eure Wünsche zu reduzieren. Der beste und einfachste Weg ist, alle Wünsche auf Gott zu lenken. Wenn wir erkennen, dass alles, was wir uns wünschen, alles, was wir tun, und alles, was wir sehen, nur dazu dient, Gott zu erfreuen, dann ist das schon genug. Dies ist ein leichter Weg zu Gott.

Wir müssen uns auch der Tatsache bewusstwerden, dass derselbe göttliche Ātma jedes Lebewesen durchdringt und dass alle Wesen Verkörperungen des göttlichen Ātma sind. Wenn wir etwas erreichen wollen, uns aber nicht

anstrengen oder bewusst üben, werden wir es nie schaffen. Anstrengungen sind sowohl in weltlichen als auch in spirituellen Angelegenheiten sehr wichtig. Wenn sich eine winzige Ameise beim Laufen anstrengt, kann sie viele Kilometer zurücklegen. Aber wenn ein Adler sich nicht anstrengt zu fliegen, kann er sich keinen Zentimeter in die Luft schwingen. Deshalb heißt es, dass in dieser Welt durch Sādhana alles erreicht werden kann. Nur wenn wir Sādhana bewusst und fleißig praktizieren, erlangen wir das Recht, die Früchte davon zu ernten.

Verkörperungen des göttlichen Ātma! Euer Sādhana wird Früchte tragen, wenn ihr euch bemüht, eure Emotionen und Erregungen so weit wie möglich zu beruhigen und euren Geist in die richtige Richtung zu lenken.

Sathya Sai Baba, Dasarā 1976



# *Wie der 24. April 2011 mich energetisiert hat*

MEINE REISE MIT BHAGAWAN SRI SATHYA SAI BABA BEGANN NICHT MIT EINER TIEFSINNIGEN ERKENNTNIS. Sie schlug leise Wurzeln, organisch, im täglichen Leben und entwickelte sich durch subtile Erfahrungen, die allmählich mein Verständnis vom Leben und dem Göttlichen umformten. Der Augenblick, der mich am meisten transformierte, war Swamis Mahasamadhi am 24. April des Jahres 2011, das Ende Seines irdischen Aufenthalts.

Ich hörte zuerst von Swami in meinen Anfangsjahren als Schüler der Sathya Sai Schule in Vishakhapatnam, wo ich vom Kindergarten an bis zum Ende der 10. Klasse am Unterricht teilnahm. Interessanterweise waren meine Eltern keine Sai Devotees, und bei mir zuhause wurde über Swami nicht im Zusammenhang mit Spiritualität oder Andacht gesprochen. Die Entscheidung, mich an dieser Schule anzumelden, war überwiegend von ihrem Ruf für Disziplin und auf Werte basierende Erziehung beeinflusst worden. Als ein Resultat dessen war mein Engagement weitgehend äußerlich, während ich jeden Tag in ein Umfeld von Bhajans, moralischen Anweisungen und spirituellen Idealen eintauchte. Ich nahm daran teil, beobachtete und nahm auf, doch ich verinnerlichte die Lektionen nicht.

Es gab Augenblicke in diesen Jahren, die in der Rückschau bedeutend zu sein schienen. Bei einer Gelegenheit hatten wir uns, als Teil unserer Schulgruppe, darauf vorbereitet, Shiva Tandavam (kosmischer Tanz von Shiva als Nataraja) in Prasanthi Nilayam zu präsentieren. Wir übten fleißig und hofften auf eine Möglichkeit, vor Swami aufzuführen. Dennoch, diese Möglichkeit materialisierte sich nie. Andere Gruppen kamen mit Geschichten zurück, die sie mitteilen konnten, aber wir nicht. Ich erinnere mich daran, mich ziemlich enttäuscht gefühlt zu haben -

nicht niedergeschmettert, aber ratlos. Meine Lehrer versicherten uns immer wieder: „Betet, eure Zeit wird kommen!“

Aber ich konnte das nicht verstehen. Wir sind den ganzen Weg dorthin gekommen. Warum konnten wir nicht einfach aufführen? Ich hatte zu der Zeit keine Antwort darauf, und auf eine gewisse Weise, auch heute noch nicht. Doch Jahre später befand ich mich, zurück in Prasanthi Nilayam, auf eben dieser Bühne, und das auf eine Weise, die ich mir niemals hätte vorstellen können.

## **Sai Zentren sind Zentren der Liebe**

Eine bewusstere Phase meiner Reise begann Jahre später, im Jahr 2008, in den USA, nachdem ich mich in der Umgebung der San Francisco Bay niedergelassen hatte. Ich wusste nicht einmal, dass die Sathya Sai Organisation auch außerhalb Indiens existierte. Ein Cousin, der von meiner Schulzeit wusste, nahm mich mit zu einem lokalen Sai Zentrum und das änderte alles. Was als gelegentliche Teilnahme begann, entwickelte sich schrittweise zu etwas Bedeutungsvollem, jedoch nicht aufgrund eines spirituellen Erwachens in mir. Es entsprang einem Gefühl der Vertrautheit und Neugier. Die allerersten Bhajans, die ich im Zentrum hörte, hatten Melodien, die ich aus meinen Schultagen wiedererkannte, was beruhigend auf mich wirkte. Was mir begegnete, war nicht ein Glaubenssystem, das ich annehmen sollte, sondern eine Gemeinschaft, die Wärme, Inklusivität und aufrichtige Fürsorge ausdrückte.

Meine Beteiligung vertiefte sich durch die Menschen um mich herum. Ein anderer Junger Erwachsener nahm es als seine Aufgabe an, mich zu jedem Treffen mitzunehmen. Bei den Bhajans saß jemand neben mir und half mir zu singen. Ich hatte noch niemals zuvor gesungen.

Bei den Studienkreisen wurden Konzepte wie der Atman und göttliche Liebe diskutiert - Ideen, die sich für mich vollkommen fremd anfühlten. Ich empfand keine Freude bei diesen Diskussionen und ich verstand sie auch nicht ganz. Doch ich nahm weiterhin teil, weil diese Menschen sich aufrichtig um mich kümmerten. Meine beständige Teilnahme war weniger ein Ausdruck des Verstehens des Programms, sondern mehr eine Reaktion auf die Aufrichtigkeit und Freundlichkeit derjenigen um mich herum. Wenn ich zurückschaue, erkenne ich, dass dies eine frühe Lektion war: Eine spirituelle Verbindung wird oft durch Liebe genährt, bevor sie intellektuell verstanden wird.

Dennoch, ein Gefühl des Zögerns blieb. Ich erinnere mich daran, gefragt worden zu sein, bei der Leitung einer Aktivität während eines Retreats zu helfen. Von Beklemmung überwältigt, kam ich einfach nicht, ohne dies irgendjemandem mitzuteilen. Ich kann jetzt zurückschauen und erkennen, dass es eine Abneigung meinerseits war, vorwärtszugehen, selbst dann, als die Tür weit offenstand. Doch meine Reise kam nicht ins Stocken, nicht, weil ich an mich glaubte, sondern weil andere mehr an mich glaubten, als ich es tat.

## Mahāsamādhi - Der Ausgleich

Ein entscheidender Moment ereignete sich im Jahr 2011, während Swamis Mahāsamādhi. Für viele Devotees war diese Periode durch eine tiefe Trauer über den Verlust Seiner körperlichen Gegenwart gekennzeichnet. Für mich war die Erfahrung anders, und ich muss ehrlich sein, was den Grund betrifft.

Bis dahin basierte mein Verständnis von Swami überwiegend auf Seiner körperlichen Gegenwart und den Erfahrungen der Menschen, die in Seiner direkten Präsenz gewesen sind - gesegnet mit Darshan, Interviews und Augenblicken persönlicher Verbundenheit. Ich hatte nichts davon gehabt. Ich bin spät zur Sai Organisation gekommen und tat mich schwer damit, eine Verbindung zu Erfahrungen herzustellen, die für

andere persönlich zu sein schienen, sich für mich jedoch weit weg anfühlten. Es gab da immer eine Lücke, die ich nicht überbrücken konnte. Mit dem Mahāsamādhi verschwand diese Lücke. Seitdem Swami nicht mehr auf die körperliche Form begrenzt war, schien der Unterschied zwischen denen, die Nähe erfahren hatten und denen, die dies nicht hatten, zu verschwinden. Alle unsere künftigen Wege würden zusammenlaufen. Statt eines Gefühls von Verlust fühlte ich etwas, das eher Erleichterung glich und eine neue Klarheit. Es markierte den Beginn einer mehr persönlichen, nach innen gerichteten Reise, einer Reise, die nicht länger von der äußeren, körperlichen Nähe zu Swami abhing.

## Als ich Swami aus erster Hand erlebte

Tatsächlich waren die Samen dieses neuen Kapitels noch vor dem Mahāsamādhi gesät worden. Im Dezember des Jahres 2010 hatten wir als Gruppe der Sai Jungen Erwachsenen, wozu auch ich gehörte, beschlossen, den Bedürftigen über das Verteilen von Nahrung und Kleidung hinausgehend zu dienen. Wir schrieben einen Brief an Swami, in dem wir unsere Absicht ausdrückten. Swami nahm ihn an und segnete sie. Im April des Jahres 2011 begann das Projekt. Die Reihenfolge der Geschehnisse ist nach wie vor für mich ganz besonders - wir ersuchten Seinen Segen, Er gab ihn und die Reise entfaltete sich genau dann, als Er in das Unendliche und Formlose hinüberging.

Wir arbeiteten mit dem Emergency Housing Consortium zusammen, dem Notunterkunftskonsortium, einer Obdachlosenunterkunft in San José, wo Menschen geholfen wird, die über 15 Jahre lang im Gefängnis gewesen waren, sich erfolgreich wieder in die Gesellschaft einzugliedern. Viele von ihnen wussten nicht, dass Computer existierten, noch konnten sie eine Maus bedienen. Doch schon eine einfache Bewerbung für einen Job, gleich welcher Art, musste Online abgeschickt werden. Wir waren

Ingenieure, Juristen und Lehrer. Daher wussten wir nicht so ganz, was wir taten, denn diese Menschen bewarben sich um Jobs in Warenhäusern und Küchen, eine Welt, die wir nicht kannten. Doch wir fingen einfach an. Jeden Mittwochabend gingen ein paar von uns in die Notunterkunft und setzten sich mit jedem Teilnehmer auf einer Eins-zu-Eins Basis hin, um Computerfähigkeiten und berufsqualifizierende Kenntnisse zu vermitteln. Wir setzten uns ein ganz bestimmtes Ziel: Am 23. November, Swamis Geburtstag, sollte wenigstens eine Person aus der Gruppe einen Job bekommen haben.

Und dann passierte etwas Bemerkenswertes. Ein sechsendachtzigjähriger Mann, der Jahrzehnte damit verbracht hatte, mit ehemals inhaftierten Personen zu arbeiten, bot uns an, uns mit seinen Erfahrungen zu helfen, zeigte uns, wie man Arbeitgeber anspricht, damit sie Personen mit Vorstrafen einstellen - etwas, wovon niemand von uns wusste, wie wir das anstellen sollten. Für mich war es ein Beweis von Swamis Allgegenwart, der einsprang, um uns zu helfen, genau dann, als wir es brauchten. Im Oktober 2011, Wochen vor Swamis Geburtstag, sicherte sich die erste Person aus der Gruppe einen Job. Die Dynamik hielt an, das Programm lief für mehr als zwei Jahre und dann begannen wir in den darauffolgenden Jahren damit, in einer Notunterkunft für Frauen und auch an anderen Standorten zu dienen.

Diese Erfahrung gewährte uns einen nachhaltigen und tiefen Einblick. Die Anstrengungen, die wir machten, obwohl aufrichtig, waren in ihrem Umfang begrenzt. Dennoch, die Resultate waren weitaus größer als das, was wir allein geschafft haben könnten. Es bestätigte ein Prinzip, das Swami oft betont hatte: Wenn man aufrichtig einen Schritt vorwärts geht, um anderen zu dienen, verstärkt das Göttliche diese Bemühung auf eine Weise, die sich jenseits unseres Verständnisses befindet. Das war das erste Fundament des Selbstvertrauens.

Die Freude, die ich bei diesem Dienen empfand, war unvergleichbar. Je mehr ich in das Programm und die Organisation investierte, umso mehr erhielt ich zurück. Dies mag selbstsüchtig erscheinen, aber es ist wirklich das, was passierte. Es transformierte mein Verständnis von ‚Dienen‘ als eine Verpflichtung oder Aktivität, hin zu einer Quelle innerer Zufriedenheit, Inspiration und Entschlossenheit.

## **Mache Sais Arbeit und Sai wird deine Arbeit machen**

Als meine Verantwortung zunahm, übernahm ich nach und nach Führungsrollen in der Organisation, sowohl auf regionaler wie auch auf nationaler Ebene. Diese Rollen brachten neue Herausforderungen, besonders beim Ausbalancieren von beruflichen Aufgaben, Familienleben und Verpflichtungen. Auf regionaler Ebene fanden die meisten Treffen während meiner Familienzeit statt und ich hatte Schwierigkeiten, mich zu beteiligen. Ich wollte wirklich weiterhin dienen und ich betete für diese Möglichkeit, doch konnte ich keinen Weg finden, um alles in Balance zu bringen. Gerade als ich darüber nachdachte, weniger zu tun, wurde mir eine nationale Aufgabe angeboten. Von nun an endeten die Treffen früh genug, so dass ich meine Abende für mich zurückbekam. Mein Gebet war von Swami völlig unerwartet beantwortet worden. Swami ist Kalateeta, jenseits von Zeit, und Er änderte buchstäblich Lebensereignisse, um Zeit für mich zu erschaffen. Doch es ging noch weiter als dies. Die Arbeit selbst half mir zu priorisieren und Zeit effektiver zu handhaben. Wenn Swami sagt: „Mache Meine Arbeit und Ich werde deine Arbeit machen“, vielleicht ist es das, was Er meint - nicht, dass das Leben einfacher wird, aber Ihm zu dienen erschafft Kapazitäten, die wir niemals zuvor hatten.

Eines dieser Geschenke war, meine Fähigkeit zuzuhören zu entwickeln. In den Zeiten von organisatorischen Wechseln hatten viele Junge Erwachsene Fragen und Bedenken. Es war während einer solchen Zeit, dass ich meinen ersten

Traum von Swami hatte, wo ich Seinen Rollstuhl durch drei holprige Eingänge in ein Gebäude schob. Für mich reflektierten die Hubbel die größeren organisatorischen Veränderungen, die ich als Vorsitzender wahrnehmen würde. Aber die Botschaft war klar: Bewege dich weiterhin vorwärts! Ich lernte, dass effektive Führung nicht bedeutet, sofortige Antworten zu haben. Es bedeutet, Raum zu schaffen für Dialog und Verständnis. Diese Fähigkeit wurde sehr nützlich, als ich an meiner Arbeitsstelle befördert wurde, eine Position im Management erhielt und ein länderübergreifendes Team zu leiten hatte. Es half mir sehr, besonders während der Covid Pandemie, als das Zuhören über einen Bildschirm alles war, was wir hatten.

## SSSIO ist ein Entwicklungslaboratorium

Für mich ist die SSSIO, und ganz besonders das Programm der Jungen Erwachsenen wie ein Laboratorium. Ein „Ja“ führt zur nächsten Möglichkeit, wie Videoschnitt, graphisches Design, Tabla spielen, öffentliches Sprechen, IT, Bhajansingen, Studienkreise verstehen und das Arbeiten mit SSE-Kindern. Was mit einem Schritt ins Dienen begann, erweiterte sich in alle drei Zweige der Sai Organisation. Diese Erfahrungen hatten weitreichende Auswirkungen auf mein persönliches und berufliches Leben. Die Fähigkeiten, die auf diesem Weg so mit entwickelt worden waren, ließen sich nahtlos in jeden anderen Bereich übertragen. Später, als ich meinem Studium für einen MBA-Abschluss an der Wharton School der Universität von Pennsylvania nachging, stellte ich fest, dass ich viele der Fähigkeiten, die dort besonders betont wurden, bereits in den Jahren meiner Mitarbeit in der SSSIO entwickelt hatte.

Wenn ich über meine Reise nachdenke, so stehen Momente, wo sich der Kreis schließt, am meisten heraus. Zum Beispiel fand der Tanz, den ich als enttäuschter Schuljunge niemals aufführen konnte, Jahre später seine Erfüllung. Beim Welt-Jugend-Festival, im Jahre 2016 in

Prasanthi Nilayam, fand ich mich dort auf der Bühne wieder und moderierte eine Spielshow über das Leben von Swami. Was wie eine verpasste Möglichkeit erschienen war, war einfach ein Teil eines größeren, unsichtbaren Designs, das vom Göttlichen orchestriert wurde.

Was mir Swamis Mahasamadhi letzten Endes gegeben hat, war nicht nur eine Veränderung in meinem Verständnis, es war der Beginn einer Reise des Vertrauens und des Mutes.

## Ein Schritt zur Zeit

Das EHC-Projekt war mein erster Schritt ins Unbekannte - ein Immigrant, der kaum lokalen Smalltalk leiten konnte, saß gegenüber von jemandem, der zwanzig Jahre im Gefängnis verbracht hatte, und versuchte, ihm beizubringen, wie man einen Computer benutzt. Ich hatte keine Ahnung, was ich da tat. Doch ich machte den ersten Schritt und die Resultate folgten. Diese Resultate gaben mir das Vertrauen, den nächsten Schritt zu tun und den nächsten...

Auf diese Weise funktionierte es für mich. Jede mutige Handlung baute sich auf die vorherige auf: Im nationalen Team der Jungen Erwachsenen zu dienen, obwohl ich hier nicht aufgewachsen war und auch den lokalen Kontext nicht ganz verstand. Bei Wharton, wo ich den Mut hatte, bei sozialen Situationen voll präsent zu sein und auch den Mut hatte ‚Nein‘ zu sagen, trotz der Angst, etwas zu verpassen. Ich kündigte den komfortablen, gut bezahlten Job und eine Karriere von achtzehn Jahren, um mein eigenes Unternehmen zu gründen, denn Wachstum bedeutet manchmal, das Bekannte zu verlassen, um das Mögliche zu umarmen. Ich nahm an einem intensiven Führungstraining des Marine Corps in Quantico, als einer der ältesten Auszubildenden von 80 Teilnehmern, teil, krabbelte durch den Dreck, wurde angeschrien - denn ein Führer muss zuerst ein guter Diener sein - und Swami lehrte mich das lange, bevor es irgendein Ausbilder tat.

Keiner dieser Schritte wäre getan worden ohne den ersten.

Wovon ich einst dachte, dass es mir an Nähe fehlen würde, fand ich durch Liebe - nicht durch das Greifen nach etwas Äußerem, sondern durch das Erkennen von etwas im Innern. Diese Erkenntnis kam nicht durch Nachdenken. Sie kam durch Handeln. Ich nahm den ersten Schritt, dann den nächsten. Das Selbstvertrauen, das aus dem Handeln entsteht, ist nicht gewöhnlich. Es ist die langsame Erkenntnis, dass ich zu viel mehr fähig bin, als ich glaubte. Und das, so glaube ich, ist der Anfang davon, das Göttliche im Innern zu erkennen.

Herr Lakshman Mantha, USA

*Herr Lakshman Mantha war Schüler der Sri Sathya Sai Vidya Vihar Schule in Vishakhapatnam, Indien. Nachdem er in die USA übersiedelt war, dient er in der SSSIO, seit dem Jahr*

*2008, und schreibt Swami und dem Programm der Jungen Erwachsenen seine transformative Reise zu. Nach dem Abschluss des Sathya Sai International Youth Leadership Programms diente er als Koordinator für die Jungen Erwachsenen (YA) der Region 7 und später als Nationaler Koordinator der Jungen Erwachsenen der SSSIO in den USA. Er hat viele innovative Programme und Initiativen innerhalb der SSSIO geleitet.*

*Beruflich hat Lakshman einen MBA von der Wharton School an der Universität von Pennsylvania und einen MS in Computerwissenschaften. Er ist der Gründer einer KI-basierten Startup-Initiative im Dienst des gemeinnützigen Sektors. Als ein begeisterter Läufer hat er achtzehn Jahre in Folge am San Francisco Marathon teilgenommen und über hundert Laufanfänger betreut. Er dient als Präsident des Sri Sathya Sai Zentrums von Tri-Valley in Nordkalifornien.*



# *Warum sich fürchten, wenn Sai hier ist*



Obwohl inzwischen mehr als fünfundzwanzig Jahre vergangen sind, seit der Episode, die ich beschreiben werde, bin ich immer noch nicht in der Lage, die Größe von dem zu verstehen, was an dem Tag passiert ist. Ich kann die Sequenzen dieses Geschehens klar erzählen und ich kann mich an jeden Augenblick lebhaft erinnern, aber die unsichtbare Gnade, die mich geführt und beschützt hat, bleibt weiterhin jenseits meines intellektuellen Verstehens. Vielleicht soll sie auch gar nicht verstanden, sondern nur erfahren, erinnert und wertgeschätzt werden.

### **Ein Tag, der wie jeder andere begann...**

Es war der 23. November des Jahres 2000, Bhagawans Geburtstag. Zu der Zeit arbeitete ich in Nigeria als Finanzcontroller für ein Unternehmen zur Herstellung von Polyesterstapelfasern. Unser Zuhause befand sich auf dem Campus des Unternehmens in Ikorodu, einem Vorort von Lagos. Das Leben war geordnet, strukturiert und vorhersehbar. Meine Verpflichtungen waren anspruchsvoll, aber vertraut, und meine

Tage folgten einer Routine, die sich in einen bestimmten Rhythmus eingependelt hatte.

Meine Frau, Girija, war eine Oberlehrerin für Mathematik an der Indian Language School in Lagos, die mit ihrem Curriculum dem Central Board of Secondary Education (CBSE) in Indien angeschlossen war. Ihr Tag begann viel früher als meiner. Der Schulbus kam um 5:30 Uhr und beförderte sowohl Lehrer als auch Kinder, damit sie die Schule gut vor der morgendlichen Hauptverkehrszeit erreichen konnten. Trotz der frühen Zeit und ihren Verpflichtungen im Beruf trug Girija eine stille Hingabe in sich, die sich auf einfache und doch tief empfundene Weise ausdrückte.

An diesem besonderen Morgen bereitete sie einen kleinen Kuchen zu, so wie sie es in den vorangegangenen Jahren getan hatte, stellte ihn vor Swamis Foto und flüsterte leise: „Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag, Swami!“

An diesem Punkt meines Lebens, das muss ich zugestehen, war ich Swami nicht tief ergeben oder zugetan. Ich war in einer traditionellen tamilischen Familie aufgewachsen, wo Verehrung

des Göttlichen Teil der Kultur ist, doch meine eigene Verbindung zu Swami war noch nicht zu persönlicher Überzeugung herangereift. Ich respektierte Girijas Hingabe und stellte sie niemals in Frage, doch ich blieb, in vieler Hinsicht, ein entfernter Beobachter.

Der Rest des Morgens verlief wie immer. Girija bereitete das Frühstück und das Mittagessen zu, bevor sie zur Schule fuhr. Da unsere Residenz sich auf dem Bürocampus befand, kehrte ich während meiner Mittagspause immer nach Hause zurück, wärmte das Mittag-Essen auf, das sie vorbereitet hatte, und ging dann zurück zur Arbeit. Da war nichts Ungewöhnliches, keine Vorahnung und auch nichts, dass darauf schließen ließ, dass dieser Tag einen Wendepunkt in meinem Leben markieren würde.

## Eine unsanft unterbrochene Reise

An diesem Nachmittag hatte ich ein planmäßiges Treffen mit einem leitenden Mitarbeiter einer Bank, die sich auf Victoria Island befand, was ungefähr 30 - 35 Kilometer von unserem Büro entfernt war. Nachdem ich meinen Geschäftsführer informiert hatte, fuhr ich so gegen 14:00 Uhr in dem vom Unternehmen gestellten Auto, einem blauen Daewoo Cielo, in Begleitung meines Fahrers los.

Anfangs war unsere Reise unspektakulär, doch nach ein paar Meilen sahen wir etwas, das sowohl seltsam wie auch beunruhigend war. Mehrere Fahrzeuge vor uns hatten angehalten, die Menschen verließen ihre Autos und rannten in die nahegelegenen Felder. Die Plötzlichkeit ihrer Handlung und das Fehlen irgendeiner Erklärung dafür, erschuf eine Atmosphäre der Verwirrung.

Ich fragte meinen Fahrer, ob er wissen würde, was da vor sich ginge, aber er wusste es nicht. Angesichts der gelegentlichen Berichte über Unruhen in bestimmten Gebieten empfand ich, dass es klug wäre, nicht weiterzufahren. Sofort wies ich ihn an, das Auto zu wenden und zurück in Richtung unseres Büros zu fahren.

Als wir wendeten, raste ein weißer Mercedes Benz mit hoher Geschwindigkeit an uns vorbei, dabei nur knapp einen Zusammenstoß mit unserem Fahrzeug vermeidend. Fast sofort folgte knapp dahinter ein weiteres Auto. Bevor wir verstehen konnten, was gerade geschah, sahen wir, wie die Insassen des zweiten Autos sich aus den Fenstern lehnten und Schusswaffen hielten. Was folgte, entfaltete sich mit beängstigender Geschwindigkeit.

## Momente von extremer Gefahr

Der Mann in dem Auto hinter uns eröffnete das Feuer. Der Abstand zwischen unseren Fahrzeugen war nur ca. sechs bis neun Meter. Der Klang von Gewehrfeuer zerstörte die Stille und Ruhe des Nachmittags. Kugeln trafen unser Auto in schneller Folge, zerbrachen die Fenster und durchdrangen den Metallrahmen. Die Plötzlichkeit und Intensität des Angriffs ließ uns keine Zeit für bewusste Gedanken.

Instinktiv kauerte ich mich zusammen und ließ mich zwischen Vorder- und Hintersitze sinken, auf meiner Suche nach irgendeiner verfügbaren Deckung. Mein Fahrer reagierte umgehend und versuchte, das Auto zurückzusetzen und es aus der Schusslinie wegzubewegen. Für einen kurzen Moment reagierte das Auto, doch dann kam es zu einem abrupten Halt. Er versuchte wiederholt, die Maschine neu zu starten, doch sie startete nicht. Selbst der Entführerschutz-Mechanismus des Fahrzeugs ließ sich nicht aktivieren.

Innerhalb von Sekunden umzingelten bewaffnete Männer unser Auto.

Einer von ihnen kam zur Fahrerseite und sprach zu ihm in Yoruba (der örtlichen Sprache). Später sagte der Fahrer, dass sie gefordert hatten, zu erfahren, ob wir Bargeld bei uns hätten und drohte, uns zu ermorden, wenn wir ihre Forderungen nicht erfüllen würden. Der Fahrer, sichtlich erschüttert, stieg aus dem Auto. Die Angreifer versuchten selbst, das Auto zu starten, doch ihre Versuche waren erfolglos.

Ein anderer Mann, der ein Gewehr trug, kam auf meine Seite und öffnete die Tür. Mit einer entschlossenen Geste wies er mich an, auszusteigen. Ich tat es, widerstandslos. Er durchsuchte meine Taschen und nahm das Geld, das ich bei mir hatte und auch meine Armbanduhr. Sie warfen die Akten, die ich für das Treffen mitgenommen hatte, ohne einen zweiten Gedanken auf die Straße.

Was mir am lebhaftesten und besonders auffallend im Gedächtnis verblieben ist, das ist nicht die Gewalt in der Situation, sondern der Geisteszustand, in dem ich mich befand.

## Eine unerklärliche Ruhe

In einer Situation, die normalerweise intensive Angst hervorrufen würde, empfand ich keine.

Da war keine Spur von Panik, kein Zittern, kein verzweifelter Versuch sich zu widersetzen oder zu fliehen. Stattdessen war da eine Ruhe, die ich nur als tief und vollständig beschreiben kann. Es war nicht irgendetwas, was ich in mir kreierte hatte, noch war es das Ergebnis einer bewussten Anstrengung. Sie existierte einfach, beständig und unerschütterlich, selbst dann noch, als die Situation um mich herum brisant blieb.

Zu einer bestimmten Zeit sagte ich zu ihnen, dass, wenn sie Geld wollten, ich es herausnehmen und Ihnen geben könnte. Die Worte kamen natürlich, ohne Angst oder Zögern. Dennoch, sie antworteten nicht. Nachdem sie genommen hatten, was sie wollten, verließen sie die Szene genau so abrupt, wenn sie gekommen waren.

Während des ganzen Vorfalls war niemand anders auf diesem Straßenabschnitt zugegen. Und doch wurden weder mein Fahrer noch ich körperlich verletzt.

## Der verborgene Schutz

Nachdem die Angreifer uns verlassen hatten, kamen nach und nach Menschen aus dem uns umgebenden Gelände. Innerhalb von Minuten versammelte sich eine Menschenmenge um uns

herum. Der Geruch von Schießpulver war noch in der Luft und in meinen Ohren klingelte es immer noch von dem intensiven Geschützfeuer. Die Menschen hatten das Gefühl, dass Gott mich beschützt hatte und ich wurde eingeladen, in ihre Kirche zu kommen, um dem Göttlichen gegenüber meine Dankbarkeit auszudrücken.

Später, als das Auto zurückgebracht und untersucht wurde, stellte man fest, dass es neunzehn sichtbare Einschusslöcher hatte. Jedes einzelne davon hätte zu einem sehr schwerwiegenden Ausgang führen können.

Bei näherer Inspektion wurde festgestellt, dass eine der Kugeln ein Loch in die Benzinleitung des Fahrzeugs gerissen hatte. Dies war die Ursache, warum das Auto stehen geblieben war und auch nicht neu gestartet werden konnte. Zu der Zeit schien es ein kritisches Versagen gewesen zu sein, dass uns verwundbar zurückgelassen hatte. Beim Zurückschauen wurde klar, dass genau dieses Versagen die Angreifer davon abgehalten hatte, das Auto mitzunehmen.

Wenn das Auto benutzbar geblieben wäre, hätte die Situation zu etwas weitaus Ernsterem eskalieren können, möglicherweise sogar zu einem Kidnapping. Was in dem Augenblick ein Unglück zu sein schien, erwies sich später als ein versteckter Segen.

## Eine subtile Transformation

Ich kam nach Hause. Girija war zutiefst bestürzt aufgrund der Ereignisse. Sie hatte zuvor das beschädigte Unternehmensauto gesehen und konnte keine klare Erklärung dafür von dem Fahrer erhalten, der immer noch unter Schock stand.

Als ich ihr den Vorfall erzählte, konnte ich wahrnehmen, dass sich etwas in meinem Innern verändert hatte. Es war keine dramatische Transformation, noch wurde sie von irgendeiner äußeren Erklärung begleitet. Es war eine stille, innere Veränderung, die Erkenntnis, dass es eine Dimension des Lebens gab, die ich zuvor nicht anerkannt hatte. Auf ihren Vorschlag hin

beschlossen wir, während unseres nächsten Besuches von Indien nach Puttapparthi zu fahren, um Bhagawan zu besuchen.

Wenn ich zurückschaue, erkenne ich, dass Swami uns durch gelebte Erfahrungen führt, durch Augenblicke, die einen unauslöschlichen Eindruck im Herzen hinterlassen.

## Ein allgegenwärtiger, flüchtiger Blick

Da gab es noch einen weiteren Aspekt dieses Vorfalles, der mein Verständnis vertiefte.

Genau zu der Zeit, als sich dieses Geschehen in Lagos entfaltete, war mein Schwager, Herr Krishna Srinivasan, in Prasanthi Nilayam. Er erzählte mir später, dass etwa um 18:30 Uhr indischer Zeit Swami ihn eine lange Zeit aufmerksam angeschaut hatte. Als wir später die Zeiten verglichen, erkannten wir, dass sie perfekt übereinstimmten. Der Vorfall in Lagos geschah um 14:00 Uhr herum, was 18:30 Uhr in Indien ist.

Die beiden Geschehnisse, erfahren an verschiedenen Orten, in verschiedenen Zeitzonen, doch zur selben Zeit, schienen miteinander verbunden zu sein und machten einen bleibenden Eindruck auf mich. Sie suggerierten Allgegenwart, die physische Grenzen transzendierte.

## Antworten, die ungefragt kamen

Im Jahre 2002 hatte ich die Gelegenheit, Puttapparthi zu besuchen. Für jemand, der neu in der Ashram-Umgebung war, fühlte sich alles so anders an. Die Disziplin, die Ruhe und die kollektive Hingabe der Menschen schufen eine Atmosphäre, die beides war, ungewohnt und tief bewegend.

Während des Darshans (heiliger Anblick des Göttlichen) stand Swami dort und sah hinüber zu unserer Seite, nur ein paar Reihen entfernt. Seine Präsenz war strahlend und Sein Blick schien die Oberfläche zu durchdringen. Ich bemerkte, dass die Person, die neben mir saß, weinte, die Hände zur Verehrung gefaltet. Zu der Zeit konnte ich den Grund für seine Emotionen nicht ganz verstehen. Allmählich erkannte

ich, dass solche Reaktionen durch eine innere Verbindung, jenseits aller Worte, entstehen.

Girija machte an dem Tag eine Erfahrung, die einen bleibenden Eindruck auf uns beide bewirkte. Sie hatte einige Fragen im Kopf, suchte nach Führung, drückte sie aber niemals direkt aus.

Nach dem Darshan sprach Girija eine Frau an, die gerade ein Interview mit Swami gehabt hatte und fragte sie, ob sie gewillt sei, mitzuteilen, was sich ereignet hätte. Die Frau war einverstanden und erzählte ihr während des Gespräches, dass Swami sie angewiesen hatte, nicht um kleine, materielle Dinge zu bitten, wie z.B. um ein Haus, sondern stattdessen Ihn zu suchen - und Er würde Sich vollständig schenken. Sie sagte zudem, dass Swami erklärt hatte, Er würde durch Seinen Willen in Träumen erscheinen, wenn Devotees Ihn wirklich bräuchten.

Diese Aussagen waren die exakten Antworten auf die Fragen, die Girija gehabt hatte. Es hatte keine direkte Interaktion gegeben, keine ausgedrückte Frage, und dennoch hatte sie die Antworten erhalten, mit bemerkenswerter Klarheit und Präzision.

## Gnade im täglichen Leben

Eine andere Begebenheit im selben Jahr 2002 stärkte unseren wachsenden Glauben. Während eines Besuches in Chennai, für eine Hochzeit in der Familie, verlor ich eine Tasche in einer Autoriksha, in der sich ein beträchtlicher Geldbetrag befand, Fremdwährung eingeschlossen. Zu der Zeit gab es noch keine Handys und ich hatte mir die Kennzeichnummer des Fahrzeugs nicht aufgeschrieben. Meine Versuche, das Fahrzeug zu finden, erwiesen sich als erfolglos und selbst die Polizei konnte mir nicht helfen. Wir beteten, denn es gab nichts, was wir sonst tun konnten.

Nach einer erweiterten Suche, die zu keinen Resultaten führte, erhielt ich einen Telefonanruf von einem Freund, Herrn Venkatesh. Der Riksha-Fahrer hatte die Tasche gefunden und es

geschafft, Venkatesh zu kontaktieren. Durch eine Verkettung von Vorkommnissen, die unglaublich zu sein schienen, aber perfekt orchestriert, machte ich mich auf den Weg, um den Riksha-Fahrer zu treffen, und er gab mir die Tasche zurück.

Der Riksha-Fahrer hatte die Tasche gefunden, konnte aber nicht lesen. Daher bat er einen Passagier um Hilfe. Als der Passagier mein digitales Tagebuch öffnete, erschienen die letzte Telefonnummer und die Adresse dazu, die zu Venkatesh gehörten! Diese eine Verbindung ermöglichte es, mich zu erreichen.

Solche Geschehnisse mögen, einzeln betrachtet, zufällig erscheinen. Jedoch, wenn man sie im Kontext eines größeren Musters anschaut, offenbaren sie einen durchgehenden Faden göttlichen Schutzes.

## Sai Abhayahasta (Segen der Furchtlosigkeit)

Wenn ich über diese Erfahrungen reflektiere, erkenne ich ein Muster, das ich zu der Zeit nicht sehen konnte. Da war ein Schutz in Augenblicken von Gefahr, Führung in Zeiten der Unsicherheit, und Hilfe, wenn andere Wege scheinbar verschlossen waren.

An dem Tag in Nigeria, als Kugeln mich umgaben, und die immanente Bedrohung, mein Leben zu verlieren, sehr real war, erfuhr ich einen Zustand von völliger Furchtlosigkeit. Diese Furchtlosigkeit kam nicht aus meiner eigenen Stärke oder durch Mut. Sie war das Resultat von Sais Abhayahasta (beschützende Hand), die ich nicht sehen, aber unverkennbar fühlen konnte.

Heute versuche ich nicht mehr, diese Geschehnisse zu analysieren oder zu erklären. Ich akzeptiere sie dankbar und halte mich weiterhin an der stillen, aber kraftvollen Zusicherung fest: Warum sich fürchten, wenn Sai hier ist.

Jai Sai Ram

Sri M. Vidya Shankeran, Indien

*Sri M. Vidya Shankeran lebt in Indien und ist Mitglied des ‚Institute of Chartered Accountants of India‘. Er hat in Asien und Afrika in vielen verschiedenen Branchen gearbeitet und ist Besitzer einer Firma, die Dienste in den Bereichen finanzielle und operationelle Strategien anbietet. Sri Shankeran ist ein frommer Anhänger von Swami und ist beteiligt am Management des ‚Sai Premanjali Charitable Trust‘, der Gesundheitsvorsorge, Kleidung und Schulbedarf für Kinder der ländlichen, bedürftigen Bevölkerung in und um die Stadt Madurai, Indien, bereitstellt.*



## HUMANITÄRER DIENST

# Liebe in Aktion

### AUSTRALIEN



#### Clean-Up Australia Day 2026

Am 1. März 2026 nahmen SSSIO-Mitglieder aus Victoria und New South Wales am Clean-Up Australia Day (Tag der Reinigung Australiens) teil und verkörperten dabei den Geist selbstlosen Dienens und gelebter Spiritualität. In New South Wales versammelten sich etwa 45 Teilnehmer im Blaxland Riverside Park, der sich im Sydney Olympic Park befindet, sowie im North Rocks Park in Carlingford. Diese Freiwilligen, darunter Junge Erwachsene und Kinder aus dem Sai Spiritual Education (SSE)-Programm, sammelten Müll ein, darunter Plastik, Glas, Papier und allgemeine Abfälle. Anschließend genossen die Teilnehmer Basketball, Cricket und Schinken sowie einen Morgentee.

In Victoria haben zehn Freiwillige den Picknickplatz „Bellbird“ im Yarra Bend Park aufgeräumt und dabei Müll gesammelt, der von Plastikverpackungen bis hin zu zurückgelassenen Autoteilen reichte. Der Tag endete mit der Erinnerung daran, dass Dienst an der Natur Dienst am Göttlichen ist und dass selbst einfache Aufräumaktionen heilig werden, wenn sie mit Liebe getan werden.

### BRASILIEN



#### Gesundheitserziehung an der Sathya Sai Schule

Am 18. April 2026 öffnete die Sathya Sai Schule in Vila Isabel in Rio de Janeiro ihre Türen für ein medizinisches Camp, bei dem professionelles Fachwissen in den Dienst der Kinder und ihrer Familien gestellt wurde. Dreizehn Mitglieder der SSSIO Brasilien, darunter sechs Fachkräfte aus den Bereichen Ernährung, Psychologie, Zahnmedizin, Pädiatrie und Sozialarbeit, sowie drei ehrenamtliche Helfer, die keine Mitglieder sind, betreuten 31 Schüler sowie 29 Eltern und Erziehungsberechtigte.

Ergänzt wurden die Beratungsgespräche durch einen Gesprächskreis, in dem sich Eltern versammelten, um Themen wie gesunde Ernährung, Schlaf und dessen Auswirkungen auf das Lernen zu erörtern und praktische Ratschläge für den Familienalltag zu erhalten; so entstand ein Raum für aufrichtiges Zuhören und den Austausch von Erfahrungen. Diese Initiative, die vom Koordinator der Region Südost II und der Sai-Gruppe Junger Erwachsener von Vila Isabel mit Unterstützung der Sai-Stiftung Brasilien organisiert wurde, entsprach Swamis Vision eines ganzheitlichen, liebevollen Dienstes, dem das körperliche, emotionale und spirituelle Wohlbefinden jedes Einzelnen ein Anliegen ist.

## RUSSLAND



### Nahrungsmittelhilfe für Bedürftige in ganz Russland

Im März 2026 kamen 177 Mitglieder aus 32 SSSIO-Zentren in sieben Regionen Russlands sowie 22 Menschen aus der Öffentlichkeit zusammen, um den Bedürftigen in ihren Gemeinden zu helfen. Die Freiwilligen bereiteten eine Vielzahl nahrhafter Mahlzeiten zu, darunter Brei, Schnitzel, Gebäck und Kräutertees, und verteilten dabei über 500 Portionen. Darüber hinaus wurden 57 Pakete mit Lebensmitteln und lebensnotwendigen Gütern an kranke Menschen, kinderreiche Familien und Bedürftige in Tempeln geliefert. Auch Kleidung, Schuhe und Tierfutter wurden mit Liebe und Mitgefühl gespendet.

Allein in der Wolga-Ural-Region wurden 188 warme Mahlzeiten und 14 Lebensmittelpakete an Bedürftige in Tempeln, Parks und auf den Straßen verteilt. Dieser Dienst, der wöchentlich in fast allen Regionen stattfand, wurde in einer Atmosphäre der Harmonie, der Einheit und der Freude angeboten. Vor jedem Dienst beteten die Anhänger zu Swami und dankten Ihm für Seine Gnade.

## THAILAND



### Als das Nötigste zu Geschenken der Liebe wurde

Mitglieder von SSSIO Thailand brachten am 14. März 2026 mit Herzen voller Liebe und Hingabe Hilfsgüter in eine betreute Gemeinschaft in Bangkok und versorgten dort 70 Familien. Als die Freiwilligen eintrafen, wurden sie von den Bewohnern – ob jung oder alt – freudig begrüßt, die ihnen beim Ausladen der Hilfsgüter halfen. Der Gottesdienst begann mit dem Singen von drei OM, dem Gayatri-Mantra und dem Tischgebet, was die Atmosphäre mit Hingabe und einem Gefühl der Einheit erfüllte. Jede Familie nahm ihr Paket dankbar entgegen und sagte „Sairam“, als sie die Geschenke entgegennahm. Essenzielle Lebensmittel wie Reis, Speiseöl, Sojasauce, Säuglingsmilchpulver, Seife und Mückenschutzmittel wurden an jeden Haushalt verteilt und deckten so deren täglichen Bedarf. Swamis reine Liebe floss durch jeden Freiwilligen in die Herzen aller Empfänger und nährte die Gemeinschaft nicht nur körperlich, sondern auch geistig.



Weitere Berichte über den liebevollen Dienst von Freiwilligen aus aller Welt findet ihr auf der Website von Sri Sathya Sai Universe: <https://saiuniverse.sathyasai.org>

# Auslieferung & Befreiung



ALS ICH DAS ERSTE MAL EIN SATHYA-SAI-ZENTRUM BESUCHTE, WAR ICH 18 JAHRE ALT. Ein Freund hatte mich eingeladen, an einem Jugendkurs teilzunehmen. Ich ging ein paar Mal hin, hörte zu, was gesagt wurde, beobachtete alles und kehrte dann still und leise in meinen Alltag zurück. In diesem Alter ist man neugierig, aber nicht immer bereit. Ich glaube nicht, dass ich damals verstanden habe, was göttliche Gnade ist und wie geduldig sie auf uns wartet.

Meine wahre Beziehung zu Swami begann erst, nachdem ich in eine Sai-Familie eingehiratet hatte. Meine Schwiegermutter sprach oft von Ihm. Was mich bewegte, waren nicht nur die Geschichten, die sie erzählte, sondern die Hingabe, die auf ihrem Gesicht leuchtete, wann immer sie Seinen Namen aussprach. In ihrem Ausdruck lag Zärtlichkeit, Gewissheit und Freude. Man kann einer solchen Liebe nicht beiwohnen, ohne davon berührt zu werden. Langsam wurde ich neugierig. Ich begann, regelmäßiger Bhajans zu besuchen, und war ein paar Mal in

Puttaparthi. Ohne dass ich es merkte, hatte sich eine Verbindung entwickelt.

**Das Kind, von dem mir gesagt wurde, ich würde es verlieren.**

Im Laufe der Jahre habe ich Swami nicht mehr als eine ferne spirituelle Gestalt in meinem Leben gesehen. Er ist mein engster Begleiter, mein Wegweiser, mein Beschützer und, ganz einfach gesagt, mein bester Freund. Ich spreche mit Ihm, wie ich es mit jemandem tun würde, der mich durch und durch kennt. Ich beschwere mich, ich bete, ich stelle Fragen, ich lache und manchmal schimpfe ich sogar mit Ihm. Doch immer wieder antwortet Er mir, wenn auch nicht immer mit Worten.

Eine meiner frühesten und unvergesslichsten Erfahrungen machte ich im Jahr 2000, als ich mit meinem zweiten Kind schwanger war. Ich war etwa in der achten Schwangerschaftswoche, als der Arzt meine Blutwerte durchging und mir ganz klar sagte, dass ich höchstwahrscheinlich eine Fehlgeburt haben würde. Mein HCG-Wert lag bei etwa 4000 und sei zu niedrig, sagte er. Im Idealfall sollte er über 32000 liegen. Ich war am Boden zerstört, und da es mein zweites Kind war, war der Schmerz besonders groß. Aber nachdem der erste Schock vorbei war, sagte ich mir: „Wenn es Swamis Wille ist, dann muss ich es akzeptieren.“ Trotzdem holte ich eine zweite Meinung ein, und der zweite Arzt sagte genau dasselbe.

**Warum Angst haben, wenn Sai da ist?**

Es war kurz vor Swamis Geburtstag. Ich erinnere mich, wie ich während der Bhajans im Sai-Zentrum in Hongkong ganz vorne saß und still betete. Ich sagte zu Ihm: „Ich versuche, das zu akzeptieren, aber ich habe Angst. Wenn diese

Schwangerschaft nicht weitergehen soll, dann lass bitte alles reibungslos verlaufen. Bitte pass auf mich auf.“ An diesem Tag wurde ich unerwartet ausgewählt, während des Geburtstagsfestes Arati darzubringen. Für viele mag das unbedeutend erscheinen, aber für mich war es Seine Bestätigung. Es war, als würde Er sagen: „Mach dir keine Sorgen.“

Eine Woche später ging ich wieder zum Arzt, in der Erwartung, mich wegen der Gefahr einer Fehlgeburt einem medizinisch empfohlenen Eingriff unterziehen zu müssen. Stattdessen wurde mir erneut Blut abgenommen, und die Ergebnisse der zweiten Blutuntersuchung wurden mir mitgeteilt. Mein HCG-Wert war von 4000 auf 40000 gestiegen. Der Arzt starrte ungläubig auf den Befund. Er sagte: „Das ist unmöglich. Das kann nicht dieselbe Person sein.“ Er führte eine Ultraschalluntersuchung durch und schüttelte dann nur den Kopf. Schließlich sagte er: „Vielleicht hat das Labor Ihre Blutproben mit denen einer anderen Patientin verwechselt.“ Aber ich wusste es besser. Die Schwangerschaft verlief weiterhin normal. Meinem Kind ging es gut.

In dieser Nacht hatte ich einen Traum, der sich von einem gewöhnlichen Traum unterschied. Es fühlte sich eher wie eine Vision an. Ich saß in Puttaparthi in der ersten Reihe, schwer von meiner Schwangerschaft. Swami kam zu mir und sagte mit großer Deutlichkeit: „Vergiss nicht, Ich habe dir dieses Kind geschenkt.“ Diese Worte blieben mir im Gedächtnis, tief in mein Herz eingegraben. Jahre später, als ich eine Fehlgeburt erlitt, noch bevor meine dritte Schwangerschaft richtig begonnen hatte, verstand ich diese Worte noch viel tiefer. Manche Kinder kommen für eine gewisse Zeit zu uns, manche für ein ganzes Leben, und manche als Gnade an sich. Dieses zweite Kind war Sein Geschenk.

## Swami vergisst nie.

Viele Jahre später erinnerte Er mich erneut daran, dass das Göttliche nicht vergisst.

Als meine älteste Tochter kurz davor stand, zur Universität zu gehen, äußerte sie den starken Wunsch, vor ihrer Abreise Swamis Darshan zu erhalten. Wir konnten sie 2016 zu Seinem Darshan mitnehmen. Zwei Jahre später fügten sich die Umstände perfekt zusammen, und auch mein zweites Kind erhielt denselben Segen, bevor es an die Universität ging. Wir waren zufällig nur wenige Monate vor ihrer Abreise wegen einer Hochzeit in Whitefield, aber ich sah Seine stille Hand darin, dass dies möglich wurde.

Dann war mein Sohn an der Reihe. Er ist 17, und letztes Jahr, im Jahr 2025, begann ich mir zu überlegen: „Wie soll das gehen? Auch er sollte diesen Segen erhalten, bevor er an die Universität geht, aber wir fahren mittlerweile nur noch selten nach Puttaparthi.“ Ich schaute auf Swamis Bild und sagte halb im Scherz: „Vielleicht hast Du ihn vergessen. Macht nichts – ich werde selbst etwas planen.“

Ein paar Monate später rief eine Freundin unerwartet an. Die Hochzeit ihrer Tochter würde im August stattfinden, und sie bestand darauf, dass wir als Familie kommen sollten, um mitzufeiern. Die Termine passten erstaunlich gut – kurz bevor mein Sohn in den Vereinigten Staaten zur Schule kommen sollte. Ich schaute mir Swamis Foto noch einmal an und lächelte. „Du hast es nicht vergessen“, sagte ich. „Selbst sieben Jahre später hatte Er sich daran erinnert, was für das Herz einer Mutter wichtig war.“

## Sais sofortige Antworten

Es gab auch Momente, in denen Er mir fast sofort antwortete. Im Januar 2025 stand ich vor einer großen Herausforderung. Ich stand zu Hause in Hongkong vor Seinem Bild und betete: „Ich weiß, dass Du da bist. Warum zweifle ich dann? Ich weiß, dass Du dich um alles kümmerst, aber ich bin besorgt. Bitte gib mir ein wenig Vibhūti als Zeichen von Dir.“

Innerhalb von zwei Stunden rief mich eine Freundin an, mit der ich nicht regelmäßig spreche. Sie erzählte mir, dass das Vibhūti, das sich

auf Swamis Foto manifestiert hatte, zusammen mit Kurkuma und anderen gesegneten Gegenständen von Sai-Devotees aus London in Hongkong angekommen sei. Sie hatte sechs Päckchen Vibhūti und ging zu Swamis Altar, um zu fragen, wem sie diese geben solle. Immer wieder kam ihr mein Name in den Sinn! Also rief sie mich an. Welche Erklärung gibt es für solche Dinge? Für mich gibt es nur eine: Das Göttliche antwortet dem Devotee immer, wenn er aus dem Herzen heraus ruft.

## Dienst kann überall und jederzeit geleistet werden

Eine weitere schöne Lektion ergab sich während unseres 25. Hochzeitstages in Florenz, Italien. An besonderen Anlässen beginnen mein Mann und ich den Tag normalerweise damit, Essen und andere lebensnotwendige Dinge an Bedürftige zu verteilen. An jenem Morgen sagte ich zu Swami: „Ich fühle mich hier unvollständig. Wie kann ich in Florenz Seva leisten?“ Später betraten wir einen kleinen Laden, weil mein Mann etwas kaufen wollte. Als es zur Kasse ging, öffnete ich mein Portemonnaie, in dem sich auch ein Foto von Swami befand. Der italienische Ladenbesitzer zeigte sofort darauf und sagte: „Sathya Sai Baba.“ Ich war verblüfft. Er erklärte, dass seine Frau an Swami glaube, obwohl sie noch nie in Indien gewesen sei. Ich gab ihm etwas Vibhūti, das ich dabei hatte, und er war überglücklich. Da wurde mir klar, dass Seva nicht immer großartig oder geplant ist. Wenn man aufrichtig dienen möchte, sorgt Er für die Gelegenheit.

Vielleicht war eine der größten Segnungen in meinem Leben die Gelegenheit, mich für die Flüchtlinge in Hongkong einzusetzen. Hier gibt es eine große Flüchtlingsgemeinschaft, die mit vielen Schwierigkeiten zu kämpfen hat. Vor einigen Jahren haben wir angefangen, kleine Schritte zu unternehmen – wöchentliche Lebensmittelausgaben für Familien, Hilfe für Flüchtlingsfrauen beim Geldverdienen durch selbstgekochte Mahlzeiten, die auf Schulfesten

verkauft werden, Yogakurse und eine Hausaufgaben-Hotline für Kinder, die Unterstützung bei den Schulaufgaben, bei Vorstellungsgesprächen oder einfach nur Ermutigung brauchen. Während der COVID-Pandemie haben wir groß angelegte Lebensmittelsammelaktionen und -lieferungen organisiert.

Oft denken die Leute, Seva bedeute, anderen zu helfen. Aber ich habe festgestellt, dass auch das Gegenteil zutrifft: Seva heilt denjenigen, der dient. Ich habe junge Menschen gesehen, die Essen verteilt haben und dann wie verwandelt zurückkamen. Sie erzählten mir, dass das Glück, das sie empfanden, mit keinem gewöhnlichen Vergnügen zu vergleichen war. Diese Freude ist Swamis Gegenwart. Wenn wir einem anderen Menschen aufrichtig dienen, wird etwas in uns leichter, reiner und freier.

## Vier Lektionen für das Leben von Swami

Wenn ich auf diese Erfahrungen zurückblicke, frage ich mich oft, was Swami mir wirklich beigebracht hat.

1. Erstens, dass Er immer da ist. Das Leben bringt Hindernisse, Verluste, Verwirrung, Freude, Feierlichkeiten und Unsicherheit mit sich. Glaube bedeutet nicht, dass das Leben einfach wird. Es bedeutet, dass man niemals allein unterwegs ist.
2. Zweitens müssen Liebe und Verlangen gereinigt werden. Ich habe einmal über die Lehre aus der Gītā nachgedacht: Wenn wir uns ganz auf das Göttliche konzentrieren und unser Vertrauen darauf setzen, fügt sich alles andere von selbst. Je mehr wir an weltlichen Begierden festhalten, desto unruhiger werden wir. Je mehr wir uns nur nach Ihm sehnen, desto friedlicher wird das Leben.
3. Drittens: Diese Beziehung zu Gott ist das Wichtigste. Oft fragen mich Leute, was sie in spiritueller Hinsicht tun sollen. Meine Antwort ist einfach: Bau eine Beziehung zu Ihm

auf. Sprich mit Ihm. Beziehe Ihn mit ein. Verlass dich auf Ihn. Vertraue Ihm. Freundschaft wächst durch Erinnerung und Verbundenheit.

4. Und schließlich: Fang mit kleinen guten Taten an. Swami hat Spiritualität praktisch gemacht: Liebe alle, diene allen. Meine Töchter leben jetzt in den Vereinigten Staaten, und ich sage ihnen immer, dass sie auch dann dienen können, wenn sie nicht an Bhajans oder Studienkreisen teilnehmen können. Wenn sie einen Obdachlosen sehen, sollen sie ihm eine Tasse Kaffee kaufen. Fragen, was gebraucht wird. Freundlichkeit zeigen. Keine Tat ist zu klein, wenn sie mit Liebe getan wird.

Wenn ich meine Reise in einem Satz zusammenfassen müsste, würde er so lauten: Halte dich an Ihm so fest, wie du nur kannst.

Ich kam als neugieriges 18-jähriges Mädchen ins Sai Zentrum. Heute bin ich eine Frau, die genug vom Leben gesehen hat, um zu wissen, was

echt ist. Freundschaften in der Welt können sich ändern. Die Umstände können sich ändern. Kinder werden erwachsen und ziehen von zu Hause aus. Gesundheit, Pläne und sogenannte Gewissheiten kommen und gehen. Aber es gibt einen Freund, der mich nie im Stich gelassen hat, mich nie vergessen hat, nie zu spät gekommen ist und mich nie weniger geliebt hat.

Swami ist mein bester und liebster Freund. Er ist mein ewiger Gefährte.

Anushka Nainani, Hongkong

*Frau Anushka Nainani ist in Hongkong geboren und aufgewachsen, wo sie auch heute noch mit ihrem Mann lebt. Sie ist Mitglied der SSSIO Hongkong. Ihre drei Kinder – zwei Töchter und ein Sohn – leben in den Vereinigten Staaten. Sie engagiert sich sehr für Bildung und leitet ein Nachhilfezentrum, in dem sie mit Schülern verschiedener Altersgruppen arbeitet und ihnen hilft, Selbstvertrauen aufzubauen und stetige schulische Fortschritte zu erzielen.*



## VON DEN INTERNATIONALEN SAI JUNGEN ERWACHSENEN

# *Sais ideale Junge Erwachsene*

### Nachmittags-Tee mit den Senioren



Am 22. März 2026 luden Mitglieder der Sai-Gruppen in Auckland, Neuseeland, 30 ältere Sai-Devotees zu einem herzlichen und gemütlichen Nachmittagstee im Fickling Center im Three Kings Reserve ein.

Vierzehn Junge Erwachsene brachten ihre Begeisterung und Energie ein, um allen Teilnehmern ein ansprechendes und bedeutungsvolles Erlebnis zu bereiten. Die Damengruppe bereitete liebevoll einen köstlichen Nachmittagstee zu und gestaltete den Rahmen wunderschön, was dem Anlass eine besondere Note von Herzlichkeit verlieh. Die Gruppe des Dienens richtete den Veranstaltungsort her und bediente die Senioren mit Respekt und Hingabe.

Der Nachmittag umfasste drei unterhaltsame Programmpunkte, die ganz auf das Wohlbefinden und die Interessen der Senioren zugeschnitten waren. Der Tag begann mit einer sanften Pilates-Einheit, die von einem Mitarbeiter des Zentrums etwa zwanzig Minuten lang in einem langsamen und achtsamen Tempo geleitet wurde. Danach folgte ein lebhaftes Bingo-Spiel, das für viel Gelächter und Freude sorgte, wobei die Gewinner ihre Preise freudig entgegennahmen. Zum Abschluss des Nachmittags gab es einen Gesundheitsvortrag unter der Leitung einer qualifizierten Ernährungsberaterin, der sich auf gesunde und nährstoffreiche Ernährung für

Senioren konzentrierte und praktische Tipps für das Wohlbefinden bot.

Die Veranstaltung war von Liebe und Dankbarkeit geprägt und zauberte allen Anwesenden ein Lächeln ins Gesicht.

### Wanderung zur Bambus-Kathedrale

Am 14. März 2026 organisierten die Sai-Jungen Erwachsene der Sri Sathya Sai Internationalen Organisation von Trinidad and Tobago (SSSI-OTT) eine Wanderung zur Bambuskathedrale im Tucker Valley in Chaguaramas an der Westküste von Trinidad. Die Bambuskathedrale ist ein gepflasterter Weg, der sich durch üppiges Grün schlängelt und in einem atemberaubenden natürlichen Bambusdach gipfelt, das einen kathedralenartigen Torbogen bildet, der zu einer alten Messstation führt – eine wahrhaft atemberaubende Kulisse.



Die Wanderung wurde organisiert, um die Wertschätzung für die Natur als Ausdruck des Göttlichen zu fördern und gleichzeitig den Zusammenhalt und die Verbundenheit unter den Sai Jungen Erwachsenen zu stärken. Die Veranstaltung entwickelte sich zudem zu einer öffentlichen Initiative, an der insgesamt 78 Teilnehmer teilnahmen, darunter 35 Junge Erwachsene und 14 Personen der Öffentlichkeit. Der

Morgen begann mit einem Gebet, Aufwärmübungen und einer Ansprache der Präsidentin der SSSIOTT, Frau Kaloutie Sumairsingh.

Auf dem Weg stützten und ermutigten sich die Teilnehmer gegenseitig, verkörperten einen Geist der Liebe und ein starkes Gefühl der Kameradschaft und erreichten gemeinsam den Gipfel. Die Veranstaltung erwies sich als eine wunderbare und gelungene Mischung aus körperlicher Betätigung und geistiger Bereicherung, bei der neue Freundschaften geschlossen und bestehende gefestigt wurden.

## Eine zweite Chance für die Jugend



Vor einigen Jahren, nach einer tiefgreifenden und schwierigen spirituellen Reise, die ich allein unternommen hatte, wurde mir endlich klar, dass Sai Baba der Eine, der Höchste ist, dem ich mich vollkommen hingeben konnte. Nach dieser Erkenntnis hatte ich das Glück, mein Talent einzubringen und am Ladies Day 2019 im Pransanthi Nilayam Flöte zu spielen.

Als ich in meine Heimatstadt zurückkehrte, veränderte sich mein ganzes Leben völlig. Als ich in diese neue, strahlende Welt der Hingabe eintrat und mehr über Seine Organisation erfuhr, entdeckte ich das Sai-Programm für Junge Erwachsene. Ich war damals 34 Jahre alt, mein 35. Geburtstag stand nur noch wenige Wochen bevor. Eine stille Traurigkeit überkam mich, als mir klar wurde, dass ich Ihm meine Jugend nur noch für kurze Zeit darbringen könnte. Von ganzem Herzen betete ich: „Oh, Baba, hätte ich es doch

früher gewusst, hätte ich doch die wahre Bedeutung verstanden, Dein junger Devotee zu sein, dann hätte ich Dir meine gesamte Jugend dargebracht.“

Ich möchte glauben, dass Swami mich erhört hat, denn nur eine Woche nach diesem Gebet tauchte in meinem Posteingang eine E-Mail auf, in der angekündigt wurde, dass die Altersgrenze für Junge Erwachsene auf 40 Jahre angehoben worden war! Ich war übergücklich, als wäre diese Änderung nur für mich gemacht worden! Ich versprach mir, meine Zeit wirklich als Sein Junger Erwachsener zu verbringen. Ich nahm an jeder Veranstaltung, jedem Kurs und jedem Treffen teil, und das tat ich von ganzem Herzen. Wenn jemand eine Videoaufnahme brauchte, war ich zur Stelle. Wenn jemand um Hilfe bat und ich sie anbieten konnte, tat ich es. Selbst wenn ich das Gefühl hatte, ich könnte es nicht, gab Er mir die Fähigkeit zu dienen. Die Medienaufzeichnungen aus dieser Zeit zeigen, dass ich bei fast jeder Online-Veranstaltung dabei war! In meinem Herzen wusste ich immer, dass dies ein vorübergehender Segen war, eine zweite Chance, eine Gnade, die es mir ermöglichte, Teil Seines Plans zu sein.

Ich hätte nie gedacht, dass ich innerhalb der Organisation aufsteigen oder Aufgaben in verschiedenen Regionen Lateinamerikas und Europas übernehmen würde. Ich hätte mir auch nicht vorstellen können, dass ich mich auf diese internationale Familie stützen würde, um die Einsamkeit zu überwinden, während ich meine beruflichen Ziele fernab von zu Hause verfolgte. Stattdessen fand ich Liebe und Fürsorge – so, wie sie eine Tochter in einer großen und mitfühlenden Familie findet.

Als mein 40. Geburtstag näher rückte, betete ich von ganzem Herzen: „Swami, du wirst meine Feier organisieren.“ Und genau das tat Er auch.

Damals war ich gerade dabei, in Deutschland meine Masterarbeit zu schreiben – mit sehr begrenzten Mitteln, wie es für viele Studierende Realität ist. Dann ergab sich eine Gelegenheit:

ein Baumpflanz-Retreat für junge Erwachsene, das genau in der Woche meines Geburtstags stattfinden sollte. Was für ein Fest hatte Er da geplant! Er wusste genau, wer mich genug lieben und schätzen würde, um diesen heiligen Moment mit mir zu teilen.



Als wir durch den Wald gingen und nach einem Platz suchten, um den jungen Baum zu pflanzen, erfuhr ich später, dass es der letzte war, der noch übrig war, und ich hatte die Ehre, ihn zu pflanzen. Ich pflanzte ihn für mich selbst, als Zeichen dafür, dass ich mein Versprechen gehalten hatte, meine Jugend Ihm zu widmen. In diesem Moment spürte ich eine stille innere Bestätigung: Ja, es fühlt sich richtig an. Und tatsächlich markierte dies das Ende dieses Kapitels.

Auch wenn ich jetzt hier bin, um meine jungen Mitmenschen dabei zu unterstützen, neue Aufgaben zu übernehmen, weiß ich, dass ich im Herzen immer jung bleiben werde. Diese Reise ist für mich der persönliche Beweis dafür, dass Er immer zuhört, uns leitet, Schicksale verändert und vielleicht sogar das Schicksal eines Landes oder – warum nicht – der ganzen Welt durch reine Absichten neugestaltet.

Ich würde nicht so weit gehen zu sagen, dass Er die Welt für mich verändert hat, aber Er hat auf jeden Fall meine Welt verändert.

Nun, da meine offizielle Rolle als Junge Erwachsene in der Organisation zu Ende gegangen ist, blicke ich mit einem Herzen voller Freude auf

die Jüngeren. Sie haben das große Glück, noch viele Jahre vor sich zu haben, um in diesem liebevollen Umfeld zu wachsen. Ich hoffe, dass sie keine Zeit verlieren, so wie ich es einst tat, indem sie sich von anderen spirituellen Wegen ablenken ließen, in dem Glauben, diese könnten ihnen größere Freude, Zufriedenheit oder Erfüllung bringen.

In Momenten des Neuanfangs und stiller Ungewissheit erinnere ich mich an Swamis Worte und halte sie mir als Leitsatz vor Augen:

*„Gebt die Organisation niemals auf. Betrachtet sie als den Atem eures Lebens. Das ist die wahre Buße. Werdet mit dieser festen Entschlossenheit vorbildliche Führer. Das ist mein einziger Wunsch. Swamis Liebe wird euch überallhin begleiten.“ Sri Sathya Sai Baba, 24. November 1990*

Was ich heute weiß und fest glaube, ist, dass die Jahre meiner Jugend, die ich Ihm gewidmet habe, sich vervielfacht haben, denn indem ich sie ohne Erwartungen verschenkte, habe ich entdeckt, wer ich wirklich bin. Meine Rolle und mein Leben innerhalb der Organisation entwickeln sich noch immer weiter, und ich trage die Unsicherheiten und stillen Ängste eines Neuanfangs mit mir. Aber nichts könnte jemals mit der Schönheit und Unschuld jener fünf kostbaren Jahre mithalten, die ich als Seine Junge Erwachsene verbracht habe.

Frau Mariel Beltrán, Deutschland

## Sādhana ist einfach

Swami sagt: „Alle Arten von Sādhana (spirituellen Übungen) dienen einzig und allein dem Erlangen von Reinheit. In dem Moment, in dem du die Reinheit des Herzens erlangst, wird sich der allgegenwärtige Gott direkt vor dir offenbaren.“

Anlässlich Swamis 100. Geburtstag starteten die Internationalen Sai Jungen Erwachsenen die gemeinsame Sādhana-Initiative „Rise with Sai“. Aus 20 verschiedenen Sādhana-Optionen

konnten die Jungen Erwachsenen eine auswählen, die ihnen besonders zusagte, und diese im Vorfeld dieses heiligen Meilensteins jeden Tag konsequent praktizieren.

Einer der Teilnehmer, Brian Jaramillo aus Ecuador, teilt seine Gedanken zur Ausführung eines solchen Sādhanas:

*„Seit vier Jahren widme ich mich täglich dem Sādhana, darunter Morgengebete sowie das Singen des Gayatri-Mantras und des Sai-Gayatri-Mantras. Als ich von der Initiative ‚Rise with Sai‘ hörte, wusste ich mit absoluter Gewissheit, dass ich dabei sein wollte. Die Vorstellung, gemeinsam mit meinen Altersgenossen ein Sādhana-Opfer darzubringen, um Swamis hundertsten Geburtstag zu feiern, erschien mir als etwas ganz und gar Aufregendes und Sinnvolles.“*

*Das Sādhana, für das ich mich entschieden habe, war das Chanten des Gayatri-Mantras. Ich habe Swami versprochen, es täglich 54-mal mit*

*einer Japa-Mala (Gebetskette) zu chanten – 27-Mal am Morgen und 27-mal vor dem Schlafengehen. Wann immer es möglich war, sei es auf Reisen während den SSSIO-Akhanda-Gayatri-Sitzungen, an den Wochenenden oder einfach immer dann, wenn ich das Bedürfnis verspürte, mich mit Gott zu verbinden, chantete ich es 108 Mal.*

*Mein Geist ist oft unruhig, aber ich habe gelernt, ihn mit dem Mantra zu verankern, indem ich die Gestalt der Göttin Gayatri in meinem Herzen bewahre. Durch beständiges Üben hat sich das Mantra fest in meinen Alltag eingewoben. Wenn mir nun ein Gedanke an Swami kommt, bringe ich meine Dankbarkeit zum Ausdruck und singe das Gayatri-Mantra ein paar Mal. Es ist zu meinem persönlichen Rückzugsort geworden, einer Zuflucht, um mich mit Ihm zu verbinden. Diese Initiative hat meiner Praxis neuen Schwung und Sinn verliehen.“*

Herr Brian Jaramillo, Ecuador

## REICHT ZU GURUPŪRNIMĀ EURE KREATIVEN BEITRÄGE EIN



### Sai Ram, liebe Kinder

Ihr seid eingeladen mit Liebe und Freude eure kreativen Beiträge für diese besondere Gurupūrnimā-Ausgabe von Sai Shine einzureichen.

### Das Thema heißt: „Auf meine innere Stimme hören“

Reicht eure Beiträge und Erfahrungen in Form eines Artikels, Gedichts, einer Geschichte, einer Zeichnung oder eines kurzen Videos bis zum 6. Juli 2026 ein an:

[www.sathyasai.org/education/sai-shine/submit](http://www.sathyasai.org/education/sai-shine/submit)

Mit Liebe

das SAI SHINE TEAM

## SAI SPIRITUELLE ERZIEHUNG

# Beiträge von Kindern

### Liebe leben

Die Liebe einer Mutter ist sanft und gütig. Ihre ruhige Hand begleitet uns durchs Leben. Sie hilft uns in Freud und Leid und richtet uns immer wieder auf. Für all die Fürsorge, die sie uns jeden Tag schenkt, sind wir ihr in jeder Hinsicht dankbar.

*Luckshan R | Gruppe 3 | USA*

Hallo zusammen. Mein Name ist Ram Siddarth Rooban. Ich bin 10 Jahre alt. Ich lerne in SJK(T) Chettiars. Heute möchte ich über gute Taten sprechen. Gute Taten zu vollbringen ist etwas Wunderbares in unserem Leben.

Im Jahr 2023 war mein Nachbar ein älterer Mann. Er bat mich, ihm beim Pflanzen zu helfen. Ich half ihm freiwillig beim Pflanzen, pflanzte selbst und lernte dabei, wie man mit Erde pflanzt. Außerdem goss ich die Pflanze. Mein Nachbar war glücklich und ich war es auch.

Ich habe nicht nur zu Hause geholfen. Ich habe der Lehrerin auch in der Schule dabei geholfen, Bücher zu tragen. Die Bücher waren schwer! Es hat mir Freude gemacht, meiner Lehrerin zu helfen.

Das sind die guten Taten, die ich vollbracht habe. Ich möchte auch in Zukunft Menschen helfen. Danke

*Ram S | Gruppe 2 | Malaysia*

Swami, du machst mein Leben erfüllt und strahlend, Du erfüllst meinen Tag mit Deiner Liebe und Deinem Licht. Deine Worte sind mein Trost, wann immer ich Schmerz empfinde, doch Deine Liebe trägt mich durch jede Prüfung und jedes Spiel. In jedem Augenblick spüre ich Dich nah, denn in jedem Atemzug höre ich deine Stimme.

Du lehrst die Welt mit Stille und Anmut, zusammen mit einem breiten Lächeln auf Deinem

Gesicht. Durch all unsere Freuden, Sorgen, Verluste und Gewinne hindurch, egal was passiert, bist Du es, der immer bleibt.

Bitte führe uns zu Dir, in allem, was wir denken, und allem, was wir tun.

In Liebe

*Aditi A | Gruppe 4 | Online SSE*

Swami, deine Liebe ist so göttlich, so rein, so süß und für immer mein. Sie erfüllt mein Herz und erhellt meinen Weg, führt mich jeden Tag. Durch Schmerz und Tränen denke ich an Dich. Deine Kraft heilt meine Traurigkeit. Jede Prüfung bestehe ich unerschrocken, halte mich an jedes Deiner Worte. Du bist das Lied in meiner Seele, das mir immer das Gefühl gibt, ganz zu sein. Swami, ich gehöre Dir. Deine Liebe, Deine Wahrheit, für immer wahr.

*Shradha N | Gruppe 4 | Online SSE*

Sai Ram, ich bin Lakshminaraina, 10 Jahre alt, und gehe in eine chinesischsprachige Grundschule in Perak, Malaysia. Meine Geschichte handelt von Tommy, einem sehr ungezogenen und bösen Jungen in meiner Klasse; er schikaniert ständig seine Freunde und mich. Vor ein paar Wochen, während eines Basketballspiels, bin ich versehentlich auf eine Brille getreten, die auf dem Boden lag. Ich bekam Angst, als Tommy schrie „Du bist absichtlich auf meine Brille getreten, das bezahlst du mir!“

Nach der Schule wurde ich ins Direktionszimmer gerufen, wo Tommys Mama und Großmutter warteten. Sie lehnten das Geld meiner Mama für eine neue Brille für Tommy ab. In den nächsten Tagen ging ich Tommy aus dem Weg.

Am folgenden Mittwoch brachte meine Mama mir mein Mittagessen zur Schule. Tommy saß neben mir, aß aber nichts. Ich bot ihm ein Papadam an und er nahm es, lächelte mich breit

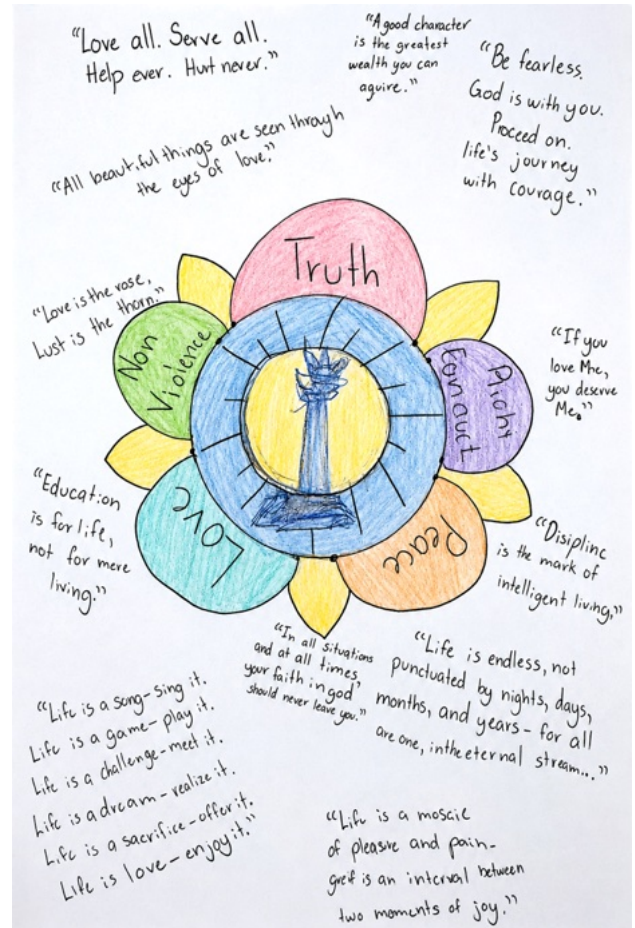
an und sagte „Danke“, das hat mich wirklich überrascht. Er erzählte meiner Mama, dass er nichts aß, weil er kein Geld dabei hatte, um sich Mittagessen zu kaufen. Ich gab ihm 5 Ringgit, damit er sich etwas zu essen kaufen konnte.

In der Pause am nächsten Tag fragte er mich: „K.T., bist du sauer auf mich und hasst du mich, weil du sauer auf die Lehrerin bist, dass sie mich in dein Team gesteckt hat?“ Ich sagte ihm: Nein! Und ‚Hass‘ ist ein böses Wort. Ich war überrascht, dass er sich entschuldigte. Ein paar Tage später war Elterntag in der Schule und Tommys Mama unterhielt sich lange mit meiner Mama. Auf dem Heimweg erzählte mir Mama, dass Tommy nicht so viel Glück hatte wie ich. Er hat eine sehr traurige Vergangenheit. Es machte mich sehr traurig, Mama zuzuhören.

Ich fragte Mama, ob sie Tommy eine batteriebetriebene Spiderman-Zahnbürste wie meine kaufen könnte. Mama stimmte sofort zu, und ich bezahlte sie mit dem Geld aus meinem Sparschwein. Als ich sie ihm am nächsten Tag gab, bedankte er sich unzählige Male und sagte mir, ich solle auch meiner Mama danken. Er hatte ein breites Lächeln im Gesicht. Er bat mich, weiterhin mit ihm Basketball zu spielen. Er sagte mir, er würde mich nicht mehr schikanieren. Er fragte mich auch: „Wenn deine Mama dir Mittagessen mitbringt, bringt sie mir dann auch ein paar Papadams mit?“ Ich sagte ihm, dass sie das natürlich tun würde. Er wirkte so fröhlich.

Was mich dieser Vorfall gelehrt hat, ist: Obwohl Tommy mich schikaniert hat, bin ich weiterhin freundlich zu ihm gewesen. Ich habe „Liebe und Freundlichkeit“ gelebt – und jetzt ist er nicht nur freundlich zu mir, sondern geht auch besser mit den anderen Mitschülern um. Wie Swami sagte: „Wo Glaube ist, da ist Liebe; wo Liebe ist, da ist Frieden; wo Frieden ist, da ist Gott.“

*Lakshminaraina T | Gruppe 2 | Malaysia*



Liebe alle, diene allen. Hilf immer, verletze nie. Ein guter Charakter ist der größte Reichtum, den du erlangen kannst. Sei furchtlos, Gott ist mit dir. Begib dich mutig auf die Reise des Lebens. Alle schönen Dinge werden durch die Augen der Liebe gesehen. Liebe ist die Rose, Lust ist der Dorn. Bildung ist für das Leben, nicht nur zum bloßen Überleben. Das Leben ist ein Lied – sing es; das Leben ist ein Spiel – spiel es; das Leben ist eine Herausforderung – stell dich ihr; das Leben ist ein Opfer – bring es dar; das Leben ist Liebe – genieße es. Das Leben ist ein Mosaik aus Freude und Schmerz, Trauer ist eine Pause zwischen zwei Momenten der Freude. In allen Situationen und zu jeder Zeit sollte dein Glaube an Gott dich niemals verlassen. Das Leben ist endlos, nicht unterbrochen von Nächten, Tagen, Monaten und Jahren – denn alle sind eins im ewigen Strom. Disziplin ist das Kennzeichen eines intelligenten Lebens. Wenn du mich liebst, verdienst du mich.

*Sreya V | Gruppe 2 | Online SSE*

## Veranstaltungen und Websites

Die SSSIO hat Online-Veranstaltungen durchgeführt, um Swamis Liebe, seine Botschaft und sein Werk mit allen Menschen auf der ganzen Welt zu teilen. Hunderttausende von Menschen wurden durch diese Veranstaltungen erreicht, die auf der Seite [www.sathyasai.org/live](http://www.sathyasai.org/live) übertragen wurden. Bitte besucht [www.sathyasai.org/events/worldwide](http://www.sathyasai.org/events/worldwide) für weitere Details zu den geplanten Veranstaltungen, einschließlich Zeitangaben.

13.-14. Juni 2026; Samstag-Sonntag; Akhanda Gāyatrī

29. Juli 2026; Mittwoch; Gurupūrnimā

15.-16. August 2026; Samstag-Sonntag; Akhanda Gāyatrī

Bleibt auf dem Laufenden über Neuigkeiten und Aktivitäten der SSSIO, indem ihr die SSSIO Websites besucht und die verschiedenen Kommunikationskanäle nutzt oder abonniert.

### Websites

<https://www.sathyasai.org>

<https://saiuniverse.sathyasai.org>

<http://sathyasaihumanitarianrelief.org/updates/>

<https://www.sathyasai.org/ya>

<https://www.sathyasai.org/education>

<https://www.sathyasai.org/healthy-living>

### Medien



<https://facebook.com/sathyasai.org/>



<https://instagram.com/sathyasaioig/>



[https://twitter.com/sathyasai\\_org/](https://twitter.com/sathyasai_org/)



<https://t.me/sathyasai>

---

*Neben euren leiblichen Eltern gibt es noch ewige Eltern, die ihr verehren solltet. Das sind die Wahrheit und die Liebe. Auch wenn der Körper vergeht, bleibt die Wahrheit als ewiger Vater bestehen. Ebenso ist die Liebe die ewige Mutter. Sie wächst mit der Zeit und nimmt niemals ab. Betrachtet die Wahrheit und die Liebe als eure Eltern, als für eure Existenz ebenso unverzichtbar wie eure Augen oder wie die beiden Flügel eines Vogels oder die beiden Räder eines Wagens, und führt ein würdiges Leben. An diesem heiligen Gedenktag verankert die Ehrfurcht vor der Wahrheit und der Liebe fest in euren Herzen und veredelt euer Leben, indem ihr euren Mitmenschen hingebungsvoll dient.*

Sri Sathya Sai Baba, 6. Mai 1985

---

LIEBE ALLE - DIENE ALLEN



HILF IMMER - VERLETZE NIE