

Śraddhā – das tiefe absolute Vertrauen

Sei Dir bewusst, Du bist nicht allein, niemals – die höchste Quelle der Liebe und des Lichtes ist ständig bei Dir, weil Du das bist!

Yoga sagt, jeder Mensch ist mit einer ganz wichtigen Fähigkeit ausgestattet, mit der er auf die Welt gekommen ist - und das ist Śraddhā.

Śraddhā bedeutet ein tief verwurzelttes Vertrauen - die Fähigkeit zu vollkommenem Glauben an etwas, das unabhängig ist von einem Objekt, einem Zustand, einem Umstand im Außen. Ein Vertrauen, das nur nach Innen gerichtet ist. Mit einer tiefen Gewissheit - zweifellos.

Jeder kennt dieses Vertrauen, und wir wissen auch, dass es durch verschiedene Vorkommnisse geschwächt werden kann. Um es immer wieder neu zu stärken bietet der Yoga Übungen der Achtsamkeit und der Ausrichtung an.

Die tiefe Sehnsucht nach dem vollkommenen Erkennen, nach dem Fühlen dieses Einsseins steckt in jedem Menschen.

Ganz tief in uns ist das Wissen von unserem Ursprung der Schöpfung verankert, denn tief in uns ist die Sicherheit dessen. Im Moment des Stillstand der Geistesbewegungen werden wir wieder uns der tiefen Kraft unseres Ursprungs bewusst und das ist höchste Erfüllung, das ist höchste Freude, das ist höchste Liebe die uns dann (wieder) durchfließen kann. Das ist „upasana“ das "gute Gefühl", von dem Sukumar und Ebi sprechen. Das ist der Genuss der höchsten Vereinigung.

Śraddhā gibt von innen die Kraft und den Mut dieses Gefühl des Getrenntseins loszulassen. Wir sind es nie, doch wir sehen uns oft fälschlicherweise so. Dann gehen wir in die Angst, in die Panik, in den Zweifel, in die emotionale Verwicklung. Doch diese höchste Quelle aller Freuden in Dir ist immer bei Dir, wohin Du auch gehst, was immer Du auch tust. Du kannst niemals allein sein, weil die Quelle des Lebens selbst mit Dir ist.

Übe jeden Tag um die verschleierte Wolkendecke hindernder Gedanken zu durchbrechen um immer wieder zum Licht und zur Quelle zu gelangen.

Wiederhole innerlich mehrmals täglich den Satz:

„Ich kann niemals allein sein, denn die höchste Quelle geht mit mir wohin auch immer ich gehe.“