

# Anandamaya Kosha — Wonnehülle

Heute befassen wir uns mit unserer fünften und letzten feinstofflichen Energie- und Körperhülle. Bei der fünften Ebene geht es um die Liebe in und rund um unser Wesen, das ist die sogenannte Glückseligkeit.

Sie heisst **Anandamaya Kosha** oder die Wonnehülle. Das Wort Ananada ist Sanskrit und kommt von Sat-Chit-Ananda. Sat bedeutet der Zustand des Seins oder der Existenz an sich, und wird auch mit Wahrheit übersetzt. Chit heisst Bewusstsein, Verstand, oder auch Wissen. Ananda ist die Freude oder Glückseligkeit. Die reine Freude Brahmans (das Absolute, also das, was unwandelbar bleibt) gilt in den Upanishaden als höchste Form unbedingten Glücks.

Anandamaya Kosha ist also die Hülle der Glückseligkeit, die uns mit dem wahren Sein und unserem göttlichen Ursprung verbindet. Diese Bewusstseins Ebene erreicht derjenige, der mit sich und der Welt im Reinen ist und weder von Karma (Folgen unseres Wirkens, Taten, Handelns), Samskaras (Prägungen, Kreislauf der Wiedergeburten) noch von Kleshas (Leiden, den Geist trübende Leidenschaften) beeinflusst wird.

Wir Menschen schwächen diese Hülle meist ganz unbewusst. Glückseligkeit umgibt uns Tag und Nacht, wo immer wir auch sind. Doch wir erfahren sie nicht, weil wir uns selbst davon abschneiden, indem wir in der Dualität von Gut und Böse leben. Die Natur macht es uns vor, was es zu tun gibt, um diese Hülle zu stärken. Denn die uns umgebende Natur lehrt uns nämlich genau das Gegenteil, sie macht keinen Unterschied. Die Strahlen der Sonne ergießen sich auf alles, der Wind weht wo er will und das Wasser fließt sowohl über Sand, als auch über Steine, ohne je seine Natur zu ändern. Als Mensch sind wir auch nie getrennt von der Natur, aber oft fühlen wir uns isoliert und abgetrennt von ihr. Doch der fünfte Körper ist dem Selbst eigentlich am nächsten. Nur verhüllt oft einfach ein zarter Schleier die Essenz der individuellen Seele.

Und so viel für heute, wir verweilen jetzt einen Moment im Liegen und genießen dazu das Mantra der Fülle, das Om Purnam Mantra und später im Sitzen das Heilmantra Moola.

