

# Warum darauf warten, Japa zu machen?

von Linda Mikkelsen

Im Frühjahr 1980 bot ich als Mitarbeiterin der SYDA Foundation *seva* an, um Babas Besuch in Miami Beach in Florida zu unterstützen. Ich war mit unserem ersten Sohn schwanger und es ging auf den Entbindungstermin zu.

Als ich eines Abends zu Babas *darshan* ging, zeigte Baba auf meinen Bauch und sagte mit liebevoller Bestimmtheit: „Mache *japa*.“

Beim *darshan* am nächsten Abend fragte Baba: „Machst du *japa*?“ Ich antwortete mit etwas ungutem Gefühl: „Ja, Baba.“ Ich hatte zwar *japa* gemacht, aber nicht so oft, wie ich gekonnt hätte.

Am dritten Abend redete mir Baba beim *darshan* mit einem Lächeln gut zu und sagte: „Mache mehr *japa*.“

Am vierten Abend kam es mir so vor, als warteten alle am *satsang* Teilnehmenden nur darauf, was Baba als Nächstes zu mir sagen würde. An diesem Abend zeigte er mit dem Finger direkt auf mich und sagte: „Vergiss nie, *japa* zu machen.“

Am fünften Abend hob Baba wortlos und mit verschmitzten Lächeln die Hand hoch und zeigte mir, wie sich seine Finger an den Perlen einer unsichtbaren *japa mala* bewegten. „*Ji, Baba*“, sagte ich: „Ja, Baba.“ Ich verließ diesen *darshan* und fühlte, wie mich Babas Liebe weit machte und wie mich eine Anweisung stärkte, die, wie ich wusste, sowohl mir als auch meinem Kind guttun würde. Ich war von Begeisterung erfüllt.

Mein Sohn wurde geboren und sein Bruder kam zwanzig Monate später. Als Mutter von zwei Kindern ging ich ganz in den Umständen des täglichen Lebens auf. Obwohl

ich immer daran dachte, *mantra japa* zu machen, kann ich nicht wirklich sagen, dass ich es konsequent geübt hätte.

Drei Jahre nach diesen *darshans* hatte ich einen Traum, in dem Baba auf mich zukam. Er blickte in die Ferne und sagte: „Manchmal glauben Menschen, sie könnten bis an ihr Lebensende warten, bevor sie anfangen, *japa* zu machen.“ Dann wandte er sich um und ging weg.

Nach diesem Traum wurde ich beständig beim Üben von *mantra japa*. Ich rahmte mir Babas Worte ein – „Mache *japa*. Machst du *japa*? Mache mehr *japa*. Vergiss nie, *japa* zu machen“ – und stellte sie auf meine *puja*, wo sie heute noch stehen. Seit Jahrzehnten läuft das Mantra vierundzwanzig Stunden am Tag in meinem Meditationsraum. Wenn die Leute Baba fragten: „Wie kann ich in meinem Alltag Japa machen?“, antwortete er oft so, dass er eine Person nachmachte, die Staub wischte oder einer anderen Alltagsbeschäftigung nachging und dabei das Mantra wiederholte: *Om Namah Shivaya. Om Namah Shivaya. Om Namah Shivaya.* Ich kann mir das Bild, wie er das machte, leicht vor Augen rufen und es erinnert mich daran, das Mantra mit meinen täglichen Aufgaben zu verbinden. Wenn ich nachts wach werde und Mühe habe, wieder einzuschlafen, verlasse ich mich auf das Mantra, das mich in einen Zustand der Meditation gelangen lässt, in dem sich mein Körper und mein Geist erholen, obwohl mein Schlaf gestört war. Meine *japa mala* ist immer griffbereit, um mir zu helfen, eingestimmt und konzentriert zu bleiben.

Ich erlebe *mantra japa*, dieses wertvolle Geschenk von Baba, als einen Gefährten, der mich zentriert und tröstet. *Japa* führt mich zurück zu meinem Höchsten Selbst. *Japa* bringt mich in einen inneren Raum, in dem ich in der Gegenwart des Gurus sitze.

