Ein kraftvolles Wort

Nachdenken über Gurumayi Chidvilasanandas Lehren

Von Eesha Sardesai

Auf dem Siddha Yoga Weg haben wir von unserem geliebten Guru Gurumayi Chidvilasananda etwas über Gottes Zeit gelernt und wir glauben, dass die Dinge in Gottes Zeit geschehen. Daran zu glauben hält uns lebendig. Daran zu glauben gibt uns einen Anker, der uns dabei hilft, zurück zu unserer Mitte zu kommen, ganz gleich, wie weit wir auch abgedriftet sein mögen.

Auf den Strömungen der Zeit Gottes sind wir in den Frühling hineingetragen worden. Und vielleicht sind es dieselben geheimnisvollen, nicht-linearen Bewegungen der Zeit, die den Jahresbeginn so frisch in unserer kollektiven Erinnerung halten.

Ich möchte zu einem der *satsangs* mit Gurumayi zurückkehren, an dem wir früher in diesem Jahr teilgenommen haben. Er fand am 7. Januar zu Ehren des 51. Jahrestages der Rezitation der Shri Guru Gita als Teil des täglichen Ashram-Ablaufs auf dem Siddha Yoga Weg statt. Mir wurde das Privileg zuteil, als Schreiberin *seva* in diesem Satsang zu machen, und die Lehren, die uns Gurumayi in diesem *satsang* gab, sind mir im Gedächtnis geblieben, besonders das, was Gurumayi über die Tugend, das universelle Prinzip, von *„gut“* gesagt hat.

***

In dem *satsang* zitierte Gurumayi einen Aphorismus aus dem *Svacchanda Tantra*: *„Nashivam vidyate kvachit*.“[i] „Es gibt keinen Ort, an dem Shiva nicht ist. Es gibt keinen Ort, an dem Gott nicht ist.“ Gurumayi erklärte, dass wir bei der Rezitation

der Shri Guru Gita immer „in Shiva“ sind, ganz gleich, ob unser Geist ruhig oder ruhelos ist. Wir haben trotzdem noch „eine gute Zeit mit Shiva“.

Ich weiß noch, wie ich mir plötzlich der Atmosphäre – im Tempel und im gesamten Universellen Siddha Yoga Raum – bewusst wurde, als Gurumayi das sagte. Alles war ruhig und alles war dynamisch. Alles war still und voller Lebendigkeit. „Shiva ist wirklich hier,“, dachte ich, „er ist bei uns, um uns herum, in den Teilchen der Luft selbst.“

Ich lauschte mit ungeteilter Aufmerksamkeit, als Gurumayi fortfuhr. „Shiva ist verspielt“, sagte sie. „Shiva ist Höchstes Bewusstsein, und das seid auch ihr. Ich möchte, dass ihr euch gut mit euch selbst fühlt.“

Eines der Dinge, die mir im Laufe der Jahre aufgefallen sind, ist, dass Gurumayi uns jedes Mal, wenn sie uns an ihrer Weisheit teilhaben lässt, auch die Mittel an die Hand gibt, um diese Weisheit unmittelbar umzusetzen. Genau das tat sie auch am 7. Januar. Gurumayi sagte uns allen, wir sollten uns für den Rest des Tages *„gut fühlen*, bis in die Nacht hinein.“

„Falls jemand fragt: *Wie geht es dir?...*“

Gurumayi hielt inne und sagte dann mit wissendem Lächeln: „Gut.“

„Wie geht es dir?“

Wieder dasselbe sanfte Lächeln. „Gut.“

„Lasst also dieses Gut-Gehen in den Vordergrund treten,“ sagte Gurumayi. „Fühlt euch gut, wenn ihr den Guru seht. Fühlt euch gut, wenn ihr den Himmel seht. Fühlt euch gut, wenn ihr das Wasser anschaut, das ihr trinkt. Macht einfach die *dharana*: ‚Gut, *acchā.* Gut, *acchā.*‘“ (Die meisten Siddha Yogis kennen dieses Wort *acchā*, weil Gurumayi in vielen *satsangs* über einen von Babas charakteristischen Sätzen gesprochen hat: *bahut acchā.* Im Hindi bedeutet *bahut acchā* „sehr gut“.)

Gurumayi fuhr fort: „Ich habe gesagt: *gut.* Ich sage nicht: *besser*. Versucht jetzt nicht, besser zu sein. Ich sage nicht: *der/die Beste*. Versucht nicht, der oder die Beste zu sein. Und versucht auch nicht, besser als der oder die Beste zu sein. Nur gut. Denkt daran: Ich habe nicht gesagt: ‚Sei gut.' Nur gut. [A. d. Ü.: „Be good" [„Sei gut"] wird im Englischen im Sinne von „Sei artig" zu Kindern gesagt.].

***

In den Tagen und Wochen nach diesem *satsang* habe ich viel über Gurumayis Worte und ihre Bedeutung nachgedacht.

Neulich habe ich mich an etwas erinnert, das ich in einem *darshan* von Gurumayi einmal gehört hatte. „Jede und jeder von uns hat das Gut-Sein des Himmels geerbt,", sagte Gurumayi, „und ihr tragt es in eurem Wesen." Ich glaube, es war dieselbe Güte, dasselbe Gut-Sein, das Gurumayi am 7. Januar in uns wachgerufen hat. Ich spürte, wie ihre Ermutigung, *„unser Gut-Sein in den Vordergrund treten zu lassen*", wie ein sanfter Wind in unserem Rücken war und so unser Bemühen unterstützte, all das, was wir in unserem Inneren tragen, zu erfahren.

Ich habe auch darüber nachgedacht, was Gurumayi über Shiva, den Herrn, gesagt hat – wie sie uns versichert hat, dass wir immer bei Shiva sind, dass wir auf immer im Shiva-Bewusstsein leben. Im Sanskrit bedeutet *Shiva* wörtlich „gut" und „glückverheißend". Wenn es tatsächlich keinen Ort im Universum gibt, an dem die Güte, das Gut-Sein, von Shiva, dem Herrn, nicht lebt, dann würde das bedeuten, dass wir als Bewohner und Bewohnerinnen dieses Universums, als Menschen, die aus demselben Höchsten Bewusstsein bestehen, das das Gewebe des Universums bildet, auch gut sein müssen. Wenn wir also sagen „Ich bin Shiva", dann ist das keine Übertreibung. Es ist eine Proklamation der fundamentalsten Wahrheit des Lebens auf dieser Welt.
Das führt mich zum Kern meiner Reflektionen: Gurumayis Anleitung, ihre Weisheit umzusetzen. Wir können auf die Frage, die Menschen uns oft stellen – „Wie geht es dir?" – antworten mit „gut", und das mit dem Gewahrsein unseres angeborenen

Gut-Seins tun. So nutzen wir diese Interaktion als Gelegenheit, unser Gut-Sein in uns wachzurufen, es zu erfahren und dieses Gut-Sein mit derjenigen Person zu teilen, die gerade vor uns steht.

Ich möchte klarstellen, dass sich dies von der konventionellen Art und Weise, wie wir freundlich miteinander umgehen, unterscheidet. Da ist „*gut*" die übliche Antwort, die jemand mechanisch gibt, unabhängig davon, wie er oder sie sich fühlen mag. Bei Gurumayis Lehre geht es nicht darum, eine belanglose oder oberflächliche Antwort zu geben. Nein, ihre Lehre will uns vielmehr über diese Art von automatischem Verhalten hinausbringen. Gurumayi fordert uns heraus, uns gut zu *fühlen* – mit anderen Worten, wirklich zu meinen, was wir sagen.

Dazu fallen mir die Hindi-Wörter *bhav* und *bhavana* ein. Einige von euch haben sich vielleicht auch mit diesen Wörtern beschäftigt oder sie sagen euch etwas. *Bhavana* bezieht sich auf eine flüchtigere Empfindung, eine vorübergehende Emotion, während sich *bhav* auf eine tiefere Einstellung bezieht. Bhav ist eine innere Haltung, eine beständige, tieferliegende Schicht, die von den vergänglicheren Aspekten der eigenen Realität unberührt bleibt. Wie *bhavana* kann sich *bhav* als eine gefühlte Erfahrung manifestieren, obwohl dieses „Gefühl" einen von oberflächlicheren Emotionen deutlich unterschiedenen Tenor besitzt.

Ich glaube, dass Gurumayi sich, als sie darüber sprach, *sich gut zu fühlen,* auf den *bhāv* des Gut-Seins bezog, den wir alle in uns tragen, auf diesen tieferliegenden Raum in unserem Inneren. Darüber hinaus verbinden uns Gurumayis Worte mit diesem Raum. Wenn ich zulasse, dass ich mich in ihm aufhalte, nehme ich wahr, dass andere Gedanken und Emotionen, die ich vielleicht habe, nicht mehr so sehr im Vordergrund stehen. Sie werden leiser. Es ist so, als gäbe mir Gurumayi ein Vergrößerungsglas für mein eigenes Selbst, mit dem ich das vergrößern kann, was mir am meisten wohltut – und so kann ich den Rest meiner inneren Welt aus einem größeren Blickwinkel, mit größerer Klarheit und Objektivität betrachten.
Und daher bitte ich auch euch dringend, bei jeder Gelegenheit, die sich euch bietet, dieses Vergrößerungsglas zu benutzen und dabei unterschiedliche Möglichkeiten, wie ihr das tun könnt, zu entdecken. Eine Übung gefällt mir besonders: Ich mache

mir im Laufe des Tages Notizen von drei bis fünf Dingen, die mich an mein eigenes Gut-Sein erinnern. Als Schriftstellerin habe ich gerne ein kleines Notizbuch bei mir, um mir tagsüber solche Ideen und Einfälle zu notieren. (Ja, sogar in dem digitalen Zeitalter gibt es noch einige von uns im letzten Jahrhundert Geborenen, die noch Stift und Papier benutzen!)

Wie auch immer ihr es machen wollt, nehmt euch vor, diese Lehre zu üben. Fasst den Vorsatz, zu üben, zu üben und *weiter* zu üben, um das Gute in eurem Inneren zu finden, das Gute, das unabhängig von der inneren oder äußeren Jahreszeit erblüht, das Gute, das trotz möglicher Schneeflocken (auch hier innerer oder äußerer Art), die es vielleicht verdunkeln, die Oberhand behält. Wir, jede und jeder von uns, können Gutes *vollbringen*. Wir können für uns selbst, für andere, für die Welt, in der wir leben, Gutes bewirken. Wir brauchen uns vor dem Guten, das Gott uns geschenkt hat, nicht zu verstecken. Wir können dieses Gut-Sein schätzen. Wir können es genießen und mit anderen teilen. Das ist unser Geburtsrecht. Das ist unsere Verantwortung.

Wie Gurumayi gesagt hat: „Die ganze Menschheit trägt die Verantwortung, sicherzustellen, dass die transformative Kraft des Gut-Seins obsiegt."

***

Ich möchte mit einem meiner Gedichte schließen. Ihr erinnert euch vielleicht, dass ich im Dezember 2022 mit euch über Dichtung gesprochen habe – und darüber, die Kreativität, die wir in all unseren Gedichten zu Gurumayis Season's Greetings [Festtagsgrüßen] gezeigt haben, ins neue Jahr mit hinüberzunehmen.

Dieses Gedicht wurde von Gurumayis Lehre aus dem *satsang* zu Ehren des 51. Jahrestags der Shri Guru Gita Rezitation am 7. Januar 2023 inspiriert.

In dem elektrisierenden Wind
und den Kreisen, die ich ziehe,

in der Freude, die orangefarben funkelt,
und in dem millionenfachen täglichen Herzeleid,
das in der Spanne einer Sekunde verstreicht –
ist sie da,
sanft, zentrifugal,
eine Schwerkraft des Guten,
die mich zum Sonnenstrahl, zu der reinen Energie zieht,
aus der ich gemacht bin,
die mich wiegt in
der Essenz dessen, was ist,
die mich befreit zu

dem Pulsieren
einer unermesslichen Weite

einem großen
und

prächtigen

Bekannten.

Ein Letztes noch möchte ich euch sagen: Als ich dieses Gedicht fertigstellte, stieg eine Erinnerung in mir auf, nachklingend und lieblich. Es war Gurumayis Stimme, es waren ihre Worte aus einem ein paar Jahre zurückliegenden *satsang*.

„Wir treffen uns,“, sagte sie, „im Feld des Höchsten Bewusstseins.“

© 2023 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.

i *Svacchanda Tantra* 4.314.