

Die Sprache der Dankbarkeit

1. November 2018

Liebe Leserin, lieber Leser,

wenn du alle Sprachen aller Länder dieser Erde lernen könntest, würdest du tausende von Wörtern und Ausdrücken für das Gefühl, das Gewahrsein, die Herzenstugend der *Dankbarkeit* finden. Einige dieser Wörter sind weich und herzlich und zergehen wie Zucker auf der Zunge, wenn man sie laut ausspricht. Andere klingen kräftiger, getragen und würdevoll, so als ob der tiefe Klang einer Orgel durch deine Stimmbänder Gestalt annimmt. Andere Wörter wiederum klingen nach Trällern und Wirbeln, wenn man sie ausspricht. Oder wir hören sprühende Funken und Geknalle, weil ihre Konsonanten wie Schlagzeug wirken.

All diese Wörter und Ausdrücke – ihr Klang, ihre Nuancen, der kulturelle Kontext, aus dem sie ihre Bedeutung beziehen – vermitteln eine weitere Dimension von Dankbarkeit. Und sie alle scheinen irgendwie notwendig zu sein; es kann nie genug Möglichkeiten geben, um Dankbarkeit zu benennen oder auszudrücken. Die Sprache, die wir haben, scheint noch zu kurz zu greifen, da das Gefühl, das wir in Worte zu fassen versuchen, so groß und facettenreich und rätselhaft ist.

Der November ist in den Vereinigten Staaten der Monat des Erntedankfestes Thanksgiving und in anderen Teilen der Welt von ähnlichen Festen. Es ist traditionellerweise die Zeit der Ernte, wenn diejenigen, die das Land bestellen, die Fülle dessen einfahren, was sie viele Monde vorher gesät haben. Dann nehmen sie – und all diejenigen, die von ihrer harten Arbeit profitieren – die in der Ernte eingebrachte Nahrung zu sich und danken der Erde, einander und dem allmächtigen Geist, dessen Gnade solche Fülle und solches Leben ermöglicht.

Auch auf dem Siddha Yoga Weg widmen wir diese Zeit der Reflexion und der Dankbarkeit. In der *sadhana* sind dies in Wahrheit ständige Übungen und beide sind entscheidend für die Verinnerlichung der Lehren des Gurus und für die

Verfeinerung unserer Wahrnehmung von Gnade in den kleinen und großen Augenblicken unseres Lebens. Aber es ist auch immens wertvoll, dieser Absicht eine bestimmte Zeit des Jahres zu widmen, und das zusammen mit Siddha Yogis überall auf der Welt. Sehr oft wird unser eigenes Gewahrsein von Gott und dem Guru durch die Einsichten wachgerufen, die andere Menschen mit uns teilen. Wir können leichter mit unserer eigenen, tief verwurzelten Dankbarkeit in Berührung kommen, wenn wir dasselbe Gefühl bei anderen erkennen.

Gurumayis Botschaft für das Jahr 2018 ist *Satsang* – und ich würde sagen, wenn man jemals in einem Wort beschreiben wollte, wofür wir dankbar sein müssen, dann ist es dieses. Schon ein Moment von *satsang* – eine Millisekunde in der Gesellschaft der Höchsten Wahrheit, ein flüchtiger Eindruck unseres eigenen Höchsten Selbst – ist unbeschreibliches Kismet. Es ist wundersames Schicksal. Es ist die Frucht vieler Leben und Grund genug für einen wahren Pāan (einen Lobgesang) von Danksagungen. Daher der Reichtum an Liedern und Dichtungen der großen Heiligen und Weisen, daher ihr offensichtliches Bemühen, das Ausmaß ihrer Dankbarkeit zu formulieren, das sie – paradoxerweise – in wunderschönen, ergreifenden Versen erforschen. Es gibt einen solchen *doha* bzw. ein Couplet des Dichterheiligen Kabir, ein klassisches Gedicht, das auch in Texten vieler Traditionen seine Entsprechung findet, sogar im *Shiva Mahimna Stotram*. In diesem Gedicht schreibt Kabir Sahib:

Wenn ich die Erde zu meinem Papier,
und alle Wälder zu meiner Schreibfeder machte,
wenn ich aus allen Ozeanen Tinte machte –
selbst dann könnte ich nie aufhören, das Lob von Shri Guru zu schreiben.

Die Sache ist die: Auf dem Siddha Yoga Weg sprechen wir nicht nur über *einen* Augenblick in der Gesellschaft der Höchsten Wahrheit. Wir müssen auch nicht darauf warten, dass das Licht von selbst in unserem Gewahrsein aufleuchtet. Durch das Geschenk von *shaktipat diksha* und durch ihre Jahresbotschaft hat Gurumayi uns die Mittel gegeben, um immer und immer wieder in der Gesellschaft der Höchsten Wahrheit zu sein. Überlege einen Augenblick, was das bedeutet. Was sagt dir das

über die Großzügigkeit des Gurus? Und was bleibt in Bezug auf diese Großzügigkeit notwendigerweise *ungesagt* angesichts ihrer unauslotbaren, unbegreiflichen Tiefen?

Es ist immer hilfreich, einen Schritt zurückzutreten, solche Fragen zu stellen und über diese Dinge zu reflektieren. In Wahrheit steigt Dankbarkeit nicht einfach in dir auf, weil du intellektuell erkennst, dass sie das sollte. Du kannst jedoch den Intellekt *benutzen*. Wenn du dranbleibst, werden dich deine Gedankengänge und deine Fragestellungen zu etwas Neuem und Aufschlussreichem führen. Du wirst ganz sicher Zugang zur Weisheit und zum Gefühl deines Herzens finden.

Daher möchte ich dich in diesem Monat ermutigen, sorgfältig und eifrig über dein Üben mit Gurumayis Jahresbotschaft 2018 reflektieren. Wenn sich deine *sadhana* in diesem letzten Jahr zu umfassend für einen Überblick anfühlt, dann beginne mit einem einzelnen Augenblick: einem, in dem du sicher warst, deine eigene gute Gesellschaft zu genießen, einem, in dem du das geschmeckt hast, was Gurumayi so schön als *satyaras*, den Nektar der Höchsten Wahrheit, bezeichnet hat. Erinnere dich daran, wie dieser Augenblick war, seine Struktur, sein besonderes Gefühl und sein Aroma. Und dann beobachte, wohin dich dein Nachdenken führt: die anfängliche geistige Übung, der genaue Akt des Festhaltens des Erinnerungsmoments, der zum Gewahr Werden der Erinnerung führt – zu *satsang* selbst und zu dem, was ganz natürlich daraus folgt.

Als Unterstützung für dein Nachdenken und Üben kannst du auf die Siddha Yoga Path Website gehen. Im November wird es auf der Website die mittlerweile alljährlich präsentierte Galerie von Wörtern für Dankbarkeit geben, wobei an jedem Tag des Monats ein neues Wort in Bild und Ton erscheint. Es wird Zusammenstellungen einiger der vielen Lehren, Kommentare und Bilder geben, die du im Laufe des Jahres studiert hast – ein virtueller Durchgang sozusagen durch die Höhepunkte der Siddha Yoga *sadhana* im Jahr 2018. Und es wird eine ganz besondere Animation geben, die verschiedene Aspekte und *sadhana*-Werkzeuge der diesjährigen Botschaft bildlich darstellt.

In Indien ist dieser November auch der Monat von Deepavali (oder Divali), dem Lichterfest. Es ist ein Feiertag, den wir auch auf dem Siddha Yoga Weg begehen, denn die in *diya*-Lampen tanzenden Flammen symbolisieren das göttliche Licht des Höchsten Selbst, seinen Triumph und seine Ausdauer in allen Kreisläufen der Zeit und Fluktuationen dieses Universums. Um dieses Fest herum (4. – 8. November) wird es auf der Website entsprechende Geschichten, Fotogalerien und Musik geben.

Deepavali findet nicht immer im Monat der Dankbarkeit statt, aber wenn das der Fall ist, ergibt die Kombination auf wunderbare Art Sinn, denn die Gemeinsamkeiten zwischen den beiden Festen sind wohl offensichtlich. Wenn das Licht des Selbst in unserem Inneren leuchtet, nehmen wir Fülle wahr – jene Art von Fülle, die sich nicht erschöpft, die nicht von äußeren Umständen, oder davon abhängig ist, wie lang oder kurz die Liste unserer Klagen gerade sein mag. Zumindest hilft sie uns dabei, mit größerem Gleichmut durchs Leben zu gehen.

Diese Fülle spiegelt sich für uns im Äußeren, in den Mahlzeiten, die wir zusammenstellen und gemeinsam einnehmen, in der Art und Weise, wie wir andere bei uns zuhause willkommen heißen und das würdigen, was sie in unser Leben gebracht haben. Doch das wahre Empfinden – die Erfüllung, die Zufriedenheit, die Wunschlosigkeit und die daraus folgende Flut an Dankbarkeit – erleben wir in unserem Inneren.

Und dieses Empfinden, dieses Gefühl macht den Unterschied aus zwischen dem aus gesellschaftlicher Konvention entspringenden mechanischen „Danke“ und der Kraft, die jenes „Danke“ hervorbringt, das leicht und bereitwillig, mit eben dieser Bestimmung aus unserem Herzen aufsteigt. Es ist die Quelle, die lange vor unseren Worten aufwallt und noch lange fließt, nachdem diese sich in Stille aufgelöst haben. Es ist das Idiom, die Sprache, der Tränen, die unsere Wangen herunterlaufen, der Ausdruck in unseren Augen, wenn sie sternenhell strahlen und seitlich Fältchen bilden und Zärtlichkeit zum Vorschein bringen. Ganz gleich wie viele Wörter wir in unserem kollektiven Wortschatz haben, um unsere Wertschätzung auszudrücken – genau deswegen können und *werden* es nie genug sein.

Herzlichst,

Eesha Sardesai



© 2018 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.