

Reflexionen über Gurumayi Chidvilasananda

Das Geschenk des Übens

Von Sumant Martinez

Ich war acht Jahre alt, als mich meine Mutter zum ersten Mal in den Siddha Yoga Ashram in Mexico City mitnahm. Von da an gingen wir jeden Samstag hin, boten tagsüber *seva* an und nahmen am Abend am *satsang* teil. Das Singen hatte ich im *satsang* immer am liebsten. Ich saß immer bei den Trommlern und machte die Bewegungen ihrer Hände nach. Und wenn jemand mich fragte, was meine Lieblingsband sei, sagte ich: „Siddha Yoga Musik!“

Ich war relativ jung, als ich trommeln lernte. Ich nahm an Kursen im Ashram teil und begann bei Kinderprogrammen, Abendgesängen und Ganztags-*saptahs* zu spielen. Als ich älter wurde, bot ich weiter *seva* im Musikdepartment im Ashram in Mexico City und im Shree Muktananda Ashram an. Zu dieser Zeit gab es viele andere Aktivitäten in meinem Leben, also nahm ich mir nicht viel Zeit zum Üben. Ich hatte keinen Mentor oder Lehrer, der darauf geachtet hätte, dass ich übte, und dieser Mangel an Übung zeigte sich an der Art, wie ich spielte. Ich war in meiner Leistung unbeständig – manchmal spielte ich gut, dann wieder nicht. Ich hatte nie das Gefühl, das Instrument zu beherrschen, und auch nicht, in dieser *seva* mein Bestes zu geben.

Viele Jahre später, im Sommer 2013, war ich Gastsevite in der Annapurna-Küche im Shree Muktananda Ashram. Eines Tages, als Gurumayi in der Küche war, grüßte sie mich, und wir begannen zu reden. Sie fragte mich: „Hast du Trommeln geübt?“ Diese Frage kam völlig unerwartet, denn es war lange her, dass ich Musik*seva* angeboten hatte. Während ich noch versuchte, darauf zu antworten, sagte Gurumayi: „Du solltest weiter üben.“

Ich nahm mir ihre Worte zu Herzen und begann, eingehender über sie nachzudenken. Mir wurde klar, wie wichtig diese Interaktion war, da sich das Thema „Üben“ wie ein roter Faden durch mein Leben zieht. Ich bin Fußballtrainer von Beruf, und in dieser Branche trainieren und üben wir nahezu jeden Tag mit dem Team. Ich dachte daher, ich wüsste doch einiges über das Üben. Ich habe den Spielern oft gesagt, dass Übung der Schlüssel zu besserer Leistung auf dem Spielfeld ist. Aber wusste ich *wirklich*, was Übung auf einer tieferen Ebene bedeutet? Ich wusste, dass Gurumayis Worte eine Lehre enthielten, die mein Leben verändern würde.

Ein Jahr später, im Sommer 2014, begann ich als fester Mitarbeiter des Shree Muktananda Ashrams im Musikdepartment zu dienen. Mein Aufgabenbereich umfasste auch, in *satsangs* Trommel zu spielen und jeden Tag zu üben. Zum ersten Mal in meinem Leben widmete ich mich dem Trommel-Üben auf engagierte und disziplinierte Weise. Dadurch, dass ich mich ganz auf diese Verbindlichkeit einließ, vollzog sich eine Verwandlung in mir – nicht nur in der Art, wie ich spielte, sondern auch, wie ich mit den Emotionen und Gefühlen umging, die mit der Disziplin beim Üben einhergingen. Anstatt das Üben als eintönige und ermüdende Tätigkeit anzusehen, merkte ich, wie jedes Mal, wenn ich mich zum Üben hinsetzte, Freude in mir aufstieg. Ich begann ständig darüber nachzudenken, woran ich am nächsten Tag arbeiten sollte, um mich zu verbessern. Ich hörte mir Aufnahmen von Chants an, in denen ich gespielt hatte, um dadurch herauszufinden, wie ich mein Spielen verbessern könnte. Das Beste bei all dem war, dass ich entdeckte, dass dieser Fokus aufs Üben und Verbessern sich nicht als Begrenzung erwies, sondern als Gelegenheit, mich selbst zu übertreffen und mein Bestes zu geben. Das Üben gab mir ein erstaunliches Geschenk.

Als ich an einem Samstagabend im Abend-Gesang spielte, erfuhr ich zum ersten Mal ein Gefühl von Können an der Trommel. Als der Gesang seinen Höhepunkt erreichte, befand ich mich auf einmal im Fluss – ich war von dem Gefühl erfüllt, ganz und gar im gegenwärtigen Augenblick zu sein, durchflutet von Energie und voller Freude. Meine Hände bewegten sich mit einem Geschick, das sie nie zuvor gehabt hatten. Obwohl ich extrem konzentriert war, dachte ich nicht darüber nach,

was ich tun müsste. Vielmehr wusste mein Körper ganz genau, was zu tun war. Ich erkannte, dass das Üben das Tor zu diesem Zustand vollkommener Ausrichtung auf die *shakti* gewesen war. Ich war fähig, mein Bestes zu geben, was mich unglaublich freute.

Wenn ich über diese Erfahrung nachdenke, erkenne ich, dass Gurumayi mich gelehrt hat, wie man *seva* darbringt und wie ich jede einzelne meiner Tätigkeiten ausüben kann. Regelmäßiges Üben lässt mich mein wahres Potenzial finden, so dass ich dem Guru und allen anderen das Beste meiner Fähigkeiten darbringen kann, während ich gleichzeitig etwas tue, das ich liebe. Ich merke, dass ich nun zum Üben motiviert bin, weil ich die Gelegenheit schätze, das Großartige in mir zu entdecken und es der Welt zu schenken.

