

# Reflexionen über Gurumayi Chidvilasananda

## Die Stille achten

Von Mehul Joshi

Während einer Lehr- und Lernveranstaltung mit Gurumayi im Jahr 2002 im Shree Muktananda Ashram hatte ich die Gelegenheit, *seva* als Moderator anzubieten. Wir sangen, meditierten und studierten unter der direkten Anleitung unseres Gurus die Siddha Yoga Lehren.

Nach dem Ende der Veranstaltung teilte mir Gurumayi eine Beobachtung mit, die sie während meiner Moderation gemacht hatte: Gelegentlich hatte ich der Gruppe eine Frage gestellt, auf die keine unmittelbare Reaktion erfolgt war. Nach ein oder zwei Sekunden hatte ich die Stille immer mit einer Bemerkung oder einer weiteren Frage gefüllt.

Gurumayis Unterweisung lautete: „Fühle dich mit der Stille wohl.“

Dann schwieg sie selber. Während ich ruhig mit Gurumayi dasaß, verstand ich, dass die Stille während der Veranstaltung nicht das Fehlen einer Reaktion bedeutet hatte. Sie war vielmehr daraus entstanden, dass die Gruppe die Frage noch tiefer kontemplierte. Es war eine Stille voller Inspiration. Und dennoch hatte ich mich in dem Augenblick, als hundert Augen auf mich schauten, eindeutig unwohl mit der Stille gefühlt. Auf mich hatte es so gewirkt, als würde niemand auf meine Frage reagieren.

Ich war dankbar für diese neue Erkenntnis und dankte Gurumayi für ihre Unterweisung.

Als ich später über meinen *darshan* mit Gurumayi nachdachte, spürte ich intuitiv, dass ihr Hinweis einen Samen gelegt hatte, der für mich besonders bedeutsam sein würde. Ich wollte ihn weiter verfolgen, besonders bei meiner täglichen Meditationsübung.

In den Monaten und Jahren, die auf diesen *darshan* mit Gurumayi folgten, stimmte ich mich immer mehr auf eine feine Dynamik ein, die in den Tiefen meiner Meditation vor sich ging. Manchmal betrat ich einen Raum tief in meinem Inneren, in dem eine kraftvolle Stille schwang. Ich bemerkte, dass meine Meditation immer in genau diesen Momenten aufhörte.

Als ich über diese Erfahrung nachdachte, erkannte ich, dass das nicht nur „einfach passierte“. Wenn ich den weiten, grenzenlosen Raum in meinem eigenen Wesen betrat, wählte ich *bewusst*, aus dieser Erfahrung aufzutauchen, weil ich mich vor der Kraft der Stille im Inneren fürchtete. Ich begriff, dass das, was ich tun musste, war, der Unterweisung zu folgen, die Gurumayi mir gegeben hatte: *Fühle dich mit der Stille wohl*.

Ich entdeckte: Wenn ich mich in meiner Meditation mit der Stille wohl fühle, bedeutet das, dass ich diese Stille als Manifestation meines eigenen Selbst erkenne. Wenn ich jetzt meditiere, biete ich der Stille im Geiste meine Liebe und Achtung dar, sehr ähnlich dem Darbieten einer *puja* für eine Gottheit. Ich fühle dann noch tiefer ihre grenzenlose, pulsierende, verjüngende Kraft.

Gurumayis unmittelbare Führung hat mir neue Einblicke in meine innere Welt verschafft. Sie hat auch meine äußere Welt erhellt.

In meinem Beruf als Berater für Unternehmenskommunikation arbeite ich oft mit Fachkräften, die effektiver mit Einzelpersonen, Teams und Zuhörerschaften kommunizieren möchten. Ich habe im Laufe der Jahre beobachtet, dass viele Menschen, mit denen ich arbeite, in ihrer Kontaktfähigkeit beim Sprechen oder bei Vorträgen dadurch eingeschränkt sind, dass sie wenig Erfahrung darin haben, wie man beim Sprechen gezielt innehält.

Durch das Kontemplieren von Gurumayis Unterweisung habe ich erkannt, wie wertvoll es ist, beim Sprechen Raum für Stille zu schaffen, und ich ermutige nun andere, selbst die Kraft der Stille in ihrer Kommunikation zu entdecken.

Wenn sie wirklich sinnvolle Pausen in ihr Sprechen einbauen, sind sie überrascht, welche sofortige Auswirkung das hat. Sie entdecken, dass der Moment der Stille nicht die Abwesenheit von Kommunikation bedeutet – es ist vielmehr ein Moment, der den Zuhörern Zeit und Raum für die Aktivierung ihrer eigenen Inspiration und Kreativität gibt.

Ich bin Gurumayi zutiefst dankbar. Durch das Befolgen ihrer Anweisung fühle ich mich nun mit der Stille wohler. Ich bin mehr darauf eingestimmt, den Nutzen zu erkennen, der darin liegt, Stille sowohl im Inneren als auch in der äußeren Welt zu achten. Als Ergebnis davon bin ich in der Lage, selbst aus der Kraft der Stille Nutzen zu ziehen und andere zu ermutigen, ihre grenzenlose Fülle zu erfahren.

