

Reflexionen über Gurumayi Chidvilasananda

In Freude leben

von Nada Clyne

An der Kühlschrankschranktüre in meiner Küche hängt eine Geburtstagskarte, die Gurumayi mir vor vielen Jahren geschickt hat. Auf ihr steht: „Dein Lachen ist die größte heilende Energie. Danke für deine Freude.“ Ich bringe Gurumayi immer mit Freude und Freude mit Gurumayi in Verbindung. Über die Jahre hinweg hat sie mich durch ihre Anleitung und ihr Beispiel dazu ermutigt und inspiriert, in Freude zu leben.

In den Jahren, in denen ich als feste Mitarbeiterin im Shree Muktananda Ashram und in Gurudev Siddha Peeth diente, konnte ich immer am Klang des Gelächters, das durch die Gänge plätscherte, erkennen, dass Gurumayi durch den Ashram ging. Manchmal hatte ich das Gefühl, dass der ganze Ashram bis zum Rand mit Gurumayis Freude gefüllt war.

Eines Abends befand ich mich in meinem Büro in Gurudev Siddha Peeth, als ich jemanden auf dem Gang singen hörte. Ich ging zur Tür und sah, dass Gurumayi von ihrem täglichen Spaziergang durch die Gärten zurückkam. Sie sah sehr gelassen und glücklich aus, summt einen *bhajan* und zwirbelte etwas zwischen ihren Fingern. „Guten Abend, Gurumayi“, sagte ich, und sie lächelte, während sie vorbeiging. Nach ein paar Schritten blieb sie stehen, drehte sich um und winkte mich heran. Sie hielt mir ihre Hand entgegen und ließ ein kleines, duftendes Eukalyptusblatt in meine ausgestreckte Hand fallen. Dann ging sie weiter.

Ich stand da, entzückt über das glänzende, grüne Blatt, und schwelgte in dem freudigen Zustand, den Gurumayi mitgebracht hatte. Die Freude war mir vertraut, so als ob mein Herz mit Gurumayis Herzen in Resonanz stünde, und in meinem

Inneren hörte ich die Worte: „Ja! Sei voller Freude!“ Mein nächster Gedanke war: „Ich möchte in dieser Freude leben.“

Die Absicht, die aus diesem *darshan* hervorging, wurde zu einer Erkundungsreise: „Was kann ich tun, um meinen Geist inmitten des täglichen Lebens Augenblick für Augenblick in einen Zustand der Freude zu führen?“ Ich wandte mich Gurumayis Lehren zu, und in ihrem Buch „*Schätze im Innern*“ fand ich diese Anleitung: „Begib dich in Momente, die dich Freude ernten lassen und dich in Wonne versetzen.“

Ich kontemplierte diese Worte, und mir wurde immer klarer, dass ich durch das bewusste Festhalten an positiven Erfahrungen und Gedanken meine Energie und Freude vergrößern konnte. Ich begann, gezielt daran zu arbeiten, dass meine Gedanken und Handlungen mich glücklich machen. Ich ermutigte die Freude, zu verweilen.

In der Natur zu sein hat immer Freude in mir hervorgerufen. Wenn ich hinausgehe, einen tiefen Atemzug tue und mir die Zeit nehme, all das wertzuschätzen, was um mich herum geschieht, dann berührt mich die Lieblichkeit all dessen auf umfassende Weise. Ich beschloss also, mir mehr Zeit in der Natur zu gönnen. Eines Abends saß ich in meinem Garten hinter dem Haus, als ein wunderschöner blauer Reiher im Sturzflug herabkam und am Ufer unseres Teiches landete. In Zeitlupe bewegte sich der Vogel um den Teich, majestätisch und im Einklang mit seiner Umgebung. Es war, als würde ich diesen Einklang in mich aufnehmen, das Vergnügen, ganz eins mit Gottes Schöpfung zu sein.

Ein andermal kam ein Fischotter vorbei und verbrachte den ganzen Tag damit, zu fischen, im Wasser herumzutollen und sich auf einem Baumstamm in der Sonne zu aalen. Welche Freude! Auch jetzt noch steigt ein Gefühl von Verzückerung in mir auf, wenn ich mich an die verspielten Posen des Otters erinnere.

Gerade eben sehe ich hinüber zu meiner *puja*, und da ist Gurumayis lächelndes Gesicht, voller lebendiger Freude. Dankbarkeit steigt in meinem Herzen auf für ihre Großzügigkeit, für all die Jahre, die sie uns alle ermutigt und ihre Freude mit uns

geteilt hat. Durch ihre Lehren und ihre Gegenwart hat sie uns immer und immer wieder daran erinnert, dass wir glücklich sein und voller Freude leben können.



© 2020 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.