

Gedanken zu Gurumayi Chidvilasananda 2017

Das Licht von Gurumayis Lehren widerspiegeln

von Yawu Miller

Gurumayis Lehren haben immer wieder Licht und Klarheit in mein Leben und meine spirituellen Übungen gebracht. Sehr oft höre oder lese ich eine Lehre und es kommt mir so vor, als habe Gurumayi sie genau für mich geschrieben! So war es auch mit Gurumayis Vortrag „Tritt hervor und sei das Licht“ in ihrem Buch *Mut und Zufriedenheit*. Ich habe ihn kurz nach seiner Veröffentlichung im Jahr 1999 gelesen.

Gurumayi sagt über den Umgang mit Menschen in schwierigen Interaktionen Folgendes:

Erlaube es deiner eigenen reinen Weisheit in solchen Augenblicken, durch dich hindurch zu scheinen. Tritt, anstatt darauf zu warten, dass dich der andere mit Licht überflutet, hervor und sei das Licht.¹

Als ich damals diese Lehre las, war ich nicht glücklich mit der Art und Weise, wie ich in schwierigen Situationen bei der Arbeit oder in der Familie reagierte.

Gurumayis Lehre regte mich dazu an, aktiver auf meine Mitarbeiter und meine Familienmitglieder zuzugehen. Ich fing auch an, über zwei Fragen nachzudenken: „Was ist das für ein Licht, das wir sein sollen?“ und „Wie kann ich hervortreten und dieses Licht sein?“

Bei diesem Nachdenken fiel mir wieder ein, wie ich zum ersten Mal ein von einem Menschen ausgehendes Licht wahrgenommen hatte. Es war bei einem *seva* Aufenthalt im Shree Muktananda Ashram in den späten Neunziger Jahren. Ich hatte im Bhagavan Nityananda Tempel meditiert und fühlte Leichtigkeit im Herzen, als ich aus dem Tempel ging. Ich wandte mich zur Seite, um eine andere Siddha Yogi,

¹ Gurumayi Chidvilasananda, *Mut und Zufriedenheit: Eine Sammlung von Vorträgen über das spirituelle Leben*, Deutsche Ausgabe ©2004 SYDA Foundation) S. 62.

die auch gerade herauskam, zu begrüßen. Zu meinem Erstaunen sah ich Licht von ihrer Haut ausgehen. Als ich sagte: „Es strahlt Licht von deinem Gesicht aus“, sagte sie: „Es strahlt auch Licht von dir aus!“

Diese Erfahrung führte mich zu zwei Schlussfolgerungen: Erstens ist das Licht, über das Gurumayi spricht, nicht einfach eine Metapher, sondern konkret wahrnehmbar. Und zweitens machen die spirituellen Übungen wie Meditation, Singen und der *darshan* eines großen Wesens — so wie ich ihn im Tempel mit Bade Baba erlebte — das Licht des Selbst sowohl *in* uns als auch *für* uns stärker wahrnehmbar.

Für mich verkörpert Gurumayi dieses Licht des Selbst sowohl im übertragenen Sinn — weil sie die großen spirituellen Weisheiten beleuchtet — als auch in einem wörtlicheren Sinn. Sie strahlt wirklich Licht aus, das wir wahrnehmen und auch spüren können. Bei einem *seva* Aufenthalt kürzlich im Shree Muktananda Ashram sah ich Gurumayi seit mehreren Jahren erstmals wieder. In dem Moment fühlte ich, als würden von ihr ausgehende Lichtstrahlen in jede Zelle meines Körpers dringen, und mein Geist wurde vollkommen ruhig. Gurumayi *ist* das Licht!

Nach intensiver Lektüre der *Shri Guru Gita* und anderer heiliger Texte verstand ich, dass dieses Licht *prakasha* ist — das Licht des Selbst, das sich sowohl als die Welt manifestiert als auch sie erleuchtet. Was ich sehr stark bei Gurumayis Vortrag in *Mut und Zufriedenheit* empfunden habe, ist dieses: Wenn sie uns aufträgt, „das Licht zu sein“, lädt sie uns damit ein, das Höchste Selbst zu sein, das unser wahres Wesen ist.

In ihrem Vortrag macht Gurumayi klar, dass es bei ihrer Anleitung nicht nur um das geht, was wir in der Meditation erleben. Es geht ebenso darum, wie wir uns im Alltag verhalten.

Ich verstehe es so, dass es bedeutet, aktiv Schritte zu unternehmen, um schwierige Situationen zu verbessern, selbst wenn es vielleicht bequemer wäre, still und unbeteiligt zu bleiben. Es bedeutet auch, über Trennendes und Unterschiede hinwegzusehen und an das Licht des Höchsten Selbst und die allen Menschen innewohnende Güte zu denken, selbst inmitten von Meinungsverschiedenheiten.

Was für mich oft am besten funktioniert, ist, an Gurumayi zu denken. Ich stelle sie mir oft im selben Raum mit mir vor oder ich erinnere mich an eine Lehre von ihr.

Kürzlich moderierte ich eine Debatte über ein kontroverses Thema. Ich arbeite als Redakteur bei einer Regionalzeitung und hatte ausführlich über die Themen geschrieben, auf deren Diskussion sich zwei Parteien vorbereitet hatten. Als sich die Disputanten und ich in einem kleinen Aufnahmestudio zusammendrängten, dachte ich an Gurumayis Lehre.

Nachdem die Diskussion hitzig geworden war, unterbrach ich, um die Teilnehmer beider Seiten für die Tiefe ihrer Besorgnis für die Gemeinde, der wir alle angehören, zu loben. Obwohl sie über den Weg dahin uneins waren, wollten sie alle auf eine bessere Gemeinschaft hinarbeiten. Am Ende hatte ich den Eindruck, dass wir alle imstande waren, Licht zu erleben. Trotz ihrer Meinungsunterschiede gingen diese Parteilager in einem Geist der Freundschaft aus dem Studio.

Einmal schnitt ich beim Autofahren einem Fußgänger an einem Zebrastreifen den Weg ab. Als ich vorbeifuhr, trat er gegen mein Auto. Meine erste Reaktion war Wut. Dann dachte ich: *Nein, ich hätte ihm nicht den Weg abschneiden sollen.* Ich hielt an, und als ich ausstieg, sah ich, wie er zurückwich und nicht wusste, was er zu erwarten hatte. Ich entschuldigte mich dafür, dass ich ihm den Weg abgeschnitten hatte. Er nahm erfreut meine von Herzen kommende Entschuldigung an und entschuldigte sich seinerseits für sein Verhalten. Nach dieser Begegnung fühlte sich mein Körper tatsächlich leichter an, als ob ein Gewicht von meinem Herzen genommen wäre. Es schien mir kein Zufall zu sein, dass das englische Wort „light“ sich sowohl auf Licht als auch auf Schwerelosigkeit bezieht.

Was ich beim Studieren, beim Nachdenken und beim Anwenden von Gurumayis Lehre gelernt habe, ist dies: Wenn ich vortrete, um Licht in eine schwierige Situation zu bringen, bin ich ich selbst. Das Licht des Höchsten Selbst ist das, was ich wirklich bin. Wenn ich an Gurumayi denke und das, was sie lehrt, immer wieder anwende, lasse ich dieses Licht des Selbst in meinem Leben und in der Welt um mich herum offenbar werden.