

Gedanken über Gurumayi Chidvilasananda

Die Bedeutung des Aussprechens von Anerkennung

von Radhika Kapur

Letztes Jahr war ich aus London in Delhi zu Besuch und diente als Gastgeberin vor Ort für einen *Zweiwegesatsang*, der die Mitglieder des Siddha Yoga *sangham* in Delhi mit Gurumayi und den Siddha Yoga Schülern und Schülerinnen im Shree Muktananda Ashram verband. Dieser *satsang* fand am Republic Day of India statt, dem Feiertag, an dem des Tages im Jahr 1950 gedacht wird, als die Verfassung des Landes in Kraft gesetzt wurde und deren fundamentale Werte und Grundsätze festgeschrieben wurden.

Die am *satsang* Teilnehmenden in Indien hatten sich in einem der acht Siddha Yoga Meditationscenter in Delhi versammelt. Das Center quoll über vor Devotees – langjährigen Siddha Yogis, neuen Suchenden, begeisterten Jugendlichen in ihren gestärkten *kurtas* und kleinen Kindern, die herumsprangen. Die Gesichter strahlten. Siddha Yogis hatten seit dem Abend zuvor den Raum hergerichtet, und er strahlte ihre Liebe aus. Süß duftende orangefarbene, grüne und weiße Blumen – die Farben der indischen Flagge – schmückten den Raum.

Die Teilnehmenden nahmen ihre Plätze ein, und wir warteten in stiller Anspannung. Mein Herz schlug ein wenig schneller als sonst. Wir alle spürten die Vorfreude auf den Moment der Verbindung.

Gurumayis Stimme strömte bald darauf wie ein prächtiger Sonnenaufgang aus den Lautsprechern. Sie begrüßte die Devotees mit großer Liebe, ihre Stimme war kräftig, ihre Energie großartig. Auf einem Gesicht nach dem anderen breitete sich ein strahlendes Lächeln aus. Wir befanden uns in der Gegenwart

unseres Gurus. Nachdem Gurumayi ein paar Augenblicke zu uns gesprochen hatte, lud sie uns ein, die *Shri Guru Gita* zu rezitieren. Wir stimmten begeistert zu.

Am Ende der Rezitation bat ich die Leute, über ihre Erfahrung beim *svadhyaya* zu berichten. Bevor jemand etwas sagen konnte, bat mich Gurumayi, zu beschreiben, wo wir seien. Ich begann mit ein paar Details zum Center. „Aber in wessen Haus befindet sich das Center?“, wollte sie wissen.

Im Bruchteil einer Sekunde begriff ich: Gurumayi erinnerte mich an die tief im Siddha Yoga verwurzelte Kultur von Achtung und Anerkennung. Ich hatte vergessen, den Centerleiter zu würdigen, der uns sein Haus so großzügig für den *satsang* geöffnet hatte!

Sobald ich den Namen des Centerleiters genannt hatte, begrüßte Gurumayi ihn freudig. Sie lenkte das Augenmerk auf all die *seva*, die er für das Center darbringt, und auf die anderen *sevas*, die er über die Jahre hin dargeboten hat. Sein Gesicht strahlte vor Hingabe, als Gurumayi zu ihm sprach.

Nach ihrer Unterhaltung beschrieb ich Gurumayi weiter die Blumen im Raum, das Leuchten in den Gesichtern der Menschen, und dass Leute aus allen Teilen von Delhi gekommen waren, um hier mit ihr zusammen zu sein. Gurumayi erzählte uns, dass die Blumen im Raum im Shree Muktananda Ashram ebenfalls in den Farben der indischen Fahne gehalten waren. Als wir über unsere Erfahrung beim Rezitieren der *Shri Guru Gita* berichteten, stellte sich jeder Sprecher und jede Sprecherin selbst Gurumayi vor, und sie antwortete direkt auf jeden Beitrag. Hin und wieder übernahmen Teilnehmende am *satsang* im Shree Muktananda Ashram, die Verbindungen zur Gemeinschaft in Delhi hatten, das Mikrophon und sprachen zu uns. Ich spürte, dass wir alle in einem Meer von Liebe ausgelassen miteinander verbunden waren!

Ich schätze es sehr, dass jede einzelne Handlung von Gurumayi eine Lehre ist. Dadurch, dass sie sich genau im damaligen Moment die Zeit nahm, um

großherzig einzelne Menschen zu würdigen – ihre Anwesenheit, ihre wertvollen Eigenschaften und ihre hilfreichen Handlungen – erweiterte sie mein Verständnis für die Bedeutung echter Anerkennung. Anerkennung ist eine Möglichkeit, den Menschen deutlich zu verstehen zu geben, dass man sie ehrt und achtet, dass man ihre Großartigkeit erkennt.

Als ich darüber nachdachte, fiel mir auf, dass ich daran gewöhnt war, mir die Anerkennung eher für etwas aufzuheben, das ich als etwas „Besonderes“ ansehe. Ich war nicht darauf eingestellt, für alltägliche Dinge wie Haushaltsführung oder grundlegendes Entgegenkommen Anerkennung zu geben oder zu erhalten.

Ganz allmählich begann ich, neue Formen des Anerkennens zu üben. Ich fing fast schüchtern bei meiner Familie an. Eines Abends dankte ich meinem Mann dafür, dass er das Gemüse für das Abendessen kleingeschnitten hatte. Ich nahm mir Zeit, um seinem hilfreichen Tun Aufmerksamkeit zu schenken, etwas, das ich vorher nicht für wichtig erachtet hatte. Das Ausdrücken meiner Wertschätzung ließ mich innerlich lächeln, und zwar so sehr, dass ich meine Würdigung dreimal wiederholte. Sein Gesicht und seine Stimme spiegelten stille Freude. Ein andermal sprach ich mit meiner Mutter am Telefon. Ich hatte mich über etwas sehr geärgert, und sie tröstete mich mit ihrer liebevollen Stimme. Ihre Zuwendung kam durchs Telefon und umhüllte mich wie die zärtlichste Umarmung. Ich dachte: „Sie liebt mich so sehr. Ich habe solches Glück, dass sie meine Mutter ist.“ Dann dachte ich: „Warum sage ich ihr das eigentlich nicht!“ Also rief ich sie am nächsten Tag an und gab ihr diesen Gedanken wieder. Ihr Lachen als Antwort war süß wie Orangenbonbons in einem großen Glas. Zärtlichkeit funkelte zwischen uns.

Durch Gurumayis Lehre ist mir klargeworden, wie wunderbar es ist, Anderen Anerkennung für ihre Tätigkeiten im Alltag zu schenken. Ich beobachte eine Veränderung bei anderen – bei Freunden, bei meiner Familie, bei Arbeitskollegen und den Menschen, die ich täglich treffe – wenn ich mir die Zeit nehme, sie zu würdigen, und sei es nur für einfache Dinge. Ich habe zum

Beispiel bei der Arbeit mit einer Bekannten festgestellt, dass sich zwischen uns eine angenehmere Energie ergab, sobald ich ihre speziellen Beiträge zu unserem Arbeitsprojekt würdigte. Das Üben von Anerkennung hilft mir, mich auf die Vorzüge anderer zu konzentrieren. Sobald ich meine Aufmerksamkeit auf ihre Beiträge lenke und meine Wertschätzung für sie formuliere, spüre ich auch mehr Liebe! Ich bin Gurumayi dankbar dafür, dass sie mich die Bedeutung echter Wertschätzung lehrt, die das Gute und die Liebe auf der Welt vergrößert.



© 2018 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.