Mut

Eine von Gurumayi Chidvilasananda ausgewählte Tugend für *Birthday Bliss* - Geburtstagsglückseligkeit

Ein Kommentar des Siddha Yoga Meditationslehrers Eric Baylin

Dhairya ist im Sanskrit einer von mehreren Begriffen für „Mut“. *Dhairya* besitzt eine Vielfalt von Bedeutungsschattierungen, darunter *Ausdauer*, *Weisheit*, *Gelassenheit*, *Wagemut*. Jede beschreibt eine unterschiedliche Facette von Mut im Zusammenhang mit *sadhana*.

Mut wurzelt im Verständnis der Höchsten Wahrheit, die unveränderlich ist.

Mut entsteht aus der Weisheit des Höchsten Selbst.

Mut ist das Ergebnis von Gleichmut.

Mut unterscheidet zwischen realen und eingebildeten Gefahren und Ängsten und ermutigt uns, unsere Aufmerksamkeit auf unseren Kraftvorrat im Inneren zu lenken.

Die Herleitung des englischen Worts „*courage*“, Mut, vom französischen *coeur* bzw. *Herz* fügt unserem Verständnis eine weitere Dimension hinzu. Wir sagen manchmal „Fasse dir ein Herz“ und meinen damit „Beziehe dich auf deine angeborene Stärke, um dich den Dingen zu stellen, denen du gegenüberstehen musst“. Im Kontext der *sadhana* hat *Herz* die noch tiefere Bedeutung als Kern unseres Wesens: Das Herz ist eine weitere Bezeichnung für das innere Selbst. In diesem Sinne geht Mut vom Herzen aus.

Gurumayis definiert diese inspirierende Eigenschaft in ihrem Buch *Mut und Zufriedenheit* wie folgt:

Mut heißt, den Anforderungen eines jeden Augenblicks mit großer Freude und in dem Bewusstsein nachzukommen, dass du ihnen gewachsen bist. Mut zu haben bedeutet, der festen Überzeugung zu sein, dass in dir eine Kraft wohnt, deren Wesen niemals von äußeren Umständen beeinträchtigt werden kann.¹

Gurumayi lehrt uns, dass Mut, den wir uns oft mit sehr großen Herausforderungen assoziieren, in Wirklichkeit den *Erfordernissen eines jeden Augenblicks* gerecht werden muss. Mit anderen Worten: Wir müssen fortwährend Mut beweisen, auf vertrautem Terrain und in jedem Augenblick unseres Tages – umgeben von der Familie, bei der Arbeit oder in der Einsamkeit unseres spirituellen Übens.

Mut ist der Auslöser eines subtilen inneren Vorgangs, bei dem wir begrenzende Gedanken hinter uns lassen und uns dem erweiterten Seinszustand des Herzens öffnen. Durch Mut lassen wir die Gedanken los, die unsere Tatkraft untergraben, wie zum Beispiel „*Ich bin unwürdig*“, „*Ich kann das nicht*“ und erlauben dem Herzen zu sagen „*Ich bin Das, was ich bin.*“ Mut ermutigt uns, Abstand von den einengenden Grenzen unseres Stolzes zu gewinnen und mit Demut zu handeln. Mut drängt uns in der Stille der Meditation dazu, jede Faser unseres Wesens von dem zu befreien, was uns zurückhält, und uns in unserer eigenen Haut wohlzufühlen.

In den Augenblicken, in denen wir uns der Stärke und Weite des Herzens öffnen, offenbart sich unser Mut. Solche Momente beleben uns vollkommen. Wir erleben nicht nur Stärke, sondern auch Freude und Begeisterung, denn auch das sind Eigenschaften des Herzens.

Es ist offensichtlich, dass wir durch mutiges Handeln unser Vertrauen in das innere Selbst zum Ausdruck bringen. Solches Vertrauen wird im Laufe

der Zeit dadurch abgesichert, dass wir beständig üben und uns an die Offenbarungserlebnisse erinnern, die entstehen, wenn sich der Schleier des gewöhnlichen Geistes hebt. In solchen Augenblicken erkennen wir unsere innere Göttlichkeit. Durch unsere eigenen Bemühungen und durch das unfehlbare Geschenk der Gnade lernen wir, darauf zu vertrauen, dass das Herz eine unerschöpfliche Quelle ist, die uns unterstützen wird, ganz gleich, was für äußere Ereignisse auf uns zukommen.

Das *Kularnava Tantra* beschreibt den Vorgang auf folgende Weise:

असाध्यसाधकं शूरमुत्साहबलसंयुतम् ।

अनुकूलं क्रियायुक्तमप्रमत्तं विचक्षणम् ॥ १३.२८॥

*asādhyasādhakam śūram utsāhabala-samyutam,
anukūlam kriyāyuktam apramattam vicakṣaṇam.*

Derjenige ist weise, der durch *sadhana* und die Kraft seiner Begeisterung das Unmögliche möglich macht. Er versäumt nie, sich Enthaltensamkeit und angemessener Arbeit zu widmen. Er ist mutig.²

Ein weiser und mutiger Suchender ist in der *sadhana* beständig und erfüllt seine spirituellen Übungen mit Enthusiasmus – wörtlich: göttlicher Inspiration. Durch Ausdauer, Weisheit, Gelassenheit und Wagemut macht der Suchende beständig Fortschritte darin, sein Verständnis zu festigen, dass in dieser menschlichen Gestalt das Göttliche wohnt.

Die Siddha Yoga Lehren verleihen uns die Kraft, „er-mutigen“ uns, solche Suchende zu sein. Wir können uns in jedem Augenblick ein Herz fassen und jedweder Situation mit Zuversicht und Freude begegnen. Wenn wir einer Herausforderung gegenüberstehen, sind wir in der Lage, das Richtige und Notwendige zu tun, weil es in uns eine Kraft gibt, die allem, was das Leben uns bringt, gewachsen ist. In jedem Augenblick – in genau *diesem*

Augenblick – können wir unser stärkstes, unser freudvollstes und unser mutigstes Selbst sein.

Affirmation für Mut

Ich schöpfe Mut aus dem Kraftvorrat im Inneren.

© 2016 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.

¹ Gurumayi Chidvilasananda, *Mut und Zufriedenheit: Eine Sammlung von Vorträgen über das spirituelle Leben* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation®, 2004) S. 8

² *Kularnava Tantra* 13.28, Englische Übersetzung von Swami Muktananda, *The Perfect Relationship* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1999) S. 38.