

समानुभूति

Samānubhūti

24. Juni 2022

Kommentar von Ami Bansal und Garima Borwankar

Teil I

Der am meisten *anandatse*, mit Glück gesegnete, aller Tage – der Tag des 24. Juni – nimmt einen kaum beschreibbaren und ganz besonderen Platz in unserem Herzen und in den Herzen aller Siddha Yogis ein. Es ist der Geburtstag unseres geliebten Shri Gurus, Gurumayi Chidvilasananda!

Und zu Ehren von Gurumayis Geburtstag wird auf dem Siddha Yoga Weg auch der gesamte Monat Juni als *Geburtstagsglückseligkeit* gefeiert. Eine der Hauptlehren, die wir von Gurumayi lernen, ist die, dass unsere wahre Essenz nichts als reine Glückseligkeit ist und dass unser Auftrag auf dieser Erde darin besteht, das zu erkennen. In dem *abhangā*, dem religiösen Lied, mit dem Titel *Anandatse dohi, ananda taranga*, sagt der Dichterheilige Tukaram Maharaj: „In der großen Flut von Glückseligkeit erheben sich Wellen, und auch sie sind nichts als Glückseligkeit, denn Glückseligkeit ist die wahre Natur eines jeden Teilchens dieses Körpers aus Glückseligkeit!“

Wie viele von euch wissen, erhalten alle Siddha Yogis und neuen Suchenden den ganzen Monat Juni über täglich eine Tugend von Shri Gurumayi. Gurumayi begründete diese Tradition im Jahre 2013. Wir, die wir diese Tradition kennen, freuen uns jeden Juni darauf, da eben diese Tugenden im Zuge unserer vertieften Beschäftigung damit eine neue Bedeutung annehmen und ihre Essenz für uns entfalten. Neue Suchende machen indes viele erstaunliche Entdeckungen, wenn sie

zum allerersten Mal erfahren, was diese Tugenden auf dem Siddha Yoga Weg bedeuten.

Und dann, am 24. Juni, erhalten wir jedes Jahr von Gurumayi eine Geburtstagsüberraschung. Was ist eine Geburtstagsfeier ohne eine Geburtstagsüberraschung, richtig? Normalerweise bekommt man am eigenen Geburtstag Geschenke von allen anderen. Es ist also bemerkenswert, dass Gurumayi Jahr um Jahr um Jahr an ihrem Geburtstag *uns* das unglaubliche Geschenk einer Lehre in der Gestalt einer Tugend macht. Das zeigt auf wunderschöne Weise, was wir von Gurumayi gelernt haben: nämlich, dass zwischen Guru und Schüler das Geben und Nehmen auf vielen Ebenen zugleich stattfindet. Es folgt keinem linearen Weg; es erstreckt sich vielmehr in alle Richtungen. Während dieses Geben und Nehmen weiter stattfindet, dehnt sich seine Energie und sein Segen konzentrisch aus und erfüllt die Welt mit *saundarya*, Schönheit, mit *sādhutā*, Güte, und mit *prakāsh*, Licht.

Für uns als ihre Schüler*innen ist dieses Geschenk von Gurumayi von unschätzbarem Wert, weil das Studieren und Üben ihrer Lehre uns zur Erfahrung des Göttlichen im Inneren führt. Das Geschenk, das *wir* dem Guru wiederum geben können, ist, eifrig und entschlossen auf unserem Weg zum Ziel der *sadhana* voranzuschreiten. Wir fühlen uns vielleicht auch angeregt, auf andere Weise zu geben, wie zum Beispiel durch *seva* oder *dakshina*; beides sind Arten des Gebens, die aus einem tiefen Verständnis und Wissen um die verwandelnde Kraft der Lehren des Gurus stammen.

Was auch immer wir vom Guru erhalten, ist *guru-prasad* – ein heiliges Geschenk vom Guru. *Prasad* ist eine Gabe von Shri Guru in einem Akt von unvergleichlicher Großzügigkeit und beispiellosem Mitgefühl. *Prasad* vom Guru ist eine Form der Gnade des Gurus, die dem Schüler, der Schülerin gewährt wird. Tatsächlich ist *guru-prasad* ein Synonym für *guru-kripa*, die Gnade des Gurus.

Guru-prasad muss nicht unbedingt ein materieller Gegenstand sein. *Prasad* vom Guru, welche Gestalt und Form es auch immer annimmt, bedeutet für den

Schüler bzw. die Schülerin in der *sadhana* die Gelegenheit zur Verwandlung. Denke an die erstaunliche Transformation einer Raupe in einen Schmetterling. Durch den Prozess der Metamorphose wachsen einem erdgebundenen Insekt, das zuvor am Boden gekrochen ist, Flügel und es schwingt sich in den Himmel.

Shri Gurumayi gibt uns also ein kostbares Geschenk: eine Tugend, die bereits in dem Augenblick, in dem wir sie erhalten, von Bedeutung ist und deren Wert im Laufe der Zeit exponentiell zunimmt. Die Bedeutung, die sie für uns hat, und die Segnungen, die sie uns gewährt, wenn wir sie annehmen, studieren und verinnerlichen, werden in unserer *sadhana* auch weiterhin Frucht tragen.

Im Jahr 2022 heißt die Tugend, die Shri Gurumayi uns zu Ehren ihres Geburtstags gegeben hat:

समानुभूति

Samānubhūti

[Bitte hier klicken, um die Audio-Aufzeichnung anzuhören]

Hier möchten wir dich bitten, die Tugend *samānubhūti* laut zu lesen.

Konzentriere dich beim lauten Aussprechen auf den langen Vokal *a* in *samaa*.

Konzentriere dich auch auf den langen *u*-Vokal in *bhuti*.

Und das *t* am Ende des Wortes ist ein weiches *t*, wie im Spanischen *tío*, im Französischen *tout* und im Italienischen *tu*. Der Laut wird „dental“ genannt, weil beim Aussprechen die Zungenspitze die Rückseite der oberen Schneidezähne berührt.

Und jetzt wiederhole das Wort im Stillen – *samānubhūti*.

Vielen Dank, dass du Zeit mit dieser erlesenen Tugend verbracht hast. Wir können uns vorstellen, dass du dir, wie viele von euch, gerne mehr Zeit nehmen möchtest, um ihre Schönheit zu bewundern; um ihre Struktur zu würdigen, vielleicht sogar im Geiste ihre Konturen mit dem Finger nachzufahren; um immer wieder ihrem Klang zu lauschen und dabei genau auf die Silben und die kurzen und langen Vokale zu achten. Dabei wirst du zunehmend vertrauter mit ihrer Eigenart werden und den ihr innewohnenden *rasa* genießen.

Im Rahmen unserer eigenen Untersuchung haben wir viele Dimensionen von *samānubhūti* entdeckt. Das soll jedoch keinesfalls suggerieren, dass das die einzigen Bedeutungen sind, die du in *samānubhūti* beinhaltet finden wirst. Das Spektrum von *samānubhūti* ist weit und geheimnisvoll in der Art, wie es sich manifestiert. Es gibt Myriaden von Möglichkeiten, wie wir sie verstehen und erfahren können. Wir sind sicher, dass du im Verlauf deines eigenen Studiums der Tugend – wenn du sie Tag und Nacht in deinem Gewahrsein hältst und sie in den Handlungen in deinem Leben lebendig wird – Offenbarungen und eigene Erkenntnisse zur Bedeutung und zum Segen von *samānubhūti* haben wirst. Tatsächlich ist das auch für uns immer noch eine Reise und wir blicken ganz aufgeregt unseren weiteren Entdeckungen zu dieser Tugend entgegen – durch das Lesen eurer Beiträge auf der Siddha Yoga Path Website, durch Gespräche mit gleichgesinnten Menschen und durch das, was auch immer eure eigene Beschäftigung mit diesem *prasad* uns in den kommenden Tagen, Wochen und Jahren offenbaren wird.

Was ist also die Bedeutung von *samānubhūti*, einem Wort, das im Sanskrit wie auch im Hindi existiert? Im weitesten Sinne entspricht *samānubhūti* dem Wort *Empathie*, was definiert werden kann als „die Fähigkeit, Gefühle und Emotionen einer anderen Person so nachzuempfinden, als seien sie die eigenen“. Synonyme sind z.B.

Verständnis, innere Beziehung, Wertschätzung und Mitgefühl. Zugleich besitzt der Begriff *samānubhūti* zusätzliche Bedeutungsebenen von außergewöhnlicher Tiefe und Vielfalt, die ihn glitzern lassen wie einen schillernden Edelstein.

Wie wir gerade sagten, kommt der Begriff *samānubhūti* sowohl im Sanskrit als auch im Hindi in ähnlicher Bedeutung vor und stammt ursprünglich aus dem Sanskrit.

Es ist ein zusammengesetztes Wort, das aus zwei Teilen besteht: *sama + anubhūti*.

Das Wort *sama* hat im Sanskrit vielfältige Bedeutungen: *gleichwertig; gleichartig, identisch; ausgewogen, ähnlich; beständig, unwandelbar; unparteiisch, vorurteilslos, fair und voll, vollständig, ganz.*

Anubhūti steht für Wahrnehmung, Erfahrung, Erkenntnis und Wissen.

Wenn diese beiden Wörter zum zusammengesetzten Wort *samānubhūti* aneinandergesetzt werden, entstehen facettenreiche Bedeutungen:

- Gewährsein von Gleichheit, Nicht-Unterschiedlichkeit und Eins-Sein mit allem
- Wissen und Wahrnehmung von Ganzheit und Vollständigkeit
- Erfahrung von Balance und Gleichmut
- Gewährsein von Gleichwertigkeit, das zu tiefer Empathie, zu Mitgefühl und Verständnis führt
- vorurteilsloser und sanftmütiger Umgang mit anderen

***Samānubhūti* ist das Gewährsein von Gleichheit und Eins-Sein.**

Samānubhūti ist eine Tugend, die aus der grundlegenden Überzeugung entsteht, dass alle und alles aus derselben Essenz stammen und deshalb alles gleichwertig mit allem und nicht von etwas oder jemand anderem verschieden ist.

In Bezug auf diese Höchste Wahrheit heißt es in der *Mandukya Upanishad*:

सर्वं ह्येतद् ब्रह्म अयमात्मा ब्रह्म

sarvaṃ hyetad brahma ayamātmā brahma

All das ist Brahman, das Absolute, und dieses Selbst ist Brahman.¹

Dieses Selbst, Brahman, ist das Selbst, das alles und alle durchdringt. Auch wenn dir diese Wahrheit vielleicht nicht immer bewusst ist, machst du beim genaueren Hinsehen doch oft die Erfahrung des Eins-Seins, das *samānubhūti* zugrunde liegt. Du erfährst zum Beispiel vielleicht, dass eine Person, der du einmal kurz begegnet bist, breite Anerkennung für ihre Arbeit oder ihren Beitrag zur Gesellschaft erhalten hat. Deine spontane Reaktion ist: „Beeindruckend. Wie wunderbar!“ Du kennst diese Person kaum, doch ihre Freude ist deine Freude, ihre Errungenschaft ist deine Errungenschaft. Du empfindest Stolz und Verbundenheit mit ihr. Brahman in dir ist in Resonanz mit Brahman in dieser Person. Es ist irrelevant, wie gut oder weniger gut du diese Person kennst – du hast bereits das Licht von Brahman in ihr gespürt.

Wir wollen uns ein anderes Beispiel ansehen. Du gehst an einem hellen sonnigen Tag hinter jemandem einen belebten Bürgersteig entlang. Alles ist gut, doch plötzlich stolpert die Person vor dir und fällt hin. Deine spontane Reaktion ist zu helfen; du streckst die Hand aus, hilfst der Person sachte auf und stellst sicher, dass sie sich nicht verletzt hat. Du überlegst nicht: „Soll ich ihr helfen? Soll ich nicht?“ Du bietest Hilfe an, ohne überhaupt nachzudenken. Brahman in dir spürt, was Brahman in der anderen Person gerade erlebt.

Samānubhūti bezeichnet das Gewahrsein unserer Fähigkeit, mit der Welt um uns in Verbindung zu sein. Sie benennt, was sonst für einige von uns vielleicht ein amorphes Gefühl zu sein scheint, etwas, das zu erklären oder zu definieren uns vielleicht schwerfällt. *Samānubhūti* ist dieses Gefühl.

***Samānubhūti* ist das Wissen von Ganzheit.**

Wenn du dich mit der Welt eins fühlst, wenn du erkennst, dass nichts vom höchsten ‚Ich‘ verschieden ist, beginnst du zu sehen, dass alle Wesen auf diesem Planeten miteinander verbunden sind und ein kollektives Ganzes bilden – dieses Universum. Was in einem Teil der Welt oder mit irgendeiner Spezies

geschieht, wirkt sich früher oder später auf den Rest der Welt und das Leben aller Arten aus.

Eine Theorie in der Physik namens „Quantenverschränkung“ beschreibt, wie zwei subatomare Teilchen miteinander verbunden sein können trotz der Tatsache, dass sie Milliarden von Lichtjahren voneinander entfernt sein könnten. Obwohl diese gigantische räumliche Ausdehnung sie voneinander trennt, beeinflusst eine Veränderung bei einem das jeweils andere.

Außerdem haben noch andere Theorien der Atomphysik die Vernetzung von subatomaren Teilchen, Atomen und Molekülen beschrieben. Zum Beispiel verbinden sich geladene Teilchen in einem Atom, und Atome können tatsächlich ohne diese Verbindung zwischen den Teilchen nicht existieren. Auch hier bewirkt eine Veränderung im einen eine Veränderung im anderen. Planetenforscher haben auch entdeckt, dass wir den Ursprung fast aller chemischen Elemente, die im menschlichen Körper vorkommen – wie etwa Kalzium, Natrium, Eisen, Kupfer, Wasserstoff und Sauerstoff – auf entfernte Sterne zurückführen können. Durch mehrere Supernova-Explosionen über viele Äonen der Zeit hinweg fanden diese Elemente ihren Weg in unser Sonnensystem, auf die Erde und schließlich in unsere eigenen Körper. Auf diese Weise sind wir ein Teil des Kosmos und der Kosmos ist buchstäblich ein Teil von uns.

Die Naturwissenschaft beschreibt alles als Pulsieren von Energie – auf der atomaren Ebene, auf der molekularen Ebene, auf der Ebene von Lebewesen. Und alles pulsiert mit der ihm eigenen charakteristischen Schwingung. Zwei Dinge tauschen Energie aus, wenn sie in Resonanz miteinander stehen. Diese Energie, die in allem im Universum – in jedem Atom – pulsiert, erschafft eine harmonische Übereinstimmung.

Das Sanskrit-Wort für Atom ist *aṇu*. *Aṇu* ist auch ein Name für Shiva, den Herrn, und ein Substantiv mit der Bedeutung „individuelle Seele“. Der höchste Shiva nimmt die Gestalt jedweder individuellen Seele an, indem er sich

zusammenzieht und zugleich vervielfältigt, um alles auf dieser Welt zu werden. Was für ein göttliches Konzept das doch ist! Stimmt du nicht zu?

Wenn du diese kosmische Vernetztheit, diese weltweite Verflechtung erkennst und verstehst und dich allmählich in diesem Wissen des Eins-Seins verankerst, dann fängst du nicht nur an, in einem Zustand von Harmonie in deinem Innern zu leben, du beginnst auch im Einklang mit allen Wesen in diesem Universum zu schwingen.

Wenn du aber andererseits dich selbst als von anderen, von deiner Umgebung und von der Welt getrennt ansiehst, dann bringt diese begrenzte Perspektive Zwietracht und Disharmonie im Inneren wie im Äußeren mit sich und führt zu einer Störung in der kosmischen Ordnung.

Das erinnert uns an eine Lehre von Baba Muktananda, Gurumayis Guru, der oft in seiner liebenswerten Mischung aus Hindi und Marathi zu sagen pflegte:

उपकार नको मगर उपद्रव नहीं चाहिए

upakār nako magar upadrav nahīm cāhiye

Es ist in Ordnung, wenn du nicht helfen kannst, aber sei wenigstens nicht im Weg.

Baba formulierte oft prägnante, sutra-ähnliche Aussagen, die tiefe Bedeutung besaßen. Was er mit dieser Aussage meint, ist: „Sei nicht im Weg; lege denen keine Hindernisse in den Weg, die versuchen zu helfen.“ Was uns diese Worte von Baba auch zeigen, ist, dass wir uns darum bemühen müssen, als Vermittler*innen von Harmonie in der kosmischen Ordnung zu agieren.

Wie kannst du also, wenn du die Weisheit von Babas Worten in dich aufnimmst, die Harmonie in deiner Welt wiederherstellen, und in der Welt, die über dich hinausgeht? Eine Möglichkeit, das zu tun, besteht darin, dich mit der Tugend *samānubhūti* zu verbinden und sie zu üben, indem du die Welt als ein

miteinander verwobenes Ganzes ansiehst. *Samānubhūti* zu üben verlangt
bewusstes Bemühen.

Fortsetzung folgt...



© 2022 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.

ⁱ *Mandukya Upanishad*, 2; deutsche Übersetzung © 2022 SYDA Foundation.