

विचारशीलता

Vichārshīlatā

Eine Tugend von Gurumayi Chidvilasananda

für den 24. Juni 2026

Ein Kommentar von Ben Williams

Am strahlenden Firmament der Tugenden, die Gurumayi Siddha Yogis und neuen Suchenden über den ganzen Monat Juni hinweg zum Studium gegeben hat, hat Gurumayi uns einen neuen Stern offenbart. Für ihren Geburtstag am 24. Juni hat Gurumayi uns die Tugend *vichārshīlatā* übermittelt.

Lasst uns diese sternengleiche Tugend gemeinsam erforschen, so dass sie hell am Nachthimmel unseres Gewahrseins erstrahlen kann.

Alle Wörter tragen Bedeutungsnuancen in sich, die in ihrer Ursprungssprache einzigartig sind. So ist es auch mit dem Hindi-Wort *vichārshīlatā*, einer Zusammensetzung aus *vichār* und *shīlatā*. Das Wort *shīlatā* bedeutet, „eine bestimmte Qualität, Veranlagung oder Charaktereigenschaft zu besitzen“. *Vichār* bezeichnet Nachdenken, Abwägung, Umsicht, Urteils- und Unterscheidungsvermögen. Das zusammengesetzte Wort *vichārshīlatā* beschreibt einen Menschen, der sehr reflektiert ist, der sein Leben mit wacher Intelligenz und lebendigem Bewusstsein meistert und der in seinen Gedanken und Handlungen wohlüberlegt und bewusst vorgeht.

Ich betrachte ein Wort sehr gerne aus vielen verschiedenen Blickwinkeln, um seine Bedeutung besser zu erfassen – zumal es keine einfache Aufgabe ist, beim Übersetzen von einer Sprache in eine andere stets die perfekte Entsprechung für ein

Wort zu finden. Das trifft auf jeden Fall auch auf die Übersetzung des Wortes *vichārshīlatā* zu.

Dennoch ist das englische Wort „thoughtfulness“ [im Deutschen „Bedachtsamkeit“] eine elegante Annäherung an seine Bedeutung. Bedachtsamkeit ist ein Potenzial, mit dem alle Lebewesen geboren werden, das jedoch erst durch bewusste Kultivierung und eine Haltung aufrichtiger Schülerschaft zur vollen Blüte gelangt.

Im Ambiente unserer heutigen Welt ist Bedachtsamkeit jedoch zunehmend selten.

Hast du das bemerkt?

Diese Situation hängt unter anderem mit der rasanten Verbreitung von Technologien und Diskursen zusammen, die Menschen und Gemeinschaften spalten und voneinander isolieren. Wechselseitige und harmonische Beziehungen zur Erde und zu unseren Mitmenschen zu schaffen – Beziehungen, denen Geduld, Aufnahmefähigkeit und Verständnis zugrunde liegen – ist seit jeher ein edles Unterfangen gewesen. Und zugleich ist es ein Vorhaben, das heute mehr denn je an Dringlichkeit gewinnt.

Unser Leben wird zunehmend von Technologien geprägt, die unseren Blick verengen und zur Ichbezogenheit verleiten: Das Konzept von „ich“ und „mein“ kann dann auf einmal wichtiger werden als die Höflichkeit und Fürsorge, die wir anderen entgegenbringen. Wenn wir uns in einer solchen Situation bewegen, ist es ziemlich leicht, der Sache überdrüssig zu werden. Tatsächlich sind wir in unserem Alltag – angesichts all dessen, was sich in der Welt ereignet – vielleicht eher mit dem Gegenteil von *vichārshīlatā* vertraut – nämlich mit Unbedachtheit [„thoughtlessness“].

In der indischen Tradition philosophischen Denkens ist das Ausschlussverfahren eine verbreitete Methode, um ein Prinzip zu klären. Um eine auf der Wiese weidende Kuh richtig zu identifizieren, kann es helfen, als Erstes festzustellen, dass

es sich dabei *nicht um ein Pferd* handelt. Um umfassend zu würdigen, was Bedachtsamkeit ist und einschließt, wollen wir zunächst ihr Gegenteil ausschließen.

Ein unbedachter Mensch macht sich sofort ein Bild. Er zieht automatisch voreilige Schlüsse. Er taxiert andere Menschen mit großer Selbstsicherheit. Darauf folgt oft eine Kette mentaler Urteile – er sieht andere vor allem als ein Bündel vorhersehbarer Verhaltensmuster und beurteilt sie entsprechend. Und auch wenn eine derart unmittelbare Einordnung von Menschen oberflächlich gesehen „effizient“ erscheinen mag, erschöpft sie in Wahrheit unsere kostbaren Ressourcen von Zeit und Energie. Denn Unbedachtheit verstrickt uns in Muster des Leidens und lässt uns mit der Welt ringen, die so in unserem Geist erscheint. Zum Glück können wir dem eine andere Art des Sehens, die uns bereits zur Verfügung steht, entgegensetzen: Bedachtsamkeit, ein mitfühlendes In-Betracht-Ziehen eines jeden Menschen als eines sich entwickelnden Wesens, das auch eine Verkörperung göttlicher Energie ist.

Bedachtsamkeit und all die Tugenden, über die wir in diesem Monat nachsinnen und die wir in die Tat umsetzen, sind wesentlich für das Ziel des Siddha Yoga Weges, nämlich *jīvanmukti*, die Befreiung in diesem Leben. Diese Tugenden werden auf dem Siddha Yoga Weg lebendig, weil es eine wechselseitige Beziehung gibt zwischen unserem Bemühen, sie zu kultivieren, und der Gnade des Gurus, den Segnungen der Tradition der Siddhas und der Quelle von Weisheit und Unterstützung innerhalb des Siddha Yoga *sangham*.

Meiner Erfahrung nach geschieht etwas Außergewöhnliches, wenn wir – durch beständige Siddha Yoga *sadhana* – bewusst an uns selbst arbeiten. Der Geist wird geschmeidig. Der Atem wird leicht.

Die Gedankenmuster, die durch den Kopf strömen und unsere geistige Landschaft formen, haben tatsächlich die Neigung zu erstarren. Aber ein Geist, in dem das Mantra schwingt, der von den höchsten Frequenzen, die diesen Silben innewohnen, durchdrungen ist, zeigt einen anderen Charakter. Ein Geist, der von Meditation, von der erlesenen Kraft der Gelassenheit und Seelenruhe durchdrungen ist, zeigt einen

anderen Charakter. Ein Geist, der durch die Lehren des Gurus, durch diese unglaubliche Goldgrube an Weisheit und Gnade, geläutert ist, zeigt eine andere Beschaffenheit. Solch ein Geist wird zu einer sich stets erneuernden Quelle von Energie.

Du kennst vielleicht das Sprichwort, das auf ein Bild des römischen Dichters Ovid zurückgeht: „Steter Tropfen höhlt den Stein – nicht durch Gewalt, sondern durch Beharrlichkeit.“ Durch beharrliche Selbsterforschung und spirituelles Üben haben wir die Möglichkeit, einen Geist zu kultivieren, in dem *vichārshīlatā*, Bedachtsamkeit, erstrahlt. Wir möchten die uns innewohnende, ursprüngliche Reinheit des Geistes wieder zum Vorschein bringen, und wir tun das mit Freude. Wir möchten die Offenheit und Empfänglichkeit des Geistes hervorlocken, und wir tun das, indem wir genauer hinhorchen. Wir möchten die Unterscheidungsfähigkeit und die lebendige Neugier des Geistes in Gang setzen, und wir tun das, indem wir uns in den gegenwärtigen Augenblick verlieben. Durch diesen Prozess befreien wir uns von den uns selbst begrenzenden Vorstellungen. Dann können wir eine reiche Ernte einfahren. Wir können das uns innewohnende Potenzial für diese strahlende Tugend voll zur Entfaltung bringen.

Mit der Zeit und im Rhythmus rechten Bemühens wird Bedachtsamkeit zu unserer zweiten Natur. Und immer dann, wenn wir bemerken, dass ihre Präsenz in unserem Leben nachlässt – wenn diese schöne Tugend zu lange ungenutzt geblieben ist – können wir sie wieder aktivieren. Wir können dafür sorgen, dass wir uns Tag für Tag und Nacht für Nacht immer wieder bewusst für Bedachtsamkeit entscheiden. Wenn wir die unschätzbare Tugend *vichārshīlatā* in uns tragen und sie in unserem Leben umsetzen, trägt sie uns in ein Dasein voller Tiefe und Sinn. Bedachtsamkeit zieht Bedachtsamkeit an; wenn wir Verständnis und Wohlwollen ausstrahlen, spiegelt uns die Welt diese Eigenschaften zurück.

Lasst uns Gurumayis Geburtstagsgeschenk dieser Tugend von ganzem Herzen empfangen. Lasst uns die Kraft von *vichārshīlatā*, die Kraft dieses leuchtenden Sterns an unserem eigenen Firmament der Tugenden, entdecken und wiederentdecken. Lassen wir dieses schimmernde Licht sanft die dunklen Ecken unseres Herzens

erhellen und sich in unserer ganzen Welt ausbreiten. Schritt für Schritt, Tugend für Tugend können wir diese Welt mit Licht erfüllen.

Affirmation für *Vichārshīlatā*:

Ich widme mich der Aufgabe, die Flamme von *vichārshīlatā* stets hell leuchten zu lassen.

