

# Sehnsucht

Eine von Gurumayi Chidvilasananda ausgewählte Tugend

Ein Kommentar vom Siddha Yoga Meditationslehrer Maitreya Larios

Das Großartige an den göttlichen Tugenden, die zu pflegen uns Gurumayi ermutigt, ist, dass sie bereits in uns vorhanden sind. Nehmen wir zum Beispiel die Tugend „Sehnsucht“. Die Sehnsucht nach andauerndem Glück und wahrer [innerer] Verbundenheit teilen wir alle auf diesem Planeten, und sie steht hinter allen unseren Entscheidungen und Handlungen. Diese Sehnsucht drückt sich oft in allen möglichen Wünschen aus oder in dem Glauben, dass äußere Umstände und Besitztümer uns glücklich machen werden: ein neues Auto, ein liebevollere Partner, bedeutendere Titel oder der Besuch noch interessanterer Orte. Aber in Wahrheit sind solche Ziele vergänglich, und anstatt uns zutiefst glücklich zu machen, erzeugen sie, einmal erreicht, den Raum für neue Wünsche. In diesem Kreislauf wird unser Hunger nie vollständig gestillt. Unsere wahre Sehnsucht bleibt unerkannt und unerfüllt.

Gurumayi definiert Sehnsucht mit den folgenden Worten:

Das ist Sehnsucht: der Wunsch, dieses Licht im Inneren zu sehen, der Wunsch nach der inneren Erfahrung, der Wunsch, Gott zu sehen, der Wunsch, die Höchste Wahrheit zu spüren.<sup>i</sup>

Gurumayi lehrt uns, dass Sehnsucht in ihrer tiefsten Form das Verlangen ist, die Höchste Wahrheit in uns selbst zu erkennen. Auf Sanskrit kann das Wort „Sehnsucht“ auf vielerlei Weisen übersetzt werden. Traditionellerweise wird die Sehnsucht nach Befreiung *mumukshutva* genannt, „der Zustand des intensiven Verlangens nach *moksha*, der letztendlichen Freiheit“. Dieses Sanskrit-Nomen stammt von der verbalen Wurzel *muc* ab: „freisetzen, befreien, loslassen“. Was

loslassen? Der große indische Weise Shri Adi Shankaracarya gibt uns mit seiner Definition von *mumukshutva* aus dem *Viveka Chudamani* einen Hinweis:

अहंकारादिदेहान्तान् बन्धानज्ञानकल्पितान् ।  
स्वस्वरूपावबोधेन मोक्तुमिच्छा मुमुक्षुता ॥ २७ ॥

*ahaṅkāraḍi-dehāntān bandhān ajñāna-kalpitān,  
svasvarūpāvabodhena moktum icchā mumukṣutā.*

*Mumukṣutva* ist das Verlangen, sich von allen Fesseln zu befreien, indem man die eigene wahre Natur erkennt. Diese Fesseln – die vom Ego bis zum physischen Körper reichen – entstehen durch [die eigene] Verhaftung an die Unwissenheit. ii

Mit „sich von allen Fesseln zu befreien“ meint Shankara nicht, dass wir unseren Körper oder Geist, unsere Stellung oder unsere weltlichen Errungenschaften aufgeben sollen, sondern dass wir uns von unserer trügerischen Identifikation mit diesen Aspekten unserer begrenzten Individualität befreien. Daher ist *moksha* die Befreiung von der Unkenntnis unserer eigenen wahren Natur. Es ist der Zustand, in dem wir unser Gewahrsein der Freiheit und Glückseligkeit unseres wahren Selbst vollständig wiederherstellen. Und Sehnsucht ist gewissermaßen die Nahrung, die wir brauchen, um zu wachsen und auf unserer Reise zur Erfahrung der angeborenen Freiheit voranzuschreiten.

Der große Weise sagt uns, dass wir, wenn wir erst einmal unser Gewahrsein nach innen gelenkt und die Quelle unseres Glücks ausfindig gemacht haben, dessen gewahr werden, dass wir nach etwas suchen, was tatsächlich schon in uns vorhanden ist.

## Affirmation für Sehnsucht

Ich erkenne, dass die Essenz meiner Sehnsucht der Wunsch ist,  
Gott zu erkennen.



© 2020 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.

---

i Gurumayi Chidvilasananda, *Kindle My Heart* (South Fallsburg, NY: SYDA Foundation, 1996) S. 204

ii *Viveka Chudamani*, 27; Deutsche Fassung nach der englischen Übersetzung © SYDA Foundation 2016.