

Erneuere deine innere und äußere Landschaft

Lehren von Gurumayi Chidvilasananda

Beabsichtigen, vermuten, urteilen...

Es gibt sehr viele Arten, wie ein Mensch über sich selbst, über andere und über die Welt im Allgemeinen denkt. Es gibt sehr viele Möglichkeiten, wie er ein Opfer der eigenen begrenzten Ansichten werden kann.

Wie oft hast du dir gesagt – oder andere sagen hören: „Ich hatte *beabsichtigt*, das zu tun. Aber dann habe ich *vermutet*, dass der-und-der es tun würde.“ Deine Gründe für diese Annahme unterscheiden sich vielleicht jedes Mal. Du denkst vielleicht, dass eine andere Person diese Sache, die du dir vorgenommen hast, besser machen wird, mehr Talent dafür hat oder mehr Erfahrung. Du bist schnell dabei, dich mit anderen zu vergleichen und ein über dich Urteil zu fällen und zuzulassen, dass dein Selbstvertrauen ins Wanken gerät, sobald du einer anderen Person begegnest. Deine Urteile können dann sehr leicht zu einer Rechtfertigung dafür werden, Verantwortung abzuschieben. Sie können dich daran hindern, die eigenen, dir lieben Vorsätze umzusetzen.

Andererseits gibt es Narzissmus. Wieder vergleichst du dich mit anderen, aber dieses Mal bist du von deiner Überlegenheit überzeugt: Du und nur du kannst die Aufgabe am besten lösen. Unsicherheit und Narzissmus – das sind die gegenüberliegenden Ufer desselben Ozeans. Sie können sich nie begegnen, sie können nie zu etwas anderem verschmelzen.

Wenn deine Wahrnehmungen und Urteile nicht Tag für Tag hinterfragt werden, gewinnen sie an Kraft. Sie nehmen unverhältnismäßig viel Raum in deiner Psyche ein und werden so gewaltig, dass bald dein ganzes Wesen von der Kraft dieser fehlerhaften Überzeugungen überschwemmt wird. Bevor du es merkst, rast du

einen Weg enormen Verfalls hinunter. Es ist dann schwierig, zu ergründen, was wirklich geschehen ist.

Ich möchte dich also jetzt fragen: Wann hat diese Geschichte angefangen? Diese Gewohnheit des Denkens – etwas zu beabsichtigen, zu vermuten und zu urteilen – und des darauffolgenden entsprechenden Handelns kann sehr tief verwurzelt sein. Sie kann sich tatsächlich so festsetzen, dass jeder Hinweis auf eine notwendige Veränderung auf massiven Widerstand stößt.

Und diese „Veränderung“ kann alles sein – sie muss nicht einmal mit deiner Einstellung, deinem Verhalten, deiner Persönlichkeit, deinen Vorlieben zu tun haben. Sie kann so harmlos sein wie die an dich herangetragene Bitte, eine Aufgabe anders anzugehen. Sie kann so sachlich sein wie der Hinweis von jemandem, dass eine deiner Aussagen nicht ganz korrekt ist. Ich habe jedoch immer wieder beobachtet, dass die Menschen solche Kommentare als Aussagen über den eigenen Charakter – über den eigenen Wert als Mensch – interpretieren. So als wären sie wieder in der Schule und jede Bemerkung, jeder Vorschlag wäre wie ein Strich mit dem Rotstift des Lehrers in der so sorgfältig angefertigten Examensarbeit. Unwissenheit. Die Synonyme für das Wort *Unwissenheit* sind ziemlich aufschlussreich.

Die Weisen in Indien erklären es ganz einfach: Unwissenheit ist Dunkelheit. Aus diesem Grund sagen sie in einem ihrer Gebete:

तमसो मा ज्योतिर्गमय ।
tamaso mā jyotirgamaya ।

Führe mich von der Dunkelheit der Unwissenheit
zum Licht des spirituellen Wissens.

Es gibt eine Geschichte, die ich Baba Muktananda in hunderten von *satsangs* habe erzählen hören. Darin geht es um einen Leprakranken, der über einer Goldmine lebte. Der Leprakranke bettelte viele Jahre seines Lebens um Almosen – während er

die ganze Zeit, ohne es zu wissen, auf einem unvorstellbaren Schatz saß. Trifft das nicht auch auf uns zu? Ist es nicht erstaunlich, dass ein Mensch sein gesamtes Leben verbringen kann, ohne sich dieser unermesslich wertvollen Goldmine, die er in sich trägt, gewahr zu sein und ohne auf den Gedanken zu kommen, dieses reiche Gut mit der Welt zu teilen? Wie kann es sein, dass wir – als angeblich intelligente Spezies – so darauf bestehen, an dem festzuhalten, was wir für richtig halten? Anstatt wirklich empfänglich zu sein für das, was die Welt uns anbietet, und unser Unterscheidungsvermögen einzusetzen, um den nächsten Schritt festzulegen, geschieht es sehr oft, dass wir es vorziehen, nicht einmal zu *erkennen*, dass es eine andere Perspektive gibt. Und genauso weigern wir uns, unseren Kopf zu Gottes Licht hinzudrehen, und verpassen so die Gelegenheit, über das zu staunen, was das Leben für uns auf Lager hält.

Frage dich noch einmal: Wann hat diese Geschichte angefangen? Und warum ist es so unbequem, lästig und ärgerlich für dich, jeden Tag kleine Veränderungen – wirklich winzig kleine Anpassungen – in deiner Denkweise vorzunehmen?

Es lohnt sich, über diese Fragen nachzudenken. Streng dich dann an: Bemühe dich darum, die Dunkelheit des Geistes hinter dir zu lassen und in das Licht des Herzens einzutauchen. Die Anstrengung, die dazu nötig ist, ist *bhakti-sadhana*, die *sadhana* der Hingabe. Der Erläuterung eben dieses *bhakti-yoga*, des Yoga der Hingabe, hat Krishna, der Herr, in der Bhagavad Gita ein ganzes Kapitel gewidmet. Es braucht dazu Vertrauen, Standhaftigkeit, vollkommenen Fokus und Disziplin. Gleichzeitig hat diese Anstrengung auch eine weiche Qualität, etwas Süßes. Ja, Hingabe ist eine süße Anstrengung.

In den indischen Schriften wird die Geschichte erzählt, wie Krishna den himmlischen Weisen Narada einlädt, auf seiner Hochzeit die Veena zu spielen. Narada ist ein hervorragender Musiker und hält sich selbst für den allerergebensten Diener des Herrn. Er nimmt die Einladung des Herrn freudig an, stellt allerdings bald zu seiner Überraschung fest, dass die Hochzeit in einem kleinen Dorf mitten unter Menschen stattfindet, die sehr einfache Leute zu sein scheinen.

Der Herr spürt, dass Narada glaubt, seine Musik sei zu kostbar für diese Zuhörerschaft, und bittet daher einen Dorfbewohner, zu spielen. Narada ist skeptisch und fällt schnell ein Urteil darüber, wie der Mann das Instrument spielt. Doch das Spiel und der Gesang des Mannes sind so voller Hingabe, dass alle wie verzaubert sind. Es bringt sogar den Felsen, auf dem der Mann sitzt, zum Schmelzen! Als Narada später zu singen versucht, ist er außerstande, dieselbe Wirkung zu erzeugen. Schließlich muss Narada anerkennen, dass andere vielleicht mehr Hingabe besitzen als er und dass er sich noch mehr anstrengen muss, um die eigene Hingabe zu vervollkommen.

So wie der Weise Narada kannst auch du offener dafür werden, anders zu denken und zu handeln. Während du das tust, wirst du feststellen, dass dein gesamtes Wesen in einer wunderschönen neuen Energie erstrahlt. Du wirst ein komplett neues Ich erleben. Dann sagst du ganz von selbst:

„Ich bin zu Hause. Ich bin zutiefst erfrischt. Ich bin bereit, den Sonnenaufgang in mein Leben einzuladen. Ich bin, der/die ich bin, weil das Wissen des Selbst in meinem Innern erwacht. All meine Anstrengungen, *sadhana* zu machen, geschehen jetzt wie von selbst, weil ich weiß, dass die Gnade immer an meiner Seite ist.“

~ Gurumayi Chidvilasananda



© 2024 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.

- Um die Geschichten zu lesen, auf die in dieser Lehre verwiesen wird, klicke auf die Links, die unterhalb der Lehre auf Englisch angegeben sind.
- Um Gurumayis Worte über „Müheloses Bestreben“ zu lesen, klicke bitte den Link an, der unterhalb dieser Lehre auf Englisch angegeben ist.