

# Reflektion zu Gurumayi Chidvilasananda 2016

## Auswendig lernen – mit dem Herzen lernen

von

Raghu Butler

In den letzten zwölf Jahren habe ich an dem Siddha Yoga Sadhana Kreis teilgenommen, der sich jede Woche in Oakland, Kalifornien trifft. Wir studieren die Lehre des Gurus und indische Schriften. Als wir vor ein paar Jahren eines Morgens eines von Gurumayis Büchern studierten, wurde ich von einem bestimmten Abschnitt gepackt. Ich dachte mir: „Das solltest du auswendig lernen!“ Meine Idee war, dass ich die Lehre später hervorholen könnte, um sie weitergehend zu kontemplieren.

Das Auswendiglernen fällt mir nicht leicht, aber innerhalb weniger Tage hatte ich den Absatz mit mehr als hundert Worten in meinem Geist verankert. Sofort bekam ich eine Dreingabe, die ich nicht erwartet hatte. Ich spürte eine starke neue Verbindung zu Gurumayi – und zu meinem innersten Selbst. Was war passiert?

Ich habe viele Male die Siddha Yoga Lehre gehört, dass die Worte des Gurus *chaitanya* sind, mit Bewusstsein gefüllt, und dass jedes Wort die Kraft eines Mantras hat. Ich begriff, dass ich beim ständigen Wiederholen der Worte Gurumayis, um sie auswendig zu lernen, eine Form von *mantra japa* geübt hatte. Und so wie die Übung von *mantra japa* hatte die Wiederholung der reinen Worte des Gurus mein Bewusstsein nach innen in den tiefsten Teil meines Wesens getragen.

Mit diesem Verständnis fing ich an, die auswendig gelernte Passage regelmäßig zu wiederholen. Ich entdeckte, dass ich einen tragbaren Schatz besaß, der mein Bewusstsein heben und mir neue Horizonte mitten in meinem Alltag öffnen konnte. Ich biete im Siddha Yoga Ashram in Oakland *seva* als Abteilungsleiter für Gebäudepflege an. Das ist eine hektische Aufgabe mit viel Termindruck und unerwarteten Vorfällen. Manchmal halte ich einfach mitten in einer Aktivität inne und laufe um den Block, während ich Gurumayis Worte rezitiere – laut, wenn niemand in der Nähe ist, still für mich, wenn andere in der Nähe sind. Das schafft eine Oase inmitten von Geschäftigkeit. Es kann sogar sein, dass ich die Passage inmitten meiner Aufgaben ein dutzend Mal rezitiere, ähnlich

wie die Übung *svadhyaya*. Das Rezitieren hilft mir, Gleichgewicht und Harmonie in meinem Geist und Atem wiederherzustellen. Und es ermutigt mich, eine ruhige

Sichtweise beizubehalten. Ich stelle mir die Rezitation ihrer Worte als etwas vor, das Gurumayi und ich gemeinsam tun. Ein Rhythmus taucht auf, während ich die Worte wiederhole. Ich höre Gurumayi eine Zeile sprechen und höre mich dann reflexartig ein schallendes „JA!“ sagen. Mit jeder Zeile sind Gurumayi und ich – gemeinsam – dabei, mein Bewusstsein auszudehnen, Wort für Wort, Atemzug für Atemzug.

Die Übung funktioniert erstaunlich als Vorbereitung, um in Meditation zu gleiten. Sie funktioniert auch nachts, wenn mich ein unruhiger Geist wach hält. Statt mir Sorgen zu machen, ob ein bestimmtes Ersatzteil für das Installationssystem pünktlich ankommt, wiederhole ich Gurumayis wunderschöne Worte. Wenn ich das tue, fühle ich mich, als ob sie direkt zu meinem Herzen spricht. Ich ruhe in Gurumayis Worten und der Schlaf kommt ganz leicht.

Ich bemerke, dass diese Übung auch meinen Beziehungen zu Menschen gut tut. Neulich fuhr ich mit einem Kollegen zusammen weg und während wir uns unterhielten, konnte ich sehen, dass wir unterschiedliche Meinungen über ein Projekt hatten und, was noch wichtiger war, dass wir uns beide stark mit unseren Auffassungen identifizierten. Also sprach ich eine Weile lang weniger und fing an, im Stillen Gurumayis Worte zu wiederholen.

Während wir weiterfuhren, fühlte ich mich in eine höhere Sichtweise schlüpfen und begann, die Freundlichkeit und Klarheit der Worte, die ich in mir hörte, zu genießen. Als ich wieder sprach, enthielten meine Worte etwas von Gurumayis Freundlichkeit und Klarheit. Bald sprachen mein Kollege und ich freundschaftlich und vernünftig miteinander.

Ich empfinde Zärtlichkeit gegenüber diesen Worten von Gurumayi, die ich nun so gut kenne, und eine neue Zärtlichkeit in mir selbst, während sie zu einem Teil meines Wesens werden.

Und ich empfinde große Dankbarkeit gegenüber Gurumayi, dass sie ihre Worte so einfach zugänglich macht – durch ihre Bücher, die Siddha Yoga Path Website, die Multi-Media-Aufzeichnungen – und dass sie uns allen in vielen Sprachen die Möglichkeit gibt, Zuflucht bei deren Reinheit zu suchen.