

# Gedanken über Gurumayi

## Die Kraft des Blickwinkels

von Gautami Kottler

Bevor ich vor sechs Jahren im Sommer aufs College ging, reiste ich ganz allein quer durch das Land, um zum allerersten Mal im Shree Muktananda Ashram *seva* anzubieten. Am Abend vor dem Besuch im Ashram, war ich von großer Vorfreude erfüllt. Vor allem schätzte ich die Möglichkeit, Gurumayi persönlich zu treffen. Ich bin mit dem Siddha Yoga Weg aufgewachsen und erlebte als Kind mehrere Male Gurumayis Gegenwart, als mich meine Eltern zu Retreats in Kalifornien mitnahmen. Ich sehnte mich danach, mich wie damals mit Gurumayi verbunden zu fühlen – mit ihr zu lachen, mit ihr zu singen und wirklich als mein wahres Selbst von ihr *gesehen* zu werden. Nun war ich eine junge Erwachsene, die den Siddha Yoga Weg für sich gewählt hatte. Wie würde es sein, den Guru wiederzusehen?

Während dieses ersten Besuchs im Ashram hatte ich ein paar Wochen später mit einer Gruppe von Gastsevites Gurumayis *darshan*. Ich spürte eine solche Freude, als ich Gurumayi sah, die ihrerseits strahlend lächelte und eine lebhaft Unterhaltung mit den Sevites führte.

Eine der Sevites bat Gurumayi um Rat. Sie wollte wissen, wie sie mit dem Gefühl des Vermissens umgehen solle, das sie erlebte, wenn sie physisch vom Guru getrennt war.

Gurumayi antwortete liebevoll, dass es in Hindi kein Wort gebe, das „vermissen“ bedeutet. Das Wort, das dem Sinn am nächsten kommt, könne man eher mit „an etwas oder jemanden denken“ übersetzen. Gurumayi sagte, diese Unterscheidung könne uns dabei helfen, die Sehnsucht, die wir nach dem Guru empfinden, aus einem neuen

Blickwinkel heraus zu betrachten. Es sei keine traurige Erfahrung. Unsere Sehnsucht sei ein Ausdruck der höchsten Liebe. Und wenn wir den Guru vermissen, dann könnten wir diese Gefühle in Handlung umwandeln.

Gurumayis Worte hinterließen einen unmittelbaren Eindruck bei mir. Es faszinierte mich, wie eine Änderung in der Übersetzung den Kontext einer Situation vollständig verändern konnte. Als ich während meines Besuchs weiter über Gurumayis Lehre nachdachte, wurde mir klar, dass die Sehnsucht, mit dem Guru verbunden zu sein, an sich schon eine Verbindung zu ihr ist, eine Verbindung, die von göttlicher Energie, von *shakti*, erfüllt ist. Wenn ich Gurumayi vermisste, war es in Wirklichkeit ein tieferer Wunsch, mit der Erfahrung der Liebe, die ich in ihrer Gegenwart spürte, in Verbindung zu bleiben. Ich erkannte: Wenn ich dieses Gefühl neu als Motivation für Fortschritte in meiner *sadhana* betrachten könnte, dann würde mich die Erfahrung, vom Guru getrennt zu sein, tatsächlich näher zum Guru bringen.

In den vergangenen Jahren habe ich meine Erfahrung, Gurumayi zu vermissen, umgewandelt, indem ich mich immer dann, wenn dieses Gefühl aufkommt, den Siddha Yoga Übungen zuwende. Das Singen ist meine Lieblingsübung unter den Hauptübungen und eine der besten Möglichkeiten, mich mit Gurumayi in Verbindung zu setzen, ganz gleich, wo ich mich gerade auf der Welt befinde. Wenn ich singe, kann ich fühlen, wie sich die Schwingungen des Mantras durch meinen Körper bewegen, und diese Empfindung verbindet mich spürbar mit dem Guru.

Letzten Herbst begann ich mit einem Dissertationsprogramm in Biologie. Ich unterrichtete in Vollzeit, während ich gleichzeitig Kurse belegte und Forschung betrieb. Die neuen und intensiven Aufgabenfelder forderten mich sehr, und mir blieb weniger Zeit für *seva*. Ich hatte Sehnsucht danach, mich mit meinem inneren Selbst und dem Guru zu verbinden – es gelang mir jedoch nicht. Als konkreten Schritt, um wieder in Verbindung zu kommen, reservierte ich mir ein Wochenende, um an einem Siddha Yoga Shaktipat Intensive teilzunehmen. In diesem Shaktipat Intensive wurde uns empfohlen, besonders unseren Atem wahrzunehmen. Während des Singens

bemühte ich mich deshalb, jeden Atemzug dem Guru darzubringen. Während ich mich dieser Übung widmete, fühlte ich mich von der Gnade des Gurus umsorgt und erhoben. Die Sehnsucht nach meinem Guru, die mich dazu motiviert hatte, am Shaktipat Intensive teilzunehmen, brachte mich ihr letztendlich durch die Verbindung, die ich im Inneren spürte, näher, so also ob ein Feuer wieder entzündet würde. Die Wolke des Unbehagens, unter der ich mich befunden hatte, war verdunstet, und am Ende dieses Shaktipat Intensives fühlte ich mich erfrischt und voller Kraft, um zu meiner Aufgabe mit dem Wissen zurückzukehren, dass der Guru in mir gegenwärtig ist.

Gurumayis Lehren helfen mir auch dabei, das Gefühl des Vermissens von weit entfernten, geliebten Menschen aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten. Ich vermisse meine Eltern, die nun am anderen Ende der Welt leben, obwohl wir über Textnachrichten und Videoanrufe in Verbindung bleiben. Immer wenn ich sie vermisse, regt mich Gurumayis Lehre dazu an, mich daran zu erinnern, dass der Gedanke an sie ja schon eine Verbindung mit ihnen ist – und ich setze das Gefühl in eine Handlung um. Statt in einem Gefühl von Abwesenheit und Verlust zu versinken, drücke ich meine Liebe für meine Eltern dadurch aus, dass ich mein Leben in vollen Zügen lebe, meinem weltlichen *dharma* nachgehe und meine Liebe mit den Menschen um mich herum teile.

Wenn ich über Gurumayis Lehren nachdenke, sehe ich, dass die größte Erkenntnis, die ich gewonnen habe, darin besteht, dass wir das Vermögen besitzen, unsere Denkweise in Bezug auf jede Art von Erfahrung neu auszurichten – und das ist etwas, das ich im Leben immer wieder anwenden kann. Ich habe herausgefunden, dass ich das Ergebnis einer Situation, an der ich beteiligt bin, positiv beeinflussen kann, und zwar einfach dadurch, dass ich mich bemühe, meine Sichtweise zu verändern.

Vor kurzem habe ich eine Zwischenprüfung für die zwei Gruppen vorbereitet, die ich in einem großen Einführungskurs unterrichtete. Am ersten Prüfungstermin wurden die Kurse wegen schlechten Wetters abgesagt, jedoch mit der Ansage, dass sie am

nächsten Tag wie gewohnt stattfinden würden. Einer der Studenten aus der zweiten Gruppe schrieb mir eine E-Mail und bat mich, die Prüfung nochmals zu verschieben. Ich sagte ihm, dass dies nicht möglich sei, er bestand jedoch darauf und schickte mir weitere E-Mails bis spät in den Abend hinein, ohne mir den Grund für seine Bitte zu nennen. Ich begann mich zu ärgern und hatte das Gefühl, von einem schwierigen Studenten belästigt zu werden.

An diesem Abend telefonierte ich mit meiner Mutter und erzählte ihr davon. Sie schlug vor, dass eine Änderung meines Blickwinkels dabei helfen könne, Mitgefühl in die Situation hineinzubringen. Die Wortwahl meiner Mutter – einen neuen Blickwinkel einzunehmen – erinnerte mich an Gurumayis Lehre, und ich war entschlossen, dies umzusetzen und den neuen Tag mit einer offenen Einstellung anzugehen.

Während der Prüfung am nächsten Tag beobachtete ich die Klasse sehr aufmerksam. Einer der Studenten berichtete mir, dass er und viele andere – zu denen auch der junge Mann gehörte, der mir die E-Mail geschrieben hatte – gerade aus einer schweren Prüfung in einem anderen Fach kamen. Ich konnte sehen, wie verkrampft diese Studenten mit zusammengezogenen Augenbrauen über ihre Arbeit gebeugt waren und teilweise vor Nervosität zitterten. Mir wurde klar, dass die E-Mail des Studenten nicht aus Bosheit, sondern aus Angst entstanden war.

Sobald ich meinen Blickwinkel änderte, schmolz mein Ärger dahin und machte Mitgefühl Platz. Ich spürte den starken Wunsch, den Studenten ein Zeichen der Ermutigung und Unterstützung zu geben. Zufällig lagen auf dem Labortisch ein paar Himbeeren, die für eine Untersuchung zur Struktur von Pflanzen gedacht waren. Ganz spontan unterbrach ich die Prüfung und kündigte an, dass die Studenten jederzeit nach vorne kommen könnten, um eine Himbeere zu essen. Im Raum entstand eine spürbare Veränderung, als ob Druck aus einem Ventil abgelassen wäre. Nur durch diese kleine Geste begannen die Studenten sich zu entspannen und zu lächeln, und ich bemerkte Leichtigkeit und Dankbarkeit in ihren Augen. Wir hatten uns von einem

„Lehrer-gegen-Schüler-“Konflikt hin zu einer Gruppe von Menschen bewegt, die sich gegenseitig wertschätzten und auf dasselbe Ziel hinarbeiteten.

Ich bin sehr dankbar dafür, dass Gurumayi mir vor sechs Jahren auf der Schwelle meines Erwachsenenlebens und am Beginn eines neuen Kapitels in meinem Leben diese Lehre über die Sehnsucht nach dem Guru vermittelt hat. In den letzten Jahren konnte ich diese Lehre auf konkrete Situationen übertragen, wenn ich mich von Gurumayi oder von anderen mir lieben Menschen getrennt fühlte, und ich habe noch umfassendere Anwendungsmöglichkeiten gefunden. Ich habe entdeckt, dass eine Distanz zwischen Menschen, sei sie körperlich oder emotional, jederzeit durch eine Änderung unserer Worte, eine Änderung des Blickwinkels, überbrückt werden kann.

Ich empfinde tiefe Dankbarkeit für die aktive Rolle, die Gurumayi als meine spirituelle Lehrerin in meinem Leben spielt. Egal ob ich in ihrer körperlichen Gegenwart bin oder nicht, sie leitet mich mit ihren Lehren an, und ich kann lernen und als Mensch wachsen.

