

In der Stille

George Arnsby Jones

Meister Kirpal Singh hat seine Initiierten oft ermahnt, die Kunst des Schweigens oder der Stille in ihrem äußeren Leben wie auch bei ihren spirituellen Übungen in größerem Maße auszuüben. Große Heilige und Adepten haben stets mit großem Nachdruck die Bedeutung der Stille betont. Vielleicht ist diese Übung der Stille einer der am meisten vernachlässigten Aspekte des spirituellen Pfades – obwohl er eine seiner wesentlichsten Voraussetzungen ist. Die meisten von uns beschäftigen sich mit geistiger Gymnastik oder verstandesmäßigem Ringen, wenn wir das Gemüt eigentlich zur Ruhe bringen sollten, um eine größere Empfänglichkeit für die innere Musik zu erlangen.

Was das Äußere betrifft, verhalten wir uns genauso. Oft sprechen wir mit gleich gesinnten Freunden über die Gesetze des Pfades und hoffen, daß sie uns helfen, indem sie uns eine Art Führung geben. Natürlich können wir einander auf vielerlei Weise helfen; die Tatsache des Satsang – „wenn zwei oder drei beisammen sind ...“ zeigt das. Aber wie uns der Meister so oft gesagt hat, müssen wir noch lernen, „auf den eigenen Füßen zu stehen.“ Und das in spiritueller wie auch in physischer Hinsicht. Selbst wenn wir unseren ganzen Besitz, unsere Freunde und Lieben verlieren würden, sollten wir imstande sein, den unermesslichen Wert des inneren Reichtums in der Stille unseres Selbst zu nutzen.

Tatsächlich wird uns umso mehr innere Erkenntnis von der höchsten mystischen Quelle in uns zuteil, je weniger wir von der Hilfe unserer Freunde und gleich gesinnten Gefährten abhängig sind. Das ist keine bloße Vermutung, sondern eine wirkliche Tatsache. Wir sollten uns nicht erlauben, von den Meinungen oder Deutungen anderer über den mystischen Pfad der Liebe begrenzen zu lassen. Grenzenlose Freude und Freiheit bieten sich uns dar, wenn wir den einfachen Anweisungen Folge leisten, die uns der große Meister gegeben hat. Wenn uns unsere äußeren Umstände verwirren, sollten wir in den Tiefen unseres eigenen Bewusstseins nach der Antwort suchen. Wir sollten uns nicht auf den Rat oder die Anweisungen anderer verlassen – ganz gleich, wie gut sie gemeint sind – denn die Lösung unserer mannigfachen Probleme liegt einfach im Bewußtwerden unseres Selbst.

Widrige Umstände können einen wahrhaft erwachten Menschen nicht wirklich berühren. Wenn man im Zentrum der inneren Stille gesammelt ist und den herrlichen Melodien der aus sich selbst erklingenden Musik lauscht, die letztlich von diesem Zentrum ausgeht, kann man wahren Frieden finden. Die meisten von uns begehren auf, wenn ihnen auf die eine oder andere Weise Besitz und Geld genommen werden. Die Regierungen mögen wirksamere Wege finden, um uns durch Besteuerung noch mehr Geld abzunehmen, aber wir sind nicht unser Geld. Wir sind nicht unser materieller Besitz. Unser höheres Selbst kann uns nicht weggenommen werden. Wir mögen einwenden, daß auch unsere Familien unter den beschränkten wirtschaftlichen Umständen leiden; aber die großen Heiligen haben betont, daß das Wachsen der inneren Bewusstheit unweigerlich zu äußerer Sicherheit führen wird. Unseren Familien wird durch unseren inneren Fortschritt innerlich wie auch äußerlich geholfen werden.

Wir sollten natürlich an den Leiden unserer Mitmenschen Anteil nehmen; wir dürfen uns niemals erlauben, gegenüber dem Schmerz und der Qual des anderen gleichgültig zu sein. Doch wenn wir ein lebendiges Beispiel der Wahrheit geben, daß wir alle nur durch einen Mangel an Bewusstheit leiden, können wir helfen, die Qual zu verringern. Jeder Mensch kann, wenn er will, den ersten Schritt auf dem Weg zur wirklichen Freiheit tun. Wenn wir unser geschwätziges Gemüt zur Ruhe bringen, wenn wir versuchen, mit dem inneren Reichtum in Berührung zu kommen, werden wir die Wahrheit der Worte: „Seid stille und wisset, daß ihr Gott seid!“ erkennen. Durch harte Kritik oder ärgerlich Worte wird nicht die Seele verletzt, sondern unsere kurzlebige, individuelle Persönlichkeit. Unsere innere Bewusstheit, das wahre Selbst in uns allen, kann nichts verletzen.

Unsere negativen Gedanken und Gemütsbewegungen werden jede Verbindung mit unserem inneren Bewußtsein wirksam blockieren, wenn wir das zulassen. Der Lärm unseres inneren geistigen Senders wir uns den Weg zur wahren Freiheit versperren. Und das einfache mystische Grundprinzip besteht darin, daß wir dies nicht geschehen lassen dürfen. Die Übungen der äußeren und inneren Stille wird uns unglaublichen Gewinn bringen. „Macht euch das Gemüt zum Freund“, sagt Meister Kirpal Singh. Was für eine einfache und machtvolle Weisung. Gebt dem Gemüt zu verstehen, daß es ebenfalls an den Augenblicken spiritueller Wonne teilhaben kann. Wir vermögen uns nicht aus der Gebundenheit an einen verderblichen Zustand zu befreien, wenn wir uns seiner Existenz nicht bewußt sind. Laßt uns wahr zu uns selbst sein und unser Inneres erforschen, um herauszufinden, was uns auf dem Pfad zu einem höheren Bewußtsein zurückhält. Ist es das Ego – das kleine Selbst? Vielleicht. Wer ständig damit prahlt, daß er sein Ego überwunden hat, ist sicherlich der größte Egoist. Bin ich das? Oder Du?

Anfangs ist es natürlich nicht sehr angenehm, zu entdecken, daß man unvermutete Eigenschaften hat. Die Tagebücher zur Selbstprüfung helfen uns natürlich, solche Eigenschaften herauszufinden und auszumerzen, wenn wir in der Hinsicht ganz ehrlich und objektiv sind. Alles Negative und Mangelhafte kann zu positiven Lernerfahrungen umgewandelt werden. die Erschütterungen und Krisen, die wir im täglichen Leben durchmachen, können unsere negativen Schwächen aufzeigen. Widerwärtigkeiten können als wundervolle Gelegenheit genutzt werden, auf unsere negativen Reaktionen zu achten. Genau die Dinge, die wir so sehr ablehnen, mögen die Kraft haben, uns etwas von überragendem Wert mitzuteilen. Wir müssen verstehen, daß unser wirklicher Feind das negative Selbst ist. Das ist die Lektion, die die großen spirituellen Lehrer der Menschheit vor uns gelernt haben, und sie ist der Weg zur Selbstverwirklichung und letztlich zur Gottverwirklichung. Jene, die ihre Sünden in Tränen bekannten, sagte Meister Sawan Singh: „Bis hierher und nicht weiter!“ Wir handeln gut, wenn wir einen negativen Wesenszug entfernen. Wir brauchen uns nicht von unseren negativen Charakterzügen und persönlichen Schwächen gefangen halten lassen. Es gibt nicht einen schädlichen Gedanken, ein Gefühl oder einen Umstand, der uns ernstlich von diesem größeren Leben der Liebe und Weisheit fernhalten kann. In der Stille unseres eigenen Selbst vermögen wir das Aufwallen der unerschöpflichen Quelle der Liebe wirklich zu erfahren. Und die Liebe ist das wirksamste Mittel, alles Negative zu beseitigen. Was ist Liebe? Die Mehrzahl der großen Meister hat diese einfache Frage mit dem beantwortet, was Liebe nicht ist. Liebe ist keine gefühlsmäßige Abhängigkeit

von jemandem – Liebe ist nicht die Vergötterung von jemandem – Liebe ist nicht das starke Verlangen nach jemanden oder nach etwas – Liebe ist nicht nur das physische Angezogen werden von jemandem.

diese Feststellungen werden klarer verständlich, wenn wir die menschlichen Beziehungen, die auf einer oder mehreren der oben erwähnten Eigenschaften beruhen, in Ruhe prüfen. Tatsächlich beruht Liebe nicht auf irgend einer Art von Gefühl, obwohl als Ergebnis wahrer Liebe ein tiefes Gefühl, obwohl als Ergebnis wahrer Liebe ein tiefes Gefühl hervorgerufen werden kann. Ein befreiter Mensch wird lieben, weil er sich der Natur des wahren Selbst eines jeden Wesens bewußt ist. Mystische Liebe entsteht als Folge wahren Verstehens, eines klaren Bewusstseins des inneren Wesens des eigenen Selbst und des Selbst aller anderen.

Liebe ist ein Zustand innerer Erkenntnis oder Wissens, und was wir als Mangel an Liebe bezeichnen, ist in Wahrheit ein Mangel an Bewusstheit. Wenn wir wirklich bewußte Wesen sind, fürchten wir nichts. Die Bibel sagt, das vollkommene Liebe unsere Furcht zunichte macht, und ein bewusstes Wesen hat nichts zu fürchten, weil es von anderen nichts verlangt. Es lebt durch das, was ihm das innere Himmelreich gewährt. Solch ein Mensch hat mit dem falschen Handel, der von so vielen als „liebevoller Beziehung“ bezeichnet wird, nichts zu tun. Jener Handel, der darin besteht, daß Liebe eine Form des Besitzens oder eine gefühlsmäßige Entlohnung erfordert. Der Mystiker hat in der Stille des Selbst die Lebensader aller Liebe und Weisheit berührt.. Er empfindet Liebe und Mitgefühl für die ganze Menschheit, denn er erkennt, daß jener leidvolle Zustand, in dem sie sich befindet, durch einen Mangel an spiritueller Bewusstheit bedingt ist. Jeder von uns kann diese Lebensader der Liebe und Weisheit berühren, wenn er sich zugesteht, eine verhältnismäßig kurze Zeit still zu sein. Dann werden wir wirklich verstehen, daß unsere eigene Bewusstheit und die Bewusstheit der ganzen Menschheit von Liebe durchdrungen ist.

Mache mich zu Deinem Eigentum, o Barmherziger;
denn ich suche Schutz an Deiner Tür.
Rette mich, Du Wohltäter der Armen,
denn ich bin müde geworden auf der Suche nach Dir.
Es liegt in Deinem Wesen, die Dir Ergebenen
zu lieben und die Gefallenen aufzuheben.
Es gibt keinen außer Dir, der mein Gebet
erhören wollte.
Nimm mich darum auf, o Barmherziger,
und ziehe mich heraus aus dem Meer des Samsara,
und fasse meine Hand.

Granth Sahib

(Aus: „Sat Sandesh“, September 1980)