

Disclaimer

Seit Sri Kaleshwar 2012 seinen Körper verlassen hat, nerwe ich einige Menschen in meiner Umgebung, indem ich sie dränge, Bücher über ihre Erfahrungen mit Swami zu schreiben. Ich selbst liebe es, wenn wir zusammenkommen und ich die Gelegenheit habe, von anderen Schülern Sri Kaleshwars direkt über ihre Erfahrungen zu hören. Dabei interessiert mich besonders ihr innerer Prozess, die innere Entwicklung, die sie durchlaufen haben und wie sich das Training mit Swami für sie angefühlt hat — ihre Erkenntnisprozesse und was die Erfahrungen mit ihnen gemacht haben.

Seit einigen Jahren gebe ich nun das Wissen und meine eigenen Erfahrungen in Kursen und in der Einzelbegleitung weiter und werde selbst immer wieder gebeten, meine Geschichten aufzuschreiben. Es kommt einfach alles zurück! Und ich merke — diesem Ruf zu folgen, ist leichter gesagt als getan. Auf der einen Seite habe ich nicht das Gefühl, so viel zu erzählen zu haben wie diejenigen, die von Anfang an dabei waren. Und gleichzeitig: Wo soll ich bloß anfangen? Hinzu kommt, dass ich manche Erlebnisse heute in einem ganz anderen Licht sehe als damals, unmittelbar nach dem Ereignis. Swamis Kunst, mit unseren inneren Blockaden zu arbeiten, war so vielschichtig, dass man eine Geschichte aus vielen verschiedenen Perspektiven erzählen könnte. Ich muss mich also in meiner Erzählung festlegen, und das fällt mir schwer. Gleichzeitig ist es genau das, was Swamis Arbeit — und auch das Wissen, das er weitergibt — so faszinierend macht. Alles dient der eigenen Erfahrung, der inneren Entwicklung, dem eigenen Wachstum. Es geht nicht um ein Dogma, eine Glaubenslehre oder intellektuelles Wissen. Es gab nie die eine „Moral der Geschichte“. Das würde ja bedeuten, dass wir etwas festhalten oder fixieren könnten — oder dass wir alle gleich seien und es die eine „one-fixes-all“-Lösung geben würde. Swami wusste wie jeder wahre Heiler oder Lehrer, dass das nicht so ist. Er hat jeder Seele die „Medizin“ gegeben, die sie brauchte. Und er hat den Fluss der Energie erfahrbar gemacht, dass Energie sich ewig wandelt — die Vergänglichkeit der Dinge. Jede Erfahrung hatte 1001 Facetten und noch heute, wenn ich über meine Erfahrungen nachdenke, erkenne ich immer wieder neue Aspekte.

Mir ist wichtig, zu sagen: Wer immer dies liest, möge dies in dem Bewusstsein tun, dass die Erzählungen aus dem Leben und Lernen mit einem selbstverwirklichten Meister immer nur eine Momentaufnahme sein können. Nichts davon ist absolut zu setzen. Ich teile meine Erfahrungen so, wie Jenniver Maya sie erlebt hat. Mir ist bewusst, dass andere, die dabei waren, die gleiche Situation völlig anders erlebt haben können. Ich habe keinen Absolutheitsanspruch auf die Geschichten. Ich möchte versuchen, einen Einblick in meine Innenwelt zu geben und damit transparent zu machen, weshalb ich so dankbar bin, dieser großen Seele und all jenen, die zu dieser Zeit dort waren, begegnet zu sein. Bei der Niederschrift des eigentlichen Erlebnisses habe ich mit Hilfe meiner Tagebücher versucht,

meine jeweils damalige innere Welt zu beschreiben. Ich gehe dabei nicht zwingend chronologisch vor, sondern erzähle — wenn es zum Thema passt — teilweise mehrere Erfahrungen in einem Kapitel. Manchmal, wenn es mir stimmig erscheint, teile ich auch meine heutige Sicht im Rückblick. Und auch das mag eine Momentaufnahme sein, gibt es ja auf dieser Daseinsebene kein „fertig“ — das Leben ist nunmal ständig im Wandel.

In meinem Alltag — während ich versuche, mein Leben bewusst zu leben —, geht es mir mehr und mehr darum, anzuerkennen und zu respektieren, dass es so viele Wahrheiten wie Menschen und Augenblicke gibt. Es ergibt einfach keinen Sinn, über verschiedene Wahrnehmungen zu streiten. Es geht darum, durchlässig zu werden. Im Sumpf zu stehen und das Herz offen zu halten. Das unbequeme Gespräch führen, die Projektionen aushalten, die eigenen Schattenseiten betrachten. Hindurchgehen um herauszukommen. In meiner Arbeit darf ich oft auch Hebamme für diese Prozesse bei anderen sein, was mich sehr glücklich macht.

Swami hat es immer wieder geschafft, einen Raum jenseits der Subjektivität der Dinge zu öffnen und auf das hinzuweisen, was wir wirklich sind — die Realität jenseits von relativ empfundenen Wahrheiten. Ich glaube, darum ging es ihm, das wünschte er uns allen: dass wir uns selbst erkennen und die allumfassende Liebe und Einheit erfahren. Niemand mehr sein zu müssen, um ganz das Selbst zu sein — im Einklang mit der Natur, den Menschen, der gesamten Schöpfung. Das Wissen, das er lehrte, und die Erfahrungen, die er initiierte, sind wie Werkzeuge oder Fingerzeige, um dieses Ziel zu erreichen. Swami hat uns das Feuer gegeben und wir geben es weiter an alle, die sich daran wärmen und sich transformieren lassen wollen.

Also habe ich mir gesagt: „Just do it“ und erzähle nun meine Geschichten. Und an manchen Stellen erwischt mich der Moment und ich teile meine persönliche Sichtweise zu gewissen Themen. Ich drifte dann in einen Exkurs ab, wie es mir auch in Seminaren öfters mal passiert. Auch dabei ist mir wichtig, dass es eine jetzige Sicht ist — das Bewusstsein, wie es sich heute durch mich ausdrückt — und nicht in Stein gemeißelt ist. Ein Freund hat mir einmal gesagt, dass Bücher wie Placebos sind und so wirken, wie man sie benutzt. Ich hoffe, dass du dieses Buch bestmöglich für dich nutzen und aus meinen Erfahrungen Inspiration für deine eigene spirituelle Reise schöpfen kannst. Damit ich beim Schreiben nicht jedes Wort auf die Goldwaage legen muss, soll dies also mein Haftungsausschluß sein und die Einladung, dort, wo es dich vielleicht sogar triggert, genauer hinzuschauen — in dir. Wahrscheinlich findest du Gold.

Und vielleicht mache ich mit diesen Erzählungen auch all jenen aus der Zeit mit Sri Kaleshwar Mut, die sich bisher nicht getraut haben, ihre eigenen Geschichten zu teilen, weil sie meinen, ihre Erfahrungen seien nicht relevant und nur Seniorstudenten, die sehr

viel Zeit mit ihm verbrachte haben, sollten ihre Geschichten erzählen. Oder die denken, sie können doch kein Buch schreiben. Auch ich habe vom Bücherschreiben keine Ahnung. Wahrscheinlich mache ich in den Augen eines professionellen Schriftstellers vieles „falsch“. Es soll ja auch kein Bestseller werden, sondern es ist für jene gedacht, die den spirituellen Weg gehen und die Sri Kaleshwar durch meine Augen sehen möchten. Daher möchte ich all jenen zurufen, die sich (noch) nicht trauen, selbst zu schreiben: Erzählt eure Geschichten. Wir waren in unserem Leben gesegnet, Sri Kaleshwar zu Lebzeiten zu begegnen — einer außergewöhnlichen Seele. Ich habe noch niemanden getroffen, den diese Begegnung nicht nachhaltig beeindruckt hätte. Und jedes Mal, wenn du deine Geschichte erzählst, teilst du damit die heilende Energie dieser Begegnung.

Bis ans Ende meines Lebens werde ich meinem geliebten Guruji Sri Kaleshwar Swami dankbar sein. Danke für deine Liebe und deine harte Arbeit mit uns, die so kraftvoll bis in die Gegenwart strahlt.

Raja Di Raja Yogi Raja Parabrahma

Satchitananda Samartha Sat Guru

Sri Bhagawan Sri Sai Kaleshwar Swami

Maharaj Ji Ki

Jay!

Du bist der König aller Könige, das vollendete, reine höchste Sein. Du hast die Kraft und die Fähigkeit, immer in der Glückseligkeit von Sat-Chit-Ananda zu verweilen, oh göttlicher wahrer Meister! Erhabener Swami Sri Kaleshwar, großer König, Ehre sei dir! Der Erfolg sei dein!

„Ich kann dich heilen“

Im Jahr 2005 wurde mein Privatleben durch einige Ereignisse nachhaltig erschüttert und es wurde klar, dass sich für mich etwas Grundlegendes ändern würde. Im Frühjahr wurde ich mit starken Schmerzen ins Krankenhaus eingeliefert. Eine Zyste am Eierstock musste entfernt werden. So überraschend dieser Eingriff auch kam, im Nachhinein hätte man ihn vorhersehen können. Schon seit einigen Monaten hatte ich mich aus meinem gewohnten, recht quirligen Leben zurückgezogen, da ich zu vielen Aktivitäten, die mir sonst Spaß gemacht hatten, keine Lust mehr hatte. Abendliche Restaurantbesuche oder Partys übten keinen Reiz mehr auf mich aus, und mein Partner, mit dem ich bereits viele Jahre zusammenlebte, ging immer öfter allein aus. Wir lebten uns auseinander und blieben doch zusammen. Heute würde ich sagen, dass wir beide auf der Suche waren und jeweils an unterschiedlichen Orten gesucht haben. Meine medizinische Diagnose war wie eine körperliche Manifestation des Beziehungsthemas. In meinem Unterleib, an der sensiblen Stelle der Verbindung zwischen Mann und Frau, dem Sitz der weiblichen Intuition war eine Zyste gewachsen, die irgendwann nicht mehr zu ignorieren war. Ein zunächst nur sporadisches Ziehen im Unterleib, wuchs mit länger andauernder Ignoranz und Nicht-hinschauen-wollen meinerseits in einen Schmerz, den ich nicht mehr ignorieren konnte, den ich fühlen **musste**. Unmittelbar nach meiner Entlassung aus dem Krankenhaus trennten wir uns vorübergehend, versuchten dann wieder zusammenzukommen und gingen schließlich endgültig getrennte Wege.

Zu dieser Zeit stand ich in engem Kontakt mit einer lieben Freundin, die in diesem Jahr einen ähnlichen Wandlungsprozess durchgemacht hatte. Auch sie war im Frühjahr im Krankenhaus gewesen. Sie hatte einen Unfall überlebt, der tödlich hätte enden können. Wir vertieften unsere Freundschaft und konnten uns gegenseitig in unseren jeweiligen Herausforderungen unterstützen. Ich konnte ihr in ihrem Immobilien-Unternehmen helfen und sie half mir sehr durch ihr Zuhören und ihr Dasein in dieser Zeit der Trennung. Wir führten viele tiefgründige Gespräche und irgendwann erfuhr ich auch, dass sie Meditation praktizierte.

Kurz bevor ich mit dieser Freundin in eine Wohngemeinschaft zog, lernte ich einen Mann — nennen wir ihn Max — kennen, in den ich mich Hals über Kopf verliebte. Diese Begegnung war ein Vorbote für alles, was noch kommen sollte. Denn als ich Max das erste Mal traf, hatte ich meine erste bewusste spirituelle Erfahrung: Ich blickte in sein Gesicht und vor meinem geistigen Auge tauchten Bilder aus früheren Leben auf, tausende Ereignisse waren gleichzeitig präsent und ich *wusste*, dass ich ihn kannte. Das alles verwirrte mich sehr, denn ich hatte bisher keinerlei Erfahrung mit solchen Phänomenen gemacht. In meiner Naivität gab ich mich der Illusion hin, dass dies wohl der Mann meines Lebens sein müsse! Von Seelenverwandtschaft oder karmischen Zusammenhängen

hatte ich noch nie etwas gehört. Unsere Verbindung fühlte sich sehr tief, rein und unschuldig an. Dieser Mann und ich redeten am Tag unserer Begegnung stundenlang die ganze Nacht hindurch und erzählten uns unsere Lebensgeschichten. Als er dann später mit mir teilte, dass er sehr krank sei und gerade seine irdischen Besitztümer ordnen wolle, um in Frieden gehen zu können, zog es mir den Boden unter den Füßen weg. Ich konnte es nicht glauben. Ich wollte es nicht glauben. Ich sah ihn an und hörte eine Stimme in meinem Kopf: „Das ist nicht wahr. Du wirst nicht sterben. Ich kann dich heilen.“ Es war völlig absurd. Ich hatte keine Ahnung vom Heilen. Mein Vater war zwar Heiler gewesen, aber er starb früh, und ich hatte nie die Gelegenheit gehabt, mit ihm darüber zu sprechen oder von ihm zu lernen.

In dieser Zeit etablierten sich in unserer Wohngemeinschaft unsere Küchengespräche, die eine jahrelange Tradition haben sollten. Wir saßen bis spät in die Nacht in unserer WG-Küche und philosophierten über Gott und die Welt. Wir haben uns in diesen Gesprächen so viel Tiefe „erarbeitet“, uns auseinandergesetzt — mit uns selbst und mit den Themen der Spiritualität —, waren einander Spiegel, Streitpartnerin, Trösterin, Heilerin, Geschichtenerzählerin, Zuhörerin, Händchenhalterin ... Welche immense Rolle dieser intensive Austausch für meine Entwicklung tatsächlich hatte, erkannte ich erst Jahre später.

“Die bleibende Aufgabe des Philosophierens ist: eigentlich Mensch werden dadurch, dass wir des Seins innewerden; oder dasselbe: Selbst werden dadurch, dass wir Gottes gewiss werden. Nicht schon ein Erkennen von Sein und Welt, sondern in ihm der Aufschwung der Seele ist der Sinn der Philosophie.”

Karl Jaspers

Meine Freundin erzählte mir dann irgendwann natürlicherweise auch von Sri Kaleshwar, den sie vor kurzem zum ersten Mal getroffen hatte. Sie hatte in dieser Begegnung selbst eine Heilung erfahren und war absolut überzeugt von seinen Fähigkeiten. Sie erzählte davon, dass er Atma Lingams gebären könne. Atma Lingans sind Kraftobjekte, die ein selbstverwirklichter Meister in einem spirituellen Prozess in sich heranwachsen und dann auf schmerzhafte Weise gebiert. Es ist eine fortgeschrittene Praxis, die Heilige in Indien durchführen. Die Objekte, die dabei geboren werden, können zur Heilung eingesetzt werden. Meine Freundin erzählte mir, man könne damit auch Krebs heilen. Das war mein Stichwort! Jetzt wollte ich alles wissen. Ich besorgte mir Sri Kaleshwars Buch über den Fünf-Elemente-Prozess und verschlang es. Dann las ich alles,

was ich im Internet über Swami finden konnte. Ich las das folgende Zitat auf seiner Website und etwas in mir fühlte die Wahrheit darin. Es ist bis heute eines meiner Lieblingszitate von Sri Kaleshwar:

„Ein Heiler zu sein, bedeutet vor allem, ein Mensch mit gebrochenen Herzen zu sein. Schreibe das in dein Wörterbuch und brenne die Worte ein. Jeder, der Spiritualität praktiziert, trägt Traurigkeit in seinem Herzen, aber er weiß nicht, was für eine Trauer dies ist. So ist es. Das ist ein Goldenes Statement. Zusätzlich beinhaltet sie aber auch eine Süße. Es ist traurig und zugleich süß. Jeder auf dieser Welt, der Spiritualität praktiziert, trägt Traurigkeit in sich. Es tut mir leid, das ist das Gesetz der Spiritualität. Aber in dieser Traurigkeit befindet sich Glück. Sie ist eine Nadel zum Nähen. Das ist die Essenz, um die Göttlichkeit aufzunehmen. Du brauchst dies nicht als etwas Schlechtes aufzufassen. Es ist ein göttliches Geschenk an deine Seele. Dann kannst du darin die Freude finden, die Seligkeit, Satchitananda.“

Diese Worte stießen auf tiefen Resonanz in mir. Ich kann mich daran erinnern, wie sich in mir alles zusammenzog, als ich das Zitat zum allerersten Mal las. Ich kannte die Traurigkeit. Ich kannte sie als Schlüssel zu mir selbst, zu einem tieferen Verständnis meines Lebens. Die Traurigkeit war mir Trost, durch sie konnte ich mich fühlen. Zu jener Zeit brauchte ich sie als „Krücke“, denn die Seligkeit, Satchitananda, kannte ich noch nicht. Und doch deutete die Traurigkeit auf eine tiefe Sehnsucht in mir, die durch nichts im Außen gestillt werden konnte — nicht durch meine Beziehungen, nicht durch meinen Job oder mein Geld oder meinen beruflichen Erfolg oder meine tolle Wohnung oder mein schickes Auto. Ich kannte die Traurigkeit gut. Und nun war ein Mann in mein Leben getreten, der mich tief berührt hatte, mit dem ich aber mein Leben nicht würde teilen können. Das machte mich zusätzlich unendlich traurig, auch wenn ich tief in meiner Seele bereits wusste, dass eine neue Beziehung nicht die Lösung und Erfüllung meiner tiefsten Sehnsucht sein würde. Das spürte ich schon. Irgendwann würde ich den Teppich lüften und mich mit mir selbst auseinandersetzen müssen, um die Liebe nicht mehr im Außen zu suchen — um mein Herz in die Hand zu nehmen und die Verantwortung für mein Glück vollständig selbst zu übernehmen. Die Vorstellung, dass in mir selbst dieser Schlüssel verborgen ist, verursachte in mir spannenderweise beides: große Angst und große Erleichterung. Ich roch bereits die Freiheit, hatte aber noch Angst davor.

Es hieß dann, Sri Kaleshwar kommt im Januar 2006 auf den Beuerhof und gibt ein Seminar. Und ich wusste sofort: da muss ich hin. Vordergründig natürlich, weil da ein geliebter Mensch zu heilen war und ich keine Zeit verlieren durfte, um zu lernen, wie das geht. Schließlich würde ich diejenige sein, die ihn heilt. Die das macht. Irgendetwas musste schließlich getan werden und ich würde das in die Hand nehmen. So dachte ich damals. Es gab mir einen Halt. Wenn ich mich auf seine Heilung, auf die Heilung seines Körpers, konzentrieren konnte, musste ich nicht in die Abgründe meiner Seele schauen. Wenn ich ein Projekt hatte, auf das ich meinen Fokus richtete, brauchte ich all das nicht fühlen, was tief in mir schlummerte und geduldig darauf wartete, angeschaut zu werden. Ich konnte all die Traurigkeit, die Sehnsucht, die Angst durch das wunderbare Gefühl ersetzen, hilfreich zu sein — Herrin der Lage. Jedenfalls vorerst. Selbstverständlich war es ein authentischer Wunsch, dass dieser Mann, der mir so am Herzen lag, geheilt wird und gleichzeitig will ich ehrlich sagen, dass ich den Fokus auf ihn und seine Heilung auch benutzt habe, um bei mir nicht hinzuschauen. Wahrscheinlich war es noch zu früh, mich meinen eigenen Schatten und Traumata zu stellen. Meine Psyche, mein Ego, mein Nervensystem war noch nicht bereit für mehr. Und so redete ich mir ein, dass der einzige Grund, weshalb ich mich aufmachte, Sri Kaleshwar zu treffen, die Heilung des Mannes war, mit dem ich gedachte, mein Leben zu verbringen. Sri Kaleshwar sollte mir beibringen, wie man heilt und sobald Max einmal geheilt war, würden wir zusammen glücklich sein. Eins plus eins ist zwei. In meiner Rechnung ging alles auf. Vordergründig ging es auf, tief in mir wurde etwas wach. Ich fühlte bereits, dass es noch eine andere Ebene in mir gab, die mich zu dieser Seele Sri Kaleshwar zog. Etwas in mir, das ich noch nicht benennen konnte — das sich gleichzeitig freute und Angst hatte. Es waren seltsame Gefühle, die in mir aufkamen. Also meldeten meine Freundin und ich uns für das Seminar an.

Aus heutiger Sicht

Die Begegnung mit Max hatte mich geöffnet. Natürlich dachte ich zunächst, er sei das Ziel meiner Suche. Die Strategie lautete: „Ich werde Heilerin und dann heile ich ihn und wir reiten harmonisch Seite an Seite in den Sonnenuntergang und leben glücklich und zufrieden ... Hollywood. Happy End.“ So ungefähr habe ich es mir wohl vorgestellt, wenn ich ehrlich bin. Aber er war am Ende nicht der Mann, mit dem ich mein Leben teilte. Nicht einmal, als er gesund wurde. Ja, er wurde gesund. Er war und ist bis heute ein spiritueller Freund, dessen Seele meine anrühren und mein Herz zum ersten Mal seit langer Zeit hatte öffnen können. Mein Seelenfreund. Und als solcher ist er für mich bis heute von unschätzbarem Wert. Wahrscheinlich hatten wir uns dafür sogar auf der Seelenebene verabredet. Seine Seele konnte mich auf einer Ebene erreichen, die andere nicht erreichen konnten, und mein Herz für den spirituellen Weg öffnen. Um mich wirklich auf den spirituellen Weg und die Selbsterforschung und Läuterung, die mich dort erwartete, einzulassen, war diese Illusion und auch die Anhaftung für eine Weile notwendig. Ich brauchte den Traum für eine Weile. Träume sind wichtig. Sie lassen uns über uns hinauswachsen. Ich brauchte meinen Traum. An ihm konnte ich mich festhalten, wenn der spirituelle Weg steinig war, und das war er in den ersten Jahren oft!

Heute bin ich überzeugt, dass alles, was wir erleben, jede Illusion, die uns umgibt, das Potenzial hat, uns entweder der Wahrheit näher zu bringen oder uns in weiteren Illusionen zu verstricken.

Und am Ende gibt es natürlich ein Happy End. Du selbst bist das Happy End. Das Leben ist wie eine Seifenoper, eine Aneinanderreihung von Erfahrungen. Glückliche Erlebnisse, traurige Erlebnisse ... Wir können auf die Dramen des Egos einsteigen oder unser Leben aus dem Sein heraus leben. Wenn du beginnst, auch die traurigen Erlebnisse als wertvolle Erfahrungen anzunehmen, bist du bei dir angekommen. Das klingt wie ein Kalenderspruch, aber jeder, der transformierende spirituelle Prozesse durchlaufen und sich wirklich selbst begegnet ist, weiß, dass es stimmt.

Inner Silence

Als wir uns für das Seminar mit Sri Kaleshwar am 20./21.01.2006 anmeldeten, bekamen wir die Antwort, dass das Seminar bereits ausgebucht sei und es schon eine Warteliste gäbe. Man könne uns zwar noch auf die Liste setzen, aber die Chancen, dass wir teilnehmen könnten, seien schlecht, weil die Warteliste schon so lang sei. Wir beschlossen, uns auf eigene Faust ein Gästezimmer in der Eifel zu suchen und vor Ort einfach noch einmal nachzufragen. Wenn wir dann eine Absage bekämen, würden wir einfach ein schönes Wochenende in der Eifel verbringen. Gesagt, getan. Wir bezogen unser Zimmer und fuhren dann zum Beuerhof, einem Kraftplatz in der Eifel, an dem Swami immer wieder spirituelle Einweihungen gab. Der Platz liegt außerhalb der nächsten Ortschaft in Alleinlage, umgeben von Wald und ist ein wirklich schöner Ort, um in die Natur einzutauchen.

Man war nicht sehr erfreut, als wir uns am Empfang vorstellten — verständlicherweise — aber man wies uns auch nicht gleich ab, denn wenn wir blieben, sei die Gruppe genau 108¹ Teilnehmer groß — so sagte man uns. Das galt als etwas Besonderes und deshalb würde man Swami fragen, ob wir da bleiben dürften. Mit solchen Begründungen konnte ich damals natürlich nichts anfangen. Es war mir aber auch egal. Swami kannte ich noch nicht, daher hätte ich mit einer Absage gut leben können. Uns wurde dann aber mitgeteilt, dass Swami uns mit einer einladenden Handbewegung und einem kurzen „Let them in.“ zur Gruppe zugelassen habe.

Wir gingen in die Glaskuppel in dem kleinen Wäldchen, wo sich die Gruppe schon versammelt hatte. Es wurden indische Lieder — Bhajans — gesungen und alle sangen mit. Ich war fasziniert von der Zusammensetzung der Menschen, die in diesem Raum versammelt waren. Da waren Hippies auf ihren Yogakissen am Boden sitzend, die Augen zu, sich sanft im Rhythmus der Musik wiegend (genau so etwas hatte ich ehrlicherweise erwartet) und Menschen, die auf Stühlen saßen, in Bundfaltenhose und Hemd und einen eher „konservativen“ Eindruck machten (was ich nicht erwartet hatte). All das war mir sehr sympathisch. Die Gruppe war so heterogen, so vielfältig. Das fand ich damals auf Anhieb vertrauenserweckend und ich war gespannt auf den Swami, der diese unterschiedlichen Menschen anzog. Gleichzeitig gab es sehr deutlich spürbar etwas Gemeinsames, etwas Verbindendes. Heute würde ich sagen, es ist die Seelenfamilie. Die Seelenschwingung. Als vertraute Seelen, unabhängig vom aktuellen Karma, den aktuellen Lebensumständen, treffen wir uns immer wieder und gehen wieder einige Schritte gemeinsam. Zu Füßen des Meisters kommen die Seelen wieder zusammen, um die nächste Stufe anzugehen, die nächsten Einweihungen zu empfangen, die Seele weiter zu

¹ Anm.: Die Zahl 108 gilt in der vedischen Tradition als heilige Zahl. Die Quersumme ergibt eine 9, welche die Zahl der Vollendung ist.

Erfahrungen mit dem Meister von Jenniver Maya

entwickeln. Jedenfalls fühlte ich eine Art vertrautes Angekommensein unter all diesen Menschen und fand das gleichzeitig recht merkwürdig. Merkwürdiges Wohlsein oder eine Irritation darüber, dass ich mich in diesem mir eigentlich fremden Kreis nicht fremd fühlte. Ich konnte sofort die Bhajans mitsingen, obwohl ich die Sprache nicht verstand und die Worte für mich ungewohnt waren. Erstaunlicherweise genoss ich das Singen sehr. Ich versuchte, die unbekannten Worte auf dem Liedtext-Zettel vor mir, richtig zu singen und gleichzeitig schaue ich mich immer wieder fasziniert um. Was war das hier nur für eine Veranstaltung?

Und als ich so in den Gesang vertieft war und wieder einmal den Kopf vom Textblatt hob, um nach vorne zu schauen, saß da plötzlich Sri Kaleshwar im Sessel vor mir. Ich blickte ihm direkt in die Augen und er blickte zurück. Dieser kurze Moment war wie eine Initiation. Ich fühlte Wellen wie Stromschläge durch meinen Körper pulsieren, als wäre ich an eine Steckdose angeschlossen, und in meinem Kopf hörte ich den Satz: „Da bist du ja“. Er sah mich an, und ich fühlte mich zutiefst erkannt. Etwas in mir verstand sofort, dass mir da jemand gegenüber saß, der mich besser kannte als ich mich selbst. Das war unglaublich beeindruckend. Gleichzeitig konnte mein Verstand das Erlebte überhaupt nicht einordnen und er dachte: „So, jetzt ist es passiert, Jenny. Jetzt bist du komplett verrückt geworden.“

Der Bhajan, den wir gerade gesungen hatten, war zu Ende und es wurde still im Raum. So still, dass man eine Stecknadel hätte fallen hören. Dann begann Sri Kaleshwar zu sprechen. Er fragte, wer hier her gekommen sei, um ein Meister zu werden. Ich hatte keine Ahnung, was er damit meinte. Um mich herum schnellten Arme in die Höhe. Den Begriff Meister kannte ich aus dem Handwerk — Friseurmeister, Schreinermeister, Bäckermeister und so weiter und mir war natürlich klar, dass er das nicht meinte. Swami fragte dann, wer einfach nur mal so zum gucken gekommen sei, um mal zu schauen, was für ein Typ das ist, der da aus Indien gekommen ist. Ich meldete mich und mit mir ein paar wenige andere auch. Swami sagte dann, „Das sind die wahren Studenten!“ Und wieder verstand ich nur Bahnhof. War ich jetzt plötzlich ein Student? Ich fühlte etwas Unbehagen in mir, weil ich das Gefühl hatte, für etwas „gelobt“ worden zu sein, von dem ich überhaupt keine Ahnung hatte. Von beiden Optionen, „Meister werden wollen“ und „Erstmal nur gucken“, war die zweite Variante in meinem Fall einfach nur die ehrliche. In mir wuchs das Gefühl von Verwunderung einfach nur immer weiter an. Was war denn das für ein Mensch, der Stromschläge aussenden konnte und dessen Stimme ich in meinem Kopf hörte, obwohl er seine Lippen nicht bewegt hatte? Und was waren das für Leute, die sich auf die Frage, ob sie ein Meister werden wollten, völlig selbstverständlich meldeten. Sie schienen alle genau zu wissen, was sie wollten. Das beeindruckte mich ungemein. Und machte mich neugierig auf sie. Es gab eine Energie zwischen Sri Kaleshwar und den Menschen vor ihm, die für sich sprach, die mich faszinierte. Es war eine Vertrautheit, eine

Intimität, die ich so noch nie in einem Raum mit vielen Menschen gespürt hatte. Und das Verblüffende war, dass auch ich auf diesen Mann blickte und in mir feststellte: „Dir vertrau ich.“ Natürlich plapperte mein Verstand sofort dazwischen: „Jenny, du kennst diesen Mann nicht!“ Was natürlich vordergründig stimmte. Vielleicht war aber auch das, was in mir Vertrauen spürte, genau der Teil von mir, der durch das Gesehenwerden durch Sri Kaleshwar überhaupt seit langem erst wieder wach geworden war. Swami kannte mich tatsächlich besser, als ich mich selbst, wie ich später feststellen sollte.

Im weiteren Verlauf seines Talk sprach Swami von Liebe und es gab auch einen Dialog mit einem Schüler über wahre Liebe. Quintessenz war, dass wahre Liebe mit der Selbstliebe beginnt.

„Körperliche Anhaftung, zu denken das sei Liebe ... Ich verstehe, das ist Liebe auf einer Ebene. Das ist wahr, es ist gut. Aber es gibt etwas jenseits davon. Was ist das? Das ist, was ihr wirklich in euch tragt, mit euch, die ganze Zeit, euer tieferes inneres Bewusstsein.“

Zuerst versuche, dich selbst zu lieben. Das ist das Allerwichtigste. Versuche, in dir selbst aufrichtig zu deinem inneren Bewusstsein zu sein. Versuche, dir selbst zu vergeben, deinem inneren Bewusstsein. Deine Eltern, das ist immer wahre Liebe. Dann, zweitens deine Kinder, das ist wahre Liebe. Drittens dein Partner, noch eine wahre Liebe. Viertens dein Meister, der dir gutes wiünscht, wahre Liebe. Aber die Nummer eins in der Liebe bist du selbst. Das Selbst ist das Göttliche Bewusstsein.“

Sri Kaleshwar, Beuerhof in Üxheim, Blauschal-Prozessinitiation am 20.01.2006

Es fühlte sich an, als würde Swami nur zu mir sprechen, als würde er jedes einzelne Wort mit Bedacht wählen und es direkt in mein Herz senden. Die gesamte Situation, dort irgendwo im Wald in der Eifel unter einer Glaskuppel zu Füßen eines indischen Meisters zu sitzen mit weiteren mir völlig unbekannt und doch so vertraut wirkenden Menschen, war total surreal. Ich ertappte mich dabei, dass ich mich immer wieder erstaunt umschauten und mich fragte, wer diese Menschen sind, wer dieser Inder ist und wie in aller Welt ich hier gelandet war.

Später, im Austausch mit anderen, erfuhr ich natürlich, dass ich nicht die Einzige war, die das Gefühl hatte, Swami habe nur zu ihr gesprochen. Es war ein Phänomen, das oft erlebt wurde. Dass man sich in der Gegenwart einer wahrhaft erleuchteten göttlichen Seele so gesehen und verstanden fühlt, liegt an ihrem Gewahrsein. Sie ist eins geworden mit allem und sieht deshalb alles um sich herum als Ausdruck dieser Einheit. Ein solcher Mensch ist in der Lage, dich in diese Erfahrung hineinzuziehen. Wenn Swami sagte: „Alles ist eins.“ hast du es mit deiner ganzen Existenz von Körper, Geist und Seele gespürt und gewusst, dass es wahr ist. Du warst in diesem Moment EINS mit ihm in dieser Erfahrung der Einheit. Du hast den Bewusstseinszustand der Einheit gekostet — Sat-Chit-Ananda. Alle Gegensätze, die so oft innere Unruhe auslösen, finden plötzlich Raum in diesem Einen und du sinkst in einen Frieden, der nicht von dieser Welt ist. Das gesprochene Wort allein ist nicht in der Lage ist, anderen diese Erfahrung zu ermöglichen. Die Verkörperung dieses Bewusstseins ist erforderlich, um die Erfahrung zu übertragen. Das fällt mir immer wieder auf, wenn der Satz „Alles ist eins.“ von Menschen verwendet wird, die diesen Bewusstseinszustand noch nicht erreicht haben. Die Begegnungen mit Swami haben mich gelehrt, dass die Energie, mit der etwas gesagt wird, wichtiger ist als die Worte, die dabei verwendet werden. Deshalb ist es absolut empfehlenswert, sich Videos mit Sri Kaleshwar oder anderen erleuchteten Seelen anzuhören oder Transkriptionen ihrer Talks zu lesen. Dabei geht es aus meiner Sicht nicht in erster Linie um die intellektuelle Aufnahme der Inhalte, sondern um das Bewusstsein zwischen den Zeilen, das transportiert wird und transformierend wirken kann.

Zum Ende seines Vortrages sagte Swami, er würde gern mit uns eine neue Gruppe gründen — die Blauschal-Gruppe. Und er würde uns gern in einen Prozess initiieren, durch den wir einen direkten Darshan² von Shiva³ haben sollten. Ich hatte keine Ahnung, was ein Prozess in diesem Kontext sein sollte, wer Shiva ist und warum ich seinen Darshan haben sollte (und was ein Darshan ist, wußte ich natürlich ebensowenig). Als Swami aber sagte, ein Nebeneffekt des Prozesses würde „inner Silence“ — innere Stille — sein, da wußte ich, dass ich das unbedingt mitmachen musste, selbst, wenn ich dafür nach Indien fliegen und diesen Shiva würde treffen müssen. Swami fragte: „Wer kommt in 101 Tagen nach Indien?“ Meine Hand war schneller oben als ich denken konnte. Ich weiß noch, wie ich ihr hinterherschaute, als sie nach oben schoß und mein Verstand im Nachhinein die Erlaubnis hinterherschickte: „Na gut, dann geh halt nach Indien.“ Ich muss dazu sagen, dass ich immer schon sehr gern auf Reisen war und neugierig fremde Länder besuchte, doch Indien hatte mich bisher nicht gereizt. Ich verehrte auch damals schon Mahatma Gandhi als Aktivisten, der kompromisslose Gewaltlosigkeit vorlebte — bis heute ein großes Vorbild für mich. Nur hatte ich bisher nicht das Bedürfnis verspürt, sein Heimatland zu besuchen. Um diese innere Stille zu bekommen, von der ich auch noch

² Darshan — Das direkte Schauen Gottes.

³ Shiva — eine Gottheit, ein männlicher Aspekt Gottes in der indischen Mythologie, der die Transformation symbolisiert. Erfahrungen mit dem Meister von Jennifer Maya

nicht genau wußte, was sie konkret sein sollte, war ich nun bereit, dafür auch nach Indien zu fliegen.

Swami fragte dann, ob alle Anwesenden den Fünf-Elemente-Prozess abgeschlossen hatten. Natürlich hatte ich das nicht. Ich war ja nur zum gucken da. Einige andere hatten den Prozess auch noch nicht abgeschlossen. Swami sagte, er würde uns diese Kanäle übertragen, damit auch wir am Shiva-Prozess teilnehmen könnten. Er gab uns die Initiation in den Prozess, indem er mit seiner Stirn unsere berührte und uns eine Mala umlegte. Dieses besondere Shaktipat⁴ — sein drittes Auge an unser drittes Auge —, hatte er wohl noch nie zuvor gegeben. Ich verstand damals den ganzen Trubel nicht, dieses genaue Beobachten von allem, was Swami tat und das Analysieren all seiner Handlungen. Auf der Gefühlsebene war es klar, dass ich jemanden Außergewöhnlichen vor mir hatte, aber auf der rein menschlichen Ebene hatte ich natürlich keine Möglichkeiten Swamis Verhalten mit seinem Verhalten an anderen Orten oder mit anderen Menschen zu vergleichen. Es war mir etwas unangenehm, in den Pausen von anderen Studierenden zu hören, wie besonders alles sei und wie außergewöhnlich Swami mit dieser Gruppe umgehen würde. Ich dachte: „Wenn er sich so viel Mühe gibt, wie er es sonst wohl nicht tut, dann muss er uns für etwas Besonderes halten und dann bin ich hier sicher falsch“. Es war mir schon immer unangenehm, wenn Leute mich lobten, weil ich dann immer das Gefühl hatte, dass sie mehr in mir sehen, als da ist und ich sofort den Druck fühlte, ihre Erwartungen erfüllen zu müssen und, dass es in Folge nur eine Frage der Zeit sein kann, bis ich etwas falsch mache, um wieder in Ungnade zu fallen. Es waren Muster, die sich aus meinen Kindheitstraumata ergeben haben und die ich zu jener Zeit noch nicht geheilt hatte. All das Gerede über die Besonderheit der Gruppe machte mich daher zunächst eher skeptisch und unsicher. Und damit war das Ziel des Meisters erreicht: Gefühle in dir auszulösen, damit du sie anschaust und dich mit ihnen anfreundest — dich selbst heilst. Und dich nach und nach lieben lernst — so wie du bist.

Und übrigens: Die Illusion, etwas Besonderes zu sein, hat er natürlich später auch in mir hervorgerufen. Man muss nur lange genug dranbleiben, dann kippt das größte Minderwertigkeitsgefühl (auch eine Seite des Egos) in ein Überlegenheitsgefühl: „Vielleicht bin ich doch etwas Besonderes, besonderer als andere — eine Ausnahme.“ Swami war ein Meister darin, solche Gefühle zu erzeugen, und im Laufe dieses Buches werde ich die eine oder andere Geschichte aus meinem Erleben teilen, durch die seine Art zu arbeiten vielleicht ein wenig greifbar wird. Es ist ein sehr wichtiger Prozess auf dem spirituellen Weg, das Ego zu entlarven. Ohne einen Meister ist das fast unmöglich. Tatsächlich erlebe ich oft, dass sich Menschen der Spiritualität zuwenden, um sich endlich als etwas Besonderes zu fühlen oder Bestätigung zu finden. Es wäre der Job der Eltern

⁴ Shaktipat — Energieübertragung
Erfahrungen mit dem Meister von Jennifer Maya

gewesen, das Kind spüren zu lassen, dass es einzigartig und für sie ganz besonders ist. Bleibt das aus, sucht das innere Kind diese Bestätigung sein ganzes Leben lang im Außen.

Aber wie kann man die Einzigartigkeit der eigenen Seele und ihre Einheit mit allem, was ist, erkennen, wenn man feststeckt in dem Wunsch, etwas Besonderes zu sein — gar besser als die anderen? Und doch ist das weit verbreitet — vor allem in der westlichen Spiritualität. Und es gibt so etwas wie eine stillschweigende Übereinkunft, dass die schöne spirituelle Maske, die wir uns aufgesetzt haben, von anderen nicht angetastet werden darf. "Lässt du mir meine Illusion, lasse ich dir deine." Wer hat schon den Mut, ein aufgeblasenes Ego zum Platzen zu bringen? Swami ist — ganz der Shortcut-Meister — dabei recht gezielt vorgegangen, sofern du ihn darum gebeten hast! Solange du nicht den einen Schritt auf ihn als Meister zugegangen bist und ihn gebeten hast, dir zu helfen, dich aus deinen falschen Identifikationen zu befreien, blieb er in höflicher Distanz. Er war dann immer der liebevolle Swami, der schöne Momente kreiert. Hattest du aber diesen Schritt getan und ihn — ganz gleich, ob im direkten Gespräch oder innerlich — darum gebeten, mit dir zu arbeiten, hat er keinen Moment gezögert und begonnen, dich zu „schleifen“. Er hat es einmal mit einer Statue verglichen, die aus dem Stein gehauen wird. Der Stein schreit vor Schmerzen, aber am Ende ist es eine wunderschöne Statue. Er kann diese Arbeit nur tun, wenn du ihn darum bittest.

Auch heute, nachdem er seinen Körper abgelegt hat, kann er diese Arbeit tun. Es ist möglich, in eine lebendige Meister-Schüler-Beziehung mit ihm zu treten und ihn darum zu bitten, dir dabei zu helfen, dein Ego zu überwinden. Dann tut er alles, um es zunächst aufzublasen und es dann zum Platzen zu bringen. Und er findet den einzigartigen Weg für jede Seele. Ich weiß noch, wie ich zu Beginn meines Weges mit Swami den Schilderungen der anderen Studenten, die schon länger mit ihm waren, fasziniert gelauscht habe. Ich war fasziniert und gleichzeitig dachte ich mir öfters insgeheim, dass ich Swamis Illusionen wahrscheinlich früher durchschaut hätte. Es ist von der Seitenlinie her immer sehr leicht, eine Meinung darüber zu haben, wie Swami mit der einen oder anderen Person gearbeitet hat. Bis du dich selbst im Dickicht deiner eigenen Schatten wiederfindest und dir die Nase an deinen eigenen Blockaden anstößt. Wenn du merbst, dass du an die Wände deines begrenzten Verstandes und Egos stößt und gleichzeitig in deinem spirituellen Prozess schon weit genug bist, um zu erkennen, dass du niemandem die Verantwortung für deine Innenwelt geben kannst als nur dir selbst. Erst wenn du selbst durch die Mangel genommen wurdest, kannst du in etwa nachfühlen, was andere vor dir durchgemacht haben. Und auch nur, wenn du selbst durch die Dinge hindurchgehst, kannst du vom Nektar kosten, frei davon zu sein. Nur, wer selbst den Weg auch geht, kann die Früchte der eigenen harten Arbeit ernten.

Es braucht wirklich einen Meister, um solche Prozesse in Gang zu bringen und den Raum dafür zu halten. Ein aufgeblasenes Ego zum Platzen zu bringen, ist ein Liebesdienst, für den einem Meister erstmal keine Herzchen zufliegen. Und gleichzeitig ist es unabdingbar, dass er dafür sorgt, dass dein Ego entlarvt wird und keine Macht mehr über dich hat. Erst dann bist du frei. Und nur ein Mensch, der selbst frei ist und von jenen, die sich an ihn wenden, für sich selbst nichts mehr braucht, weder Anerkennung, noch Liebe, Ruhm, Ehre, Geld, Sex — was auch immer — ist zu jemandem geworden, der auch andere befreien kann.

Too much

Diese erste Begegnung mit Swami war so intensiv, so voller neuer Eindrücke und Gefühle, die alle gleichzeitig auftauchten, dass ich gar nicht hinterherkam, sie zu fühlen und zu verdauen. Insgesamt machte ich gerade eine schwere Zeit durch, emotional völlig am Ende. Ich hatte die Trennung von meinem langjährigen Partner noch nicht verarbeitet, alte Verletzungen kamen hoch und mittendrin die Begegnung mit diesem Mann, der mein Herz sehr berührt hatte und der schwer krank war. Je nach Tagesform beschäftigte mich die Sorge um ihn oder mein eigenes Bedürfnis, ihm nahe sein zu wollen, weil er mir das Gefühl gegeben hatte, liebenswert zu sein. Ein Teil von mir ahnte bereits, dass ich ihn sehr lange nicht wiedersehen würde, und der Widerstand, den ich innerlich gegen diese Ahnung aufbaute, kostete mich sehr viel Kraft. Ich traute mich nicht, meine Gefühle wirklich zuzulassen — aus Angst, darin zu ertrinken. All das war mir damals nicht bewusst. Mit der Sicht von heute vermag ich, das innere Chaos zu beschreiben, in dem ich mich befand, als ich Swami zum ersten Mal begegnete. In mir war viel Sehnsucht, Schmerz, Gefühle von Trennung und Trauer — alte Emotionen trafen auf aktuelle und kochten hoch. Mit aller Kraft versuchte ich, meine Souveränität zu bewahren, wie es uns in unserer Gesellschaft so schön beigebracht wird. Wie viel einfacher wäre es gewesen, alles einfach fließen zu lassen. Nun, jeder kämpft seinen Überlebenskampf auf seine Weise, bis sich die Hingabe als weise Freundin anschleicht und dem Drama den Stecker zieht, wie nur sie es kann. Bis dahin läuft das Spiel des Lebens — das Spiel der Göttlichen Mutter — erbarmungslos ab. Erbarmungslos in dem Sinne, dass das Leben nicht wertet. Das Leben ist. Die Wertung machen wir. Meine Lehrerin Lucia sagte einmal in einer meiner Drama-Phasen zu mir: „Es gibt nur eine Chance — Ihr Spiel zu genießen“. Ein so tiefer, weiser Satz, den ich mir auch später selbst viele, viele Male gesagt habe. Er bringt sofort Leichtigkeit ins Spiel.

Von Leichtigkeit war an jenem Wochenende allerdings in meinem Erleben zunächst einmal keine Spur. Mein Herz war schwer. Es gab wohl sehr viele Blockaden in mir, wie Swami es nannte. Als er uns in seinem Talk aufforderte, die Hand zu heben, wenn er jetzt einige Blockaden aufzählte, ließ ich meine Hand irgendwann einfach oben. Ob wir das kennen würden: Unwertgefühle — hier! Stolz — logo! Eifersucht — na klar! Sich ausgeschlossen fühlen — yup! Ärger — absolut! Traurigkeit — ja! Ego, Gier, Ängste — you name it. Alles vorhanden. Und während wir da so sitzen und ich all das fühle und obendrauf mein aktueller Schmerz ... fühlte ich, wie sich eine Energie in mein Herz grub, die leicht war. Ich konnte all das fühlen und gleichzeitig glücklich sein. Ich war im Bliss. Emotional am Ende UND im Bliss. Wie schräg war das denn? Das, was ich da fühlte, hatte ich noch nie im Leben gefühlt. Es war unpersönlich, tief, durchströmte meinen ganzen Körper und hüllte mich ein. Es war wahre Liebe.

In der Präsenz von Swami konnte ich es gut zulassen. Es war ein kraftvoller Rahmen, ein extrem starkes Energiefeld, in dem ich mich traute, ein wenig mein Herz zu öffnen. Ich sang die Bhajans, lief Mantras rezitierend mit den anderen um das Feuer und hob meine Hand auf die Frage, wer nach Indien kommen würde. Ich tat all diese Dinge, von denen ich nie gedacht hätte, dass ich sie mal tun würde.

Und dann war das Wochenende vorbei und wir fuhren nach Hause. Mit uns fuhren zwei Studenten Swamis, die ihn schon länger kannten und die auch aus der Kasseler Gegend kamen. Ich ließ den Mann fahren und setzte mich selbst nach hinten, um ein wenig zu verdauen. Sie erzählten im Auto spannende Geschichten über Swami. Die Frau, die dabei war, war auch schonmal in Indien in seinem Ashram gewesen und meine Freundin und ich hingen an ihren Lippen, als sie von ihren Erfahrungen berichtete. Nach einer Weile legte dann jemand eine Bhajan-CD ein und die zwei und meine Freundin sangen in aller Seligkeit die Bhajans mit. Ich wurde still und stiller und nach einer halben Stunde brach es aus mir heraus: „Macht jetzt endlich diese Musik aus!“ Es gibt halt auch den Punkt, an dem es zu viel des Guten ist — wenn das System genug hat. Wenn es reicht. Der war in diesem Moment für mich definitiv erreicht.

Aus heutiger Sicht

Ich schämte mich damals unmittelbar sehr für meinen Ausbruch, der von ganz tief unten kam und sich von mir nicht aufhalten ließ. Heute habe ich im Rückblick viel Mitgefühl für mich selbst. Und auch in der Arbeit mit Menschen erlebe ich es immer wieder, dass ein Zuviel — ob negative oder eben auch positive Energie — eben einfach genau das sein kann: ZUVIEL. Es kann ein System, insbesondere ein traumatisiertes Nervensystem, überfordern. Wir kennen in der Regel eine solch reine Liebe nicht und wir kennen auch diese Kraft nicht, diese hoch positive Energie, nach der sich unsere Seele so sehr sehnt. Wenn wir es übertreiben, dann können wir die Energie nicht halten und stürzen wieder ab. Wir sind in der Regel süchtig nach Negativität und Drama. So sind wir konditioniert in einer Gesellschaft, die die Verbindung zum Göttlichen verloren hat und davon überzeugt ist, dass die materielle Welt alles ist, was existiert. Diese Konditionierung haben wir nicht über Nacht erhalten, sondern uns wurde — mit den allerbesten Absichten — über Jahre, Jahrzehnte eingetrichtert, was gut und was böse ist und wie das Leben läuft.

Wir wurden fit gemacht für eine Welt, in der wir funktionieren sollen. Spirituelle Schulung und Wissen darüber, wie wir unsere Seele nähren, haben wir in der Regel nicht erhalten. Ich bin in meinem Leben eher Menschen begegnet, die entweder durch den Dogmatismus in den von Menschen kreierten Religionen eingeordnet waren und alles Fremde ablehnten oder durch ungünstige Erfahrungen mit Religionen, Lehrern oder Gemeinschaften spirituell gebrochen schienen und extrem misstrauisch gegenüber allem Spirituellen eingestellt sind. All diese Ängste und Muster kommen hoch, sobald man einem Meister begegnet, dessen Liebe und Kraft in keine Schublade passt und wie ein Leuchtfeuer durchs System fegt.

Eine professionelle Begleitung hat das im Blick und weiß, dass weniger oft mehr ist. Wir dürfen uns langsam an diese Energie gewöhnen, die sich in die Tiefen unserer Seele gräbt und sie zutiefst glücklich macht. Alles andere — was an uns nicht Seele ist — darf erst wieder lernen, glücklich zu sein.

Shiva Shiva Shiva

In den Wochen zwischen der ersten Begegnung mit Sri Kaleshwar auf dem Beuerhof und der zweiten Begegnung in Penukonda, Indien, praktizierte ich Mantra-Meditation. Für diese Meditation gab es eine sehr strenge Diksha¹: Wir mussten jeden Tag vor Sonnenaufgang mit einem langen Mantra meditieren. Ich brauchte sehr lange für diese Meditation, weil ich überhaupt keine Übung im Rezitieren von Mantras hatte. Es war das erste Mal, dass ich mit Mantra-Meditation in Berührung kam. Die Meditation musste vor Sonnenaufgang beendet sein. Wenn man verschlief oder zu lange brauchte, galt die Diksha als gebrochen. Da ich zu dieser Zeit ohnehin sehr früh aufstehen musste, um nach einer vierzigminütigen Autofahrt pünktlich um acht Uhr morgens an meinem Schreibtisch im Büro zu sitzen, klingelte mein Wecker extrem früh. Dazu kamen noch diverse andere Diksha-Punkte wie kein Alkohol, kein Fleisch, keine Eier, kein Rauchen und kein sexueller Austausch. An Neu- und Vollmond mussten wir zudem eine spezielle Mantra-Meditation durchführen, die nachts nach Sonnenuntergang begonnen und vor Sonnenaufgang abgeschlossen sein und mindestens fünf Stunden dauern musste. Man durfte diese Diksha nur zweimal brechen und konnte die Verfehlung durch ein spezielles Ritual wieder heilen. Danach war die Chance, den Prozess erfolgreich abzuschließen, für dieses Leben vertan. Es war also ernst! Ernst im Sinne von: „Strengt euch an, Leute!“

Es mag paradox klingen, aber diese Strenge und Klarheit war genau das, was ich zu jener Zeit brauchte. Da ich eine Zeit emotionalen Schmerzes durchmachte, war die Versuchung groß, den Schmerz in Alkohol zu ertränken. Obwohl ich generell nicht dazu neigte, zu viel zu trinken, war es in dieser Phase meines Lebens verlockend, abends nach der Arbeit ein oder zwei Gläser Wein zu trinken und in meinen Gefühlen zu schwelgen. Außerdem habe ich damals viel geraucht, und wenn es mir schlecht ging, umso mehr. Von einem Tag auf den anderen hat mir dieser Prozess beide Kompensationsmöglichkeiten genommen. Was für ein Horror! Was für ein Segen! Ich hätte nicht gedacht, dass es mir relativ leicht fallen würde, diese Dinge loszulassen. Was mir wirklich zu schaffen machte, war das verdammte Ei, das ich nicht essen durfte. Auf der Suche nach Lebensmitteln ohne Ei wurde meine Wahrnehmung für Nahrung extrem geschult. Ich habe auch sehr schnell gelernt, meine Bedürfnisse im Restaurant klar zu äußern: Da durfte überhaupt kein Ei drin sein, nein, auch nicht in den Nudeln.

Ich hatte das Glück, dass ich den Prozess gemeinsam mit meiner Freundin durchlaufen habe und wir auch in einer Wohngemeinschaft lebten. Wenn ich einen Durchhänger hatte, war sie da und hat mich motiviert, weiterzumachen. Wenn es für sie einmal schwer war, konnte ich sie aufrichten. Es ist unglaublich wertvoll, einen „Meditationspartner“ an der Seite zu haben oder Teil einer Gruppe zu sein, die sich regelmäßig austauscht. Gerade zu

Beginn der Läuterungsphase, wie ich heute rückblickend sagen kann, ist das von unschätzbarem Wert.

Wir gingen nun also den Weg zu Shiva. Wer ist Shiva? Ich hatte das Bedürfnis, zu lernen und durchstöberte sämtliche spirituelle Buchhandlungen in Kassel nach Input. Da mich das Bhajansingen auf dem Beuerhof so tief berührt hatte, meldete ich mich auch gleich zum Mantra-Singen in einem kleinen Meditationszentrum in unserem Stadtteil an. Ich fühlte den Effekt des Mantra-Singens so stark! Ich ging nach der Arbeit, erschöpft und innerlich beschäftigt mit meinem Herzeleid dorthin und nach eineinhalb Stunden Mantra-Singen lief ich leichtfüßig wieder hinaus.

Da ich mich ja parallel auch weiter mit körperlicher Heilung beschäftigte, fand ich im Internet eines Tages eine Website über buddhistische Mantras und deren Heilwirkung. Der Autor der Seite wies auf die Fähigkeit von Wasser hin, Energie speichern zu können. Er schrieb auch über die Wasserkristallbilder von Masaru Emoto, einem japanischen Wissenschaftler, der einen Weg gefunden hatte, die Struktur von Wasser durch Fotografie sichtbar zu machen. Seinen Forschungen zufolge ist es so, dass Wasser, das mit positiven, heilsamen Schwingungen informiert wird, wunderschöne harmonische Strukturen aufweist wohingegen Wasser, welches negativ informiert wird, chaotische unharmonische Strukturen zeigt. Der Autor der Website zog daraus die Schlussfolgerung, dass positive heilsame Schwingungen sich auch auf uns und ganz konkret auch auf unseren Körper positiv auswirken, da dieser zu einem Großteil aus Wasser besteht. Masaru Emoto hatte diesbezüglich auch viele Experimente durchgeführt und es hieß auf der Website, dass diese Veränderungen der Wasserstrukturen auch dann sichtbar wurden, wenn derjenige, der das Wasser informierte, gar nicht wußte, was er sagte. Ich dachte mir, dass das ein schönes Erklärmodell für meine Erfahrung nach dem Mantra-Singen ist, denn die Bedeutung der Mantras, die wir sangen, kannte ich zu dieser Zeit nicht und trotzdem spürte ich deren positive Wirkung. Die Forschungen von Dr. Emoto fand ich spannend und nahm mir vor, mich eingehender damit zu beschäftigen und mir ein Buch über seine Arbeit zu kaufen. Bestärkt in meinem Gefühl, dass Mantra-Singen für mich sinnvoll sei, surfte ich rüber zur Website des Meditationszentrums in Kassel, um zu schauen, wann das nächste Mantra-Singen stattfinden würde. Und dort stand dann zu meiner Verblüffung tatsächlich geschrieben, dass das Mantra-Singen zugunsten eines Vortrags über die Wasserkristallbilder von Masaru Emoto in diesem Monat ausfallen würde. Da war natürlich klar, dass ich mich zu diesem Vortrag sofort anmelden musste! Und welches Kristallbild wurde wohl als erstes auf der großen Dia-Leinwand gezeigt, als der Vortrag begann? Ein Bild des Wasserkristalls, der entsteht, wenn das Mantra „Om Namah Shivaya“ — Shivas Mantra — rezitiert wird. Ich konnte es nicht fassen.

Aus heutiger Sicht

Gerade zu Beginn meiner bewussten spirituellen Reise gab es viele solcher Momente, in denen ich das seltsame Gefühl hatte, dass die Realität um mich herum meinen inneren Gedanken folgte oder auf sie reagierte. Es war, als ob jemand da wäre — eine Präsenz, die mich sieht, mir zuhört und mich dabei beobachtet, wie ich die Welt neu entdecke. Wie ein Flüstern im Traum: „Such mich, finde mich“.

Heute glaube ich, dass dies der Beginn des Erwachens ist. Gary Renard hat in seinem Buch „Die Illusion des Universums“ einen schönen Vergleich gebracht. Wenn ein Baby in seinem Bettchen schläft und einen Alptraum hat und laut weint, aber nicht aufwacht, dann kommt die Mutter ans Bettchen, streichelt das Baby sanft und flüstert ganz leise: „Keine Angst, alles ist gut.“ Sie wird das Baby nicht aus dem Schlaf reißen und es gewaltsam aufwecken, denn das würde es nur noch mehr erschrecken. Sie wird es sanft tun. Der Traum des Babys wird sich durch diese sanfte Art der Mutter verändern und zu einem schönen Traum werden. Aber es ist immer noch ein Traum. Wenn das Baby dann auf natürliche Weise aufwacht, wird es feststellen, dass es sein Bettchen nie verlassen hat.

Der spirituelle Prozess verläuft oft ähnlich. Wir erleben das Leben als Alptraum und die Seele beginnt, um Hilfe zu rufen. Wenn wir dann beginnen, auf das Flüstern des Lebens zu hören, können wir uns langsam beruhigen. Das funktioniert wunderbar in der Meditation und zeigt sich zudem oft auch im Alltag durch Synchronizitäten. Ich glaube jedoch, dass wir durch Meditation unsere Wahrnehmung für diese Momente extrem schärfen können. Wir werden achtsamer für die Zeichen, die wir bekommen.

Sri Kaleshwar sagt, die Natur schickt uns ständig Zeichen, wir sind nur noch nicht in der Lage, sie als solche zu begreifen und sie richtig zu deuten. Je mehr wir mit der Natur verschmelzen, die nicht von uns getrennt ist, sondern von der wir ein Teil sind, desto selbstverständlicher wird es für uns, diese Zeichen wahrzunehmen und ihnen zu folgen. Dieser Weg ist so individuell, wie es Menschen gibt. Wir sollten die Zeichen, die für uns bestimmt sind, nicht von anderen deuten lassen. Das würde uns abhängig machen. Wir müssen lernen, unseren eigenen Weg zu gehen. Die Mutter spricht mit jedem ihrer Kinder anders. Sie spricht zu uns in einer Sprache, die nur wir verstehen.

Der Meister tritt in unser Leben wie ein Freund, der uns Fahrrad fahren lehrt. Er gibt uns ein Fahrrad mit ein paar Stützrädern und schickt uns auf die Reise. Irgendwann nimmt er die Stützräder ab, wir fahren ein paar Meter und müssen dann hinfallen. Wir müssen hinfallen und wieder aufstehen. Das kann uns niemand abnehmen. Und während wir unsere Übungen machen, hinfallen und wieder aufstehen, ist da stets diese überaus

liebevolle Präsenz im Hintergrund, ewig schauend und verzeihend, die uns mit Liebe versorgt und uns die Kraft gibt, weiterzugehen, bis wir ganz frei sind.

¹ Diksha — Regeln für den Meditationsprozess, die helfen, das angestrebte spirituelle Ziel zu erreichen. Häufig haben diese Regeln etwas mit Verzicht zu tun, was die „Austerity Power“, die Meditationskraft und Widerstandsfähigkeit verstärkt. Man sollte aus diesen Regeln kein Dogma machen, im Sinne von, dass es grundsätzlich richtig sei, sie immer anzuwenden und sich zu „kasteien“. Sie sind wirklich sehr zielführend und für genau diesen Prozess, den man gerade macht, notwendig. Nach Abschluss des Prozesses ist man wieder ein „free bird“, wie Swami es nannte. Es ist aber gleichsam ein angenehmer Nebeneffekt, dass schlechte Angewohnheiten durch die Durchführung solcher Meditationsprozesse überflüssig werden und man mit der Zeit auf gewisse Dinge, die einem schaden, einfach ganz natürlich keine Lust mehr hat.