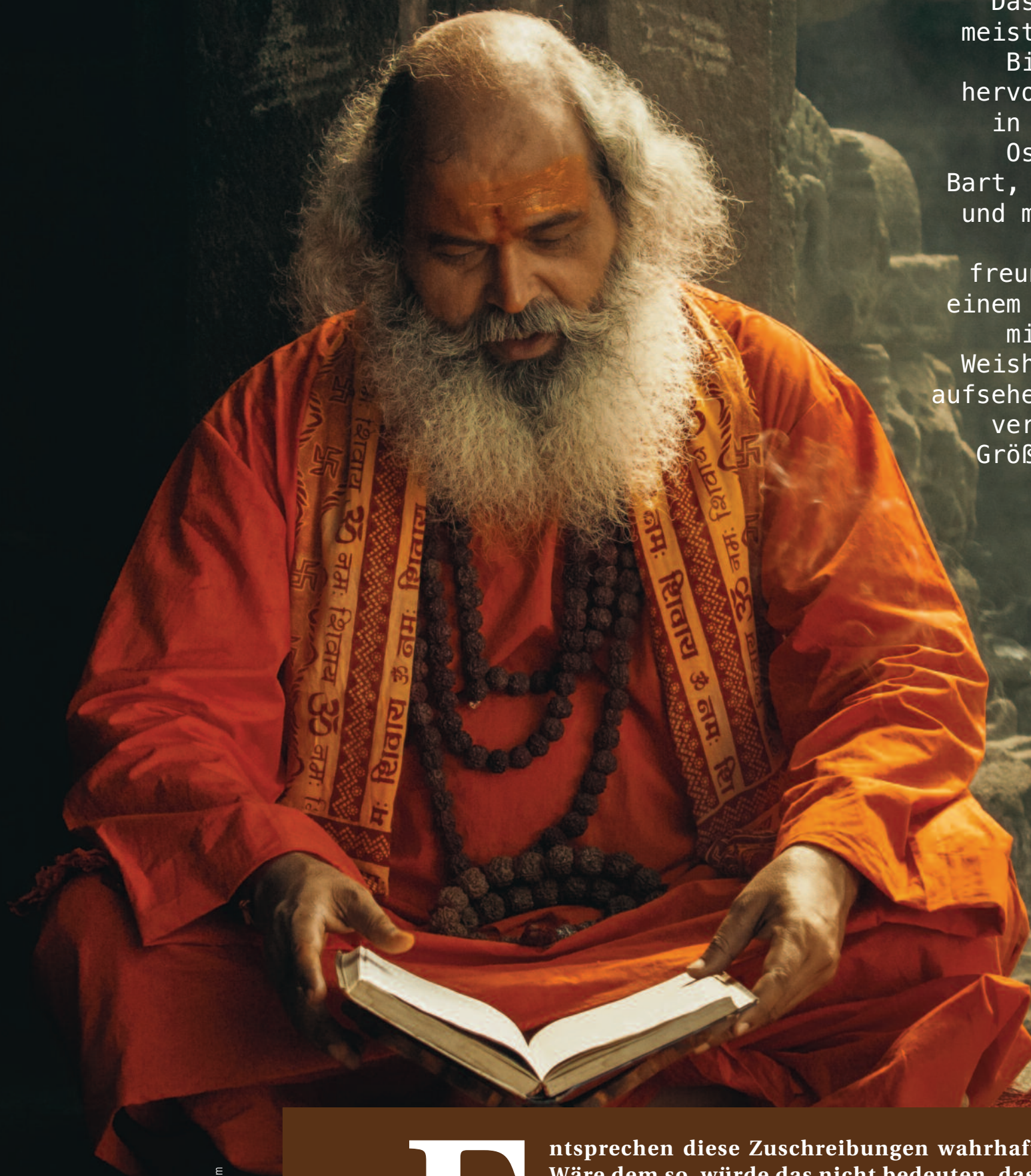


Sehnst du dich nach einem Guru?

Das Wort Guru ruft bei den meisten von uns sogleich das Bild eines älteren Mannes hervor, zurückgezogen lebend in einer Höhle irgendwo im Osten, mit langem, grauem Bart, weißer, langer Kleidung und mildem Blick. Ein Mensch begleitet von einem freundlichen, ruhigen Wesen, einem stillen Äußeren gepaart mit tiefgehender, innerer Weisheit. Jemand, zu dem man aufsehen muss, jemand, den man verehrt, jemand, zu dessen Größe man selber vermutlich nie erwach(s)en wird.



Entsprechen diese Zuschreibungen wahrhaftig dem Sein eines Gurus? Wäre dem so, würde das nicht bedeuten, dass wir, die im Westen aufgewachsen sind und leben, wohl dann einen solchen Guru niemals antreffen werden? Ist dem so, oder gibt es auch bei uns Gurus und wenn ja, in welcher Form, wer sind sie, wie leben sie und wo treffen wir sie an?



VON MANUELA GASSNER

Einen Guru erkennen

Als ich den Raum betrat, war ich schon zuvor aufgeregt, wegen ihr, wegen dem, was sie mir gleich zeigen würde. Obwohl ich sie doch gar nicht kannte, spürte ich das schon zuvor. Ich war aufgeregt auf das, was jetzt gleich mit mir passieren würde, denn das nahm ich ganz klar wahr: ***Da passiert jetzt was mit mir.*** Wenn ich jetzt tatsächlich, trotz aller Unsicherheiten, die Tür öffnen würde, gäbe es kein Zurück mehr. Sie und das, was sie mir zeigen würde, all das kennenzulernen hatte ich nicht geplant. So trat ich ein – und heute fliege ich. Geheilt ist so mancher Schattenschmerz einer Wunde, eines Traumas, durch die Türen, die sie mir zeigte, ohne sie zu öffnen, rein durch ihr Sein, ihre Präsenz, ihre Ankunft in meinem Leben. Sie fragte nicht, sie zeigte nichts, sie öffnete nur und bot einen Raum, den ich annahm. Und heute fliege ich.

Was ist ein Guru?

Das Wort Guru ist in vielen Traditionen und Religionen ein Ehrentitel für einen ***spirituellen Lehrer***. In der indischen Tradition gibt es vier Gurus, die in unser Leben treten können. Zuallererst sind das natürlicherweise **die Eltern**.

Danach nehmen den Stellenwert eines Gurus **Lehrerinnen und Lehrer oder Ausbildner**, die das Heranwachsen begleiten. Vor der höchsten Stufe, der Stufe der göttlichen Inkarnationen eines Gurus, sind es im Indischen **yogische Meister**, die als Lehrer dem Schüler begegnen.

Der Sanskrit-Begriff unterteilt sich in „Gu“, das für „Dunkelheit“ steht und „ru“, das für „Auslöscher der Dunkelheit“. Ein Guru ist also jemand, **der die (deine) Finsternis entfernt**. Gurus der indischen Tradition entsprechend werden als Gott selbst gesehen, ein Guru ist jemand, **der sich in einer persönlichen Gestalt manifestiert**, eben um entsprechend seiner hohen und besonderen Fähigkeiten hier auf Erden zu dienen und andere in ihrer eigenen Göttlichkeit zu inspirieren. **Einem Guru zu begegnen heißt also, Gott zu begegnen.**

*Namaste. (nāmas: Sanskrit „Verbeugung“ und te „dir“).
Das Göttliche in mir grüßt das Göttliche in dir.*

Wenn ein Guru in unser Leben tritt

Ja, sie entfernte eine Finsternis von mir. Ich hatte traumatische Erfahrungen in einen sehr intimen Lebensbereich meines Lebens erfahren: im Turnverein. Ich fühlte mich

nie gut genug und erlitt oft Ängste durch zu hohe an mich gestellte Ansprüche, gefordert und gefördert wurde ich nie. Ich gab schließlich auf, was ich doch so sehr liebte, was sich als Teil von mir anfühlte: mich zu spüren, mich zu erspüren, mich hinzugeben. Obwohl von Natur Freigeist und leichtfüßig kam später dann aus mir unbekannten Gründen auch noch Höhenangst hinzu. Eine Blockade, die mich von manchen Dingen, die mich jedoch magisch anzogen, abhielt, bzw. zu (mental) furchtbaren Erlebnissen führte. Diese zwei Prägungen führten zu einem großen Schattenanteil in mir, den ich mit mir rumschleppte und an den ich alleine nicht rankam. Doch dann, in ihrer Gegenwart und Präsenz, wagte ich den Versuch. ***Sie, einer meiner Gurus in weiblicher Gestalt, trat unbedacht und nicht gesucht in mein Leben.*** Ich begegnete ihr und fand mich. Heute leite ich selber an, was sie mich lehrte und dabei so vieles heilte: In Aerial Yoga-Stunden in Silktüchern über dem Boden zu schweben, mich zu verbiegen, mich zu beugen, mich hinzugeben, mich fallen zu lassen.

Die Wirkung eines Gurus auf uns

Auch wenn ein Guru mit anderen Erscheinungsformen verknüpft ist und entsprechende Bilder hervorruft, so ist doch auch in unserem zeitgenössischen westlichen

Sprachgebrauch das Wort Guru angekommen. Ein Guru meint dann meist Menschen mit hoher fachspezifischer Expertise oder langer Erfahrung und dadurch einer hohen Versiertheit. ***Doch wie und wo begegnen wir diesen Gurus? Hat jeder Mensch einen oder gleich mehrere?***

Ich bin der Meinung, dass wir alle allorts und allzeit von Gurus umgeben sind, dass jeder unser Guru sein kann und dass es lediglich an unserem offenen Herzen und unserer Offenheit generell liegt, sie als solche zu erkennen und als wahrhafte Geschenke in unserem Leben zu begrüßen und ihre ausgestreckten Hände zu greifen. Gurus sind gewöhnliche Menschen wie du und ich, die jedoch durch ihr Sein das Leben anderer maßgeblich positiv beeinflussen. Menschen, die durch die Art und Weise, wie sie uns berühren, uns zu größeren Taten, Werken und Werten inspirieren. Menschen, die uns zu unserer eigenen gelebten Hingabe inspirieren und somit behutsam unsere Schatten ins Licht führen. Ein Guru, der uns auf eine solche Weise berührt, reinigt unseren Schmerz und unseren Schatten. Oft reicht ein Augenblick, eine flüchtige Begegnung, ein Satz, eine Handlung oder rein die Präsenz, um als Guru, oft sogar unerkannt, im Leben eines anderen zu wirken.

„Um eine Kerze zu entzünden, braucht man eine brennende Flamme.
Genauso kann nur eine erleuchtete Seele
eine andere Seele erleuchten.“

(Swami Sivananda, aus: „Göttliche Erkenntnis“)

Was ein Guru nicht ist

Du erkennst, wenn es nicht ein Guru ist, der gerade in deinem Leben wirkt, sondern hingegen lediglich ein von dir so beurteiltes Vorbild. Ein Guru ist nicht jemand, zu dem du „lediglich“ aufblickst, jemand, unter dessen Licht du dich stellst, jemand, dem gegenüber du dich unterwirfst, jemand, dessen Wahrheit du ungeprüft als deine übernimmst, jemand, dem du nacheiferst, jemand, den du als Ideal vergötterst und jemand, von dem du wünschtest, du wärst, wie er oder sie. ***So jemand ist ein Vorbild***, ein Bild von jemandem oder etwas, das du ausgebildet hast, wie es richtig wäre, dass etwas ist oder wie du bist. Infolgedessen fühlt man sich einem Vorbild gegenüber auch meist geschwächt oder mit schlechtem Gewissen oder Selbstwertgefühl aufgrund der permanenten Vorstellung so oder so (nicht) sein zu müssen. **Hingegen sind es stärkende, erhebende und leichte Gefühle, die ein Guru in seiner Berührung bei uns auslöst.**

Es ist nicht falsch, Vorbilder zu haben, die einen motivieren, es ist jedoch in höchstem Maße lieblos gegenüber dir selbst, einem solchen Vorbild blind und untreu dir selber gegenüber zu folgen. Ob jemand auf dich wie ein Guru wirkt, liegt also ganz an deiner eigenen inneren Haltung bzw. Offenheit. Die tiefe Inspiration, die ein Guru bei dir hinterlässt, ist nichts, das dich verändern ließe, **sondern etwas, das dich näher zu dir bringt**. Ein Guru hinterlässt einen tiefen energetischen Abdruck auf deiner Seele, welche wie ein göttlicher Funke wirkt, von der göttlichen Quelle durch die Gabe des Gurus hin zu deiner eigenen Göttlichkeit.

Übung

Möchtest du wissen, ob auch du schon in deinem Leben einem Guru begegnet bist? Dann reise in Gedanken einmal zurück zu all jenen Momenten in deinem Leben, in denen du dich besonders berührt und inspiriert gefühlt hast, so sehr, dass du dich beflügelt fühltest, für etwas, das als großes Sehnsuchtsziel in dir angelegt ist, zu gehen, und zwar kompromisslos. Wer oder welche Umstände oder Begegnungen waren es, die genau diesen letzten Funken in dir gezündet haben, um ganz für dich selber einzustehen und deine Schritte motivierten, für deinen Herzenswunsch loszugehen?

Fazit

Jeder also kann als Guru für uns wirken. Das bedeutet im Umkehrschluss ebenso: Du kannst auch immer und für jeden als Guru wirken. Es braucht dazu unsere Offenheit, unser offenes Herz, unsere offenen Augen, um zu erkennen, um anzunehmen, sowie Demut und diese Gnade, die letztlich göttlicher Natur ist.

„Wenn du zuhören kannst, ist jeder ein Guru.“

(Ram Das)



Manuela Gassner

Psychologische Beraterin, Lehrerin, Autorin,
Mentaltrainerin und Yogalehrerin.

Kontakt: mag.manuelagassner@gmail.com

Fotos: www.shutterstock.com