

Die heilende Natur existiert immer

Ein Interview mit Sri Vast



Während meiner ersten Reise nach Indien, teils als Touristin teils für professionelles Engagement,

VON IRENE MUNZ

lernte ich Sri Vast und seinen Aschram in Südindien kennen. Es war eine Nachbarin in meinem Guesthouse, die mir eines Morgens die Broschüre des Sri-Vast-Aschrams mit dem Kommentar in die Hand drückte: «Ich glaube, du solltest dir dies anschauen.» Meine Augen sind über die Seiten mit Themen von Natur, Ökologie und praktischer Spiritualität geflogen und blieben bei der Kursbeschreibung des «Natürlichen Heilers» hängen. «Das ist es – ich möchte mehr darüber lernen», wusste ich sofort. Zwei Wochen später bin ich im Ashram eingezogen. Ich lernte neue Perspektiven kennen, die weiter reichten als mein akademisches Wissen und meine bisherige Lebenserfahrung. Ich tauchte in eine praktische Lebenshaltung ein, wie man das Leben in einer positiven Weise sehen und erleben kann, unabhängig von Herkunft und Wissen, sondern mit einer tiefen Verbundenheit zu sich selbst, zu unserem natürlichen Zustand.

SPUREN: Was ist Heilen?

Sri Vast: Heilen ist eine Qualität, die wir alle natürlicherweise in uns integriert haben. Wann immer wir eine Unausgeglichenheit in unserem Körper spüren, wird diese eingebaute Heilkraft in uns aktiv. Dies nennen wir heilen. Die meiste Zeit geben wir jedoch unserer eigenen Heilkraft keinen Entfaltungsraum. Wenn wir uns mit einer bestimmten Idee begegnen, dann begegnen wir auch unseren Krankheiten mit derselben Idee. Und die meiste Zeit ist diese Einstellung die Ursache unserer Krankheit.

Wenn wir dem Planeten Erde erlauben würden zu heilen, würde sich die Erde selbst heilen. Du musst nichts dafür tun, um sie zu heilen. Aber du musst der Erde erlauben, sich zu heilen, anstatt sie ständig weiter zu verletzen.

Dasselbe gilt auch für uns, da wir alle Teil dieser Natur sind. Es ist eine Gewohnheit zu erwarten, dass jemand oder etwas von aussen uns helfen soll. Und während wir die externe Hilfe anfragen, erkunden wir nie, mit was wir selbst gekommen sind.

Wer ist ein Heiler?

Der Heiler ist derjenige, der anderen hilft, ihre eigene Heilnatur zu kontaktieren. Wenn du einen Heiler aufsuchst, dann gibst du dich unbewusst diesem Heiler hin. Das Heilen geschieht, indem du dich hingibst. Allein die Akzeptanz, dass du geheilt werden wirst, stimuliert den Heilprozess. Wenn du dich hingibst, löst du dich von allen Ideen über dich selbst, inklusive der Idee, dass du krank bist. Was dann übrig bleibt, ist das reine Selbst, dein natürlicher Zustand. Das heisst also, wenn du dich hingibst, begnugst du dich nicht als kranke oder hilflose Person. Wenn der Heiler selbst sich hingibt und sich mit seinem eigenen natürlichen Zustand verbindet, dann kreiert er Raum und Möglichkeit für andere, so dass sie ihren eigenen natürlichen Zustand kontaktieren können, da wo das Heilen stattfindet. In dieser Form hilft der Heiler zu heilen.

Wer heilt und was gibt es zu heilen?

In Wirklichkeit kann niemand andere heilen, so viel ich weiss. Aber heilen stimuliert andere, um mit deren eigenen Heilkraft in Kontakt zu kommen. Wir alle haben diese Qualität in unserem System integriert.

Die heilende Natur existiert immer, aber wir gebrauchen sie nur sehr selten. Wir sind mit vielen anderen Qualitäten von uns selbst beschäftigt. Und da wir mit vielen externen Aktivitäten uns konstant beschäftigen, geben wir uns nie den Raum, um uns selbst natürlich zu heilen.

Wenn du dem Heiler vertraust, hilft er dir, dich zu entspannen, damit du mit deiner eigenen heilenden Kraft in Verbindung treten kannst.

Wie kontaktieren wir den natürlichen Heiler in uns?

Um ein Heiler zu sein, muss man sich selbst erst heilen. Man muss sich der Gesamtheit hingeben, entfernt von allen Ideen über sich selbst. Sogar das Bedürfnis, andere zu heilen, verschwindet. Wenn eine Person das Verlangen hat, andere zu heilen, dann ist es oftmals ihr eigenes Bedürfnis, etwas in der Welt als schlecht zu betrachten, das geheilt werden muss. Mit der totalen Hingabe verschwinden auch alle Bedürfnisse.

BILD: PD

Es gibt zwei Dinge: das eine ist der Heiler, das andere ist das Heilen. Viele Menschen interessieren sich dafür ein Heiler zu werden. Aber ein Heiler ist wie ein Tänzer, es sind Rollen. Wenn du von einem Heiler sprichst, willst du heilen, oder meinst du den Heiler? Es muss nicht sein, dass jeder Heiler auch heilt. Als Heiler kannst du eine Idee von dir entwickeln. Dominanterweise könntest du eine Rolle als Heiler übernehmen und andere als Hilfsbedürftige identifizieren. Das wahre Heilen findet statt, wenn der Heiler oder Therapeut selbst verschwunden ist, wenn es keine Heilerrolle gibt – dies offenbart den Zustand der Nichtexistenz. Darin hilfst du derjenigen Person, welche sich krank denkt, zu verschwinden. Somit werden der Körper und die Person nicht als krank betrachtet.

Wer verschwindet?

Diejenige Person, die dich kontrolliert, die dir Konditionen auferlegt. Diese Rolle, diese Person in dir verschwindet. Plötzlich erlebt der Körper, das ganze Wesen eine totale Freiheit.

Die meisten gesunden Menschen sind nicht unbedingt gesund. Man muss den Menschen mit Buddha vergleichen – mit dem Buddha-Zustand. Vergleiche nicht, wer krank oder gesund ist. Wenn eine Person zum Beispiel physische Schmerzen hat, dann hat sie vielleicht ihren Zustand an tolerierbarem Schmerz erreicht. Eine andere Person, die keine physischen Schmerzen hat, nennen wir gesund. Aber diese Person hat vielleicht auch Schmerzen, jedoch toleriert sie sie oder ist sich deren nicht bewusst. Sie kann jedoch nicht schlafen oder vielleicht nicht korrekt kommunizieren oder in einer gesunden Haltung sitzen oder sich an einem Ort nicht wohl fühlen. All diese Dinge betrachten wir nicht als Krankheit, sondern wir sagen: «Es geht uns gut, wir fühlen uns wohl.»

Wie sehen Sie die Symptome von bekannten Krankheiten, und was kann man tun?

Die meisten Krankheiten entstehen im Verstand. Da wir uns mit unserem Körper identifizieren, begegnet der Verstand uns auch durch den Körper. So finden 90% der Krankheiten im Verstand statt. Wenn du dir selbst als krank begegnest, kannst du die Muster der Krank-

heit erkennen. Wenn du eine Depression hast, kannst du erkennen, dass die meisten depressiven Menschen dieselben Ausdrucksformen der Depression haben. Deshalb kannst du die Krankheitsmuster kategorisieren und ihnen Namen geben. Wenn wir Muster einer Krankheit benennen, können diese Muster von anderen Menschen reproduziert werden.

Alles, was in deinem Verstand abgeht, wird auch durch den Körper erfahren. Wenn der Verstand gereinigt werden kann, dann kann auch der Körper gereinigt werden. Das ist eine natürliche Folge. Und wenn der Verstand dem Körper eine positive Haltung zeigt, dann kann der Körper heilen.

Gesellschaftlich wird Krankheit als etwas Negatives gewertet. Deshalb benötigen wir Heilung, damit es positiv wird. Sie scheinen eine andere Meinung zu haben.

Ja. Du musst allem positiv begegnen. Meistens sehen wir nur das Negative im Leben. Wir sind mit unserem Leben nicht zufrieden, und das ist die Ursache der Krankheiten. Wenn jemand Krebs hat, dann begegnen ihm alle, als wäre ihm etwas Schlechtes im Leben passiert. Da verliert dieser Mensch plötzlich die Hoffnung im Leben und glaubt selbst, dass etwas Schlechtes passiert ist. Aber man kann es auch als eine Chance betrachten, welche einem im Leben gegeben wurde? Diesem Menschen wurde ein Geschenk gemacht, das Leben auf eine andere Art und Weise zu betrachten und zu erleben. So können sie es in etwas Positives transformieren. Und wenn etwas Positives passiert, dann entwickelt sich die Liebe fürs Leben. Und wenn du das Leben liebst, dann verliebt sich auch das gesamte System deines Körpers in dieses Leben.

Mit dieser Herangehensweise will jeder das Leben verändern, jeder versucht, eine bessere Welt zu schaffen. Und du magst vielleicht denken, eines Tages wird die Welt besser sein. An diesem Tag werden auch alle meine Probleme gelöst. Wenn du die Welt verbessern willst, heisst es, dass du dem Jetzt, diesem Moment, als «nicht gut» begegnest. Wir brauchen jedoch eine positive Einstellung und Akzeptanz dem Leben gegenüber, um ein gesundes und harmonisches Leben auf diesem Planeten erfahren zu können.

Heisst dies, dass unser Gesundheitszustand von unserer Weltansicht abhängig ist?

Richtig. Du siehst die Welt als etwas, was verändert werden soll, was repariert werden muss. Durch die Einsicht, dass die Welt schlecht ist, führst du eine angstorientierte Präsenz. Das heisst, wir haben immer Angst, dass etwas Schlechtes passieren könnte, wir zweifeln am Leben, die Liebe am Leben verschwindet.

Das Akzeptieren, dass mir das Leben als etwas Schönes gegeben wurde, ist die Grundbasis des Heilens. Akzeptiere alles als ein Werkzeug der Transformation und sehe in allem eine Chance. Gib allem eine positive Haltung. Je mehr du allem positiv begegnest, desto schö-

ner wird dir die Welt erscheinen. Jeder möchte in dieser schönen Welt leben. Da entsteht die Liebe. Und wenn Liebe entsteht, kommt Leben auf, und das Heilen ist natürlich überall und in jedem Moment, die ganze Zeit. ■

Sri Vasts Aschram ist ein internationales Zentrum für Ökologie und Spiritualität in Südin-dien. Menschen aus aller Welt treffen sich hier zum Lernen und Praktizieren, um tiefere transformative Erfahrungen mit der Natur und sich selbst zu machen.

www.srivast.org