

Bajram Leka: Das Leben lieben



Fast symptomatisch scheint der Name des Seminarhauses „Lichtquell“ im südlichen Schwarzwald für seinen derzeitigen Verantwortlichen zu stehen: Bajram Leka ist eine Quelle der Herzlichkeit und Zuversicht für die Menschen, die ihm begegnen. Dabei ist seine Lebensgeschichte, die er in „Kurs in Liebe“ schildert, weniger sonnig.

Sein genaues Geburtsdatum kennt er nicht genau. Der 1967 im Kosovo geborene Bajram verbrachte seine Kindheit unter einfachen Verhältnissen in einem kleinen Dorf. Die Eltern konnten weder schreiben noch lesen und lebten von der Landwirtschaft. Trotzdem ist Bajrams arbeitsreiche Kindheit mit fünf Brüdern und zwei Schwestern eine der schönsten Zeiten in seinem Leben. Schon damals spürte er, dass das Materielle nicht wichtig ist für inneres Glück. Als er später in die Stadt kam, um Physik zu studieren, sah er dies ganz klar: Die Menschen besaßen zwar materielle Güter und viel Wissen, aber sie wirkten trotzdem nicht glücklich.

Im Heimatdorf fungierten seine Mutter und seine Großmutter u.a. als Kräuterfrauen, die Kranke mit Arzneien versorgten und auch die Kunst des Handauflegens beherrschten. „Die Kraft der Liebe heilt alles“, war ein Leitsatz der Mutter, den Bajram lernte und in seinem Herzen trug. Sein Vater gab ihm Selbstvertrauen und Zuversicht: „Du kannst das“, pflegte er zu sagen, wenn etwas nicht gelingen wollte. So mag Bajram äußerlich viele Entbehrungen hinnehmen müssen, aber seine innere Welt stand auf einem festen Fundament, das ihn durch schwierige Zeiten tragen würde. Zeiten, in denen er als Asylant in der Schweiz das Ende des Jugoslawien-Kriegs herbeisehnte. Zeiten, in denen er rund um die Uhr als Tellerwäscher und Kofferträger arbeitete. Zeiten der Krankheit und des Abschieds von geliebten Menschen. Zeiten drohenden Untergangs, in denen Bajram dennoch geduldig und hoffnungsvoll blieb. Und siehe da: Seine Beharrlichkeit, sein enormer Fleiß und seine Zentrierung im Herzen führten schließlich dazu, dass er selbst zum Leiter des Seminarhauses wurde, das er über Jahre mitaufgebaut hatte. „Wenn in unserem Leben etwas nicht so läuft, wie wir es gerne hätten, ist es wichtig, uns daran zu erinnern, dass es nur eine Phase ist, die vorübergeht“, schreibt Bajram, „es liegt schließlich an uns, wie schwer wir das nehmen, was uns widerfährt.“

Jedes Kapitel dieser turbulenten Lebensgeschichte steht für etwas Wesentliches im Leben wie z.B. Führung, Liebe oder Loslassen. Lekas Erzählart ist dabei fast kindlich naiv und doch voller

Mitgefühl und spiritueller Reife. Zum Ende hin wird die Einbindung seiner Erfahrungen in die universale Ordnung offenbar, wird zum Leitfaden, der auch anderen dienen kann, seinen Träumen zu folgen. „Die geistige Welt hat es wunderbar eingerichtet“, erkennt Bajram, „was mir im Leben widerfahren ist, hätte ich nicht besser planen können“.

Einige Meditationen wie die folgende runden die herzerfrischende Lektüre ab.

Das Herz erblühen lassen (Meditationen, um das Herz zu öffnen und liebevoller mit sich selbst und anderen umzugehen: Setz dich mit aufrechter Wirbelsäule bequem hin. Damit sich der Brustraum öffnen kann, achte darauf, dass die Schultern nicht nach vorne fallen. Schließ die Augen und atme ganz natürlich. Wenn du zur Ruhe gekommen bist, lenke deine Aufmerksamkeit auf den Herzbereich. Visualisiere hier die Knospe einer schönen Blume – einer Blume, die deine Seele berührt. Lass deinen Atem die Knospe zart umschmeicheln und wärmen, gib ihr Licht und all deine Liebe. Beobachte, wie sich die Blüte langsam öffnet und immer größer wird, bis sie deinen ganzen Brustraum ausfüllt. Spür die Zartheit und Verletzlichkeit der Blütenblätter, aber auch die Energie, die in dieser Blüte und in deinem Herzen stecken, und nimm dieses Gefühl mit in deinen Alltag.

VERONICA LANGE

Buchtipp:



Bajram Leka
Kurs in Liebe
Ein Weg zur Meisterschaft im Alltag

5144 Seiten, € 9,95,
ISBN 978-3-86728-148-5
Koha Verlag

www.lichtquell.de