

## Yoga der Bhagavad Gita

Eine Vortragsreihe von **Swami Krishnananda**

übersetzt von Divya Jyoti

© THE DIVINE LIFE Trust SOCIETY, Rishikesh, Indien –

### YOGA DER BHAGAVAD-GITA

Dieses YOGA (Einheit mit GOTT) ist dazu gedacht, vor allen Suchern die Hauptprinzipien auszubreiten, die dem EVANGELIUM der *BHAGAVAD-GITA* in ihrem praxisbezogenen Aspekt, d.h. dem YOGA der *MEDITATION*, zu Grunde liegen. Es dürfte jedem bekannt sein, dass dieses Himmlische EVANGELIUM, das Göttliche Lied des HERRN, eine Botschaft ist, die der Menschheit in ihrer Gesamtheit übermittelt worden ist; und es handelt sich hierbei um wesentlich mehr als nur um ein historisches Ereignis im Umfeld des '**MAHABHARATA**' (ind. Epos im Umfang von 8 Büchern), wie es gemeinhin von den Leuten vermutet wird.

Die *BHAGAVAD-GITA* hat eine vielseitige Bedeutung. *SIE* ist eine soziale Botschaft und ein politisches Evangelium; *SIE* ist eine historische Erzählung, ein Epos von höchst vorstellbarer Pracht, die Verkündigung eines Spirituellen Prinzips und eine äußerst wertvolle Unterweisung für den Weg durchs Leben im Allgemeinen, die gleichermaßen, - ohne Ausnahme -, auf jedes menschliche Wesen angewendet werden kann. Es ist schwierig, die wahre Bedeutung der *GITA* zu verstehen und nicht minder problematisch, die vielseitige Persönlichkeit von **BHAGAVAN SHRI KRISHNA** (Inkarnation des ABSOLUTEN) zu erfassen. Es wurde schon oft gesagt, dass der beste Kommentar zur *GITA* das Leben **SHRI KRISHNAS** selbst ist, - das nicht in irgendeinem heutzutage erhältlichen Buch nachzulesen ist. Die Idee hinter diesem Blick auf das *BHAGAVAD-GITA*-Evangelium berührt jede Art von SEIN im Universum und markiert jede Art von offenkundigem Problem; *SIE* stellt die Lösung aller Schwierigkeiten dar, unabhängig davon, ob diese durch äußere Faktoren oder innere Ursachen veranlasst worden sind. Dieses Evangelium zu verstehen, ist deshalb jedem möglich. *SIE* ist eine Botschaft des ALLMÄCHTIGEN an die Menschheit und nicht das Gespräch von einem Individuum zu einem anderen. *SIE* spricht nicht in einer weit zurückliegenden geschichtlichen Zeitepoche durch die Person **KRISHNA** zu einem Individuum namens '**ARJUNA**' (einer der **PANDAVA**-Brüder). *SIE* ist grundsätzlich eine Botschaft an den strebenden Geist und für '**JIVA**', die individuelle Seele des Menschen, die darum ringt, ihre verlorene Würde wieder zu gewinnen. *SIE* ist eine Beschreibung des Pfades, der von der Erde hin zum HÖCHSTEN ABSOLUTEN führt. *SIE* ist eine detaillierte Aufzählung der verschiedenen Wechselfälle und Veränderungen, die jemand in seinem Ringen um den Aufstieg vom Relativen zum EWIGEN SEIN zu durchlaufen hat. *SIE* ist eine wunderbare, kunstvolle Darstellung der vielseitigen Versuche der menschlichen Seele in ihrem Bemühen, das Ziel des Lebens auf jeder Stufe ihres Aufstieges neu zu erringen.

Was in diesem Umfeld des Evangeliums der *BHAGAVAD-GITA* besonders hervorgehoben werden muss, ist die Tatsache, dass sie eine Botschaft für alle Ebenen des Lebens ist, für jeden Schritt, - selbst für den kleinsten und allerersten, den wir in unserem Bestreben aufzusteigen, tun - , sodass nicht gesagt werden kann, *SIE* sei bloß eine religiöse Botschaft, ein '**HINDU**'-Evangelium, eine Schrift des Yoga aus

INDIEN, die nur auf eine bestimmte Gruppe von Menschen oder einen speziellen Menschentyp bzw. irgendwelche Klassen oder Orden usw. anwendbar ist. *S/E* ist eine Botschaft für dich, für mich, für jedermann, unter allen Bedingungen und Umständen im Leben und auf jeder Lebensstufe, angefangen bei der niedrigsten bis zur höchst vorstellbaren, - *S/E* ist das Ziel menschlichen Strebens schlechthin.

Mit dieser kleinen Einführung bezüglich der Bedeutung von der Botschaft der *GITA*, möchte ich zur zentralen Lehre dieser großen Botschaft des Höchsten MEISTERS, - BHAGAVAN SHRI KRISHNA -, an die suchende Seele überleiten. *S/E* ist, um dies präzise in einem Satz auszudrücken, „die Botschaft vom praktischen Umgang mit der Gegenwart GOTTES im Leben eines Individuums“. *S/E* ist die Botschaft davon, wie wir uns im täglichen Leben mit Augenmerk auf unsere Beziehung zur letztendlichen WIRKLICHKEIT verhalten müssen. Das ist vielleicht das Wesentliche, die Innerste ESSENZ der *GITA*-Botschaft. Während *S/E* ein Evangelium des Yogas ist, - die ESSENZ der Praxis des Spirituellen Lebens schlechthin -, ist *S/E* auch eine umfassende und kunstvolle Berührung mit der vielseitigen Persönlichkeit BHAGAVAN SHRI KRISHNAS auf diesem einzigartigen Weg der Annäherung, den man die 'Wissenschaft des Lebens' nennen kann. Das religiöse Individuum, der '**SADHAKA**', der Entsagende, der Spirituelle Sucher, - ein jeder wird wahrscheinlich die Gegenwart GOTTES im praktischen Leben durch eine übereifrige Annäherung an die idealistische Vorstellung von GOTTES EXISTENZ missdeuten und GOTT auf Grund dieses grundlegenden Irrtums sehr wahrscheinlich vom praktischen Leben des einfachen Individuums in der Welt abtrennen.

Wie schon erwähnt, das Leben BHAGAVAN SHRI KRISHNAS ist der beste Kommentar zur *BHAGAVAD-GITA* und eine lebendige Darstellung ihrer wahren Bedeutung. Wer wirklich wissen möchte, was die Botschaft der *GITA* ist, der muss sowohl dem Lebensweg SHRI KRISHNAS, als auch dessen täglichem Verhalten und Lebensprogramm folgen. Kann man IHN einen '**SANNYASIN**' (Mönch, der allem entsagt hat) nennen? Kann man IHN als '**YOGIN**' (Strebender, der die Einheit mit GOTT sucht) bezeichnen? Kann man von IHM sagen, dass er ein Krieger oder ein Familienvater war? Wie kann man sich IHN als Persönlichkeit vorstellen? War ER ein weltzugewandter Mensch oder war ER ein eingetauchter, völlig zurückgezogener Geist, der das Transzendente ABSOLUTE unbeeinflusst vom Tumult des praktischen Lebens verinnerlichte? Was ist eure Ansicht hinsichtlich dieses rätselhaften Lebenscharakters von BHAGAVAN SHRI KRISHNA? Das Ergebnis davon entspricht letztendlich genau der Botschaft der *BHAGAVAD-GITA*. SHRI KRISHNA lebte, was ER lehrte, und ER lehrte, was ER lebte. Es gab keine Kluft zwischen Seiner Lehre und Seinem Leben. Dahinter ist die Aufforderung verborgen, unser Leben an das Leben, das ER uns als ideales Beispiel vorlebte, anzunähern. Es mag sein, dass uns dieses Ideal als überholt erscheint, dennoch ist dies genau die Lehre der *GITA*, nämlich dieses von BHAGAVAN SHRI KRISHNA vorgelebte und so genannte überholte Ideal der Vollkommenheit auf die am niedrigsten erscheinende individualistische Ebene des praktischen Lebens zurückzuführen und sowohl das 'Ideal' als auch den 'Alltag' in einen verträglichen und harmonischen Einklang miteinander zu bringen.

Es ist die Schönheit des Evangeliums der *GITA*, dass es vom erhabenen Postdest der Höchsten VOLLKOMMENHEIT bis zur untersten Ebene des Daseins hinabsteigen kann, ohne dabei die Lebenskraft dieser Erhabenheit zu verlieren. Dieser Abstieg vom Höchsten Vollkommenen SEIN auf die Ebene des Niedrigeren führt keineswegs zu einer Verminderung der Göttlichkeit in Relation zum Grad der Vollkom-

menheit, den jemand erreicht hat. Und genau das ist die Schwierigkeit im Verständnis der GITA, nämlich, diese selbstverständliche Schönheit richtig zu erfassen. Für gewöhnlich erachtet man den Abstieg einer erhabenen Persönlichkeit auf eine niedere Ebene als Erniedrigung, ja als einen Verlust des wahren Wertes dieser Person; hier jedoch besteht die Eigentümlichkeit und Schönheit darin, dass die Bedeutung, der Wert, das Ansehen und das Ausmaß wie auch die Kraft dieser VOLLKOMMENHEIT nicht im Geringsten verloren geht, obwohl es so erscheinen mag, als hätte sie sich auf die niedrigste aller Ebenen hinabgegeben.

Man kann sich leicht vorstellen, wie atemberaubend es ist, dieser Bedeutung, die hinter der GITA-Lehre verborgen scheint, nachzusinnen. Manche mögen sich vielleicht denken, 'dies ist nicht für uns gedacht' oder, 'das ist nichts für mich, mein Verstand ist nicht daran gewöhnt, so zu denken'; oder 'ich bin nicht in dieser Weise erzogen worden'; 'mein Wissen reicht für diesen Zweck nicht aus'; oder 'was ich gelernt habe, ist weit entfernt von dieser Auslegung der BHAGAVAD-GITA und der erwähnten Bedeutung hinter dem Leben SHRI KRISHNAS'. All diese Einwände deuten aber genau auf die Größe und Anwendbarkeit dieser Botschaft hin, die zwar höchst transzendent und schwierig zu erfassen, zugleich aber und gerade deshalb am einfachsten und besten zu praktizieren ist. Während die atemberaubende Größe der Höchsten VOLLKOMMENHEIT des ABSOLUTEN hinter dem Evangelium der GITA verborgen ist, ist sie ebenso die mütterlichste, zärtlichste und zutraulichste Lehre, die verstanden, geschätzt und selbst von einem Kind, entsprechend seinem eigenen Entwicklungsstand, angewendet werden kann. Es gibt da etwas in der GITA, das für jeden segensreich ist. Die GITA hat jedem Wesen etwas zu geben; - den hochgestellten und den kleinen Persönlichkeiten, den Reichen und den Armen, den Alten und den Jungen, Männern und Frauen, Studierenden und Analphabeten. Unabhängig von den jeweiligen Umständen einer Person, muss diese etwas von SHRI KRISHNA empfangen. Die GITA gibt jedem etwas und beinhaltet eine Art Trost, den zu erhalten man sich von diesem Allumfassenden OZEAN nur erhoffen kann; denn SIE ist der wirkliche 'RATNAKARA' (wirklicher Besitz, der WISSEN ist; auch Name VALMIKIS, bevor Er NARADA begegnete; ), den GOTT über uns ausgeschüttet hat.

Doch es gibt noch einen anderen Aspekt in dieser Botschaft, den ich nun gerne hier aufzeigen möchte; ein Aspekt, der von 'SANJAYA' (Ratgeber des blinden Königs 'DHRITARASHTRA') wunderschön in der Form eines Hinweises an den König im Kontext der 'UDOGYA-PARVA' (5. Buch des MAHABHARATA-Epos) gegeben wurde. Und zwar wird uns dort erzählt, dass am Vorabend, bevor SHRI KRISHNA zur Erfüllung Seiner Friedensmission den Lagerplatz der 'KAURAVAS' (die, den 'PANDAVAS' feindlich gesinnten Brüder und Verwandte) erreichte, DHRITARASHTRA nach SANJAYA rufen lässt und zu diesem sagt: „Mir kam zu Ohren, dass KRISHNA morgen kommt. Ich weiß nicht, warum ER kommt, was ER von uns erwartet und was wir für IHN tun können. Was ist ER für eine Person und was können wir tun, um IHN zufrieden zu stellen? Würdest du mich bitte darüber aufklären, wer ER ist und warum ER kommt? Kann ich IHN sehen? Darauf erwidert SANJAYA, der DHRITARASHTRA bereits ausführlich auf die Notwendigkeit eines Friedensangebotes an die PANDAVAS und die Vermeidung eines bevorstehenden Krieges hingewiesen hat, nur kurz: „du wünschst KRISHNA zu sehen. Es überrascht mich, diese Äußerung hier von dir zu hören“.

**NAKRITATMA KRITATMANAM JATU VIDYAT JANARDANAM**

„O König, **'KRITATMAN'**(äußerst reine Seele), - BHAGAVAN SHRI KRISHNA Selbst -, kann nicht von irgendeinem **'AKRITATMAN'** (nicht reine Seele) erkannt werden. Mehr kann ich dir dazu nicht sagen. Niemand kann KRITATMAN sehen, solange er nicht selbst ein KRITATMAN ist!“

Was er wohl mit KRITATMAN meint? Die entsprechende Erklärung folgt in der zweiten Hälfte dieses Verses:

### **ATMANAS TU KRIYOPAYO NANYATRENDRIYANIGRAHAT**

„Selbstkontrolle ist das bestechende Kennzeichen von KRITATMAN. Ein unkontrolliertes Wesen kann dieses kontrollierte Wesen, das KRISHNA ist, nicht erschauen, - König! das ist alles, was ich dir auf deine Frage entgegen kann“.

Hier handelt es sich um ein Prinzip, das lautstark auf die VOLLKOMMENHEIT durch **'ATMAVINIGRAHA'** oder 'Selbstkontrolle' hinweist. SHRI KRISHNA ist die sichtbare Verkörperung der Selbstkontrolle. In IHM siehst du - bildhaft in Farbe, Form und Umriss - mit deinen physischen Augen, was Selbstkontrolle ist. Das ist SHRI KRISHNA. ER ist wahrlich eine Verkörperung von ATMAVINIGRAHA, von Selbstkontrolle, - und niemand, der sich nicht selbst beherrscht, kann IHN sehen.

Solch ein Wesen befindet sich hinter diesem Evangelium und in gewisser Weise kann man sagen, dass die Lehre der GITA eine Lehre über ATMAVINIGRAHA und **'ATMASAMYAMA'** oder die 'Zurückhaltung des Selbst' in seinen verschiedenen aufsteigenden Graden und Stufen ist. *SIE* ist das Evangelium von der Kontrolle des Selbst zum Zweck der VERWIRKLICHUNG des SELBST. Es erscheint wahrhaftig befremdlich, dass wir zur Erfahrung des SELBST zuerst das Selbst beherrschen müssen. Ist das nicht ein Widerspruch in sich selbst, - ein unlösbares Rätsel? Während es unser Ziel ist, das SELBST zu verwirklichen, zu erfahren und Eins mit IHM zu werden, besteht der Zweck des Weges darin, das Selbst zurückzuhalten! „Was soll dieser Widerspruch in der Lehre bedeuten? Muss ich 'Das', was ich zu verwirklichen wünsche, beherrschen? Wird von mir erwartet, dass ich mit den Zügeln des Geistes 'Das' zurückhalte und überprüfe, in 'Das' ich einzutauchen versuche und 'Das' ich als Ziel meiner Existenz und Sehnsucht anstrebe? Wo ist da der Sinn? Wie kann man versuchen, 'Das' zu beherrschen, nach dem gestrebt und verlangt wird?“ **'ATMASAKSHATKARA'** (SELBST-VERWIRKLICHUNG) ist das Ziel und ATMAVINIGRAHA (Selbst-Beschränkung) ist das Mittel. Das ist es, was uns die *BHAGAVAD-GITA* mitzuteilen wünscht und was *SIE* in wunderbarer Weise ganz besonders im sechsten Kapitel, wie auch an anderen Stellen, erläutert.

Es ist tatsächlich schwierig, die Bedeutung dieser so genannten widersprüchlichen Gegenüberstellung von Werten zu erfassen, - dass ATMAVINIGRAHA die Vorbedingung zu ATMASAKSHATKARA ist. Doch diese Schwierigkeit verschwindet wie Nebel vor der Sonne, wenn wir zu verstehen beginnen, was dieser **'ATMAN'** oder dieses 'SELBST' ist, das wir zu beschränken und zu verwirklichen beabsichtigen.

Bei ATMAN, der beherrscht und verwirklicht werden soll, handelt es sich nicht um zwei verschiedene ATMAN'. Es ist ein und derselbe ATMAN, der in einem Seiner Aspekte beschränkt und in einem anderen verwirklicht werden soll. Was ist nun die Besonderheit an dem ATMAN, der überprüft, unter VINIGRAHA gestellt und dort als Mittel Verwendung finden soll, was wir Yoga-Praxis nennen. Yoga-Praxis ist dassel-

be wie ATMASAMYAMA oder Selbstkontrolle. Während YOGA als Vereinigung oder das Zusammenkommen der Essenz des Einen mit der Essenz des Anderen definiert wird, beinhaltet es auch die nötigen Mittel und Vorbedingungen, die zum Erreichen dieses Zweckes notwendig sind. Deshalb ist YOGA auch beides, - Mittel und Zweck. YOGA ist sowohl das Mittel, das wir benutzen, als auch das Ziel, das wir erreichen. Beide Dinge werden mit dem einen Begriff 'YOGA' definiert.

Während YOGA so viel wie 'Vereinigung' bedeutet, lassen wir vorerst die Frage nach der Definition dessen, wer oder was vereinigt wird, beiseite. Außerdem bedeutet YOGA auch 'Rückzug'. Um zwei gewichtige Begriffe aus der *BHAGAVAD-GITA* zu gebrauchen, könnte man sagen, dass das YOGA DER *BHAGAVAD-GITA* eine schöne Mischung aus '**VAIRAGYA**' (Leidenschaftslosigkeit) und '**ABHYASA**' (wiederholte Übung) ist. Diese beiden Begriffe begegnen uns im 6. Kapitel der GITA. VAIRAGYA und ABHYASA bilden das YOGA DER GITA, wobei es einen delikaten Beigeschmack hat, das Wörtchen 'und' zwischen diese beiden Begriffe zu stellen, da es sich bei ihnen nicht um zwei voneinander getrennte und verschiedene Dinge handelt, wie dies z.B. bei zwei nebeneinander befindlichen, wasser-undurchlässigen Kanistern der Fall ist. Vielmehr handelt es sich bei ihnen um die zwei Flächen des einen 'Kristalls der Yoga-Praxis', oder anders formuliert, um die Vorder- und Rückseite von ein und derselben Münze. Wir sind dazu aufgerufen, unmittelbar und auf einen Schlag sowohl VAIRAGYA als auch ABHYASA zu praktizieren, und nicht heute ein wenig VAIRAGYA und morgen etwas ABHYASA. In der Ausübung der beiden gibt es keinerlei zeitlichen Abstand oder Abweichung. Sie verlaufen gleichzeitig, sodass wir richtige Experten im Schaffen dieses wahren YOGA oder der tatsächlichen Vereinigung in unserem praktischen Leben sein müssen. Wir müssen in jedem Moment des Lebens Experten, Kenner und Fachleute hinsichtlich der Praxis von VAIRAGYA und ABHYASA sein. Wir müssen zurückgezogen und zur gleichen Zeit höchst konzentriert sein. Dies ist die Bedeutung hinter der Praxis der 'Nicht-Anhaftung' und der 'Standhaftigkeit' gemäß den Prinzipien des *YOGA DER BHAGAVAD-GITA*. Wir müssen immer sehr wachsam und dürfen zu keiner Zeit geistesabwesend sein. Die YOGINS, - auch jene, die danach streben, diesen Weg zu beschreiten -, können es sich nicht erlauben, diese wichtige Erfordernis, auch nur für einen Moment zu vergessen. Es bedarf einer beständigen Vorsicht. '**PRAMADA**' oder 'Vergesslichkeit und Schwäche' ist als ein großer Irrtum, ja mehr noch, als ein unverzeihlicher Fehler auf dieser erhabenen Reise der Seele zum Ziel ihrer Vollkommenheit hin, anzusehen. Deshalb setzt die Verbindung von VAIRAGYA und ABHYASA auch einen ausgeprägten Sachverstand voraus. Verschiedentlich lehrt uns die GITA, dass dieses Sachverständnis bezüglich des rechten Verhaltens im Leben selbst schon YOGA ist: '**YOGAH KARMASU KAUSALAM**'! YOGA ist die Fähigkeit, sich selbst im täglichen Leben an jede Bedingung anzupassen, da jede Bedingung vom Standpunkt der GITA-Botschaft aus betrachtet, ein zeitloses Ereignis ist.

Während es uns so vorkommt, in der Zeit zu leben, - sozusagen in einer Abfolge von Zeitabschnitten - , sind wir fortwährend in Kontakt mit einer zeitlosen Bedeutung, die hinter diesem andauernden Zeitprozess, in den wir verwickelt zu sein scheinen, verborgen ist. Wir sind in keinem Moment von der Lebenskraft des Zeitlosen abgeschnitten. Niemand sollte sagen, dass wir zu irgendeiner Zeit nicht mit der Gegenwart GOTTES in Berührung sind, - was nicht einmal für die niedrigste aller Seins-Ebenen und auch nicht für einen abgefallenen Zustand gilt. So etwas wie ein Abfallen von GOTT gibt es nicht und kann es nicht geben, geschweige denn sein.

Die Praxis dieses **'ATMA-SAMYAMA-YOGA'** des 6. Kapitels der *BHAGAVAD-GITA* ist deshalb durch bestimmte erzieherische Prozesse bedingt, die alle dazu beitragen, ein Sachverständiger im Zusammenfügen von VAIRAGYA und ABHYASA zu werden. In der anfänglichen Ermahnung dieses Kapitels wird uns eine ausführliche Definition dieser Vorbedingung in Form der notwendigen und zu praktizierenden Disziplin gegeben.

***YAM SAMNYASAMITI PRALUR YOGAM TAM***

***VIDDHI PANDAVA,***

***NA HYASAMNYASTASAMKALPO YOGI BHAVATI KASCHANA***

**'SAMNYASA'** wird hier als Verzicht auf eine Willenshaltung oder auf das psychologische innere Organ definiert, was wiederum schwer zu erfassen ist.

SAMNYASA wird in der *BHAGAVAD-GITA* in einer ungewöhnlichen Art und Weise wie etwas beschrieben, worüber man für gewöhnlich nicht nachdenkt. Niemand würde sich ausreichend Gedanken über diesen speziellen Aspekt der Definition von SAMNYASA machen. **'SANKALPA-TYAGA'** wird als SAMNYASA betrachtet, was so viel bedeutet wie 'Aufgabe der üblichen Gewohnheit des wunscherfüllten Willens des Individuums' und 'das Einsetzen dieser Willenskraft zur Bewältigung von ABHYASA'. Dies wird 'YOGA' genannt! Die Essenz des **'YOGA DER BHAGAVAD-GITA'** besteht im Zurückhalten des Willensflusses in die Richtung einer Vielzahl von Vollständigkeits, - wodurch die Energie des Individuums zerstreut wird -, und dem Anwenden dieser Energie, die auf diese Weise zum Zweck der Meditations-Praxis konserviert wird.

Das bedeutet den Vollzug einer doppelten Anstrengung, die zur selben Zeit stattfindet, nämlich: - den Rückzug der Persönlichkeit, die Kontrolle des Willens und der Verzicht auf die schöpferische Gewohnheit des psychologischen Organs zum einen, und das Abstimmen dieser kontrollierten Energie zum Zweck der Konzentration des ganzen Wesens auf das Ganze zum anderen, was Ziel oder die Absicht des YOGA ist. Dies ist die tiefe philosophische Bedeutung des oben zitierten Verses. Falls dem abgesonderten Willen erlaubt wird, sich selbst als eine eigene Wirklichkeit zu bestätigen, ist kein YOGA möglich.

Das Kapitel geht noch auf weitere Einzelheiten ein, die uns einige Informationen darüber schenken, wie wir uns tatsächlich in unserem täglichen Leben für diese einzigartige Praxis rüsten können. Der unmittelbar folgende Vers teilt uns hierzu bereits etwas sehr Bedeutungsvolles mit:

***ARURUKSHOR MUNER YOGAM KARMA KARANAM UCHYATE,***

***YOGARUDHASYA TASYAI'VA SAMAH KARANAM UCHYATE***

Es gibt allgemein, selbst unter den fortgeschrittenen Suchern auf dem Pfad des spirituellen Lebens, ein Gefühl, dass augenscheinlich ein großer Unterschied zwischen dem Leben des Rückzuges und dem Leben der Handlung in dieser Welt besteht, - eine Haltung, die die Ursache hinter all den unglückseligen Problemen ist, denen die Menschheit heutzutage gegenübersteht. Das Problem ist das eines Kon-

fliktes zwischen dem religiösen und dem sozialen Leben, - jenem Phänomen, das die BHAGAVADGITA zu lösen, ja mehr noch, regelrecht zu durchbrechen versucht. In diesem Vers ist ein Hinweis zur Bedeutung dieser Auflösungstechnik enthalten:

Wenn jemand, nach außen hin, mit dieser Praxis, mit diesem großen YOGA des spirituellen Lebens beginnt, erscheint die 'Handlung' gleichzeitig auch das entsprechende Mittel zu sein, - „**KARMA KARANAM UCHYATE**“-, im weiteren Aufsteigen und Erreichen eines fortgeschrittenen oder besonders ausgeprägten Zustandes jedoch, wird eher die 'Ruhe' als das geeignete Mittel angesehen, - „**SAMAH KARANAM UCHYATE**“ .

Diese Wörter '**SAMAH**' und '**KARMA**', - Ruhe und Handlung - , sind durch verschiedene Autoren in vielfacher Weise ganz unterschiedlich kommentiert und ausgelegt worden, ganz so, als handle es sich um zwei gegensätzliche Dinge, - und als würde die GITA verkünden, dass der Zustand der Ruhe dem Prinzip der Handlung beraubt wäre. Doch genau diese Ansicht wird von der GITA widerlegt. *SIE* gibt uns verschiedene Definitionen von KARMA, und indem *SIE* sich in einer wunderschönen Stufenleiter von den niedrigeren zu den höheren Ebenen des Aufstieges erhebt, lässt *SIE* die bedeutsamen Werte irgendwelcher niedrigeren Stufen nicht unbeachtet. Das *YOGA DER BHAGAVAD-GITA* ist deshalb eher als ein Wachstum der Persönlichkeit in die unterschiedlichen Grade der Vollkommenheit hinein anzuschauen, als ein Hinweis auf die Zurückweisung irgendwelcher Bedeutungen im Leben oder gar auf die Verwerfung wahrhaftig bestehender Werte. *SIE* ähnelt in einem gewissen Ausmaß dem Wachstum eines Individuums aus den Bedingungen der Kindheit in den Zustand des Erwachsenseins hinein, wobei das Wachstum kein Verlust der Persönlichkeit oder irgendeines Wertes bedeutet, vielmehr das Aufsaugen von Werten in eine jeweils höhere Bedeutung hinein fördert, sodass man auf jeder höheren Ebene ein klarer Gewinner und kein Verlierer ist. Auf diese Weise steigt der Strebende auf jeder Praxisstufe, - sei diese mit KARMA oder SAMAH oder wie auch immer benannt -, auf die höhere Ebene eines größeren Ganzen und umfassenderen Einbindung, in der alle lebenden Werte der überwundenen Stufen in einer zusammenfließenden Essenz verschmelzen.

Möge die Furcht aus den Köpfen der Menschen weichen, dass die Annäherung an GOTT den Verlust der Werte oder der Freuden im Leben bedeutet. Obwohl man intellektuell behaupten kann, „Ja, das verstehen wir schon“, spricht das Herz mit einer eigenen Logik, die vernunftmäßig nicht zu erfassen ist. Das Herz revoltiert gegen diese intellektuelle Überzeugung und rationale Schlussfolgerung, demzufolge die Annäherung an GOTT keinen Verlust an Werten bedeutet. Das Herz redet uns ein: „Mein lieber Freund, ganz sicher wirst du dabei etwas verlieren“, sodass selbst in einer aufrichtigen Person ein Widerstand dagegen vorhanden sein wird, den Gottespfad in seiner wirklichen Bedeutung zu begehen. Es scheint gerade so, als ließe es sich selbst in der Gegenwart dieses Höchsten Göttlichen SEINS, der Alldurchdringenden Allwissenheit, nicht vermeiden, im innersten Kern der eigenen Persönlichkeit ein wenig zu heucheln. Das Herz wünscht GOTT nicht vollständig, was von jedem ernsthaften und aufrichtigen Strebenden geprüft und akzeptiert werden muss. GOTT zu wünschen, erfordert eine spezielle Haltung, auf die wir nicht vorbereitet sind und die wir deshalb nicht ganz annehmen können, weil wir uns von einer falschen Vorstellung hinsichtlich der wahren Bedeutung GOTTES in Form einer traditionellen Vorstellung, in die wir seit Kindesbeinen eingewöhnt worden sind, leiten lassen; - und dies trotz der unermüdlichen Ermahnungen seitens der Heiligen und Weisen, die

einmütig sagen, dass GOTT alldurchdringend und Alles ist. „Mag sein, dass ER alldurchdringend ist, was mir ja sehr geläufig ist. ER befindet sich sozusagen direkt vor meiner Nasenspitze. Ich kann das alles akzeptieren, und dennoch sagt mir mein Herz etwas anderes; mein Unterbewusstsein trauert hinter den Schleiern der Unwissenheit nach dem wahren Namen GOTTES, - den feinen Verdacht hegend, dass die Wonne GOTTES die Freuden des Lebens nicht beinhaltet. Und wenn dies alles so ist, dann muss ich es mir drei Mal überlegen, bevor ich diesen Schritt wage“, erwidert der Verstand.

Die BHAGAVADGITA erzählt uns, „Freund, die Wonne GOTTES schließt die Freuden des Lebens nicht aus, obwohl die Wonne GOTTES völlig verschieden ist von allem, was man als die Freuden des Lebens betrachten mag. Alles Wertvolle im Leben ist hierin enthalten und wer glaubt, dass die Freuden des Lebens ebenfalls wertvoll sind, für den sind sie auch dort enthalten, jedoch nicht in der Weise, wie man sich die Freuden üblicherweise vorstellt. In der Vollkommenheit, die die Wonne GOTTES ist, werden Verzerrungen und Fehler, die in die so genannten Freuden des Lebens verwoben sind, ausgemerzt. Oder würde jemand Fehler und Verzerrungen im Leben umher- und womöglich in das angestrebte Ziel hineinbringen wollen? Was ist denn erstrebenswerter: Vollkommenheit oder Verzerrung?“

Die Freuden des Lebens, unabhängig von ihrem Umfang, sind ein Tropfen der Göttlichen WONNE, eingetaucht in eine gänzliche Verzerrung der Bedeutung, die im YOGA auszumerzen versucht wird, sodass die Reinheit der WONNE zurückbehalten und der in ihr gegenwärtige Göttliche Aspekt hervorgehoben wird. Göttlichkeit und Vollkommenheit sind selbst in den schlimmsten Dingen gegenwärtig und wirken als Mittel zur Erhebung der Seele, - ihrem großen Ziel entgegen -, was dazu führt, dass man Schönheit und Glückseligkeit selbst in Hässlichkeit und Schmerz sehen kann.

Es sei an dieser Stelle wiederholt, dass das Evangelium der BHAGAVADGITA, das Evangelium der MEDITATION bzw. des Spirituellen Lebens eine allumfassende elterliche Lehre ist, - der Rat einer Mutter und die Mitgift eines Vaters, die beide alles geben, was man braucht, und die alles bereitstellen, was auf den verschiedenen Lebensstufen und Ebenen der Persönlichkeit und jedem erforderlichen Aspekt benötigt wird. GOTT, der allumfassend und überall gegenwärtig ist, bietet jedermann jegliche Hilfen an, wo immer man sich befindet, was immer jemand gerade vermissen mag und was wirklich aus tiefstem Herzen als Wert im Leben anzusehen ist. In GOTT ist alles überall und zu allen Zeiten, denn GOTT ist All-SEIN.

Es wurde betont, dass für den Sucher, der danach strebt, die Yoga-Leiter zu erklimmen, 'Handlung' das Mittel ist, und dass für den, der im YOGA gegründet ist, 'Ruhe' das Mittel ist:

***ARURUKSHOR MUNER YOGAM KARMA KARANAM UCHYATE,***

***YOGARUDHASYA TASYAI'VA SAMAH KARANAM UCHYATE***

Die deutliche und kernige Aussprache innerhalb eines einzigen Verses ist von jedem Kommentator der BHAGAVADGITA als eine Art von Unterschied, wenn nicht sogar eines Widerspruches zwischen dem einen und dem anderen Typus von Mittel, nämlich 'Handlung' und 'Ruhe', ausgelegt worden.



Allgemein gesprochen kann man 'Handlung' und 'Ruhe' nicht auf einen Nenner bringen, da unserem Denken für gewöhnlich 'Handlung' als Gegensatz zu 'Ruhe' erscheint. Es kommt zu einer Störung, hervorgerufen durch eine sich offenbarende Form irgendeiner Handlungsweise, weshalb der Begriff 'Ruhe', wie er in der *GITA* benutzt wird, mit dem Rückzug von der 'Handlung' gleichgesetzt wird und folglich keinen Vergleich mit irgendeiner Handlung gestattet. Und doch gibt es da noch einen anderen Aspekt für die Auslegung. Was ist Handlung, welche als Mittel für den Anfänger vorausgesetzt wird und von der man sich, gemäß der Interpretation der Anwendung im Sinne von 'Ruhe', zurückziehen soll? Wir können uns Handlung nicht anders denken, als in Begriffen des physischen Körpers, wobei die Handlung mit der Bewegung des physischen Körpers in Zusammenhang gebracht wird. So kommt der 'Handlung' traditioneller Weise eine Bedeutung im Sinne von Bewegung des Organismus des physischen Systems zu. Insofern jede Bewegung durch ein Motiv, eine Art Wunsch oder Mangel bzw. dem Gefühl der Verwirklichung eines Ideales, das noch weit entfernt liegt, hervorgerufen wird, muss es als selbstverständlich angesehen werden, dass der verursachende Faktor einer jeden 'Handlung' der Hinweis auf die Abwesenheit von 'Ruhe' im Geistorgan ist. Das ist der Grund, warum die Kommentatoren der *GITA* wohl gedacht haben, dass 'Ruhe' verschieden ist von 'Handlung', und dass SAMAH nicht dasselbe ist wie KARMA. Ebenso ist es ein anerkanntes Empfinden der modernen *GITA*-Lehrer, dass 'Ruhe' als erstrebenswerte Qualität höher einzustufen ist als der Zustand der 'Handlung', in den jemand verwickelt ist. Daher befindet sich der Sucher stets im Ringen um den Rückzug von der 'Handlung', unter dem Eindruck, dass jegliche 'Handlung' eine niedrigere Ebene andeutet, im Gegensatz zur angestrebten höheren Ebene, die durch die Abwesenheit von 'Handlung' charakterisiert ist und 'Ruhe' genannt wird.

Sollte die Standardbedeutung dieses Verses auf der Basis einer Interpretation beruhen, die besagt, dass 'SAMAH' oder 'Ruhe' als Abwesenheit von Handlung zu gelten hat, dann kann BHAGAVAN SHRI KRISHNA unmöglich ein YOGIN sein. ER wollte in keiner Weise ein '**YOGA-ARUDHA**' (ein, auf der Höchsten Stufe Verharrender) sein, denn ER strotzte sein ganzes Leben hindurch vor Tatkraft, und dass es Ihm an Bewegung irgendeiner Art gemangelt hätte, kann ebenfalls nicht behauptet werden. Alles an Ihm war Bewegung und Tatkraft, vom Scheitel bis zur Sohle. Deshalb ist es notwendig, - auf das Leben SHRI KRISHNA schauend, der als Höchster '**YOGESHVARA**' oder 'Meister des YOGA' gilt -, einen weiteren Gedanken auf die Bedeutung dieses Verses zu richten und zu versuchen herauszufinden, ob es nicht noch eine verborgene Bedeutung hinter den Begriffen 'Handlung' und 'Ruhe' gibt, die als Mittler auf den verschiedenen Yoga-Ebenen dient.

Als normale menschliche Wesen und Mitglieder einer Gemeinschaft haben wir eine besondere Vorstellung von 'Handlung', in die wir hineingeboren und durch die wir aufgezogen werden. Wir können uns allgemeine Tätigkeit und 'Handlung' nicht anders denken, als in Begriffen der Bewegung und sind deshalb, wie schon angemerkt, dazu genötigt, 'Handlung' als eine Art von Abfolge bestimmter Ereignisse oder Objekte auszulegen. Unserer Denkweise gemäß ist jede Tätigkeit ein Zeitprozess, eine Ortsveränderung, ein Wechsel von Bedingungen, die in demjenigen eine Art vorübergehende Anwendung von Konzentration bewirkt, der in diesen Prozess verwickelt ist.

Es wird uns immer wieder gesagt, dass 'YOGA-ARUDHA', - jemand, der im Höchsten YOGA gegründet ist -, eine Persönlichkeit ist, die mit absoluter Festigkeit

gleichgesetzt wird. Dies ist ein sehr feinsinniger Punkt, der stets unserer Aufmerksamkeit in unserem Bestreben, die Bedeutung von Festigkeit oder 'Ruhe' im Sinne von Gemütsverfassung zu verstehen, entgeht; die Schwierigkeit besteht im Verständnis des Unterschiedes, der zwischen den Charakterqualitäten von '**SATTVA**' (Reinheit) und '**TAMAS**' (Trägheit) besteht. In TAMAS herrscht Festigkeit, Stabilität und die Abwesenheit von Bewegung oder Tätigkeit irgendwelcher Art vor; in SATTVA, dem Gegensatz zu TAMAS, zeigt sich eine andere Art von Festigkeit und Stabilität, die fälschlicherweise mit der Festigkeit im TAMAS verwechselt werden kann, jedoch eine völlig verschiedene Qualität beinhaltet. Um ein vertrautes Beispiel zu verwenden: Wenn ein Ventilator langsam rotiert, kann man seine Bewegung in Form der sich drehenden Flügelblätter erkennen. Nimmt dagegen die Geschwindigkeit erheblich zu, kann deren Bewegung nicht mehr wahrgenommen werden. Dann schaut es so aus, als würde sich der Ventilator überhaupt nicht bewegen, sondern würde stillstehen. Die Erscheinung des scheinbar stillstehenden Ventilators, an dem keinerlei Bewegung wahrgenommen werden kann, ist in Wirklichkeit die höchste, ihm mögliche Handlungsform! Um zu prüfen, ob der Ventilator sich dreht, genügt es, einen einzigen Finger zwischen die Flügelblätter zu schieben (doch Vorsicht, es ist besser, einen Stock dazu zu benutzen). Die Bewegung ist wegen der raschen Geschwindigkeit seiner Umdrehungen nicht zu sehen, was anzeigt, dass die sichtbare Wahrnehmung von Bewegung nicht immer das geeignete Instrument zur Beurteilung der wahren Natur von 'Handlung' ist. Es kann Bewegung geben, die trotzdem nicht wahrgenommen werden kann. So ist es durchaus eine Tatsache, dass wahrgenommene Handlung eine niedrige Stufe der 'Handlung' als solcher und keineswegs die höchstentwickelte Art von Betätigung ist.

Neben den bereits erwähnten beiden Aspekten gibt es noch einen dritten Gesichtspunkt, und zwar den, dass Betätigung nicht notwendigerweise eine Bewegung des physischen Körpers bedeutet, obwohl wir dies für gewöhnlich als Bedeutung von 'Handlung' verstehen. Vom Standpunkt des Evangeliums der BHAGAVADGITA aus, - dem Ideal des spirituellen Lebens -, bedeutet 'Handlung' etwas völlig anderes. Hier kann intensivste 'Handlung' stattfinden, auch wenn der physische Körper feststeht. Ein feststehender physischer Körper kann mit sehr verschiedenartigen Tätigkeiten beschäftigt sein und selbst Berge versetzen, was eine ungewohnte Art der Betätigung und völlig verschieden von allem ist, was jemand weiß und sich vorstellen kann. Die wirklich großen Ereignisse der Welt werden durch Kräfte verursacht und bedingt, die nicht notwendigerweise physischer Natur sind. Es ist nicht die physische Betätigung irgendeines Individuums oder irgendeines besonderen physischen Objektes oder Körpers, der die Ursache hinter den großen Umwälzungen, die sich im Laufe der Geschichte ereignet haben, ist. Es gibt da andere Bedeutungen, die hinter den sichtbaren Betätigungen verborgen sind, die allgemein als die Kräfte der Welt bekannt sind und die das Schicksal der Menschheit als Ganzes beherrschen. Die Kräfte hinter den sichtbaren Betätigungen der physischen Natur und der menschlichen Gesellschaft sind nicht unbedingt physischer Art. Vielmehr sind sie von den physischen Körpern und physischen Handlungen sehr verschieden, da sie durch keine physischen Mittel berührt werden können. Eine hohe Bewegungsfrequenz kann das Reich der Körperlichkeit transzendieren; sie kann unzugänglich sein für den Eintritt von physischen Instrumenten; sie kann auch nicht von physischen Organen wahrgenommen werden und kann dennoch kraftvoller sein als jedes nur denkbare physische Instrument. Es kann selbst eine Stufe erreicht werden, wo die Körperlichkeit gänzlich abfällt und die wirkenden Kräfte eine absolut neue Form annehmen, in der man diese schwerlich noch als 'physisch' bezeichnen kann. Selbst die Entdeckungen

der modernen Wissenschaften haben zu derselben Schlussfolgerung geführt. Die so genannte physische Materie des 'Materialismus', der krassen materialistischen Wahrnehmung, d.h. die mit den Sinnen erreichbaren physischen Objekte der Natur, sind allmählich in eine Substanz verdunstet, die tatsächlich substanzlos, irgendeines physischen Kontaktes absolut unfähig, von den feinsten Laborgeräten nicht zu beobachten und weitaus feiner sind als die uns vorstellbaren Atome.

Die Materie ist aus Gründen, die dem Verstand nur schwer zugänglich sind, entmaterialisiert worden und zu etwas völlig anderem geworden, als das, was sie sonst ist und für was sie sonst gehalten wurde. Die Materie hat aufgehört, ein Sinnesobjekt irgendwelcher wahrnehmbarer Inhalte zu sein und scheint sich selbst in ein anderes Seins-Reich zurückgezogen zu haben, das weitaus weniger vom Zustand der Subjektivität als vom begrifflichen Reich der Objekte zu trennen ist. Dies sei hier nur als kurzes Beispiel für die modernen Entdeckungen angeführt. Die physischen Bestandteile der Natur, die Objekte, die wir mit unseren Augen sehen und durch den Kontakt mit den Sinnen berühren können, sind, allgemein gesprochen, mit 'Handlung' verknüpft und es ist uns nicht möglich, anders als in Begriffen dieser physischen Objekte zu denken. Was aber könnte sonst den Charakter einer 'Handlung', einer Betätigung oder einer Bewegung in einer Bedingung bestimmen, wo die Körperlichkeit als etwas wahrgenommen wird, was eigentlich verschwunden zu sein scheint; wo Objekte in die Struktur von anderen Strukturen einzutreten scheinen und wo wir keine klare Unterscheidung mehr zwischen dem einen und dem anderen Gegenstand machen können, wie dies z.B. in der fallenden Bewegung von Wellen in bzw. auf der Meeresoberfläche zu beobachten ist, wo eine Welle in den Schoß, die Struktur und das Innere der anderen übergeht und nicht mehr erkennbar ist, wo die eine Welle endet und die andere beginnt. Wenn die Kräfte der Welt in dieser Weise handeln und in ihrer Betätigung solche Formen annehmen, wenn eine Kraft nicht fähig ist, beziehungslos zu den anderen Kräften zu existieren, wie ist dann 'Handlung' zu definieren?

Nun möchte ich gerne eure Aufmerksamkeit auf die Illustration von der Bewegung des Ventilators zurückführen, wo äußerste Betätigung sozusagen als die Abwesenheit von Betätigung in Erscheinung getreten ist und wo höchste Tätigkeit wie Untätigkeit aussieht. Die Schwierigkeit im Verständnis dieses Sachverhaltes, der sich weder unseren Augen zeigt, noch eine Erscheinung ist, wie sie für gewöhnlich in der menschlichen Gesellschaft zu beobachten ist, erschwert uns auch das Verständnis der Bedeutung des Verses, in dem zwei verschiedene Mittel für die Yoga-Praxis vorgestellt werden, - einerseits 'Handlung' und andererseits 'Ruhe'. Es darf mit Sicherheit gesagt werden, dass dieser Vers der *BHAGAVADGITA* nicht auf einen Gegensatz von '**SAMAH**' und '**KARMA**', sondern auf einen Unterschied zwischen einem höheren und einem niedrigeren Zustandsgrad hindeutet, wobei der höhere Zustand stets den niederen beinhaltet, - wie wir bereits feststellen konnten. Vom Höheren kann nicht gesagt werden, dass es vom Niedrigeren irgendwie verschieden wäre, da die Lebenskraft und die Werte des Niederen immer im Höheren enthalten sind, Genauso wenig wie wir sagen können, dass ein Erwachsener, der dem Kleinkind-Stadium entwachsen ist, als Kleinkind verschieden von sich selbst wäre, nur weil sich das Erwachsenen-Stadium vom Kleinkind-Stadium unterscheidet, denn: die Werte, die mit der Kinderzeit verknüpft sind, werden in den Zustand des Erwachsenen transzendiert und gehen nicht verloren. Deshalb sind die im YOGA angewandten höheren Mittel kein Gegensatz zu den niedrigeren Mitteln, - vielmehr handelt es sich um das Aufsaugen, das Einschließen und Verfeinern des Niedrigeren in das Höhere,

sodass es anstatt eines Gegensatzes oder Unterschiedes zwischen dem einen und dem anderen Mittel ein beständiges Wachstum und natürliches Verharren im Gleichmaß dessen gibt, was wir sonst das Niedrige und das Höhere zu nennen pflegen. Hier gelangen wir also zu dem entscheidenden Punkt in dieser ganzen Angelegenheit und zur eigentlichen Bedeutung in diesem Vers, den wir untersucht haben.

Der Unterschied, der hier zwischen **'KARMA'** und **'SAMAH'** getroffen worden ist, ist etwas gänzlich anderes als das, was wir gemeinhin als Unterschied zwischen dem einen und einem anderen Ding verstehen. Die Frage nach Unter- oder Überlegenheit stellt sich hier erst gar nicht. Es handelt sich um das Aufsaugen eines niederen Mittels in ein Höheres, wobei das Niedere in jeder Hinsicht im Höheren eingeschlossen ist. Das Höhere kann somit, wenn es das Niedere in sich einschließt, die Bedeutung dessen, was durch 'Handlung' angedeutet wird, nicht ausschließen, da 'Handlung' oder 'KARMA' nicht dadurch seinen Sinn verlieren kann, dass es durch den Einschluss ins Höhere zum Höheren geworden ist. Deshalb ist der höhere Zustand, der als 'Ruhe' oder 'SAMAH' bezeichnet wird, nicht die Abwesenheit einer Betätigung, sondern weit mehr eine erhöhte Form von Betätigung. Etwas, das weitaus höher ist, als die gewöhnliche, von einer niedrigeren Frequenz beherrschte Art von 'Handlung', vergleichbar den hochfrequenten Lichtwellen, die wir mit den physischen Augen nicht sehen können, - den Alpha-, Beta-, Gamma- und Kosmischen Strahlen usw., von denen heutzutage so viel zu hören ist. Es gibt hochfrequente Lichtwellen, deren wahre Existenz uns nicht bekannt ist, da diese mit den Augen oder den anderen Sinnesempfindungen nicht wahrgenommen werden können. Die höchste uns denkbare Lichtform, - das Sonnenlicht - , ist ein niederfrequentes Licht, das durch die Netzhaut des Auges eingefangen werden kann, was wiederum nur möglich ist auf Grund der Übereinstimmung der Lichtwellen-Frequenz der Sonne mit dem Fassungsvermögen der Netzhaut der Augen. Sollten sich die Frequenzen auf einen höheren Stand erheben, wäre überall nur Dunkelheit zu sehen. Die gesamte Welt wäre pechschwarz und zwar nicht deshalb, weil kein Licht mehr vorhanden, sondern weil das Licht so intensiv geworden wäre, dass es die Augen blenden würde und diese nicht mehr dazu fähig wären zu erkennen, ob es denn so etwas wie Licht überhaupt noch gäbe.

In der MAHABHARATA, d.h. in einem seiner Kapitel namens UDOGYA-PARVA, wird uns über BHAGAVAN SHRI KRISHNA erzählt, der in Seiner Kosmischen Form wie unzählige Sonnen leuchtete, sodass die Menschen ihre Augen schließen mussten, da sie von dieser Erscheinung dermaßen geblendet waren, dass sie nur noch Dunkelheit sehen konnten. Wer für einige Zeit in die Sonne blickt, wird nur noch Dunkelheit und kein Licht mehr sehen, da die Augen vom Glanz der Sonne geblendet sein werden, und zwar nicht, weil es kein Licht gibt, sondern weil das Licht, d.h. dessen Intensität, nicht mehr wahrgenommen werden kann. Unsere Unfähigkeit, die Bedeutung einer höheren Art von Bewegung wahrzunehmen, ist der Grund für die schubfachartige Trennung, die von verschiedenen Menschen zwischen 'Handlung' und 'Ruhe' in ihren Kommentaren zu o.a. Versen aus der BHAGAVADGITA gemacht werden.

Seit undenkbaren Zeiten besteht ein Kampf zwischen **'JNANA'** und **'KARMA'**, zwischen 'Wissen' und 'Handlung', zwischen dem Leben in der Welt und dem Leben des **'SANNYASA'** (der Entsagung), zwischen dem Leben der Tätigkeit und dem Leben des Rückzuges zur Beschaulichkeit, was insgesamt als Ergebnis der Unfähigkeit des menschlichen Verstandes anzusehen ist, die Wahrheit der gesamten Situation

zu erfassen. So etwas wie Rückzug von dem, was wirklich ist, kann es nicht geben. „Das Wirkliche kann nicht ‘nicht’ sein, und das Unwirkliche kann ‘nicht sein’.“

Wenn etwas wirklich ist, können wir uns nicht von ihm zurückziehen, und wenn es nicht wirklich ist, - von was sollten wir uns dann abwenden? Wir können uns weder von dem, was nicht ist, noch von dem, was ist, zurückziehen, da wir bereits festgestellt haben, dass es (das Wirkliche) beständig da ist; Es ist wirklich und das Wirkliche kann nicht unwirklich werden. Somit verliert die Frage nach dem Rückzug oder der Entsagung von Handlung, von der die Menschen so viel reden, ihren Sinn, zumal, wenn wir wirklich verstehen lernen, was ‘KARMA’ oder ‘Handlung’ und was ‘SAMAH’ oder ‘Ruhe’ ist. ‘SAMAH’ ist kein Rückzug im normalen physischen Sinn des Begriffes. ‘Ruhe’ ist keine Entsagung oder Verzicht auf eine bestimmte Verhaltensweise im Leben, sondern ein Aufsteigen in eine erhöhte Form dieses Verhaltens, das alle Bedeutungen des jeweiligen Verhaltens auf der niederen Ebene beinhaltet.

Die menschliche Verstandeskraft reicht nicht aus, um diese Bedeutung vollständig zu erfassen, da wir in eine Denktradition hineingeboren werden, die sozial und persönlich, räumlich und zeitlich ist; wohingegen die, hinter der großen Botschaft des KARMA-YOGA DER BHAGAVADGITA verborgene Bedeutung weder räumlich noch zeitlich ist. Sie ist spirituell und kann deshalb mit nichts verbunden werden, was wir gemeinhin als wichtig in der Gesellschaft oder in einer Welt von Raum und Zeit erachten. Das ist wohl auch der Grund dafür, weshalb gesagt worden ist, dass die Bedeutung der GITA eigentlich nur KRISHNA allein bekannt ist, und dass niemand sonst sie kennt. ARJUNA wusste ein wenig von IHR. ‘SUKA’ kennt S/E. ‘VYASA’ kennt S/E. Andere hören nur von IHR. Es obliegt dem wahren Sucher, sich dieses Denkmodell zu vergegenwärtigen, damit er dazu fähig wird, die Bedeutung von Spiritualität als solcher überhaupt zu verstehen. Spiritualität ist kein soziales Verhalten, vielmehr ist sie eine innere Bewusstseinsveränderung, und diese Veränderung ist in ihrer Qualität und Beschaffenheit im Vergleich zu den Veränderungen, wie wir sie physisch in der Welt der Natur beobachten können, sehr verschieden. Das ist auch der Grund dafür, warum wir eine Einweihung in diese Denktechnik benötigen, die ‘GURU-UPADESHA’ genannt wird. Warum geht jemand wegen dieser Einweihung zu einem GURU, wenn er doch alles durch bloßes Lesen von Büchern und durch das Anhören von Vorträgen versteht? Woher kommt die Notwendigkeit für einen Meister, einen spirituellen Führer und so etwas wie die Einweihung? Die Notwendigkeit dieser Dinge beruht in der Schwierigkeit, auf die erwähnte Art und Weise zu denken, denn diese Denkweise ist unserem gewohnten Denken fremd. Unsere übliche Denkweise läuft seit der Kindheit in den gewohnten Bahnen. Selbst im Alter von siebzig Jahren denken wir in denselben Mustern, die wir schon als Kinder benutzt haben. Die Muster verändern sich nicht, obwohl die Inhalte der Gedanken, auf Grund des zunehmenden Wachstums, im Alter voneinander abweichen mögen. Ebenso mag die Quantität der Gedanken zunehmen, doch die Qualität und die Denkstruktur als solche verändert sich nicht. Der alte Mensch denkt noch genauso wie das Kind denkt. Doch es ist höchst notwendig, dass sich die wahre Denkprägung verändert, um wirklich spirituell werden zu können. Die spirituelle Veränderung, nach der in der Yoga-Praxis gestrebt wird, ist weder eine physikalische noch eine soziale Revolution, sondern ein innerer Wiederaufbau der Persönlichkeit, eine neue Bewusstseinsweise, die, insoweit sie den Hauch von Zeitlosigkeit sich birgt, es schwierig werden lässt, sie richtig zu erfassen, denn all unsere Gedanken sind zeitlich und das Prinzip der Zeitlosigkeit oder Ewigkeit, das in einigem Umfang in diesem veränderten Denken enthalten ist, erschwert uns das Verständnis seiner wirklichen Bedeutung.

Wir können dem dritten Vers des 6. Kapitels der GITA die Erkenntnis entnehmen, dass wir nicht dazu aufgefordert werden, irgendetwas zu entsagen, das wirklich vorhanden ist, sodass das Evangelium der GITA, obwohl es zweifellos ein 'Evangelium der Entsagung' ist, nicht eine Entsagung von irgendeiner bestehenden Bedeutung bzw. einem Wert oder einer Sache andeutet, da ja, - wie schon gesagt - , alles Bestehende wirklich ist und das Wirkliche niemals unwirklich werden kann.

Der Rückzug oder die Entsagung, die große Lehre von '**ANASAKTI**' (Nicht-Anhaftung), von der die GITA spricht, ist nicht die Entsagung von einem bestehenden „Etwas“, da dem Bestehenden nicht entsagt werden kann. Es ist absurd zu denken, dem Bestehenden entfliehen zu können; diese Art der Entsagung ist vielmehr ein gedanklicher Irrtum, der keine, auf das wirklich Bestehende anzuwendende Bedeutung hat. Dem Gedankenfehler ist zu entsagen, - und wenn dieser Fehler aus dem Denkprozess ausgemerzt und das Denken gereinigt worden ist, wird die missverstandene Handlung, die als gewöhnliches (Ich-bezogenes) KARMA bindet, zur Göttlichen HANDLUNG und zum reinigenden und befreienden Antrieb, was man 'KARMA-YOGA' nennt. 'SAMAH' oder 'Ruhe', wie sie in diesem Vers hier erwähnt wird, ist als höheres Mittel zur Praxis anzusehen, als eine höhere Art der Bewegung in 'SATTVA' (Reinheit), die nicht mit der Dynamik oder der Abwesenheit von SATTVA in 'TAMAS' (Trägheit) verglichen werden kann. Wir brauchen uns nur der kurzen Illustration zu erinnern, in der die erhöhte Bewegungsabfolge der Ventilatorenflügel wie Unbeweglichkeit ausgesehen hat. In der Göttlichen HANDLUNG, deren Kräfte zu einem Status intensivster Frequenz ansteigen, wirkt eine solch mächtige Dynamik, die weder von den Sinnen noch von dem Verstand erfasst werden können. Die Geschwindigkeit der Geistes-Frequenzen sind die höchst vorstellbaren, doch die Geschwindigkeit der Bewusstseins-Frequenzen ist noch weitaus höher. Das ist vielleicht der Grund, warum die **ISA UPANISHAD** an verschiedenen Stellen erzählt, dass man vor der eigentlichen Ankunft an einem Ort schon längst dort ist. Selbst bevor der Verstand mit all seiner unvorstellbaren Geschwindigkeit einen besonderen Bestimmungsort zu erreichen versucht, ist das Bewusstsein, dessen Geschwindigkeit weitaus größer ist als die schon immens große Geschwindigkeit des menschlichen Geistes, dort schon gegenwärtig. Die Dynamik des Bewusstseins ist eine ganz besondere Art von hochfrequenter Tätigkeit, die gänzlich verschieden ist von irgendeiner physikalischen Handlung. Genau genommen ist sie die absolute Beendigung jeglicher Handlung. Und das allein ist die Handlungsweise GOTTES.

Es mag so aussehen, als würde GOTT überhaupt nichts tun. GOTT-SEIN ist Selbst-Darstellung und SELBST-Versunken, was beispielhaft durch Lord 'SHIVA' (hinduistische Gottheit) in unseren **PURANAS** (mythol. Erzählungen) und in unserer Tradition dargestellt wird. Ihr werdet schon gemalte Portraits von Lord SHIVA gesehen haben, wobei ER mit geschlossenen Augen im '**PADMASANA**' (Lotoshaltung) sitzt, vollkommen in Sich selbst versunken, und scheinbar dem, was sich außerhalb ereignet, vollkommen unbewusst ist. Er wirkt gegenüber jeglicher Art von Betätigung verschlossen und scheint sozusagen alles, was sich in der Welt ereignet, vergessen zu haben; die Wahrheit ist jedoch, dass SHIVA auf dem Gipfel der Meditation nicht in die Dunkelheit der Unwissenheit oder in die Abwesenheit von Erkenntnis dessen, was sich im Universum abspielt, versunken ist. Vielmehr handelt es sich hier um die absolute Bewusstheit der Dinge, die fälschlicherweise für die Abwesenheit von Bewusstsein gehalten wird. Die **BHAGAVAD-GITA** erwartet von uns den Vollzug einer Yoga-Praxis, die uns von einer niederen Art von Betätigung in eine höhere Art hinführt. Hier ist es nun erforderlich, eine kurze Randbemerkung einzufügen, damit die

Bedeutung von Betätigung in ihrer wahren Beschaffenheit und ihrem geeigneten Zusammenhang richtig verstanden wird. 'Handlung' ist keine physikalische Bewegung, sodass wir im Aufstieg in höhere Reiche des Geistes, - in die eigentlichen Sphären des spirituellen Lebens -, nicht im Sinne von nutzlosen Individuen untätig werden, sondern, im Gegenteil, zu weit nützlicheren und umfassenderen Individuen heranwachsen, die zu noch größeren Handlungen fähig und mit einer Begabung ausgestattet sind, die noch größere Ergebnisse unter der scheinbaren Abwesenheit physikalischer Bewegungen bewirken und wo die Gedanken sehr intensiv werden. Geistige Handlung ist wirkliche Handlung; physikalische Handlung als solche ist keine Handlung. Es ist der Verstand, der den physischen Körper zu Bewegungen anregt. Wo der Verstand untätig ist und der Körper dennoch mechanisch, - vom Verstandes-Bewusstsein losgelöst -, arbeitet, verliert eine solche Handlung ihre Bedeutung und wird zur leblosen Handlung. Was das Individuum wirklich bindet oder befreit, ist der Verstand und nicht der Körper. Wenn wir hier (auf Erden) gebunden sind, dann liegt das am Verstand und seiner besonderen Art und Weise zu denken. Befreiung davon beruht auf der jeweiligen Veränderung, die im Denken stattfindet. Der Körper mag unverändert sein, wie er war. Der '**JIVANMUKTA**' (im Körper befreite Seele) hat denselben Körper, den er als Kind mitbrachte, doch innerlich hat er sich verwandelt. Sein Geistorgan hat sich selbst verwandelt und sein Bewusstsein hat einen höheren Grad an Konzentration erreicht. Er hat sich zu einem anderen Wesen entwickelt, obwohl er denselben Körper mit sich herumträgt. Die Bedeutung dieser ganzen Verwicklung steckt ein wenig ausführlicher in dem folgenden Vers: „Derjenige ist im YOGA gegründet, der weder an Sinnesobjekte noch an Handlungen anhaftet und jeglichem schöpferischen Willensausdruck entsagt hat.“ Das hier benutzte Wort '**SANNYASA**' wird häufig als eine Lebensweise angesehen, die von der Handlung abgekoppelt ist. Nun, insofern der Verstand in den Vollzug einer Handlung verwickelt ist, haben wir die Vorstellung von '**SANNYASA**' zu verändern, wenngleich wir versuchsweise annehmen mögen, dass SANNYASA so viel wie 'Rückzug vom Handeln' bedeutet. Doch, was ist Handlung? '**SARVA-SANKALPA-SANNYASA**' (Willens-Entsagung) wird als das entscheidende Merkmal im YOGA angesehen. Der schöpferische Wille oder die Behauptungen des psychologischen Organs mögen, vorsichtig ausgedrückt, als die Ursache unserer Bindung gelten. Die erneute Ausrichtung oder Rückorientierung auf die Quelle des schöpferischen Willens wird zum Mittel der Befreiung. Wenn Befreiung erreicht ist, wird das Individuum selbst zum Göttlichen Willen. Solange das Individuum jedoch unabhängig handeln will, wird es zur Bindung genötigt. Wenn der Göttliche Wille handelt und von einer Persönlichkeit Besitz ergreift, dann wirkt der befreite Wille. An dieser Stelle müssen wir einen kurzen Blick auf die Natur des individuellen und des Göttlichen Willens werden, denn '**SANKALPA**' ist nichts anderes als '**WILLE**'. Es wird uns gesagt, dass ein gewisser Verzicht und die Aufgabe eines solchen Willens zum Zweck der Verankerung im YOGA, d.h. zum Erwerb von 'YOGA-ARUDHA', erforderlich ist. Was ist mit Wille oder 'SANKALPA' gemeint? Wir haben keine andere Fessel im Leben als den Willen.

Der große Autor SCHOPENHAUER schrieb ein Meisterstück in drei Bänden mit dem Titel 'Die Welt als Wille und Idee', dessen Grundthese die Behauptung in sich trägt, dass es in dieser Welt nichts außer dem Willen gibt. Der Wille ist auf den verschiedenen Bedeutungsstufen einmal Fesselung und ein andermal Befreiung. Der fesselnde Wille ist eine besondere Art von Willen, dem man, um im YOGA fest verankert zu sein, entsagen soll. Der fesselnde Wille ist der erste selbst-behauptende Trieb in uns, der auf der Unabhängigkeit des Individuums und einer Isolation der Persönlichkeit besteht, die von den Beziehungen zu anderen abgeschnitten ist. Kurz

gefasst kann man sagen, dass es der selbstsüchtige, das individuelle, körperliche, persönliche und lokalisierte Selbst behauptende und damit fesselnde Wille ist. Um wirkliche **'SARVA-SANKALPA-SANNYASINS'** zu werden, werden wir gebeten, diesem Willen zu entsagen.

Das ist die versteckte und wirkliche Bedeutung von **'SANNYASA'**. Der individuelle Wille drängt, fordert und schreit nach Eigenständigkeit und absoluter Unabhängigkeit der Persönlichkeit. Das **'Ich'** ist die Bedeutung hinter diesem Willen; das **'Ich'** im individuellen Sinne bindet sich an die körperliche Eingeschlossenheit. Das körperliche **'Ich'** ist der individuelle Wille. Wir wissen, welche große Liebe wir für diesen Körper haben und welche Bedeutung wir der körperlichen Existenz beimessen. Jeglicher Wert ist im körperlichen Leben versunken. Unsere Freuden sind physischer Natur. Das von uns gelebte Leben ist physisch und alles Objektive, das wir im Leben verfolgen, ist mit der Existenz und Fortdauer des physischen Körpers und seiner Bedürfnisse verbunden. Dies ist die fesselnde Behauptungskraft des individuellen Willens. Folgende Fragen mögen sich hieraus ergeben: „Wie bindet der Wille? Wie lässt dieser Wille, der die physische Individualität oder die isolierte Persönlichkeit behauptet, Sorgen entstehen?“ Er bindet durch eine stattliche Anzahl von Kümernissen, und zwar auf Grund der Tatsache, dass die Wahrheit der Dinge verschieden ist von dem, was der individuelle Wille energisch behauptet.

Nur die WAHRHEIT hat Bestand, nichts anderes. Was zu allen Zeiten triumphiert, ist die Wahrheit. Die Unwahrheit muss eines Tages unterliegen. Die Behauptungen des individuellen Willens sind nicht die Wahrheit. Die Wahrheit ist etwas anderes, - Etwas, das dem individuellen Willen unmöglich ist zu erfassen oder zu verstehen. Es gibt eine fehlerhafte Vorstellung von der Wahrheit, und diese Vorstellung wird **'AVIDYA'** (Unwissenheit) genannt. Menschen sprechen von dieser Unwissenheit in Form von unterschiedlichen Philosophien. Diese **'AVIDYA'** bindet; die Quelle der Gebundenheit ist Unwissenheit. Unwissenheit oder **'AVIDYA'** ist nichts anderes, als die Unfähigkeit des individuellen Willens zu verstehen, dass seine Behauptungen nicht die Wahrheit sind. Die Wahrheit ist etwas gänzlich anderes und den Instrumenten, die dem individuellen Willen zu Eigen sind, nicht verfügbar, sodass das Individuum beständig in Sorgen und Kummer versunken ist. Da das Individuum nicht die rechten Mittel zur Annäherung an die Wahrheit, wie sie ist, besitzt, bietet sich sozusagen als Ersatz für das eigentliche Wissen die **'Unwissenheit'** als der einzig erreichbare und vorstellbare Wert an. Der Grund, warum der individuelle Wille oder **'SANKALPA'** bindet, beruht in seiner Loslösung vom Wirklichen, d.h. von dem, was die Wahrheit ist. Die WAHRHEIT und die WIRKLICHKEIT ist dasselbe. Es ist eine Tatsache, dass die Behauptungen des individuellen Willens aus sich heraus nichts bewirken können, denn nur wo eine Loslösung von der Wahrheit besteht, kann es überhaupt zu einer individuellen Funktion kommen. Die Wahrheit, auf die wir uns hier als etwas, das verschieden von den Behauptungen des individuellen Willens ist, beziehen, ist das Ziel des Lebens. Wahrheit ist **'SATYA'**, wie sie die **'VEDEN'** (hl. Schriften der Hindus) verkünden, und sie ist das, was sich kraftvoll in jedem Winkel und in jeder Ecke der Schöpfung, - wie auch durch jedes Ereignis, das irgendwo zu irgendeinem Zeitpunkt stattfindet, behauptet. Der individuelle Wille ringt schwer um die Zurückweisung der um Eintritt fordernden Natur dieser Wahrheit, die auf dem Zutritt zu jedem Winkel und jeder Ecke der Schöpfung beharrt. Dies entspricht letztlich dem Geschehen von der kosmischen Existenz in der **'MAHABHARATA'** oder im **'RAMAYANA'**. Dies ist der Schöpfungsepos, das **'DEVASURA-SANGRAMA'**, der Kampf zwischen den **'DEVAS'** (Göttern) und den **'ASURAS'** (Dämonen), über den so



viel geschrieben worden ist in den Epen der Menschheit. Das Ringen zwischen der Wahrheit und der Unwahrheit; der beständig andauernde Kampf zwischen dem Göttlichen Willen und dem individuellen Willen, wobei der individuelle Wille nicht fortbestehen kann, da er nicht die Wahrheit ist und aus diesem Grunde immer wieder mit Wiedergeburt und einer langen Reihe von Reinkarnationen bestraft wird. Im Evangelium der *BHAGAVAD-GITA* lehrt uns BHAGAVAN SHRI KRISHNA eine Technik, durch die die Wurzeln dieses individuellen Willens durchtrennt werden können.

Dies ist das *YOGA DER BHAGAVADGITA*, die Kunst, die Wurzeln der Behauptungen des individuellen Willens oder 'SANKALPAS' zu durchtrennen, um ein wirklicher 'YOGA-ARUDHA' zu werden, was nichts anderes ist, als die Verankerung im Zustand des Göttlichen Willens.

Die Notwendigkeit zur Entsagung der Behauptungen des individuellen Willens entsteht auf Grund ihrer Unversöhnlichkeit mit den Erfordernissen des Göttlichen Willens. Dies kommt in der Bemerkung '**SARVA-SANKALPA-SANNYASI-YOGARUDHASTADOCHYATE**' zum Ausdruck.

'SARVA-SANKALPA-SANNYASA' ist der Verzicht auf die Behauptungen des individuellen Willens. Die Unversöhnlichkeit zwischen den individuellen Behauptungen und den Mustern des Göttlichen Willens ist etwas, was der Wille des Individuums in seiner gegenwärtigen Verfassung nicht recht verstehen kann, da das Reich des Göttlichen und Universellen außerhalb der visionären Reichweite des Individuums zu stehen scheint, woraus sich die Möglichkeit des irregeleiteten Auftrages für das Individuum ergeben und es seine eigene Behauptung fälschlicherweise für die vollständige Wirklichkeit halten kann.

Den Sorgen, die als Konsequenz auf diese individuellen Behauptungen folgt, wird durch solche Mittel versucht vorzubeugen, die für diesen Zweck wirklich ungeeignet sind, was schließlich auch der Grund ist für das Scheitern aller Versuche der Menschheit im Prozess der menschlichen Geschichte, nämlich, Frieden in der Welt zu finden. Unsere Bemühungen sind vielleicht aufrichtiger Natur, doch werden sie missbraucht. Der Mechanismus unserer Anstrengungen ist für den erstrebten Zweck ungeeignet, da die vor uns liegende Aufgabe so gewaltig scheint, dass selbst die höchste Kapazität des menschlichen Individuums, - die Vernunft -, dieses Ideal nicht erreichen kann. Insofern jede menschliche Bemühung das Ergebnis der Anwendung des eigenen Willens und der Vernunft selbst ist, die vom eigentlichen Zweck weit entfernt ist, muss zwangsläufig das Erreichen des letztendlichen Zieles scheitern. Der von uns erwartete Erfolg tritt nicht ein. Es hat seit undenklichen Zeiten schon immer ein Ringen und eine fortdauernde Bemühung zur Erreichung des Zieles gegeben, das uns deshalb trotzdem nicht näher gekommen ist. Es scheint vielmehr wie der Horizont vor uns zurückzuweichen, der, je mehr wir uns ihm zu nähern glauben, immer weiter zurücktritt. Das liegt daran, dass der individuelle Wille wegen des Egoismus, - jenem steinharten Gefühl, auf Grund dessen er seine Bemühungen als die einzig wahren und bedeutsamen missversteht -, die Wahrheit nicht fassen kann. Es ist eben diese qualitative Störung in all den Bemühungen des Menschen, die es ihm nicht einmal ermöglicht, auch nur die entferntesten Ausläufer des Göttlichen Zieles zu berühren. Die Yoga-Praxis, wie sie speziell im 6. Kapitel der *BHAGAVAD-GITA* vorgeschlagen wird, ist eine einzigartige Bemühung. In den verschiedenen Versen dieses Kapitels der *GITA* werden uns die verschiedenen Stufen praktisch erklärt, auf denen eine innere Veränderung des individuellen Willens zum Zweck der Einstim-

mung auf die Eingebungen des Göttlichen Willens stattfindet, was letztlich die eigentliche Bedeutung von YOGA ist. Das *YOGA DER BHAGAVAD-GITA*, auch YOGA der MEDITATION oder 'DHYANA' genannt, ist das innere qualitative Einstimmen der Essenz des Individuums mit der Essenz des Universums, - und zwar nicht nur im Berühren zweier Dinge, auch nicht des menschlichen Geistes mit dem Göttlichen GEIST, so als wären die beiden essenziell verschieden voneinander, sondern als die Vereinigung von Bestimmung und Qualität.

***YADA VINIYATAM CHITTAM ATMANEVA'VATISHTHATE NIHSPRIHAH SARVAKAMEBHYA YUKTA ITY UCHYATE TADA***

In diesem Vers ist der versteckte Hinweis auf die, im 6. Kapitel der GITA dargelegte Praxis enthalten. Es geht einfach darum, den Verstand in 'ATMAN' (das SELBST) zu fixieren. Das ist YOGA. Die zurückgehaltene Verstandeskraft in die Natur des SELBST einbetten. Diese Einbettung des kontrollierten Verstandes oder Willens in die Unbedingtheit des SELBST ist das wahre YOGA DER BHAGAVADGITA, was allerdings leichter gesagt als getan ist, da es wohl nichts schwierigeres gibt, als die Verstandeskräfte zurückzuhalten, - doch dieses 'NIYAMANA' des 'CHITTA' ist das Ein und Alles in der Yoga-Praxis. Welcher Art ist nun diese Zurückhaltung, die dem 'CHITTA' oder Verstand auferlegt werden soll, damit er im SELBST oder ATMAN verankert sein mag?

Es gibt verschiedene Arten von YOGA, angefangen beim 'HATHA-YOGA' (physische Übungen), die alle demselben Zweck dienen, - der Kontrolle des Geistorganes. Wer jedoch das Endziel nicht auf jeder Ebene der Bemühungen im Auge behalten kann, der wird wahrscheinlich den entscheidenden Punkt verfehlen und das ersehnte YOGA nicht einmal in mehreren Leben voller Anstrengungen erreichen können. Auf jedem Schritt und auf jeder Ebene muss das Ziel klar vor dem geistigen Auge erscheinen, denn nur dann wird es möglich sein, das Verstandesorgan in der, für das Ideal des YOGA bestimmten Art und Weise zurückzuhalten. Der Sinn und Zweck für die Kontrolle und Zurückhaltung des Geistorganes, - das 'NIYAMANA' des 'CHITTA'- , besteht in der Harmonisierung seiner Beschaffenheit und Qualität mit der Natur ATMANS, in die sich die Geisteskraft ergießen soll. Dies entspricht der Essenz von YOGA. Es gibt da auf Grund der Neigung des Verstandes, nach außen in die Richtung der, in Raum und Zeit angesiedelten Objekte zu streben, ein grundlegendes Ungleichgewicht zwischen dem 'CHITTA' oder Verstand und der Natur des SELBST. Diese Neigung der Verstandeskraft ist das genaue Gegenteil davon, was die Natur des SELBST fordert. Solange das Geistorgan dieser Neigung anheim fällt und sich in seinen Tätigkeiten auf die Sinnesobjekte zubewegt, wird es zu keiner Harmonisierung mit dem SELBST kommen können. Wir müssen uns nun ein wenig dem Begriff 'SELBST' zuwenden. Wie es eine Menge irrtümlicher Vorstellungen von der Natur der Verstandeskontrolle quer durch die verschiedenen Arten der Yoga-Praxis gibt, so gibt es auch immer wieder Missdeutungen des Begriffes 'SELBST', wiewohl beide, Verstand und SELBST, gleichermaßen schwierig zu verstehen sind, da wir in diesem Versuch beständig auf ein Hindernis stoßen. Wie können wir den Verstand zurückhalten und kontrollieren, wenn uns dessen wahre Natur nicht bekannt ist, und wie können wir ihn im SELBST verankern, wenn wir nicht wissen, was das SELBST ist! Das SELBST ist weder eine Substanz noch ein Wesen, Körper oder Objekt. ES ist auch nicht irgendetwas innerhalb des Körpers, wie manche Leute vermuten und was als geläufige Redewendung häufig verwendet wird. Das 'Innere' ATMANS hat eine besondere Bedeutung, die sich sehr ist von der räumlichen Einge-

geschlossenheit eines Objektes unterscheidet. ATMAN ist nicht 'innerhalb' von etwas, wie dies im Sinne der vier Wände als einer Art von physikalischer Begrenzung der Fall ist. Das 'Innere' oder 'Im Inneren Sein' ATMANS, wie es von den '**UPANISHADEN**' (Teil der VEDEN) verkündet wird, unterscheidet sich davon völlig. Wenn wir von einer Person sprechen, die sich in einem Zimmer befindet, haben wir eine bestimmte Vorstellung von dem, was es bedeutet, sich im Raum zu befinden, doch diese Vorstellung entspricht nicht dem 'Im Inneren Sein' ATMANS. ATMAN ist nicht in einem Körper und somit auch nicht außerhalb von etwas. Die Schriften erklären uns, dass ATMAN alldurchdringend und allgegenwärtig ist. Wie also könnte behauptet werden, dass etwas 'innen' ist, wenn es all-durchdringend, allgegenwärtig und allesbeinhaltend ist? Worin liegt der Nutzen von Erklärungen, die zum Ausdruck bringen, dass ATMAN 'innen' ist? Hier befinden wir uns am Scheideweg in der Yoga-Praxis. ATMAN ist 'innen', ja! - und gegenwärtig ist ER auch. Dies sind zwei Konzepte, die sich nicht zusammen vertragen, die vielmehr den Zugang zum wahren Verständnis ATMANS erschweren. Wie ist es dem allgegenwärtigen ABSOLUTEN möglich, 'innen' zu sein? Zur weiteren Klärung müssen wir wissen, wie die Schriften die Bedeutung des Begriffes 'innen' verstehen. Das '**PRATYAKCHETANA**', von dem die Schriften sprechen, - jenem einwärts gewendeten Bewusstsein, das mit dem SELBST gleichgesetzt wird, ist keine räumliche 'Inneres' irgendeiner physikalischen Substanz oder Gedankens, sondern eine 'UNIVERSALE SUBJEKTIVITÄT', die für das SELBST charakteristisch ist und mit deren Qualität der Verstand in Einklang zu bringen ist. Für diesen Zweck muss im Gegensatz zur sonst üblichen und einfachen Methode der Zurückhaltung eine besondere und ungewöhnliche Technik zur Zurückhaltung der Verstandeskraft angewendet werden. Man kann das Denkorgan nicht in der gewöhnlichen Weise zurückhalten wie man z.B. ein Pferd oder einen Löwen bzw. Elefanten bändigt, da der hier beabsichtigte Rückzug der Verstandeskraft, dessen Harmonisierung mit den Merkmalen des SELBST verlangt, die gleichermaßen 'universal' und 'innerhalb' sind.

Das 'Innere' ATMANS ist die Subjektivität ATMANS. ATMAN ist kein Objekt oder 'VISHAYA', weshalb die Bewegung des Denkorganes hin zu den Objekten nicht der rechte Weg zum Erreichen ATMANS ist, denn jegliche Art nach außen gerichteter Bewegung ist unverträglich mit der Beschaffenheit des Selbstseins von irgendetwas. ATMAN ist nicht außerhalb, obwohl ES überall ist. Dies ist eine Besonderheit, die wir verstehen müssen. Auf die Frage, warum ES nicht außerhalb sein soll, wenn ES doch überall ist, gibt es als Antwort sowohl ein 'ja' als auch ein 'nein'. ES ist innerhalb und trotzdem überall. Die Bedeutung liegt in der Allgegenwart, die sich durch Subjektivität auszeichnet, - dies ist '**VAISHVANARA-ATMA-TATTVA**', von dem die UPANISHADEN erzählen und das es zu verstehen gilt. ATMAN ist VAISHVANARA; - das SELBST von allem. Von etwas unabhängig zu sein, deutet darauf hin, dass diese Sache nicht auf ein Objekt gerichtet ist. SELBST bedeutet, dass es unmöglich ist, ES auf irgendeine Art und Weise auf ein Objekt zu richten. ES kann weder in einer Vorstellung, noch in einem Gedanken oder im Denkorgan als Objekt betrachtet werden. Das SELBST kann niemals, auch nicht unter den größten Anstrengungen und Ausdehnungen der Vorstellungskraft, nach außen gerichtet werden. Das ist die Bedeutung des Wortes 'SELBST' oder 'ATMAN', das überall ist. Ist es irgendjemandem möglich, ist es menschlich vorstellbar, diesen Zustand zu verwirklichen, wo sich die Verstandeskraft in einer Allgegenwart fixieren kann, welche der Veräußerlichung und Objektivierung nicht fähig ist? Dieser besondere Zustand des SEINS ist GOTT oder '**ATMA-TATTVA**'! Es ist oft zu hören, dass ATMAN dasselbe wie BRAHMAN ist, und wenn wir die entsprechenden Textstellen der UPANISHADEN studieren, wird

uns wahrscheinlich auffallen, dass das 'eine' mit dem 'anderen' gleichgesetzt wird. ATMAN stimmt mit BRAHMAN überein, verschmilzt in IHM oder ist IHM gleich, heißt es dort. Doch nichts dergleichen trifft zu. ATMAN kann nicht mit BRAHMAN identifiziert werden; auch gibt es keinerlei Verbindung zwischen den beiden, da es überhaupt keine zwei Wesen dieser Art gibt. Sie sind lediglich das Ergebnis zweier Aussagen zu dem einen ungewöhnlichen Zustand, der nicht so einfach erfasst werden kann, bevor er nicht in seinen verschiedenen Aspekten erklärt worden ist.

Wenn wir das Schwergewicht auf den Aspekt der 'Allgegenwart' dieses SEINS legen, nennen wir es BRAHMAN, der dann zu ATMAN wird, wenn wir das 'Selbstsein' derselben Allgegenwart hervorheben wollen. Die beiden Begriffe, 'BRAHMAN' und 'ATMAN', zeigen keine zwei verschiedenen Dinge an, sondern sind lediglich zwei verschiedene Definitionen oder Aspekte ein und desselben Seins'. Der Aspekt des SELBST wird ATMAN und der Aspekt der Allgegenwart BRAHMAN genannt. Nun gilt es, die Bedeutung dieser beiden Aspekte in eine einzige Abfolge der Verstandesarbeit zu verschmelzen, was dann tatsächliches YOGA ist. In einem einzigen augenblicklichen Gedanken sollte es uns möglich sein, die Mischung dieser beiden Aspekte, - ATMAN und BRAHMAN -, in ihrer Essenz zu erfassen. Dies ist für gewöhnlich nicht möglich, da das, der Objektivität nicht fähige Selbstsein, nicht als ein allgegenwärtiges SEIN wahrgenommen werden kann, da im selben Moment, wo wir uns die Allgegenwart vorzustellen versuchen, dieselbe bereits äußerlich ist und zu irgendetwas Räumlichem oder Zeitlichem geworden ist.

Unsere gewöhnliche Idee von der Allgegenwart ähnelt der Vorstellung von einem weit ausgedehnten Raum. Raum ist jedoch der ungeeignete Vergleich mit dieser Allgegenwart, denn Raum ist, obwohl überall, bereits außerhalb. Er ist etwas, das vom Verstand erfasst werden kann, womit er zeitlich und auch vergänglich ist. Die zeitlose Allgegenwart der Natur des SELBST besitzt keinen Raum. Weil dies so ist, ist ES kein Objekt, weshalb die normale Verstandestätigkeit, die im Allgemeinen in Begriffen von Objekten denkt, zum Zweck der eigenen Einbettung in die wahre Natur ATMANS überprüft werden muss. Die Technik zur Überprüfung der Verstandeskraft ist erneut YOGA, was mit dem Wort '**VINIYATACHITTA**' trefflich angedeutet wird.

Es ist wahrhaftig schwierig genug, diese Bedeutung zu erfassen. Noch schwieriger ist es jedoch, sie zu praktizieren, da der Verstand gegen die bloße Idee einer solchen Definition vom SEIN, - unserem Ideal im YOGA -, revoltiert. Das Denkorgan kann sich etwas, das keinen Raum hat und zeitlos ist, gedanklich nicht erfassen, und so ist es auch nicht in der Lage, sich ATMAN vorzustellen, geschweige denn sich selbst im YOGA verankern zu können. Aus diesem Grund, und um der Versuchung eines all zu plötzlichen und nicht hilfreichen Luftsprunges vorzubeugen, wird eine stufenweise Methode zur Annäherung an das Ideal vorgeschrieben. Es gibt eine Technik des inneren Wachstums, mittels der das Denkorgan dazu befähigt wird, im Sinne einer Selbst-Transzendierung über sich hinaus zu wachsen. Es handelt sich hierbei um Yoga-Stufen, wie sie insbesondere in den Aphorismen von '**PATANJALI**' (ind. Philosoph) zum Ausdruck kommen. In einer sehr genauen Art und Weise gibt uns BHAGAVAN SHRI KRISHNA einen Hinweis auf die Notwendigkeit, uns selbst mit jeder Ebene unseres Seins abzustimmen, indem ER sagt:

**YUKTAHARA-VIHARASYA      YUKTA-CHESHTASYA      KARMASU,  
YUKTA-SVAPNAVABODHASYA YOGO BHAVATI DUKHAHA**

Wie werden gebeten, auf jeder Ebene und Stufe unseres Lebens in unserem Verhalten und Betragen ausgeglichen zu sein. Es sollte kein Übergewicht auf irgendeinen Aspekt gelegt werden. YOGA ist Gleichgewicht. Wir haben die verschiedenen Ebenen durch Annahme der 'Goldenen Mitte', der 'Via Media' zu durchschreiten. Wir sollten jegliche Extreme auf jedem Schritt und auf jeder Ebene unserer Praxis vermeiden. Hinter dieser Empfehlung zum Beschreiten des 'goldenen Mittelweges' steht die Idee, dass wir keinen Aspekt der Wirklichkeit vernachlässigen sollten. Während wir im Allgemeinen dazu neigen, uns die Wirklichkeit als ein transzendentes SEIN zu denken, sollten wir nicht vergessen, dass sie ebenso eine irdisch gegenwärtige Wirklichkeit ist. Sie ist nicht nur 'hoch droben', sondern ebenfalls 'mitten drin', ja selbst als die niedrigste erscheinende Materie offenbar. Auch hier in dieser, den Sinnen und dem Verstand unmittelbar gegenwärtigen Wirklichkeit des Körpers ist ein Wahrheitselement, das zweifellos zu transzendieren ist und dennoch nicht vernachlässigt, geschweige denn ignoriert werden darf. Die Tatsache, dass etwas zu transzendieren ist, deutet überhaupt nicht darauf hin, dass es deshalb wertlos ist. Jede Ebene des SEINS ist eine Stufe oder ein Abschnitt der Wirklichkeit, und jede Stufe hat eine gleichberechtigte Bedeutung wie jede andere auch, solange man sich in diesem Abschnitt der Entwicklung befindet. Die Stufe, auf der sich jeder von uns gerade befindet, ist seine einzige Wirklichkeit. Wir sind nicht in der Lage, die niedrigere Ebene in Begriffen der Höheren zu beurteilen, solange wir nicht die Höhere erreicht haben. Dabei sollte das Ideal der höheren Ebene stets vor dem geistigen Auge verweilen, damit wir dazu fähig werden mögen, uns selbst in die höheren Bereiche zu erheben. Das vom Sucher in der Yoga-Praxis einzuhaltende Gleichgewicht ist ein sehr schwieriges Unterfangen.

Es gibt im spirituellen Sucher immer einen Hang zum Übereifer. „Ich wünsche mir nur GOTT und sonst nichts; ich wünsche mir nicht die Welt.“ Das sind so die gängigen Verlautbarungen von Suchern in ihrem anfänglichem Eifer. Es ist wunderbar, nur GOTT allein zu lieben und nach nichts anderem zu verlangen, doch es muss auch klar sein, wer oder was GOTT ist, bevor man versucht, die Methode zu erkennen, die den Kontakt mit IHM ermöglicht und die IHN zum einzigen Ziel und Zweck beinhaltet. Wenn sich unbelehrte und unreife Geisteskräfte GOTT als das Lebensideal ersinnen und sich im Übereifer oder in überschäumender Hingabe auf das erwählte Ideal konzentrieren, dann stellen sie sich höchstwahrscheinlich GOTT als transzendentes Wesen vor, das von den Beziehungen zu den unmittelbaren Wirklichkeiten des Lebens abgeschnitten ist. Daraus resultiert dann das mangelnde Gefühl für die Wirklichkeiten jenes Reiches, in dem sie sich gerade befinden, verbunden mit allerlei unvorhersehbaren Schwierigkeiten in Form eines Aufstandes innerhalb des physischen Körpers, dem lebenserhaltenden inneren Organismus, den Sinnen und auch den verschiedenen Neigungen des Denkorganes. Der Aufstand des Körpers kann zu Erkrankungen und Schwächen der verschiedensten Art führen; der Aufstand des lebenserhaltenden Organismus bewirkt die unterschiedlichsten, von der Psychoanalyse ausführlich beschriebenen neurotischen Zustände und Komplexe wie z.B. Schwermütigkeit, Melancholie, Verbitterung und innerer Kummer, - alles Dinge, die das genaue Gegenteil dessen darstellen, was der spirituelle Sucher eigentlich anstrebt.

Auf jeder Stufe der Yoga-Praxis wird vom Suchenden eine positive und bejahende Haltung, Absicht und Neigung erwartet. Im Gesicht des Suchenden sollte stets eine sichtbare Freude und Zufriedenheit, wenn auch von einer geringeren Ausprägung erkennbar sein, - auf gar keinen Fall aber Melancholie und Niedergeschlagen-

heit. Die von PATANJALI angeführten Schwierigkeiten sind die wahren Hindernisse im YOGA, die kein Anzeichen für wirklichen Fortschritt sind, sondern Probleme, die es zu lösen gilt. Diese Schwierigkeiten begegnen uns entsprechend unserer Fehleinschätzung der Dinge auf Grund einer extremen Gefühlslage. Wir können GOTT nicht so einfach als transzendentes Wesen erfassen, vielmehr müssen wir uns auf IHN in Seiner Form der 'Allgegenwart' erst einstimmen, was eine sehr gewichtige Ermahnung der BHAGAVADGITA ist. GOTT muss in Seiner Wirklichkeit erkannt werden und nicht in irgendeiner vermeintlichen Form, die der Verstand mittels einer bequemen theoretischen Definition als Ruhepolster bereithält. Die in der *BHAGAVAD-GITA* erwähnte Diät deutet auf die Notwendigkeit des Ausgleiches und der Harmonie in der Yoga-Praxis hin. Es ist für einen Sucher unerlässlich zu wissen, wo er sich (spirituell) genau befindet. Wir müssen sowohl unsere Stärken als auch unsere Schwächen kennen, und wir sollten uns weder über- noch unterschätzen, was insgesamt nichts anderes bedeutet, als dass wir aufrichtig und ehrlich zu unserem eigenen wahren SELBST auf allen Seinen Ausdrucksstufen sein müssen.

Yoga-Praxis ist keine Demonstration vor anderen und für andere. Sie ist die innere Annäherung an die letztendliche Wirklichkeit und eine Unterwerfung vor dem allwissenden SEIN, was es überaus notwendig macht, leidenschaftslos zu sein. Heuchelei, gleich welcher Art, ist hier unangebracht. Man kann wissentlich oder manchmal unwissentlich heucheln, indem man sich, auf Grund der vorherrschenden Unwissenheit, in sich selbst vorstellt, etwas zu sein, was man nicht ist. Manchmal kann man auch absichtlich heucheln, was in der Tat unglücklich ist, denn Selbsttäuschung ist wahrlich der größtmögliche Schaden, den man sich zufügen kann. Deshalb muss man sich sehr genau,- wie ein Rechnungsprüfer, der die Bilanzen einer Firma kontrolliert, indem er kritisch jede Einzelheit untersucht und alle Schwachpunkte und Stärkeposten gleichzeitig erkennt -, überprüfen, bevor man sich auf den Yoga-Weg begibt.

Wir müssen eine Bilanz von unserer eigenen psychologischen Persönlichkeit erstellen, um genau zu wissen, wo wir zur gegebenen Zeit stehen. Außerdem müssen wir wissen, dass wir uns in dem Moment, wo wir in das YOGA eintreten, in der Gegenwart GOTTES Selbst befinden. Wir sind dann nicht mehr nur soziale Wesen. Selbst der erste Schritt im YOGA bedeutet den Einstieg in das spirituelle Reich.

Die Bestrebung, den Yoga-Weg zu beschreiten, ist dazu gedacht, das Reich des normalen Studiums, - auch des Studiums der VEDEN -, zu überschreiten, denn das spirituelle Leben ist ein Schritt hin in eine neue Qualität des Lebens und sehr verschieden von der sonst üblichen Denkweise in sozialen Begriffen, oder gar vom Standpunkt der eigenen individuellen Persönlichkeit aus. Was in diesem Zusammenhang deutlich werden sollte, ist die Tatsache, dass wir nicht übereifrig nach Gott-Verwirklichung streben sollten, bevor wir uns nicht Klarheit über die Struktur und Arbeitsweise unseres Geistorganes, als auch und in besonderem Maße über unsere Schwächen verschafft haben. Die Schwächen des psychologischen Organs sind nicht minder wichtig wie das Streben des Verstandes nach GOTT, denn der Unzufriedenheit der eigenen Persönlichkeit liegt bereits eine fehlerhafte Bewegung des Verstandes zu Grunde. Diese Bewegungen sind mit intelligenten Mitteln in die rechte Bahn zu lenken. Es hat keinen Sinn, vor diesen Schwächen die Augen zu schließen, da sie eines Tages auferstehen und wie ein Wirbelsturm den Strebenden unvorbereitet attackieren können. Selbst eine kleine Schwäche kann die gewaltigen Ausmaße eines Berges annehmen, wenn sie für längere Zeit nicht beachtet wird, sodass auch

der geringsten Schwäche Aufmerksamkeit zu schenken und große Vorsicht und Ernsthaftigkeit bezüglich der eigenen Ausstattung geboten ist. Nun muss dies natürlich nicht bedeuten, dass jemand seine Schwächen vor dem Publikum und in den Zeitungen ausbreiten muss. Man sollte sich ein privates Tagebuch anlegen und jene Schwächen notieren, die dem spirituellen Leben nicht zuträglich sind, damit diese mit gewaltiger Anstrengung durch Befolgung des 'Goldenen Mittelweges' und unter Vermeidung jeglicher Überbetonung überwunden werden können. Niemand sollte sein Denkorgan unter Druck setzen, nur weil dieses Schwächen zeigt. Schwäche ist eine Art Erkrankung, die man nicht unterdrücken sollte. Sie kann nur durch intelligente Meditations-Methoden geheilt werden. Yoga-Praxis ist keine Unterdrückung der Verstandeskräfte oder des Willens, vielmehr ist sie eine Verfeinerung des Aufbaues des gesamten geistigen Reiches. Sie ist das Verdichten des Denkorganes in dessen Quintessenz und in die Befähigung, in die Kosmische Atmosphäre zu infiltrieren. Deshalb sollte niemand gewaltsame Willenskraft auf irgendeinen Aspekt der Unzufriedenheit des Geistorganes ausüben, bevor nicht ein wirklich positiver Schritt zur Yoga-Praxis hin unternommen worden ist. Zur Überwindung der Schwäche gibt es verschiedene Methoden, wie sie auch ein guter Arzt zur Behandlung einer Erkrankung in Form von z.B. Injektionen, Diät, Anregung zu einer natürlichen Lebensweise usw., zusammen mit der Verordnung einer geeigneten Medizin und u.U. einer Isolation, Quarantäne usw. empfiehlt oder auch vorschreibt. Das Geistorgan muss in ähnlicher Weise behandelt werden. Eine Anwendungsmethode allein genügt nicht, manchmal muss der Verstand psychologisch isoliert werden, ein andermal muss er auf etwas verzichten, und wieder ein andermal muss er gefüttert werden. Wichtig ist dabei immer, zu erkennen, wann, in welchem Verhältnis, wo und auf welche Weise er gefüttert werden und wann er fasten soll. Dies entspricht der Behandlungstechnik eines guten Arztes. Wir können dem Geistorgan nicht die falsche Methode auferlegen, da es unser eigenes 'Ich' und nicht irgendetwas außerhalb von uns ist. Es ist nicht außerhalb, weil es die eigene innere Struktur ist, die man als Geist- oder Denkorgan, Verstand, Gemüt usw. bezeichnet. Folglich behandelt sich jeder selbst. Im YOGA werden das Objekt und das Subjekt gleichzeitig behandelt. Jeder ist sein eigenes Mittel und ebenso sein eigener Zweck. Auf jeder Ebene des Aufstieges in der Yoga-Praxis wird dasselbe Ding in unterschiedlichen Stufen der Intensität, sowohl Subjekt als auch Objekt, bis schließlich jene Ebene erreicht worden ist, wo sich der Unterschied zwischen dem subjektiven und dem objektiven Aspekt auf eine Identität des SEINS konzentriert, sodass am Ende weder Subjekt noch Objekt vorhanden ist. Jener Zustand des Höchsten SEIN', der weder als Subjekt noch als Objekt erachtet werden kann, ist der allgegenwärtige ATMAN, in den es das Denkorgan zu verankern gilt und wofür 'NIYAMANA' oder die Zurückhaltung des Denkorganes in der GITA vorgeschrieben wird.

Die *BHAGAVAD-GITA* geht nicht immer in kleinere Einzelheiten der Beschreibung, vielmehr erstellt sie eine weite Übersicht über die verschiedenen Praxisstufen. Es liegt an uns, die Absichten und die Bedeutungen hinter diesen Erklärungen zu erkennen, was manchmal ein Lesen zwischen den Zeilen erfordert. Wir müssen den Charakter oder die Natur des Rückzuges, der dem Denkorgan auferlegt wird verstehen, um seine Verankerung in der Allgegenwart des SELBST überhaupt erkennen zu können. Stufe für Stufe muss dem Denkorgan die Kunst gelehrt werden, sich nicht auf Objekte zu richten. Das allein ist die Bedeutung von Selbstbeschränkung, - die Beschränkung des niederen Selbst zum Zweck der Erfahrung des Höheren und Höchsten SELBST. Es gibt da gleichzeitig Ebenen des niederen Selbst und ebenso des Höheren SELBST. So ist mit jedem Schritt eine Stufe des niederen Selbst zu

kontrollieren und zu überwinden, um schließlich eine Stufe des Höheren SELBST zu erreichen. Wenn das unmittelbar darüber befindliche Höhere SELBST erreicht worden ist, wird es automatisch zum niederen Selbst im Verhältnis zum wiederum nächst Höheren, sodass auf jeder Ebene ein weiterführender Zweck mit den Mitteln der Selbstbeschränkung erreicht werden muss. Allerdings unterscheidet sich die Natur der Beschränkung in ihrer qualitativen Technik. Die auf einer Stufe angewandte Technik muss nicht unbedingt für die nächste Stufe geeignet sein, auch wenn die Anweisung lautet, dass die niedere zum Zweck der Erfahrung der nächst höheren zurückzuhalten ist. Man muss erkennen, welche Art der Beschränkung auf welchen besonderen Typus von niederem Selbst anzuwenden ist, da es verschiedene Stufen der Intensität sowohl des niederen als auch des Höheren SELBST gibt.

All dies erfordert die beständige Führung durch einen spirituellen Meister, analog einer chronischen Erkrankung, die beständig durch einen Arzt behandelt wird. Warum geht jemand zum Arzt? Weil da täglich ein neues Problem auftaucht, wobei es auch zu Reaktionen auf die Behandlung hinkommen kann, wenn diese nicht angemessen durchgeführt wird. Häufig werden sich neue Gefühle und Erfahrungen physischer, vitaler und geistiger Art zeigen. Aus diesem Grund geht man auch zum Arzt, um die eigenen Erfahrungen und Gefühle mit dessen Kenntnissen abzustimmen und um abzuklären, welcher weitere Schritt in der Behandlung notwendig ist. Gleichmaßen sollte man sich für eine längere Zeitdauer in die Nähe eines spirituellen Führers begeben. Dies ist keine durch Bücherstudium erlernbare Technik, denn hierbei handelt es sich um eine Lebensweise voller Vitalität und Bedeutungsfülle, stets verbunden mit einem praktischen Erleben auf jeder Stufe und somit nicht bloß um die Frage nach dem intellektuellen Verständnis einer theoretischen Technik. Insofern jeder Schritt im YOGA, selbst der geringste und letzte, mit dem praktischen Leben eines jeden Strebenden unmittelbar zu tun hat, ist die persönliche Führung notwendig. Wenn eine bestimmte Methode angenommen worden ist und wenn eine Technik zur Kontrolle des Denkorganes in der Meditation benutzt wird, stellen sich automatisch gewisse Erfahrungen ein, die etwas über das gesamte physische, vitale und psychologische System auszusagen haben. In dieser Zeit muss man dazu fähig sein, zu erkennen, was gerade geschieht und sollte nicht verblüfft oder gar verwirrt sein über das, was alles geschehen kann. Speziell bei 'PATANJALI' sind verschiedene Hinweise auf all das, was sich ereignen kann, nachzulesen, so z.B. das Schütteln des Körpers und Visionen der unterschiedlichsten Art und Weise usw. Die verschiedenen Erfahrungen können sowohl physisch wie geistig als Auswirkungen des Behandlungsprozesses selbst erachtet werden, wobei es jedoch unabdingbar ist zu wissen, dass es sich hierbei um notwendige Stufen handelt, die man zu durchschreiten hat. Erneut muss ich hier auf die Notwendigkeit eines GURU' verweisen, da es manchmal so ausschaut, als handle es sich bei der Yoga-Praxis um ein Spiel mit dem Feuer. Eingeweihte erachten die Mühe, das Denkorgan zu kontrollieren, als vergleichbar mit dem Versuch, den Ozean durch das Schaufeln mit einem Grashalm zu entleeren. Mit steter Zuversicht und Beständigkeit im Denken, mit entschiedener Willenskraft und einem sorgfältig überschauenden Verständnis gilt es zum Zweck der Verankerung des Denkorganes im SELBST das zuerst genannte mit großer Geduld und Leidenschaftslosigkeit zu kontrollieren und zurückzuhalten, - mit jenen Qualitäten also, die eine Person benötigt, wenn sie versucht, den Ozean mit einem Grashalm zu entleeren. Es erscheint praktisch unmöglich, doch eines Tages mag es gelingen. Die Schwierigkeit in dieser Praxis entsteht sowohl wegen der Gier des Denkorganes, an seinen gegenwärtigen Denkgewohnheiten und Vorstellungen in Begriffen der Sinnesobjekte und den Beziehungen zur Gesellschaft usw. fest zu halten als auch im



Versuch, diese Regeln und Gesetze der physischen und sozialen Wahrnehmung auf das spirituelle Reich zu übertragen, in dem längst ein neues Gesetz vorherrscht. Das spirituelle Gesetz unterscheidet sich qualitativ von sozialen und physischen Gesetzen, sodass unsere, auf die menschliche Gesellschaft anwendbaren, wertvollen und höchst bedeutungsvollen Traditionen keinerlei Bedeutung für das spirituelle Leben haben. Aus diesem Grund ist der Eintritt in einen neuen Typus von Lebensgestaltung notwendig. Wer den spirituellen Weg beschreiten will, muss nahezu eine 'neue Geburt' annehmen. Man muss sozusagen 'wieder geboren werden', wie uns die großen Meister oft erzählen. Ohne diese 'Wiedergeburt' gibt es keine Hoffnung auf Fortschritt auf dem spirituellen Pfad. 'Wiedergeburt' bedeutet hier die völlige Umwandlung des Organismus, einschließlich den Vorstellungen des Denkorganes, ja der Denkweise als solcher und eine Neuorientierung der psychischen Struktur zum Zweck der Einstimmung auf die Gesetze des spirituellen Lebens. Dies ist die tiefgründige Bedeutung dieser kernigen Erklärung in dem folgenden Vers der BHAGAVADGITA:

**YADA                    VINIYATAM                    CHITTAM                    ATMANY                    EVA**  
**'VITISHTHATE,**                    **NIHSPRIHAH                    SARVAKAMEBHYO**  
**YUKTA ITY-UCHYATE TADA**

Das Denkorgan wird unmittelbar von allen Wünschen nach Sinnesobjekten befreit, und ohne irgendeine besondere eigene Anstrengung ereignet es sich ganz selbstverständlich und gerade so, als würde jemand aus einem Traum erwachen, - ein spontaner Rückzug des Denkorganes von allem, was im Traum zu sehen war. Dies ist der positive Aspekt der Selbstbeschränkung, der die Frucht der Freude und der inneren Freiheit von Konflikten und Spannungen jeglicher Art hervorbringt. Tatsächlich lässt sich der Erfolg im YOGA daran ablesen, inwieweit sich jemand innerlich frei fühlt und ohne irgendeine besondere Neigung zum Erwerb von äußerlichen Dingen Kraft, Stärke und Freude empfindet, die aus der innersten Tiefe emporsteigt. Nichts braucht sich von außen her ereignen, und doch hat sich innerlich alles verändert. Die Freude, die sich auf dem Gesicht einer Person widerspiegelt und das Positive, das von der ganzen Persönlichkeit ausstrahlt, ist ein Hinweis auf den Erfolg, der in der Yoga-Praxis erreicht worden ist

Die Zurückhaltung und Verankerung des Denkorganes in der Natur des SELBST oder ATMANS, ist nicht nur das Hauptthema im **DHYANA-YOGA**-Kapitel der *BHAGAVAD-GITA*, sondern auch die Essenz der gesamten Lehre, die die wesentliche Bedeutung des Zieles im Leben der Menschheit zusammenfügt. Das Gleichgewicht, das in der Beziehung zwischen dem Denkorgan und dem SELBST besteht, ist der eigentliche Yoga-Zustand, und dieser Zustand muss durch sehr bedächtig und allmählich ausgeführte Bemühungen, Schritt für Schritt, hergestellt werden, - wobei kein einziger Schritt in diesem Bewegungsprozess des Aufstieges auszulassen ist, denn jeder versäumte Schritt käme dem Vorläufer eines Rückfalles gleich. Die Schwierigkeiten in dieser Praxis sind der eigentliche Kontext der sehr langen Lehre, wie sie die *BHAGAVAD-GITA* bis zum 18. Kapitel darstellt, und in gewisser Weise kann man sagen, dass die achtzehn Kapitel den achtzehn Stufen der Yoga-Praxis der *BHAGAVAD-GITA* entsprechen. Insofern kann nichts schwieriger als dieser Versuch der Seele sein, sich mit dem Göttlichen Ziel des Universums zu vereinigen; darum werden wir immer wieder darauf hingewiesen, sehr bedächtig und vorsichtig auf diesem Pfad voranzuschreiten:

**SANAIH-SANAIR            UPARAMED            BUDDHYA            DHRITIGRI-  
HITAYA,ATMASAMSTHAM MANAH KRITVA NA KIMCHID API CHINTAYAT**

**YATO-YATO NISCHARATI MANAS CHANCHALAM ASTHIRAM, ATAS  
TATO NIYAMYAI'TAD ATMANYEVA VASAM NAYAT**

Dies ist die Lehre von der tatsächlichen Praxis. Man muss die Kontrolle über das Denkorgan solchermaßen gestalten, dass gar nicht erst das Gefühl irgendeines Druckes spürbar wird. Das ist die Technik eines erzieherischen Prozesses in jeglichen Bereichen des Lebens. Das Denkorgan muss dazu befähigt werden, spontan und ganz von selbst in einer Höheren Erfahrung aufzublühen, ohne dabei praktisch in irgendeine Art von Leid und Sorge gepresst zu werden. Je mehr das Prinzip der Befriedigung in der Praxis Anwendung findet, umso mehr steigt die Wahrscheinlichkeit einer frühen Vollendung, denn jegliches Leid, das dem Denkorgan auferlegt wird, kann der verursachende Faktor eines Rückschlages im Denkorgan sein. Daher heißt es zwar, mit glühendem Eifer der Praxis zu folgen ohne dabei zum Opfer eines Übereifers zu werden, was nichts anderes bedeutet, als dass wir unsere Kräfte nicht überschätzen sollten. GOTT steht uns zweifellos stets zur Seite und ER ist die größte Hilfe auf dem Weg der Seele hin zum Höchsten Ziel, doch das Wirken GOTTES ist ein Geheimnis in sich selbst. Da dieses Geheimnis nicht erfasst werden kann, sollte man nur in dem Umfang voranschreiten, wie dies das eigene Verständnis hinsichtlich dieses Geheimnisses zulässt. Solange das Geheimnis GOTTES ein Objekt der eigenen Unwissenheit bleibt, wird es nicht dazu fähig sein, bewusste Hilfe zu leisten.

Verstand und Gefühl verschmelzen in der Praxis miteinander. Beide Funktionen kommen sich stufenweise näher. Während in den Anfangsstadien die Gefühle sozusagen durch den Verstand beherrscht sein mögen, - was den Eindruck vermitteln kann, dass das Herz nicht mit dem Verstand kooperiert -, wird jemand durch emsige Standhaftigkeit dazu fähig sein, diese beiden Funktionen so zusammen zu bringen, dass sie nicht wie zwei getrennte Fähigkeiten, sondern als eine gebündelte Kraft unmittelbarer Erkenntnis wirken. Intuition oder unmittelbare Erkenntnis ist tatsächlich nichts anderes als die Verbrüderung von Herz und Verstand. Innerhalb der gewöhnlichen menschlichen Wahrnehmung erscheinen beide getrennt voneinander; Kopf und Herz arbeiten nicht zusammen, doch wenn, wie es so schön heißt, sich das dritte (spirituelle) Auge öffnet, dann sind die physischen Augen für die Erschauen der Vollkommenheit nicht mehr notwendig. Um dies zu erreichen, muss die Praxis schrittweise in dem Sinne stattfinden, dass man das, auf den verschiedenen Ebenen des Aufstieges gegenwärtige Ausmaß der Wirklichkeit beobachten muss, wobei der gewichtigste Punkt darin besteht, dass man sich in der Praxis stets daran erinnert, in jedem besonderen Abschnitt, in dem man sich zu irgendeinem gegebenen Zeitpunkt befindet, aufrichtig und ehrlich zu sich zu sein und sich nicht fälschlicherweise einzubilden, auf einer höheren Entwicklungsebene als der tatsächlich gegebenen zu befinden. Das Denkorgan kann sich selbst in eine Vorstellungswelt falscher Gegebenheiten hineinmanövrieren und sich in diesem Irrglauben verlieren. Es gibt genügend aufrichtige Sucher, die zu dem irr tümlichen Denken neigen, befreite Seelen zu sein, die meinen, es sei ihre einzige und dringliche Pflicht, diese Welt zu retten. Sie sind davon überzeugt, selbst gerettet und in das Unendliche eingetreten zu sein. Während sie sich in ihrem Gefühl gründlich geirrt haben mögen, sind sie felsenfest davon überzeugt, im Recht zu sein und niemand kann ihnen da so ohne weiteres wieder heraushelfen, da ihnen ihr Verstand gründlich seinen Dienst versagt hat. Das Versagen des eigenen Verständnisses lässt jemanden annehmen, sich tatsächlich in solch

einer erhabenen Position zu befinden. Die Vernunft wird erstickt und träge, anstatt klar und durchsichtig zu werden, und das alles nur auf Grund der alten **'SAMSKARAS'**, den verborgenen Eindrücken und unterdrückten Wünschen usw. Enttäuschte Gefühle müssen nicht unbedingt aus dem gegenwärtigen Leben herrühren. Vielmehr sind da Gefühle über Gefühle und Eindrücke über Eindrücke wie dicke Wolkenschwaden in den unterbewussten und unbewussten Ebenen des Geistorganes aufeinander geschichtet, die den Fortschritt der Seele auf ihr erklärtes Ziel hin hemmen. Es bedarf keiner großen Erklärungen, dass dies auf dem Durchschreiten etlicher Leben beruht. Wir leben unser einziges Leben nicht erst jetzt, und alles, was wir heute sind, ist nur ein Ausschnitt aus dem Ganzen, aus dem wir gemacht sind, wobei der größere Anteil als potenzielle Kraft in den unbewussten Schichten unserer Persönlichkeit schlummert und dort wie eine Triebfeder arbeitet, die bestimmte Eindrücke und Impulse an die Oberfläche des Bewusstseins stößt und die bewusste Ebene zu dem Denkfehler zwingt, in der Handhabung der Ideen und Gedanken zur Bewältigung der täglichen Wechselfälle des Lebens völlig frei zu sein. Wenn wir die Anwesenheit dieser antreibenden Kraft, - die wir die unbewusste Ebene nennen -, hinter unseren bewussten Tätigkeiten in Betracht ziehen, dann kämen mit Sicherheit Zweifel darüber auf, ob es überhaupt eine Freiheit des Willens gibt. Die Psychoanalytiker schlussfolgern heutzutage, dass es so etwas wie Willensfreiheit gar nicht gibt, sondern dass es sich hierbei um ein Hirngespinnst handle und zwar deshalb, weil die bewussten Tätigkeiten des Denkorganes, welche die Ursachen für das Gefühl der Freiheit sind, selbst den verborgenen Impulsen wie dunkle Kräfte entspringen, die von innen heraus arbeiten und eine Fraktion dieser Aspekte der Persönlichkeit zum Zweck der Erfüllung bestimmter Absichten auf die bewusste Ebene anheben, was in unserer traditionellen Sprache mit dem Sanskritbegriff **'PRARABDHA-KARMA'** bezeichnet wird.

Der gegenwärtige Zustand unseres Lebens, das wir heute im bewussten Zustand leben, kann nicht als die Ganzheit unserer Persönlichkeit angesehen werden. Es gibt viele Menschen, die denken, dass es so etwas wie ein kollektives, ein rassisches Unbewusstsein gibt und wieder andere beharren sogar auf der Meinung, dass es ein Kosmisches Unbewusstsein gibt, was u.U. selbst durch die **'VEDANTA-Philosophie (Schlussteil der VEDEN)** bestärkt wird, wo von einem **'ISHVARA'** (persönliche GOTT) gesprochen wird, in dem die unbewussten Persönlichkeiten aller Individuen unterschwellig in einer potenziellen Samenform aufbewahrt sind. Somit kann kein Sucher wirklich sicher sein, dass seine Praxis allzeit richtig geführt wird. Man kann sich im Glauben, vollkommen richtig zu sein, bereits vollständig in die falsche Richtung bewegen. Die eigene Überzeugung, sich auf dem rechten Weg zu befinden, ist noch kein Beweis für die Richtigkeit dieser Annahme, denn diese Überzeugung ist lediglich das Ergebnis der unbewussten Tätigkeit des Denkorganes, das wiederum nicht notwendigerweise die Ganzheit der eigenen Persönlichkeit repräsentiert. Man mag unter dem Druck eines inneren Impulses stehen, der sich nicht voll auf der bewussten Ebene offenbart hat, - der vielmehr hinter eisernen Vorhängen wirkt, deren man sich nicht bewusst ist -, was dann zum Irrtum der fehlerhaften Denkweise führen kann. Hier erhebt sich wieder die Notwendigkeit der Führung durch eine erfahrene Person, die den Pfad beschritten hat und die Fallgruben kennt. Da diesen Hürden niemand ausweichen kann, ist es ratsam für den Sucher, sich langsam vorwärts zu bewegen, sodass es nicht notwendig wird, die bereits gemachten Schritte wieder zurückzugehen. Man kann den Absturz in eine niedere Region, der durch einen plötzlichen Sprung auf Ebenen, die unter den gegebenen Umständen noch nicht erreichbar sind, durchaus vermeiden. Höchste Vorsicht ist geboten:

## **SANAIH SANAIR UPAMED BUDDHYA DHRITIGRIHITAYA**

Mit dem, aus gut gelenkter Überzeugung geborenen Mut, muss man die eigenen Verstandeskkräfte in Richtung des angestrebten Zieles vorantreiben, was jedoch bedächtig und langsam zu praktizieren ist, - je langsamer, desto besser. Es ist nicht nötig, sich über den im Prozess der Gott-Verwirklichung enthaltenen Zeitfaktor zu ängstigen. Alles hat seine eigene Zeit. GOTT rennt uns nicht davon. ER ist immer da. Niemand sollte dem Zweifel verfallen, dass er IHN morgen nicht mehr erreichen kann, wenn er IHN nicht schon heute erfasst. Vielmehr kommt es darauf an, auf den Kontakt mit IHM vorbereitet zu sein, denn das erfordert die geeignete Reinigung des Gefäßes (Körper + Geist) mittels der notwendigen praktischen Vorbedingungen, wie sie in unserer vedischen Disziplin und Tradition mit dem Begriff '**SADHANA-CHATUSHTAYA**' erwähnt sind und in der die Praxis von '**YAMA**', '**NIYAMA**' (Übungen, um ethische Vollkommenheit zu erlangen) usw. enthalten ist. Nur wer die ausdrückliche Aufforderung dieses Verses der *BHAGAVAD-GITA* „langsam voranzuschreiten“ richtig versteht, erfasst auch die darin enthaltene Botschaft. Was heißt es, „langsam zu gehen“? Man muss sich völlig im Klaren über sich selbst sein, d.h. über den eigenen gegenwärtigen psychologischen Zustand und die vorhandenen Kräfte, die für die Praxis anwendbar erscheinen. Es ist eine Tatsache, dass neben dem Wunsch nach GOTT, dem großen Yoga-Ziel, auch andere Wünsche im Geistorgan arbeiten. Gibt es nicht irgendwelche verborgenen und ablenkenden Impulse im Denkorgan, die sich oftmals, wenn auch nicht immer, bemerkbar machen und jemanden fühlen lassen, dass es da noch andere Freuden als die Freuden der Gott-Verwirklichung geben kann? Nun, es ist sehr wichtig, sich dessen zu erinnern, da es einem menschlichen Wesen nicht möglich ist, völlig von dem Gefühl der Wirklichkeit von Sinnesobjekten, die sich vor ihm befinden, frei zu sein; und solange es ein Bewusstsein von der Gegenwart von Objekten gibt, wird ebenso eine Notwendigkeit verspürt, mit diesen Objekten in Beziehung zu treten. Wer kann schon von sich sagen, dass er sich der Gegenwart der vor ihm befindlichen Welt unbewusst ist? Diese Welt starrt uns als eine harte Wirklichkeit an und der Glaube in die Existenz einer äußeren Welt ist selbst der Beweis für die innerlich spürbare Notwendigkeit, einen lebensnahen Kontakt mit ihr herzustellen. Ganz gleich, ob man sie liebt oder nicht liebt, zumindest das Bewusstsein davon ist vorhanden. Die Objekte der Welt sind irgendwie der Versuchung und Lockung fähig, und die Hauptschwierigkeit in der Meditations-Praxis, dem eigentlichen YOGA, ist die Versuchung, - sonst nichts! Die in diesem Zusammenhang anzuwendende Weisheit würde darin bestehen, sich so weit wie möglich aus der Verstrickung in Atmosphären zu befreien, die solcher Versuchungen fähig sind. Es ist besser, gar nicht erst krank zu werden, als krank zu werden und dann zum Arzt gehen zu müssen. Wer einmal den Versuchungen verfällt, für den ist es schwer, sich aus ihrer Verstrickung wieder zu lösen, denn Versuchungen sind nichts anderes, als der Glaube in die Wirklichkeit von Objekten, verbunden mit dem inneren Gefühl, dass das Sinnesobjekt dazu fähig ist, nicht geringere Freuden hervorzurufen als die durch YOGA angestrebte Freude. Was auch immer die Bemühung um das rechte Verständnis sein mag, das Herz kann die Aufmerksamkeit des konzentrierten Verstandes wegziehen, und sobald sich auch nur eine geringe Chance für einen Energieverlust auf Grund der aufwallenden Gefühle für die Sinnesobjekte aufkommt, kann sich das kleine Leck zu einem reißenden Sturzbach ausdehnen und den gangbaren Weg zum Bersten bringen. An dieser Stelle kann das Verständnis vollständig versagen. Niemand sollte auf Versuchungen warten und die Kühnheit besitzen sich einzubilden, dass er einer Versuchung wirklich widerstehen kann wenn

sie kommt, - das ist nicht möglich. Wir finden in unseren Epen und PURANAS viele malerische und dramatische Geschichten zu diesem Thema.

Selbst Meistern blieben große Probleme und Schwierigkeiten nicht erspart und niemand sollte denken, dass er größer ist als diese Meister. Was einem widerfährt, kann auch einem anderen widerfahren. Jeder kann für die gleiche Schwäche empfänglich sein, - was schließlich ein gemeinsames Merkmal der menschlichen Natur ist. Es empfiehlt sich daher für den Sucher, sich der Kräfte der Natur, dem Ausmaß der Probleme, die auftreten können und den verborgenen Vorräten an Ablenkung bewusst zu sein, die die Natur sehr vielfältig in ihrer Qualität, äußerst malerisch in ihrem Formenreichtum und unvorstellbar selbst für die tiefsten Tiefen des eigenen Verstandes, in sich verschlossen trägt. So gilt es mit der vom eigenen GURU oder Meister empfangenen Führung sich sehr um ein Leben in einer Atmosphäre zu bemühen, die in den Anfangsstadien nicht nur psychologisch, sondern auch physisch frei von Versuchungen ist. Das ist der Grund dafür, warum so viele Leute zu einsamen Rückzugsorten gehen, in '**ASHRAMAS**' (Klöster/Einsiedeleien), heiligen Stätten und Tempeln Zuflucht nehmen, oder Wälder und ruhige Plätze aufsuchen, um damit die Möglichkeit der Versuchung zu vermindern, obwohl diese nicht vollständig vermieden oder ausgelöscht werden kann. Mit Hilfe der physischen Einsamkeit muss man die Kunst der psychologischen Loslösung erlernen, da die körperliche Abgeschiedenheit allein nicht ausreicht. Dies ist nur eine Vorbereitung auf die höhere Praxis der inneren Loslösung, denn, obwohl jemand in heiligen Orten wie '**BADRINATH**' oder '**KEDARNATH**' verweilen mag, kann er sich geistig in Hollywood befinden. Während also physische Einsamkeit eine Notwendigkeit darstellt, ist sie nicht alles, sondern, wie schon erwähnt, eine Vorbereitung auf die innere Läuterung, die es durch andere Mittel als die der bloßen physikalischen Übungen zu erwerben gilt.

Die *BHAGAVAD-GITA* ist ein großer Führer entlang den Verhaltensregeln zum Erwerb von Selbstkontrolle. So wird uns z.B. im 13. Kapitel der *BHAGAVAD-GITA*, beginnend mit dem Vers „**ATMANITVAM ADAMBHITVAM** usw.“ die ausdrückliche Empfehlung offeriert, was es im Zusammenhang mit der inneren Läuterung alles zu tun gibt, wie wir uns psychologisch reinigen und allmählich voranschreiten sollen, wie wir unsere Ausdauer steigern und innere Kraft gewinnen können, um der Praxis überhaupt gewachsen zu sein. Zusammen mit der nötigen Vorsicht gegenüber der physischen und psychologischen Komponente, muss man beständig und zäh an der Praxis fest halten, und zwar so, wie man seine Mahlzeiten zu sich nimmt, - täglich und regelmäßig. Wir benötigen täglich mindestens eine Mahlzeit, da wir uns ansonsten wie ein Fisch auf dem Trockenen fühlen. Wie der Fisch nach dem Wasser, so sollten wir uns nach der täglichen Praxis sehnen und uns unglücklich fühlen, wenn wir sie einmal versäumen müssen. Die großen Meister im YOGA erzählen uns, dass wir nicht nur die Praxis regelmäßig und unermüdlich zu befolgen, sondern dass damit verknüpft auch, ein intensives Gefühl der Liebe und Anziehung zur Praxis zu entwickeln ist. Das Herz und unsere Liebe muss sich in der Praxis zentrieren und im Brennpunkt der Praxis sammeln. Alle Liebe dieser Welt muss in eine konzentrierte Essenz zusammengefasst werden und diese verdichtete Zuneigung sollte aufmerksam in die Yoga-Praxis fließen, denn keine Mutter kann so liebevoll wie YOGA selbst sein. YOGA kann uns zu allen Zeiten versorgen und uns vor allen Gefahren beschützen. Doch um die alle Liebe dieser Welt von den Sinnesobjekten zurückzuziehen und auf die Praxis konzentrieren zu können, muss man die Hoheit und Würde dieser Praxis kennen und befolgen.

Warum ist das Denkorgan so zerstreut, und warum können wir es nicht konzentrieren? Warum fühlen wir uns unglücklich, wenn wir uns für eine oder zwei Stunden zur Meditation hinsetzen und früher als nötig wieder aufzustehen wünschen? Der Grund ist, dass das Herz und das Gefühl nicht mit dem Willen zusammenarbeiten. Das Herz ist irgendwo und wir sind mit unseren Gefühlen natürlich da, wo unser Herz ist. Wo unser Herz ist, da ist unser Schatz und umgekehrt. Wenn unser Schatz irgendwo ist und heimlich unsere Aufmerksamkeit zu sich winkt und lenkt, dann sind wir gezwungen diesem Zentrum, das unsere Aufmerksamkeit an sich zieht, unsere Schuldigkeit zu zollen. Wenn wir zerstreut sind und unser Denkorgan in irgendeine andere Richtung als diejenige gezogen wird, die unser Yoga-ideal ist, dann wird von uns nicht erwartet, dass wir das Denkorgan gewaltsam zurückziehen und wieder zur Meditations-Praxis zwingen, sondern dass wir verstehen, warum dies alles geschehen ist. Auf jedem Schritt und in allen Bedingungen müssen wir das Verständnis trainieren. Wenn das Denkorgan zerstreut ist, warum ist das so? Was ist geschehen? Wenn wir uns zur inneren Versenkung auf das Göttliche Ideal niedersetzen, warum geschieht es dann, dass das Denkorgan auf irgendwelche Sinnesobjekte abschweift? Natürlich sollte der Grund dafür darin bestehen, dass das Denkorgan bestimmte Werte in den Objekten erkennt, die seine Aufmerksamkeit an sich ziehen, wiewohl diese Werte tatsächlich auch wirkliche Werte sind. Wären sie unwirklich, würde das Denkorgan nicht auf sie abschweifen. Das Denkorgan sieht eine Palette an Werten in einem Objekt und betrachtet diese Werte als wirklich im Gegensatz zu der Wirklichkeit, die wir uns in der Yoga-Praxis theoretisch vor unser geistiges Auge gestellt haben. Unsere Yoga-Praxis ist überwiegend theoretisch aufgebaut und genau genommen wird diese Praxis durch gewisse Gefühle der Verschiedenheit zu den jeweiligen Schlussfolgerungen des Verstandes darüber angeregt. Unsere Gefühle sind somit weit gehend unsere wahren Führer.

Erneut muss auf die Besonderheit hingewiesen werden, dass die Gefühle tief gehend erforscht, an die Oberfläche des Bewusstseins gebracht, dort analysiert und ins rechte Licht gerückt werden müssen. Wir müssen uns dazu befähigen, den Charakter oder die Natur von jedem Gefühl zu verstehen und die Ursachen hinter ihrer Auferstehung zu kennen. Wenn wir uns aufrichtig der Yoga-Praxis hingeben, dann werden wir womöglich keine Zeit mehr für etwas anderes finden, da wir unaufhörlich, wie ein Soldat auf dem Schlachtfeld, Vorsicht üben müssen. Wir können und dürfen nicht geistesabwesend sein oder schlafen, vielmehr müssen wir wachsam sein und alles beobachten, was sich ringsum ereignet. Es ist eine Tatsache, dass die Yoga-Praxis nichts anderes als eine beständige Kriegsführung ist. In gewisser Weise ist sie eine MAHABHARATA und ein RAMAYANA. Sie ist auf jeder Ebene des Anstieges das Ringen des Endlichen um die Begegnung mit dem Unendlichen, mit dem Versuch, sich selbst auf die Anforderungen des Unendlichen innerhalb der verschiedenen Stufen der Offenbarung einzustimmen. Daher ermahnt uns auch die GITA:

***SANAIH-SANAIH UPARAMAD BUDDHYA DHRITIGRIHITAYA,***

***ATMASAMSTHAM MANAH KRITVA NA KINCHID API CHINTAYET***

Wer einmal dazu fähig ist, sich im ATMAN zu fixieren, dem bleibt nichts (anderes) mehr zum Denken.

***YATO-YATO NISCHARATI MANAS CHANCHALAM ASTHIRAM, TATAS TATO NIYAMYAI'TAD ATMANYEVA VASAM NAYET***

Wie ein Reiter auf einem Pferd, oder jemand, der eine Pferdekutsche lenkt, die Bewegung des Pferdes mittels der Zügel, die er in seiner Hand hält, zu kontrollieren versucht, so hat die ATMAN-Kraft dank der Beziehungsmittel, die zwischen beiden bestehen, ihre Kontrolle über die Bewegungen des Denkorganes auszuüben. Gegen Ende des dritten Kapitels der *GITA* begegnet uns dieser Praxisaspekt ebenfalls. Das Denkorgan durch gewöhnliche, uns erwerbliche Mittel zu kontrollieren, ist nicht möglich. Wir bedürfen der Hilfe höherer Kräfte:

***INDRIYANI PARANYAHUR INDRIYEBHYAM PARAM MANAH, MANASAS TU PARA BUDDHIR YO BUDDHEH PARATAS TU SAH***

Dieser Vers ist ein praktischer Führer. Wir müssen die Hilfe einer höheren Ebene empfangen, und die Stärke und Führung durch die unmittelbar höhere Stufe in Anspruch nehmen, um die niedere überhaupt meistern zu können. Tatsächlich ist die moralische Kraft, die jemand genötigt ist, im täglichen Leben anzuwenden, nichts weiter als der Weg zur Bestimmung dessen, was niedriger ist, markiert durch Begriffe des Höheren, das unmittelbar darauf aufbaut. Das Höhere und unmittelbar darüber Befindliche wird zur Quelle der Einsicht in den Charakter dessen, was unmittelbar darüber ist. Doch ist größte Sorgfalt in der Beobachtung dessen, was sich ereignet, geboten. Dank der Kraft der eigenen vitalen Beziehung zum Höheren ist es möglich, die Bewegungen des Denkorganes hin zu einer niederen Ebene zurückzuhalten, was jedoch nichts anderes bedeutet, als dass wir sozusagen unser gesamtes Leben dieser Praxis widmen müssen. Niemand sollte verzagen und sagen: „Bin ich deshalb hier, um all meine Zeit allein für diese Sache zu verschwenden?“

Hier stehen wir vor der Einsicht, dass die Gesamtheit des Lebens eine spirituelle Widmung, ja die Höchste Pflicht für den Menschen ist. „Entsage allen anderen Pflichten und begib dich in diese vorrangige Pflicht.“ Dem, in die Mannigfaltigkeit von Pflichten verstrickten Irrtum muss entsagt werden. Es ist nicht so, dass die Pflicht als solche aufgegeben werden soll, vielmehr muss auf den Fehler, der in die Vorstellung von den unterschiedlichen Pflichten verstrickt ist, verzichtet werden. Denn letztlich muss die Einsicht siegen, dass es nur diese eine Pflicht geben kann, die alle anderen Pflichten beinhaltet, von denen jemand glaubt, dass sie eine eigene Bedeutung hätten und deshalb notwendig wären. Die BHAGAVADGITA fordert uns deshalb dazu auf, nicht auf irgendetwas zu verzichten, aufzugeben oder zu entsagen, sondern der, in einem besonderen Stadium vorherrschenden 'Unwissenheit' zum Zweck der Verfeinerung in einen höheren Zustand, der mehr eingebunden als der niedere ist, zu entsagen. Wie dies zu erfolgen hat, kommt in den nachfolgenden Versen zum Ausdruck:

***SARVABHUTASTHAM ATMANAM SARVABHUTANI CHATMANI, IKSHATE YOGAYUKTATMA SARVATRA SAMADARSHANAH.***

***YO MAM PASHYATI SARVATRA SARVAM CHA MAYI PASHYATI, TASYAHAM NA PRANASHYAMI SA CHA ME NA PRANASHYATI.***

***SARVABHUTASTHITAM YO MAM BHAJATYEKATVAM ASTHITAH, SARVATHA VARTAMANOPI SA YOGI MAYI VARTATE.***

***ATMAUPAMYENA SARVATRA SAMAM PASHYATI YORJUNA, SUKHAM VA YADI VA DUHKHAM SA YOGI PARAMO MATAH***

Diese Verse gegen Ende des 6. Kapitels geben uns bestimmte positive Aspekte dieser scheinbar negativen Erklärung des Begriffes von der 'Entsagung', nämlich, dass wahre Entsagung die Transzendenz der Vorstellung von einer räumlich-zeitlichen Äußerlichkeit in das Licht der Allgegenwart GOTTES ist.

Die verlangende Neigung nach Vereinigung mit der WIRKLICHKEIT ist, wenn auch in einer unterschwelligeren Form, selbst auf der untersten sich vorstellbaren Ebene, gegenwärtig. Selbst in der krassesten materialistischen Existenz ist dieser Drang vorhanden. Der Trieb, in ein Wirklichkeits-Bewusstsein zu erwachen, offenbart sich auf verschiedenen Ebenen, wobei selbst der so genannte unbewusste Zustand anorganischer Materie nicht außerhalb des Wirkungskreises dieser Universalen Sehnsucht nach dem ABSOLUTEN ist. Die Bedingung der größten Form von Unwissenheit, wie sie in der unbelebten Materie zu beobachten ist, entspricht nur den Merkmalen der Vorbereitung zum Aufstieg von der potenziellen Individualität hin zum Status der Höchsten Erfahrung. In diesem Sinne kann man sagen, dass nichts außerhalb des ABSOLUTEN angesiedelt ist. Weder das denkbar Böseste, noch die hässlichste aller Formen können sich genauso wenig wie das stärkste Laster außerhalb der Ausdehnung des ABSOLUTEN befinden, da sich in diesem Kosmischen Zyklus, den wir das ABSOLUTE nennen, alles in das feinste Gold oder den edelsten Diamanten transformieren wird, was auch immer der frühere Zustand oder die jeweilige Form gewesen sein mag. Solange etwas im Sinne eines zerbrochenen Stück Armreifes als ein abgetrennter Teil angesehen wird, ist in ihm keine Schönheit zu erkennen, da es seine Verbindung mit dem Ganzen, von dem es ein Teil ist, verloren hat. Doch selbst Bruchstücke können den Anschein von Schönheit erzeugen, wenn sie zusammengesetzt werden, um das Muster der Vollständigkeit zu formen, von dem sie ein Teilstück sind. Wenn man alle Teile des zerbrochenen Armreifes in der ursprünglichen Form zusammensetzt, wird man die zerbrochenen Teile nicht mehr finden können. Der Teilaspekt der Stücke verschwindet, wenn dieser in die vitale Vollständigkeit der vollen Rundung des Armreifes eintritt und damit wieder schön wird. Was ist mit der Hässlichkeit der Form geschehen, die in dem zerbrochenen Teil sichtbar geworden war?

Die Schönheit oder Hässlichkeit eines Objektes, die Tugend und das Laster, die wir in den Dingen sehen, sind alles Standpunkte und keinesfalls das Wesentliche. Diese Dinge existieren nicht wirklich; sie sind die Merkmale, die Art und Weise und die Methode, wie einer Substanz von einem bestimmten Standpunkt aus Bedeutung beigemessen wird. Nun, der Standpunkt des ABSOLUTEN beinhaltet absolut jeden denkbaren Standpunkt. Dieser absolute Standpunkt ist 'mein' Standpunkt, 'euer' Standpunkt, ja der Standpunkt eines jeden gesegneten Wesens. Solange der umfassende Blickpunkt nicht eingenommen werden kann, kann die Vollkommenheit der Schöpfung nicht geschaut werden.

Hin und wieder erhebt sich die Frage, warum GOTT eine solch hässliche Welt geschaffen hat. Es lohnt sich durchaus darüber nachzudenken, ob sie wirklich hässlich ist. Warum gibt es so viel Leid in dieser Welt, lautet eine andere Frage. Doch woher wissen wir, dass es wirklich Leid gibt? Die Feststellung, dass es Leid gibt, entspringt unserem Gefühl von Leid, doch das Gefühl 'zu leiden' kann auch vorhanden sein, obwohl das Leid als objektive Existenz nicht vorhanden ist. Das liegt daran, weil unsere Definition von Werten und unsere Bedeutungsbeurteilung in die Dinge das Ergebnis der Bedingung ist, in dem sich unsere Individualität gerade befindet, sodass der empfundene Makel an der Schöpfung nichts anderes als das Endliche ist und die



Grenzen des Individuums sind, was diesen Makel wahrnimmt. Es kann in der Vollkommenheit des Absoluten SEIN' keinen Makel und nichts Böses geben, - sei dies physischer, sozialer, politischer oder ethischer Art, da all diese Formen der Hässlichkeit, des Bösen und Unvereinbaren lediglich Auslegungen sind, die das isolierte (individuelle) Bewusstsein in der projizierten Form des (negativen) Gegenstückes seiner eigenen Natur herstellt. Was immer wir in dieser Welt sehen, - sei es die physische Natur oder die Individuen in Form von lebenden Wesen -, alles entspringt den Wechselbeziehungen, die unser eigenes beobachtendes Zentrum herstellt. Wir sollten stets bedenken, dass, wenn wir etwas erblicken oder etwas zu verstehen und aus diesem Zustand heraus irgendetwas zu beurteilen versuchen, dass wir uns dann selbst nicht als Teil in der stattgefundenen Beobachtung mit einschließen. Wir stehen außerhalb des Objektes, das wir zu beobachten und zu bewerten versuchen, was auf etwas Unvollständiges und ein Mangel hindeutet, welche bereits dem Objekt der Beurteilung durch die Trennung vom Beobachter, d.h. von uns selbst, zwar auferlegt worden ist, vom Standpunkt der Vollkommenheit aus betrachtet jedoch nicht voneinander zu trennen ist.

Das WIRKLICHE schließt nichts aus, vielmehr schließt es alles, uns selbst eingeschlossen, in Sich ein. Die vollkommene Einsicht kann die Position des Beobachters nicht ausschließen, und ein Beobachter kann keine vollständige Beobachtung von etwas haben, solange er versucht, als Beobachter außerhalb zu verbleiben. So etwas wie eine vollständige Beobachtung, gleich welcher Art, sei sie wissenschaftlich oder anders beschaffen, gibt es solange nicht, solange der Beobachter in seiner vitalen Essenz vom Kontext des Objektes, das beobachtet und studiert wird, getrennt ist. Dies ist auch der Grund, warum wir keine Erkenntnis von der Letztendlichen WIRKLICHKEIT mittels wissenschaftlicher Beobachtung haben können, da das wissenschaftliche Experiment und seine Beobachtungsmethode zur Erkenntnis eines Objektes ein Instrument benötigt, mit dessen Hilfe und Wahrnehmungstechnik das beobachtende Individuum stets abseits vom Objekt verweilt. Selbst die Position des Instrumentes stört in gewissem Umfang die Natur der Beobachtung und die aus der Beobachtung gewonnenen Schlussfolgerungen.

In der modernen Sprache der Wissenschaft begegnet uns etwas, was als Folge der Beobachtung subatomarer Strukturen mittels der feinsten Instrumente das 'Prinzip des Unbestimmbaren' genannt wird, - eine Schlussfolgerung, die zur Theorie geführt hat, dass Ursächlichkeit nicht aus der Natur selbst kommt, und dass auf Grund einer Hypothese bestimmte Wirkungen nicht von bestimmten Ursachen ableitbar sind, da die Bewegung der Elektronen um den Kern weder mathematisch noch durch irgendeine Gleichung bestimmt werden kann, selbst wenn das Untersuchungsobjekt durch die feinsten Instrumente beobachtet wird. Insofern es nicht möglich geworden ist, die ursächliche Beziehung, die zwischen den Elektronen und dem Kern, um den sie kreisen, oder im Kontext der Bewegung der Elektronen mathematisch zu beobachten, hat man gemeint, dass eine solche Beziehung in der Natur nicht existiert, und dass deshalb überall das 'Unbestimmbare' vorherrscht. Diese Theorie hat ebenfalls in anderen Erkenntnisbereichen wie Ethik, Moral und Soziologie Eingang gefunden. Doch muss diese Schlussfolgerung nicht unbedingt richtig sein, da man die Unfähigkeit zur Beobachtung der ursächlichen Beziehung, die im Reich der subatomaren Teilchen vorhanden ist, durchaus auf die Beeinträchtigung der Instrumente, die den Verlauf der Bewegung der Elektronen beobachten, zurückführen kann. Es gibt einen magnetischen Einfluss, der von der Position des beobachtenden Instrumentes auf das beobachtete Objekt ausgeübt wird, wodurch das Objekt gestört wird und sich

in einer scheinbar unberechenbaren Art und Weise (vor dem Beobachter) bewegt. Entferne das Instrument und beobachte dann das Elektron (ist die Forderung); - doch wenn wir das Instrument entfernen, können wir das Teilchen nicht mehr beobachten. Mit dem Instrument können wir die WAHRHEIT nicht erkennen und ohne das Instrument können wir den Vorgang nicht beobachten. Dies ist das Schicksal der wissenschaftlichen Technik, wobei diese wissenschaftlichen Methoden vom logischen System der Philosophie übernommen worden sind, sodass die moderne und höchst logische Philosophie ebenso in dem Umfang als wissenschaftlich angesehen werden muss, in dem sie die, den modernen Wissenschaften entliehenen Methoden in sich einverleibt und dadurch die, in die wissenschaftliche Beobachtung verwickelten Störungen auch nicht vermeiden kann. Um welche Störungen der sinnlichen Beobachtung durch ein Mikroskop oder Teleskop es sich auch handeln mag, es sind die gleichen Beobachtungsstörungen, wie sie dem Intellekt oder dem Vernunft-Prinzip widerfahren. Denn trotz des natürlich großen Unterschiedes zwischen einem physikalischen Instrument wie dem Mikroskop und einem psychologischen Instrument wie dem Intellekt haben beide etwas gemeinsam, nämlich Instrumente der Wahrnehmung zu sein. Die Störung in der Wahrnehmung beruht auf der Tatsache, dass sich die Instrumente nicht in einer organischen Beziehung mit dem Objekt der Beobachtung befinden und der Beobachter gleichsam den Fehler begeht, außerhalb des Objektes der Beobachtung in Raum und Zeit zu stehen. Deshalb kann die WAHRHEIT letztlich weder durch wissenschaftliche Methoden noch durch das logische System der Philosophie verwirklicht werden.

Die alten Meister berichten uns, dass die einzige Methode zur Berührung des ABSOLUTEN, - falls man überhaupt von Methode sprechen kann -, ein nicht-mediales Verfahren ist, das manchmal die Methode der Intuition genannt wird und die den Weg darstellt, durch den das beobachtende Prinzip in die vitale Essenz des Objektes eintritt, und zwar vermittelt einer integralen Vereinigung. Dies ist die wahre Yoga-Technik, eine Methode, die sich von den Methoden der physikalischen Wissenschaften und der intellektuellen Philosophie ganz präzise dadurch unterscheidet, dass das ABSOLUTE kein Objekt der Wahrnehmung durch die Sinne ist. Wir können ES weder durch ein Teleskop noch durch ein Mikroskop erschauen, genauso wenig kann ES mit dem Intellekt verstanden werden, da der Intellekt ein psychologisches Instrument ist, das in Begriffen der begrenzenden Faktoren von Raum, Zeit und Ursache arbeitet. Diese begrenzenden Eigenschaften verhüten das Eindringen des Intellektes in die vitale Beschaffenheit des ABSOLUTEN, dem eigentlichen Yoga-Ziel, das wir letztendlich auch durch die Philosophie und Wissenschaft zu erreichen versuchen.

Um dieses Yoga-Ziel, - das intuitive Erfassen der Höchsten WIRKLICHKEIT -, zu erreichen, gibt uns die *BHAGAVAD-GITA* eine ungewöhnliche Technik. Zweifellos ist die *BHAGAVAD-GITA* wissenschaftlich und logisch, doch nur in dem Sinne, dass sie methodisch in ihrem Verfahren, systematisch in ihrer Annäherung und umfassend im Begreifen der Dinge ist. *SIE* ist logisch auf Grund der Schlussfolgerungen, die nacheinander in einer exakten Linienführung wie die Folge auf einen Lehrsatz erscheint. Aus dieser Perspektive könnte man sagen, dass dieses Evangelium höchst wissenschaftlich und äußerst logisch ist. *SIE* ist eine Wissenschaft, eine Kunst und eine Philosophie; dennoch ist *SIE* davon verschieden und erfasst weitaus mehr als alles andere jemals erfassen kann. *SIE* ist '**BRAHMAVIDYA**', '**YOGA-SHAstra**' und '**KRISHNA-ARJUNA-SAMVADE**', wie uns der Schlussvers eines jeden Kapitels erzählt. *SIE* ist '**BRAHMAVIDYA**', die Wissenschaft von der Höchsten WIRKLICH-

KEIT. *SIE* ist eine 'YOGA-SHAstra', d.h. eine Schrift, die uns die Kunst und die Wissenschaft von der Technik, das ABSOLUTE zu berühren, vermittelt, verbunden mit einer fundierten praktischen Anleitung dazu. *SIE* ist ebenso eine Beschreibung von der Natur der Vereinigung des Individuums mit dem ABSOLUTEN, jener herrlichen Gipfelung der '**KRISHNA-ARJUNA-SAMVADE**', der Begegnung der Seele mit der Höchsten WIRKLICHKEIT, in der 'JIVA' (der Mensch) 'ISHVARA' (GOTT) gegenübersteht, womit das Relative in den Schoß des All-EINEN eingeht. ARJUNA ist das Individuum, das sich mit KRISHNA, dem ABSOLUTEN unterhält. Diese Unterhaltung zwischen dem Höchsten KRISHNA und dem individuellen ARJUNA ist eine nicht-geschichtliche und zeitlose Tatsache. Sie ist die Essenz der Yoga-Praxis, durch die 'Das', was innen ist, mit 'Dem', was außen ist kommuniziert, - die Seele ist UNIVERSAL.

Die Kunst des *YOGA DER BHAGAVAD-GITA* wird in achtzehn Kapiteln beschrieben, angefangen mit dem '**ARJUNA-VISHADA-YOGA**' des 1. Kapitels bis zum abschließenden '**MOKSHA-SANNYASA-YOGA**', dem Kapitel der Entsagung, die zur Befreiung des Geistes führt. Diese achtzehn Kapitel sind der stufenweise Aufstiegsprozess der Seele hin zur Verwirklichung des ABSOLUTEN. Schon das erste Kapitel ist höchst bedeutsam und ein YOGA für sich selbst, nämlich das '**VISHADA-YOGA**' oder das 'YOGA der Sorgen des Suchers'. Man mag sich darüber wundern, warum Sorgen YOGA genannt werden können, doch diese Sorgen des 1. Kapitels sind der erste Schritt in der Yoga-Praxis und nicht zu vergleichen mit den sonst üblichen Sorgen im Umgang mit der menschlichen Gesellschaft. Wenn jemand einen nahe stehenden und geliebten Menschen verliert, wird er von Sorgen und Gram überfallen. Doch die im 1. Kapitel der *BHAGAVAD-GITA* beschriebene Sorge ist eine gänzlich andere. Sie wird manchmal in der vom Hl. Johannes vom Kreuz benutzten mystischen Sprache 'die dunkle Nacht der Seele' genannt. Die dunkle Nacht des suchenden Geistes ist sehr verschieden von der dunklen Nacht der Unwissenheit, in der die meisten Menschen versunken sind. Hier handelt es sich um einen Zustand und eine Vorbedingung, die für den weiteren Aufstieg im YOGA notwendig ist und die sich an die Vorbereitungen, die der Sucher zum Zweck der eigentlichen Praxis aufnimmt, anschließt. ARJUNA war keine närrische Person und auch kein Feigling. Er war keineswegs kampfunfähig und durchaus in der Lage, selbst Lord SHIVA gegenüberzutreten und dessen Gnade durch intensives '**TAPAS**' (Buße) zu gewinnen. Wie kann jemand behaupten, dass er schwachsinnig gewesen wäre und von nichts eine Ahnung gehabt hätte? Selbst ein Held wie er, konnte in der Konfrontation mit den kriegerischen Tatsachen in einen Zustand der Besorgnis verfallen. Diese Sorge ist eine spirituelle Bedingung der inneren Suche und nicht die melancholische Haltung eines psychologischen Komplexes.

Es ist notwendig, den Unterschied zwischen dem gewöhnlichen Kummer der Menschen und jener Sorge zu unterscheiden, die als Teil *des YOGA DER BHAGAVAD-GITA* beschrieben wird. Diese Sorge ARJUNAS ist ein höchst erhabener Zustand der individuellen Seele und nicht die gewöhnliche Niedergeschlagenheit einer verwickelten Seele. Die Seele überschreitet hier das einfache Phänomen des '**SAMSARA**' (Rad von Geburt und Tod) bzw. das phänomenale Leben der Welt, womit als erstem Schritt auch der Anfang im YOGA gemacht ist. Wenn wir uns vom Kontakt mit den Äußerlichkeiten zurückziehen, ist zu vermuten, dass wir uns tatsächlich im 1. Kapitel der *BHAGAVAD-GITA* befinden. Der Rückzug, auch '**PRATYAHARA**' genannt, führt uns nicht unmittelbar zum Bewusstsein des wahren YOGA. Dem danach folgenden höheren Aufstieg geht eine so genannte 'Dunkelheit' voraus.

Die Erkenntnisse, die wir in dieser Welt haben, sind sinnenhafter Natur und das gilt letztlich auch für die intellektuelle oder vernunftgemäße Erkenntnis, die eine veredelte Form der sinnhaften Wahrnehmung ist, sodass hier ein qualitativ großer Unterschied zwischen der spirituellen Wahrnehmung oder Intuition einerseits und dem sinnhaften Kontakt andererseits, den wir in der gewöhnlichen Umgangssprache 'Wissen' nennen, vorhanden ist. Wenn wir die gesamten Fähigkeiten der Sinne und des Intellektes zurückziehen, dann ist das gewöhnliche Wissen abwesend und der Anblick der Welt verschwindet. Dann ist kein Objekt mehr vorhanden, denn wenn die Sinne von den Objekten weggezogen und ihnen entwöhnt werden, kann natürlicherweise keine Wahrnehmung mehr stattfinden. Wie sonst sollten die Sinne irgendwelche Objekte wahrnehmen oder sich ausdenken, wenn sie von diesen Objekten zum inneren Zentrum zurückgezogen werden? Nichts ist zu sehen, alles ist in Dunkelheit. Diese Dunkelheit ist das Ergebnis des Rückzuges der Sinne von den Objekten und entspricht einem sehr fortgeschrittenen Zustand, der unmittelbar vor der Bedingung, wie sie im 2. Kapitel der *GITA* beschrieben wird, vorherrscht, wo sozusagen GOTT Selbst kommt und uns an der Hand hin in Höhere Reiche führt. Das 1. Kapitel der *BHAGAVAD-GITA* ist somit ein notwendiges Stadium im YOGA, auch wenn es '**VISHADA-YOGA**, das 'YOGA des Kummers und der Sorge' genannt wird. Hier findet sich die suchende Seele selbst in einem Zustand der Zurückgezogenheit von äußeren Kontakten und gelösten Beziehungen zu äußeren Erscheinungen. Dies ist der Anfang einer neuen Interpretationsweise von Werten, in der die Seele jetzt alles im Kontext der Beziehung von allem zum Ganzen und nicht zur jeweilig beschränkten Position, erkennt.

Der Unterschied zwischen der interpretierenden Erkenntnis auf dieser Stufe und der gewöhnlichen Erkenntnis im Alltag beruht auf folgender Tatsache: Während wir auf ein Objekt schauen oder irgendetwas sinnlich erfassen, wenn wir eine Person sehen oder Dinge beurteilen, vergessen wir die Beziehung dieser Person, dieser Dinge und Objekte zum allumfassenden Ganzen. Wir begehen fortlaufend den Irrtum der persönlichen Beurteilung und wegführenden Bewertung, wie z.B. in Form von „diese Person ist gut oder schlecht“, oder „dies oder jenes ist schön oder hässlich“ usw., womit wir zweifellos falsch urteilen, da es uns als individuellen und abgesonderten Betrachtern nicht möglich ist, den Kontext dessen zu erfassen, in dem das jeweilige Objekt in seiner inneren Beziehung zum Ganzen steht. Deshalb sind grundsätzlich alle Beurteilungen und Bewertungen falsch. Solange das Urteil durch ein vom Objekt isoliertes Individuum erfolgt, kann das Urteil nicht angemessen und richtig sein. Im Zustand des YOGA verändert sich die Art der Bewertung. Alles wird vom Universellen Standpunkt aus beurteilt.

Die Vision des ABSOLUTEN beginnt bereits im 1. Kapitel der *GITA*, auch wenn es nur ein anfänglicher Hinweis auf diese große Vision ist. Allmählich ergibt sich eine Verdichtung der Wahrnehmung und diese Verdichtung wird auf unterschiedliche Weise durch die Verse der verschiedenen Kapitel der *BHAGAVAD-GITA* hindurch bis zum Abschluss des 6. Kapitels beschrieben, wo sich eine vollständige Erneuerung der individuellen Persönlichkeit herauschält und ein höchst konzentrierter Zustand im Individuum erreicht wird. Dieser konzentrierte Zustand, in den sich das Individuum zum Zweck der bevorstehenden Aufgabe begibt, ist das '**DHYANA-YOGA**' (YOGA der Meditation) des 6. Kapitels, in dem sich das zerstreute Individuum weiterhin zu einer gesammelten Persönlichkeit verdichtet. Doch auch das 6. Kapitel ist noch nicht das vollständige YOGA. Vielmehr ist es die Ergänzung in eine Integration der Persönlichkeit, die für den weiteren Anstieg, beginnend mit dem 7. Kapitel, notwendig ist,

wo das Individuum dann damit beginnt, - wie **'HANUMAN'** (treuer Ergebener von Lord RAMA in Affengestalt), der das Meer nach '(SHRI)LANKA' überflog - , das Meer der Existenz zu überqueren und in das Meer des ABSOLUTEN einzutauchen. Die für das beobachtende Individuum charakteristische Individualität verliert allmählich ihre Merkmale und beginnt sich ab dem 7. Kapitel auf das Universale hin einzustimmen. Während in den Ersten sechs Kapiteln das Individuum beschrieben wird, befasst sich das Thema der Nächsten sechs Kapitel mit dem UNIVERSALEN. Doch es genügt nicht, das UNIVERSALE nur zu beschreiben oder nach außen hin zu erschauen, - das Individuum muss sich mit dem All-SEIN vereinigen. Dies ist schließlich das Thema der Letzten sechs Kapitel. Die Integration des Individuums, das Wahrnehmen des UNIVERSALEN und die Vereinigung des Individuums mit dem UNIVERSALEN SEIN sind die Stufen des YOGA DER BHAGAVADGITA. Den Höhepunkt erreichen wir im letzten Kapitel namens **'MOKSHA-SANNYASA'**, der Entsagung jeglicher Art von Individualität in der Befreiung des Geistes, - wundervoll illustriert anhand der gemeinsamen Fahrt von ARJUNA und KRISHNA im alleinigen Kosmischen Gefährt, was als Quintessenz im letzten Vers deutlich zum Ausdruck kommt:

***YATRA YOGESHVARAH KRISHNO YATRA PARTHO DHANUR-DHARAH,  
TATRA SRIR VIJAYO BHUTIR DHRUVA-NITIR MATIR MAMA***

Wenn das gereinigte und integrierte Individuum in Gestalt von ARJUNA in demselben Gefährt sich befindet, in dem SHRI KRISHNA, das Höchste ABSOLUTE sitzt, dann sind Frieden, Wohlstand, Sieg, Fülle und Gerechtigkeit überall vorhanden. Das ist die Gerechtigkeit im Sinne von **'SATYA'** (Wahrheit) und **'RITA'** (Rechtschaffenheit), wie sie in den VEDEN verkündet wird. Das Evangelium der *BHAGAVAD-GITA* ist das Evangelium des YOGA. Es ist zugleich kosmisch, individuell, sozial, politisch und in lebendiger Beziehung zum Leben ganz allgemein. Dieses YOGA ist für jeden, - für dich und mich und für jede Person auf jeder Bewusstseinsstufe. Deshalb ist dieses YOGA mit seiner Interpretation des Individuums in Begriffen von höheren Werten im Leben und der Bewertung jeder niederen Ebene in Begriffen der Höheren identisch mit dem ethischen, rechtlichen und sozialen Standard des menschlichen Lebens. Das Prinzip der *BHAGAVADGITA* besteht folglich darin, im Bewusstsein der Höchsten WIRKLICHKEIT zu leben und sich im eigenen Leben vom Licht dieser Bewusstheit Höherer SEINS-Reiche leiten zu lassen.