

# Nimm dir Zeit - am Dienstag

Auszüge von der *Chandogya Upanishad*

ausgewählt von Swami Hamsanandaji Maharaj

nach einer Vortragsreihe von Swami Krishnanandaji Maharaj

Copyright © THE DIVINE LIFE Trust SOCIETY, Rishikesh, Indien

## Vorwort

Ich habe 1965 an Vorträgen von Swami Krishnananda teilgenommen. Den ersten Vortrag von ihm habe ich in der Bhajan Hall des Sivananda-Ashram gehört. 1982 hörte ich Vorträge über „Chandogya Upanishad“ – (in englischer Sprache natürlich). Den Inhalt von Vorträgen bzw. Büchern wirklich zu verstehen ist sehr schwierig. Es war für jeden Zuhörer bzw. Leser des o.a. Buches eine harte Nuss. Swamiji sagte immer: „Meine Bücher können mit einmaligem Lesen nicht verstanden werden; man muss sie siebenmal lesen. Doch viele Leser haben nicht einmal Zeit sie einmal zu lesen.“

Um es den Lesern zu erleichtern, habe ich 52 Abschnitte aus dem Buch „Die Chandogya Upanishad“ zusammengestellt und um 2 weitere Kapitel ergänzt. Ich möchte mich bei den vielen Unterstützern im In- und Ausland bedanken, die die Veröffentlichung dieses Büchleins ermöglicht haben.

Om Shanti, Santi, shanti

Swami Hamsanandaji Maharaj

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort

1. Sorgen werden durch das eigene Selbst erschaffen
2. Man sieht Menschen, die geboren werden und die sterben
3. Das Wissen ist begrenzt
4. Für die Upanishads ist Wissen dasselbe wie das Sein
5. Geburten und Tode sind Teil des universalen Prozesses
6. Die Panchagni-Vidya ist eine Meditation
7. Das Leben und die Aktivitäten haben eine Ursache
8. Hinter jeder Aktivität steckt ein Gedanke
9. Regen ist die Ursache für alle Nahrungsmittel
10. Die Erde ist ein Opferfeuer
11. Jedes Ereignis ist ein universales Ereignis
12. Dies ist der Weg der Befreiung
13. Niemand kann sagen . . .
14. Das ganze Leben sollte aus Meditation bestehen
15. Ein aufrichtiger Schüler der Meditation
16. Dieses ist ein Teil des *Vaishvanara*-Körpers
17. Luft ist der lebendige Atem, der von *Vaishvanara-Atman* ist
18. Der Raum, den man als kosmische Wirklichkeit betrachtet
19. Was ist die Quelle der Nahrung?
20. Die Erde ist wie die Füße des universalen Selbst

21. Der Geist ist nur gewohnt an endliche Objekte zu denken
22. Hunger ist nicht bloß eine Funktion des Magens
23. „Pranaya Svaha“
24. „Vyanaya Svaha“
25. „Apanya Svaha“
26. „Samanaya Svaha“
27. „Udanya Svaha“
28. In Unkenntnis kann keine Aktivität irgendein positives Ergebnis bewirken
29. Das Objekt wird zum kosmischen Subjekt
30. Dort ist das eigenen Selbst
31. Nur DAS allein war
32. Der Geist kann nur denken, was außerhalb von ihm ist
33. Es ist sinnlos zu argumentieren, ob die Schöpfung existiert oder nicht
34. Wasser bringt Nahrung hervor – „Anna“
35. Sein war und ist selbst jetzt allein
36. Man sieht nur drei Dinge
37. Die Nahrung, die man isst, wird in drei Formen umgewandelt
38. Es gibt noch andere Elemente im Körper, die mehr als nur Nahrung betreffen
39. Letztendlich findet man nirgendwo in der Welt Unterstützung
40. Es gibt keinen Effekt ohne Ursache
41. Die ursachenlose Ursache
42. Alles zieht von allen Seiten
43. Kein Fluss denkt: „Ich bin der Ganges“, „ich der Yamuna“ usw., nachdem er in den Ozean geflossen ist.
44. Es gibt keine vielen Selbst
45. Alle haben im spirituellen Sinne verbundene Augen
46. Das ist ein „Acharya“
47. Dann arbeiten die Sinne nicht mehr
48. Doch es gibt einen großen Unterschied
49. Menschen ohne Wissen sind gebunden
50. „Sanchita“ wird durch das Feuer des Wissen zerstört
51. Wenn Gott erreicht wird, geht nichts in der Welt verloren
52. „Alles nur Namen“
53. Äußerliches kann dir nicht helfen
54. Wahres Wissen

## 1. Sorgen werden durch das eigene Selbst erschaffen

Die Upanishads befassen sich mit vielen Meditationen, um die Folgen aus den Bindungen, die durch natürliche Prozesse entstehen, zu korrigieren. Die natürlichen Prozesse, die den Menschen immer wieder tangieren, haben ihre eigenen Gesetze. Diese Gesetze mit ihrem Einfluss auf das Individuum kann man mithilfe von Meditations-Techniken überwinden. Gemäß der Philosophie der Upanishads besteht bei den Individuen eine Unwissenheit darüber, wie das Universum wirkt und das Individuum an *Samsara* bindet, - die Serie von Wiedergeburten. Die Sorgen des Menschen werden von ihm selbst verursacht, weil er sich nicht an die Gesetze des Universums hält. Die Bekräftigung einer Wirklichkeit, unabhängig von der tatsächlichen Wirklichkeit, ist als Ego bekannt. Das ist das Zentrum der Persönlichkeit. Die Beteuerung der Individualität; *Jivatva*, Persönlichkeit, als etwas Unabhängiges von der organischen Struktur der Schöpfung, ist die Ursache des Leids des *Jivas*, dem offenbarten Individuum aufgrund der Beteuerung des Egos.

## 2. Man sieht Menschen, die geboren werden und die sterben

Die *Panchagni-Vidya*, auf die sich bei dem Phänomen von Geburt und Tod bezogen wurde, ist eine besondere Form des Wissens oder eine besondere Meditation, wo dieses Themas in der Tiefe beleuchtet wird. Was einem im Leben widerfährt ist nur eine Folge bestimmter Ursachen, die für die Augen unsichtbar sind. Man sieht Menschen, die geboren werden oder sterben, doch man sieht nicht warum es geschieht. Die Ursachen sind unbekannt. Was zwingt einen Menschen geboren zu werden und was zwingt ihn zu sterben? Die Hintergründe dafür liegen im Verborgenen. Zu den Prozessen kann man nichts sagen. Es gibt kein Wissen bzgl. der Erfahrungen, die man im Leben machen wird. Geburt, Tod und die Erfahrungen im Leben sind offensichtlich die Folge von Ursachen, die dem Menschen auferlegt sind, wovon er allerdings nichts weiß. Die Upanishads versuchen mithilfe der Meditation mit einer neuen Art von Wissen vertraut zu machen, die eine Lösung für die Sorgen darstellen, die dem Menschen als Subjekt der Gesetze dieses natürlichen Phänomens auferlegt sind.

## 3. Das Wissen ist begrenzt

Wissen nimmt zu, je mehr man mit dem Charakter eines bestimmten Wissensgebietes - im Vergleich zu allen anderen - vertraut wird. Jede Form des Lernens in dieser Welt bleibt solange isoliert wie es keine Verbindung zu anderen Wissenszweigen des Lernens erträgt. Jemand, der auf einem Sektor gebildet ist, verlangt meist nach keinen weiteren Wissensgebieten. Daraus entsteht eine Wissensbegrenzung. Wissen ist begrenzt; es ist keine Allwissenheit. Auf welchem Gebiet auch immer jemand ausgebildet wurde, er ist kein Allwissender. Es gibt etwas, was er nicht weiß, dadurch bleibt er in diesem Wissensgebiet auf die Gesetze, von denen er keine Kenntnis hat, beschränkt. Mangelnde Kenntnis über ein Wissensgebiet bindet den Menschen. Wo auch immer Unwissenheit vorherrscht besteht auch eine Bindung an das Subjekt oder die Umstände. Wenn etwas bekannt ist, besteht keine Bindung und man kann es kontrollieren. Je umfangreicher das Wissen über eine Sache ist, desto größer ist auch die Chance sich diese Sache zu Eigen zu machen.

## 4. Für die Upanishads ist Wissen dasselbe wie das Sein

Die *Panchagni-Vidya* ist eine Art Heilmittel, die in Form einer Meditation beschrieben wird. Sie bezieht sich auf ein großes Geheimnis der Upanishad-Lehrer. Wenn man diese Lehre das erste Mal vorgestellt bekommt, versteht man sie nicht. Es bedeutet nicht, dass man damit die Natur-Gesetze verlassen würde, wenn man hört, dass es sich um Geheimnisse handelt, die mit dem individuellen Leben im Zusammenhang stehen. Für den normalen Menschen sind es theoretische Informationen bzgl. der Existenz einer vierten Dimension wie z.B. in der Physik. Man kann sie hundertmal hören und doch kann man sie aus den bekannten Gründen nicht verstehen. Ähnlich verhält es sich mit der *Panchagni-Vidya* oder der umfassenderen *Vaishvanara-Vidya*, die danach folgt. Sie sind wie eine eigene Doktrin mit Ausführungsform. Für die Upanishads ist Wissen dasselbe wie Sein. Eine Praxis, die man persönlich lebt, ist wahres Wissen. Dieses Wissen ist Teil des eigenen Selbst. Es sollte kein Aspekt der Wirklichkeit und der all-umfassenden Offenbarung ausgeschlossen sein. Diese beiden Bedingungen müssen erfüllt werden.

## 5. Geburten und Tode sind Teil des universalen Prozesses

Wer nicht in der Lage ist, die inneren Verbindungen, das Für und Wider und die relativen Beziehungen in den Prozessen zu erkennen, ist nicht frei von den Gesetzen der Abhängigkeit dieser Kräfte, die für die Schöpfung verantwortlich sind. Solange man also keine Kenntnis über das praktische Leben mit all seinen Facetten, Prozessen und Offenbarungen der Schöpfung hat, in die man involviert ist, kann man nicht frei vom Gesetz der Offenbarung sein. Geburten und Tode sind Teil des universalen Gesetzes. Was hier als universaler Prozess der Offenbarung bezeichnet wird, schließt alle Ereignisse ein, die auf irgendeine Weise irgendwo stattfinden, wobei auch die individuellen Erfahrungen im Leben eingeschlossen sind. In den Upanishads wird betont, dass kein Ereignis, keine Erfahrung von anderen Erfahrungen isoliert ist. Genauso ist jedes Opfer-Ritual oder jedes Muster eines Rituals mit jedem anderen verbunden. Alle Opfer-Handlungen (*Yajna*) sind all-umfassend, wobei die unterschiedlichen Muster von Opfern miteinander verbunden sind, genauso wie die universalen Offenbarungen letztendlich nur ein einziger Prozess ist.

## 6. Die Panchagni-Vidya ist eine Meditation

Das umfassende Konzept der *Panchagni-Vidya* ist das Geheimnis der Meditation. Wenn die Sicht des Zusammenhangs der einzelnen Opfer verlorengeht, hört es auf eine Meditation zu sein. Das bedeutet, dass jede Meditation ein Versuch des Geistes ist, alle Teile des psychischen Organs ebenso miteinander zu verknüpfen, wie bei der Verbindung aller rituellen Opferhandlungen zusammengenommen. In der Meditation, ebenso wie bei allen Opferhandlungen zusammengenommen, besteht eine Harmonie. *Panchagni-Vidya* ist eigentlich eine Meditation, keine rituelle Opferhandlung; es ist eine Kontemplation des Geistes, wobei alle geistigen Kräfte gebündelt werden, um sich die Wirklichkeit vorstellen zu können, die die sichtbare Ebene dieses inneren Opfers übersteigt. In den Upanishads heißt es, dass die erste Schwingung, die jede Aktivität oder jedes Ereignis in der Welt antreibt, nicht nur in der Welt, sondern auch auf einer höheren Ebene stattfindet. Die Ursache muss zuerst in Schwingung gebracht werden, um die Auswirkungen dieser Aktivität der Ursache als Folge spüren zu können.

## 7. Das Leben und die Aktivitäten haben eine Ursache

Die Upanishads führen den Suchenden - zum Zweck der Erklärung eines Ereignisses in dieser Welt - in den höchsten Himmel und erklären, dass selbst die einfachsten Ereignisse des Universums ihre Ursache in den höchsten Sphären, in den unsichtbaren Regionen, d.h. im „Jenseits“ haben, wie es die Lehrer ausdrücken. Das „Jenseits“ könnte als „Himmelreich“, als über-physische Region jenseits des Astral-Reiches betrachtet werden, das als Ursachen für alles gilt, was in der Atmosphäre beobachtet werden kann. Man weiß sehr gut, dass die Phänomene dieser Welt weitgehend von der Sonne am Himmel kontrolliert werden. Dieses bedarf keiner umfangreichen Erklärung. Manchmal sieht es so aus, als stünde die eigene Existenz unter dem Schutz der Sonne. Menschliches Leben und seine Existenz haben eine Ursache. Man kann sagen, dass die Sonne die Ursache für dieses Leben auf Erden ist. Doch wo ist die Ursache für die Existenz der Sonne? Die Sonne ist eine Folge bestimmter Faktoren, - sie mögen astronomischer Natur sein oder irgendeinem anderen Phänomen zugeordnet werden, der noch besser zur Formation der Sonne passt.

## 8. Hinter jeder Aktivität steckt ein Gedanke

Es gibt eine Schwingung, die in jedem Menschen generiert wird, wenn er denkt. Wann immer etwas gedacht oder gesprochen wird, entsteht eine Schwingung, denn man kann nicht ohne Gedanken sprechen. Hinter jedem gesprochenen Wort oder jeder Handlung steckt ein Gedanke. Wenn man den Effekt aller durch Individuen erzeugten Schwingungen zusammen nimmt, könnte man auf den Effekt aller erzeugten Schwingungen kontemplieren. Die Schwingungen stören die gesamte Atmosphäre; sie erzeugen in der Atmosphäre magnetische Felder. In der Folge werden die Bedingungen der natürlichen Kräfte der Offenbarungen in dieser Welt durch die Individuen psychisch beeinflusst. Die Offenbarungen werden in ihren natürlichen Bewegungen, ihren Aktivitäten behindert; man mischt sich in ihr normales Wirken ein. Bezogen auf das Beziehungskonzept des Lebens mit der äußeren Natur, heißt es in den Upanishads, dass menschliche Aktivitäten wie Opfergaben bei Opferhandlungen sind. Handlungen sind dann nicht bloß impotente Bewegungen des physischen Körpers oder seiner Gliedmaßen; sie sind eine effektive Einmischungen in die äußere Natur.

## 9. Regen ist die Ursache für alle Nahrungsmittel

Der Nachhall eines Donners kann mit der Glut verglichen werden, die in einem Opferfeuer zurück bleibt. Der Donner nach einem schweren Regenschauer, das Ab-schwellen des Donnergrollens in der Ferne ist wie die Funken des Feuers. Wenn der Regen aufhört und die Wolken davonjagen hört man noch länger das schwächer werdende Grollen aus verschiedenen Richtungen. Dieses ist eine Kontemplation die man im Geist nachvollziehen kann. Das ist eine spirituelle Meditation, denn der Bereich des Niederschlagfeldes bewegt sich, - aufgrund einer Schwingung auf höherer Ebene, die zuvor stattfindet, - auf eine Entladung zu. Regen ist die Grundlage/ Ursache für alle Nahrungsmittel. Dieser Punkt ist wichtig. In diesem Feuer, dem kontemplativen Opfer des Regengusses, vollziehen die Götter ihre Opferhandlungen. Das *Bhuta-Sukshima*, wie es genannt wird, oder die subtilen elementaren Kräfte, sind das *Soma-Raja*. Das sind schwierige Begriffe, die nicht zu übersetzen, kaum zu verstehen sind. Sie sind von hoher esoterischer Bedeutung; sie sind nicht so wie sie oberflächlich scheinen.

## 10. Die Erde ist ein Opferfeuer

Regen fällt auf die Erde. Die Erde ist ebenso wie das Feuer ein Objekt der Meditation. Man kontempliert auf die Erde als wäre es ein Feuer auf einer anderen Ebene des kosmischen Opfers. Die Erde ist ein Opferfeuer. Die Fähigkeit zur Produktion der Erde hängt von einem anderen Faktor ab, d.h. sie hängt von der zyklischen Veränderung im Laufe der Zeit ab. Die Zeit spielt hier eine wichtige Rolle. Zum besseren Verständnis, was damit gemeint ist, ein Beispiel: Es geht um dem Effekt aus der Rotation der Erde um die eigene Achse, weiterhin um ihre Reise um die Sonne und den damit verbundenen Einfluss der Sonne auf die Erde in diesem Zeitraum. Das ist das Wesen der Zeit; das wird *Samvatsara* genannt oder als Jahr bezeichnet. Das Jahr ist der Zeitfaktor, der in die Nahrungsmittel-Produktion der Erde involviert ist. Und weil er für die Nahrungsmittel-Produktion in der Welt der treibende Faktor ist, wird er als *Samit* oder Brennstoff gesehen, denn er entfacht das Opferfeuer. Wie soll man darauf kontemplieren? So wie Rauch aus einem Feuer aufsteigt,

kontempliert man auf den ganzen Himmel, als wäre etwas auf der Erde geschehen und würde nun zum Himmel aufsteigen.

## 11. Jedes Ereignis ist ein universales Ereignis

Die Philosophie der *Panchagni-Vidya* befasst sich mit der Meditation auf diesen Prozess. Man sollte nichts als ein lokales Ereignis, eine lokale Struktur, einen lokalen Körper oder ein Individual betrachten. Das ist nicht so; der Glaube etwas würde nur lokal existieren, ist die Quelle für Bindungen. Der Mensch bindet sich durch seine irrtümlichen Vorstellungen, nicht durch die Dinge an sich, sondern durch die falsche Vorstellung über eine gegenseitige Beziehung mit anderen Dingen. Menschliche Vorstellungen beruhen auf Sinneswahrnehmungen und nicht auf eine intuitive, ungefärbte Sicht auf den wirklichen Hintergrund eines Geschehens oder Ereignisses. Was sagen die Sinne? Sie können darüber informieren, was sie scheinbar konkret aus einem großen Reservoir in Form von Körpern wahrnehmen. Dieses Reservoir als Hintergrund ist für die Augen nicht sichtbar, nicht einmal für den normalen Geist erkennbar. Die Meditation schlägt darum die Einführung einer Technik vor, dass gesamte Universum als verantwortlich für die Offenbarung von allen Dingen einzubeziehen, sodass alles alle Dinge sind und alles überall ist. Es gibt kein Ding als bestimmtes Individual oder als bestimmten Körper. Die Meditation befreit von der Bindung an bestimmte Dinge.

## 12. Dies ist der Weg der Befreiung

Der Mensch befindet sich im Grenzland zum Göttlichen. Dort gibt es Lichtblitze, die Individualität ist bereit sich aufzugeben. Das Bemühen endet hier und ein anderes Gesetz nimmt die Seele an die Hand. Eine übermenschliche Kraft beginnt hier zu wirken, eine *Ananava-Purusha*, ein übermenschliches Sein. Jemand kommt und erkennt die Bemühungen: „Der Verbannte ist gekommen, der verschwenderische Sohn ist heimgekehrt.“ Das ist die Freude der Götter, wenn dieses Sein nach unendlich vielen Jahren des Leids zurückkehrt. Das übermenschliche Sein nimmt den Heimkehrer an die Hand und führt ihn entlang des Pfades des Lichts immer höher hinauf, bis zum Reich des Schöpfers, *Brahma-Loka*. Dieses ist der Pfad des Lichtes; der Weg der Freiheit; der Weg der Befreiung. - Doch wenn Menschen nicht in der Lage sind ein solches spirituelles Leben zu führen, kein Leben der Meditation wie dieses zu leben, keine Kenntnis von der höheren Wahrheit des Lebens haben, - und, auch wenn sie Gutes in dieser Welt vollbracht haben, also gute Menschen sind, wenn sie sehr großzügig, philanthropisch, voll des Dienens waren, Großes für die Gesellschaft geleistet haben, mit Tugenden ausgestattet waren, wie sie in den Schriften gepriesen werden, und Verdienste angesammelt haben, die als *Ishta* bekannt sind, d.h. große Opfer und philanthropische Taten unterschiedlichster Art dargebracht haben, - Menschen, die derart Gutes gemacht haben, gehen trotzdem nicht den Pfad des Lichtes. Sie gehen - wie alle anderen - den südlichen Pfad und kehren zurück. Dieses ist der Weg des Rauches oder *Dhuma-Marga*, *Dakshina-Partha*, die südliche Route, die wiederum an den Göttern vorbei führt.

## 13. Niemand kann sagen . . .

Die individuelle Seele steigt von oben herab, nachdem sie ihre Freuden aufgrund früherer guter Taten erfüllt hat. Die Seele wird in jeder Art und Weise erkannt und charakterisiert, mit der Besonderheit die sie durchlaufen muss. Es ist schwer

sich dem zu entziehen, heißt es in den Upanishads. Wenn sie einmal in ein Körnchen der weiteren Entwicklungskette eingetreten ist, weiß man nicht was danach geschehen wird. Gott weiß vielleicht mehr; normalerweise ist dieses Geheimnis unbekannt. Es ist eine sehr komplizierte Situation. Wohin wird die Seele getrieben, welche Richtung nimmt sie, in welchen Mutterleib kommt sie. Welche Erfahrungen soll sie machen, niemand weiß es. Der Weg der Handlung und der Reaktion ist schwer verstehen. Die herabgestiegene Seele wird mit folgenden Ebenen identifiziert; sie wird eins mit dem Vater, der Mutter, eins mit dem gesellschaftlichen Leben, in das sie hineingeboren wird. Dann sagt sie zu sich: „Dieses ist meine Mutter, das mein Vater; dieses ist mein Haus, mein Besitz.“ Sie vergisst alles was früher einmal war.

## 14. Das ganze Leben sollte aus Meditation bestehen

Je unwissender jemand ist, desto mehr ist er gebunden. Je mehr man sich dessen bewusst ist und danach lebt, und je besser man mit dieser Situation umgehen kann, desto freier ist man. Wer auf diese Weise die „fünf Feuer“ erkennt ist frei. Es ist schwer diese „fünf Feuer“ zu erkennen, wenn man kein Leben der Meditation führt. Man muss die Dinge ständig in diesem Licht sehen. Meditation sollte nicht nur darin bestehen, dass man täglich für eine halbe Stunde die Augen schließt und etwas Ätherisches denkt. Es ist vielmehr ein umfassendes Leben. Wenn man ein Ding anschaut, betrachtet man es auf diese Weise; wenn man spricht, spricht man von diesem Standpunkt aus; wenn man denkt, dann denkt vor diesem Hintergrund. Wenn man ein Leben im Sinne der Upanishads führt, hört man auf, nur ein herkömmliches menschliches Wesen zu sein. Man lebt mit dem Wissen der Upanishads und wird damit zum Befreier der eigenen Seele. Selbst wenn man sich in Mitten von vergifteten Atmosphären aufhalten muss, bleibt man unbeeindruckt, heißt es in den Upanishads, denn für solche Menschen existieren unerwünschte Dinge nicht.

## 15. Ein aufrichtiger Schüler der Meditation

Der König sagte: „Du bist ein ehrenwerter Schüler der Meditation, hast die Techniken der Meditation voller Hingabe praktiziert. Der Himmel ist Teil des großen *Vaishvanara*, dem universalen Sein, auf den meditiert wird. Insoweit wie auf einen Teil des Absoluten Seins meditiert wird, wird es entsprechende Unterstützung und Fortschritte als Ergebnis dieser Meditation geben. Man hat große Werte zuhause angehäuft. Man gibt endlos viele Opfer und hat keine Schwierigkeiten Gäste zu bewirten. Jeden Tag macht man große Opfer. Dieses ist ein Ergebnis der Meditation. Man hat viele Vorräte zuhause; die Nahrungsmittel gehen niemals aus. Man sieht alles in gutem Licht. Man ist immer gut aufgelegt. Wer auch immer genauso meditiert, wird die gleichen Vorteile genießen können. Er wird gut bekannt sein, wird alles im Überfluss haben, glücklich sein, freundlich zu allen Menschen. Es wird ihm an nichts fehlen, spirituell wird er sich sehr gut fühlen.“

## 16. Dieses ist ein Teil des *Vaishvanara*-Körpers

Der König sagte: „*Satyajajna*, du meditierst auf die Sonne als den Absoluten Atman. Sie ist ein Teil vom *Vaishvanara*-Körper. Da sie ein Teil des großen Seins ist und du auf sie meditierst, findest du in deinem Leben auch bestimmte Charakteristika der Sonne. Da ist dieses Strahlen in deinem Antlitz; viel davon ist auch in deiner Familie; und es gibt auch etwas Vollkommenes in deinem Leben, denn die Sonne ist ein vollkommenes Sein. In deinem Haus ist eine materielle Vollkommenheit und du

bist zufrieden. Du bist glücklich und hast zusammen mit deiner Familie viele andere Dinge, - Gold, Silber, Diener, reichlich Nahrung und andere Dinge. All das ist ein Ergebnis deiner Meditation auf die unendlichen Werte der Sonne an sich. Jeder, der so wie du meditierst, wird sich auch derselben Früchte und Werte in seinem Leben erfreuen. Er wird immer gut und reichlich zu essen und sich vieler anderer Dinge erfreuen. Er wird von dem Wissen aus dieser Meditation profitieren, *Brahmavarchas*; ja, wer immer in dieser Art meditiert, wird genauso gesegnet sein.“

## 17. Luft ist der lebendige Atem, der von *Vaishvanara-Atman* ist

Der König sagte: „So weit, so gut. So wie dieses Absolute Sein, *Vaishvanara*, all-durchdringend ist, ist auch seine Luft all-durchdringend. Du hast die Luft, die sich überall bewegt, als Symbol für die all-durchdringende Wirklichkeit angenommen. Sehr gut. Aufgrund dieser Meditation auf die weitverbreitete Luft, *Vayu*, die sich überall, in alle Richtungen bewegt, von allen Seiten als Absolutes Sein kommt, wird dir ungefragt Respekt und Ehre entgegengebracht. Du wirst viele Fahrzeuge besitzen, viele Karossen werden dir folgen. Du wirst von allem viel besitzen, Nahrung, Werte usw. Das ist der Ruhm der allen zuteil wird, die auf diese Art und Weise meditieren.“ Er wiederholte die Aufzählung bzgl. ‚Ruhm und Ehre‘ die auf solche Meditation folgt, wie zuvor. „Dieses ist eine wundervolle Meditation, doch diese Meditation hat einen Haken. Luft ist nur der lebendige Atem von *Vaishvanara-Atman*. Du hast sie als Ganzes gesehen. Du wärest in große Schwierigkeiten gekommen, wenn du nicht zu mir gekommen wärest. Dein Atem hätte dich verlassen, wenn du nicht rechtzeitig zu mir gekommen wärest.“

## 18. Der Raum, den man als kosmische Wirklichkeit betrachtet

Der König sagte: „Der Raum ist in alle Richtungen ausgedehnt. Du hast darauf als die Absolute Wirklichkeit meditiert, und darum hast du aufgrund dieser Meditation alles im Überfluss. Du hast von allem alles in deinem Haus, - Werte und Wertvolles. Du wirst zuhause und in deinem Umfeld verehrt. Alles Gesegnete ist aufgrund der Meditation auf das Ausgedehnte mit dir. So wird jeder verehrt, der auf diese Weise meditiert. Doch das ist keine korrekte Meditation; in dieser Meditation ist auch ein Fehler, denn der Raum, an den du denkst, ist nur der Körper als kosmische Wirklichkeit; es handelt sich nur um den Körper von *Vaishvanara*. Was hätte geschehen können, wenn du nicht zu mir gekommen wärest? Eine Katastrophe, eine Lähmung deines Körpers hätte dich befallen können. Deine Meditation wäre vollkommen daneben gegangen, hätte dir sogar schaden können.“ All diese Formen der Meditation sind wundervoll, doch auch kritisch zu betrachten. Das kann man aus den Erzählungen des Königs schließen.

## 19. Was ist die Quelle der Nahrung?

*Budita Asvatarasi*, ein anderer großer Held, wurde gefragt: „Worauf meditierst du?“ „Ich meditieren auf Wasser.“ Es gibt Leute, die meditieren auf Wasser als das Symbol Brahman, genauso wie andere Leute auf den Raum als ein solches Symbol kontemplieren. „Ich kontempliere auf Wasser als Symbol der Wirklichkeit (den Ozean in seiner unendlichen Ausdehnung). Das ist mein Atman.“ – Der König sagte: „Diese Meditation ist gut, so weit das Wasser reicht, worauf du von allem vieles bekommst. Wasser ist die Nahrungsquelle, ist wertvoll und kraftvoll. Es ist der Ursprung der Fülle von Nahrung in deinem Haus. So ergeht es allen, die darauf meditieren. Doch diese

Meditation hat auch einen Fehler, denn sie geht auf den Unterbauch des kosmischen *Vaishvanara*. Es ist nur das Wasserelement des ganzen kosmischen Körpers. Es ist nur ein Inhalt des universalen Körpers; es umfasst nicht die gesamte Struktur. Wenn du nicht zu mir gekommen wärest, hättest irgendwann Probleme mit diesem Teil deines Körpers bekommen, der mit Wasser zu tun hat.“

## 20. Die Erde ist wie die Füße des universalen Selbst

Der König fragte *Uddalaka Aruni*: „Worauf meditierst du?“ *Uddalaka* antwortete: „Ich meditiere auf die Erde als Vollkommenheit der Wirklichkeit.“ Der König sagte: „Das ist richtig. Du hast große Tugenden aus deiner Meditation entwickelt. Du freust dich und siehst klar. Da die Erde eine Basis für alle Dinge ist, stehst du auf beiden Beinen gut begründet. So geht es jedem, der auf diese Weise meditiert. Doch die Erde bildet nur die Füße von *Vaishvanara Atman*. Die Erde ist wie die Füße des universalen Selbst. Die Erde bildet die Füße des Atman, denn sie ist die unterste Ebene der Offenbarungen der Wirklichkeit. Wenn du nicht zu mir gekommen wärest, hätte etwas Schlimmes mit deinen Füßen geschehen können. Sie hätten verdorren können. Dann hättest du auf Krücken gehen müssen.“ Das waren die Antworten des Königs zu seinen Repräsentanten.

## 21. Der Geist ist nur gewohnt an endliche Objekte zu denken

„Meine lieben Freund“, begann der König. „Ihr seid in eurer Meditation wirklich aufrichtig. Das ist ehrenwert. Deshalb habt ihr in euren Häusern mit euren Familien von allem sehr viel und freut euch daran. Doch euch ist nicht bekannt, dass ihr euch mit eurer Meditation späterhin Probleme einhandeln könntet. Es ist gut, dass ihr zu mir gekommen seid. Zu Anfang sieht selbst bei einer falsch gerichteten Meditation alles gut aus, doch später kommen Probleme auf, die selbst von erfahrenen Meistern nur schwer zu erkennen sind. Doch was sollte man unbedingt bei der Meditation beachten? Man versteht wo man ist. Um es genau zu sagen, habt ihr alle zwei Fehler begangen. Ihr habt Teile des Ganzen als das Ganze angenommen. Ihr habt Endliches als das Unendliche betrachtet. Nichts, was der Geist denken kann, ist das Ganze, denn der Geist kann nur in endlichen Objekten denken. Selbst wenn man einzelne Objekte, auf die man meditiert, ausdehnen möchte, bleiben diese trotzdem endlich.“

## 22. Hunger ist nicht bloß eine Funktion des Magens

Hunger ist nicht nur eine Funktion des Magens. Er ist nicht bloß der Nahrungskanal im Körper. Er ist weitaus mehr als angenommen. In der Religion, im spirituellen Sinne ist *Vaishvanara* nicht nur das Wort für Absolute Wirklichkeit, sondern es ist auch das Wort für die Verdauung der Nahrung. Das innere Feuer ist für die Umwandlung der Nahrung in Darmlymphe usw. verantwortlich, die wiederum für die Aufnahme der verdauten Nährstoffe in das System sorgt. Dieses innere Feuer wird ebenfalls als *Vaishvanara* bezeichnet. Nicht nur der Körper wirkt bei der Verdauung, denn der sichtbare Körper steckt in einem Korpus, wo keine Hitze herrscht. Was ist mit der Hitze geschehen? Diese Hitze ist keine Hitze des physischen Körpers; sie ist keine Hitze irgendeiner Ansammlung chemischer Elemente im Körper. In den Upanishads wird diese Hitze, die als lebendige Kraft im Menschen wirkt, als Absolute Wirklichkeit, *Vaishvanara* oder als universales Feuer, identifiziert, das alles verzehrt. Die fünf *Pranas* sind die äußeren Agenten, die jede Handlung durchführen.

## 23. „Pranaya Svaha“

Die fünf *Pranas* sind die fünf Zungen eines Feuers. Es ist eine einzige Kraft, die wie fünf verschiedene Energien wirkt. Jede Zunge, jede Flamme dieses Feuers, wird durch ein besonderes Opfer, d.h. durch eine Opfergabe, zufriedengestellt. *Pranaya Svaha* ist wie eine Beschwörung, was soviel bedeutet wie, möge *Prana* zufriedengestellt werden. Dieses wird innerlich rezitiert, wobei der erste Bissen gegessen wird. Hier wird nicht nur etwas betont geäußert, sondern ist auch ein inneres Gefühl in der Meditation. So wie jeder Fluss mit dem Ozean verbunden ist, ist *Prana* mit den kosmischen Kräften verbunden. Auf diese Weise berührt man durch *Prana* die kosmische Grenze und ruft das universale Sein an. Bei dieser Art der Meditation gibt es den Versuch, eine universale und nicht bloß eine individuelle Zufriedenheit beim Essen, Trinken usw. herbeizuführen. Wenn *Prana* zufriedengestellt ist, so heißt es in den Upanishads, aufgrund der inneren Verbindung die Augen zufriedengestellt. Man ist glücklich.

## 24. „Vyanaya Svaha“

So verhält es sich mit jedem weiteren Bissen, Der zweite Bissen gilt der Befriedung von *Vyanaya Svaha*, dem anderen Aspekt der Energie. „Möge die all-durchdringende Kraft in mir zufriedengestellt werden.“ *Vyana* ist für die Bewegung des Blutstroms in den Adern/ Venen usw. verantwortlich. Auf diese Weise sollte man mit dem nächsten Bissen (Nahrung) meditieren. Hier werden wiederum innere mystische Verbindungen erwähnt. Die Ohren sind zufriedengestellt, wenn *Vyana* zufrieden gestellt ist. Wenn die Ohren zufrieden sind, ist alles um den Menschen herum in allen Richtungen, aus denen Klänge kommen und auf das Gehör treffen, bis zum Mond, ebenfalls zufriedengestellt. Dann ist die gesamte Atmosphäre in alle Richtungen zufriedengestellt. Damit sind auch alle Ursachen zufriedengestellt. Wenn die Ursachen zufriedengestellt sind, erfährt der Meditierende außerordentliche Kräfte, Macht und Schönheit, denn *Vaishvanara* ist zufriedengestellt.

## 25. „Apanya Svaha“

Der dritte Bissen gilt der Zufriedenstellung von *Apana* (Nerven, Zentrum, Bauchregion): *Apanya Svaha*. Wenn *Apana* zufriedengestellt ist, ist auch die Sprache, das entsprechende Feuer zufrieden, das über dem Prinzip der Sprache steht. Wenn das Feuer zufrieden ist, das über der Quelle des Feuers steht und aus dem sich das Feuer erhebt, ist auch die Erde zufrieden. Wenn die Erde zufrieden ist, sind automatisch alle Menschen zufrieden. Der Meditierende ist erfüllt von Schönheit, denn *Vaishvanara* ist zufrieden.

## 26. „Samanaya Svaha“

Das vierte Opfer oder der vierte Bissen soll der Befriedung von *Samana* dienen: *Samanaya Svaha*. Wenn *Samana* zufriedengestellt ist, ist der Geist zufrieden. *Samana* ist die zentral operierende Kraft. Sie agiert sofort nach dem Geist. Wenn der Geist zufriedengestellt ist, ist alles was mit dem Geist verbunden ist zufrieden, auch der Regen-Gott, Wenn der Geist zufriedengestellt ist, ist alles was mit ihm verbunden ist zufrieden, der Regen-Gott und auch der Himmel sind zufrieden. Wenn der Regen-Gott zufriedengestellt ist, ist auch das Leuchten (die Blitze) zufrieden, das über dem

Regen steht. Wenn das Leuchten zufrieden ist, sind alle Dinge, die dieses Phänomen unterstützen zufriedengestellt. Dann ist auch der Meditierende zufrieden und von Kraft und Schönheit erfüllt, denn Vaishvanara ist zufrieden.

## 27. „Udanya Svaha“

Das fünfte Opfer dient der Befriedigung von *Udana: Udanya Svaha*. Wenn *Udana* zufriedengestellt ist, ist auch der Tastsinn zufrieden. Nebenbei wird die Gottheit der Lüfte zufriedengestellt. Wenn die Lüfte zufrieden sind, wird ihre Heimstatt der Raum zufriedengestellt. Wenn diese Zufriedenheit erfüllt ist, ist alles in Luft und Raum zufriedengestellt. Dann ist auch der Meditierende mit allem zufrieden, denn *Vaishvanara* ist zufrieden. Nichts bleibt unzufrieden, denn alles wurde vollständig zufriedengestellt. Auf diese Weise wird in der Upanishad darauf hingewiesen, dass die wirklich menschliche Aktivität der Nahrungsaufnahme, die mit einer Meditation auf die universale Auswirkung mit der eigenen Existenz verbunden ist, die letzte Ecke der Schöpfung berührt.

## 28. In Unkenntnis kann keine Aktivität irgendein positives Ergebnis bewirken

Es gibt Leute die ohne jedes Wissen über *Vaishvanara* Opfer bringen. Es gibt Menschen, die Nahrung zu sich nehmen, ohne Kenntnis über die spirituelle Auswirkung auf *Agnihotra* zu haben. Wenn sie das *Agnihotra*-Opfer zelebrieren, gießen sie Opfer auf die Asche, ohne Kenntnis über dessen Bedeutung auf den universalen Einfluss zu haben. Ohne Kenntnis über diese Handlung können keine positiven Ergebnisse erzielt werden. Darum macht es keinen Sinn große Opferhandlungen zu zelebrieren, wenn das Hintergrundwissen fehlt. Diese Handlungen können nicht zu den erwarteten Ergebnissen führen. So verhält es sich auch mit allen selbstsüchtigen Handlungen, die von der eigenen Persönlichkeit ausgehen und nur einem Selbstzweck dienen. So etwas führt zur Bindung, denn Unkenntnis über die inneren Verbindungen mit höheren Quellen ist für den Ausführenden gefährlich. Das Universale reagiert auf diese Unkenntnis. Diese Reaktion wird als *Karma* bezeichnet, d.h. die Reaktionen auf Handlungen. Was den Menschen in Form von *Apurva, Karma*, bindet, ist die Reaktion durch das Universale, von dem man keine Kenntnis hat und was im täglichen Leben missachtet wird, als wäre es nicht vorhanden.

## 29. Das Objekt wird zum kosmischen Subjekt

Man kann seine Meditation mit dem beginnen, was sich gerade im Geist formiert. Möglicherweise sitzt man in seinem Meditationsraum, und das, was zunächst die Aufmerksamkeit findet sind Objekte, die überall im Raum verteilt befinden. Wenn man diese Objekte identifiziert wird bewusst, dass es auch außerhalb dieses Raumes Objekte gibt. Auf ähnliche Weise kann man sein Bewusstsein auf die ganze Erde ausdehnen, über die Erde hinaus auf die Sternenregionen; irgendwann gelangt man in weite Ferne, so weit der Geist reicht. An was der Geist auch immer denkt, wird zum ‚eigenen‘ Objekt; und dieses Objekt sollte - kosmisch betrachtet - zum Teil des Meditierenden werden. In dem Augenblick wo es wahrgenommen wird, mit dem Kosmos identifiziert wird, wird dieses Objekt aufhören den Geist zu behelligen, denn es befindet sich nicht mehr außerhalb, sondern wird ein Teil des Meditierenden. Wenn ein Objekt Teil des eigenen Körpers wird, stört es nicht mehr, denn es ist

überhaupt kein Objekt mehr. Es ist Subjekt geworden. Das Objekt ist zu einem kosmischen Subjekt in der *Vaishvanara*-Meditation geworden.

### 30. Dort ist das eigenen Selbst

Wie soll man die Doktrin verstehen, nach der es nur ein Selbst gibt, und wie sollte man sich auf dieses eine Selbst als das Selbst aller einstellen? Was immer ein Einzelner macht ist die Handlung aller. Doch wie kann man diese Wahrheit, dass es nur ein Selbst gibt, herausfinden? Die Erklärung findet sich im nächsten Abschnitt, wo tiefer auf das Subjekt *Vaishvanaras* eingegangen und im Detail der Inhalt des Universums und des Individuals analysiert wird; dabei gibt es keine Vielzahl von Wirklichkeiten oder viele Subjekte. Es gibt nur ein Selbst. Wohin man auch geht, was immer man berührt, dort trifft man nur auf ein und dieselbe Wirklichkeit. Welche Erfahrung man auch macht, man reist nur durch denselben einen Körper des einzigen Selbst. Was immer man macht ist dem einen Selbst bekannt; es besteht eine Verbindung zu dem Selbst, da jedes Selbst nur ein Selbst ist. Das sechste Kapitel der *Chandogya Upanishad* hat dieses Thema zum Inhalt. Es gibt eine Geschichte, einen Kommentar zu diesem Thema in Form einer Unterhaltung zwischen Vater und Sohn: *Uddalaka Aruni* und *Svetaketu*, seinem Sohn und Schüler.

### 31. Nur DAS allein war

Zu Anfang war nur ein Sein allein. Es gab keine verschiedenen Seins: „Mein lieber Junge, zu Anfang existierte nur eine einzige Wirklichkeit. Die sogenannten verschiedenen Arten des Seins gab es nicht. Es war Eins, ohne etwas Zweites. Es gab nichts außerhalb davon, nichts Äußeres, um ES zu vervollkommen, nichts Gleiches oder etwas was sich von IHM unterschied. Es gab keine wahrnehmbare Wirklichkeit in der Welt von dieser Natur. Wie weit du auch immer deine Vorstellung ausgedehnt hättest, du konntest nichts Äußeres wahrnehmen, es gab nichts. Schließlich gab es den Raum, die Zeit, etwas war dort. Doch selbst Raum und Zeit sind Objekte, Äußerliches, Effekte, die erst später im Schöpfungsprozess entstanden. Darum waren sie in der Wirklichkeit nicht vorhanden. DAS allein war. Ursprünglich gab es überhaupt keine unterschiedliche Vielfalt. Es gab weder äußerliche noch innerliche Unterschiede. Nach den Worten der Schriften gab es weder *Sajatija Breda*, noch *Vjatiya Breda*, noch *Svagata Breda*.“ Diese Grundbegriffe der *Vedanta* Philosophie, die die drei unterschiedlichen Arten ausmachen, die man in der Welt beobachten kann, jedoch nicht in der Wirklichkeit existierten.

### 32. Der Geist kann nur denken, was außerhalb von ihm ist

Allein das Sein war. Es ist nicht-duales Sein. Es ist nicht wie mein ‚Sein‘, dein ‚Sein‘ oder das ‚Sein‘ von diesem oder jenem. Es ist weder ein individuelles noch ein geteiltes ‚Sein‘. Es ist nicht etwas, was mit irgendeinem Objekt verbunden ist. Es ist nicht wahrnehmbares ‚Sein‘ als solches, denn es ist kein Objekt. Der Geist kann denken, was außerhalb von ihm selbst ist. Er kann nichts anderes denken. Doch Sein kann nicht außerhalb des Geistes sein, denn der Geist ist in IHM verwurzelt. Darum ist Sein kein Subjekt für das Begriffsvermögen der Sinne oder die Vorstellung des Geistes. Es ist überhaupt kein Objekt, weder körperlich noch vorstellbar; es kann weder wissenschaftlich untersucht noch darüber philosophisch argumentiert werden. Was für ein Sein ist das? Wenn es so leicht zu verstehen wäre, dann wärst du gesegnet. Doch so einfach ist es nicht zu verstehen. Wer kann schon verstehen, was

als Voraussetzung für das Verstehen notwendig ist. Selbst der Geist kann sich nicht bewegen, wenn das Sein im Hintergrund nicht vorhanden ist. Auf diese Weise ist es die Voraussetzung für das Denken und Verstehen.

### **33. Es ist sinnlos zu argumentieren, ob die Schöpfung existiert oder nicht**

Der Zweck der Lehren der Upanishads unterscheidet sich von irgendwelchen Geschichten oder Erzählungen aus vergangenen Zeiten. In den Kommentaren von *Sankaracharya* wird auf die Bedeutung der Upanishads immer wieder hingewiesen. Doch die Auswirkungen des Hintergrundes der Upanishads werden oft nicht verstanden. Es sind auf jeden Fall keine Monstergeschichten. Man kann vielleicht verstehen, dass Phänomene nicht immer leicht erklärbar sind, solange nicht bestimmte Annahmen getroffen werden, die für den menschlichen Geist annehmbar sind. Es macht keinen Sinn darüber zu argumentieren, ob die Schöpfung existiert oder nicht. Es wird angenommen, dass sie existiert, denn man sieht die Welt. Niemand bezweifelt die Existenz der Welt. Auf diese Weise nimmt man einen Standpunkt ein, der für die unmittelbare Sicht der Wirklichkeit der Welt akzeptabel ist. Als guter Psychologe folgte *Uddalaka* dieser Technik. Es stellt sich dabei nicht die Frage, ob die Schöpfung wirklich existiert oder nicht, oder wie sie entstand.

### **34. Wasser bringt Nahrung hervor – „Anna“**

Wasser produziert Nahrung – „Anna“. In der Sprache der Upanishads bedeutet Nahrung Materie. Letztendlich ist für das Bewusstsein alles Äußerliche Nahrung. Ein gedankliches Objekt ist Nahrung. Nahrung ist eine Verdichtung des Wasserprinzips. Es werden folgende Elemente erwähnt: Feuer, Wasser und Erde, die als Grundelemente genannt werden. Sie sind die reinen Elemente der Schöpfung. Sie werden später zur Offenbarung größerer Elemente zu bestimmten Proportionen vermischt, d.h. zu sichtbarem Feuer, Wasser und der Erde. In den Upanishads sind die nicht sichtbaren physischen Elemente von Feuer, Wasser und Erde gemeint; es geht um die über-physikalischen Elemente, *Tanmatras* genannt. Diese *Tanmatras* werden in bestimmten Proportionen vermischt. Für den Ausdruck des sichtbaren physikalischen Feuers müssen drei Elemente in bestimmten Proportionen zusammengebracht werden. Das wird im Sanskrit als *Trivitkarana* bezeichnet.

### **35. Sein war und ist selbst jetzt allein**

Das Bewusstsein vibriert auf bestimmte Art und lässt Dinge anders erscheinen als sie wirklich sind. Das Erscheinungsbild der vielfältigen Welt ist wie ein sich drehendes sichtbares Flammenmeer um ein kraftvolles Feuer. Wenn man in der Dunkelheit vor sich eine Taschenlampe schnell im Kreis durch die Luft bewegt, erscheint der sich bewegende Lichtkegel wie ein kreisrundes flackerndes ‚Feuer‘. Natürlich ist dort kein Feuer. Es handelt sich nur um eine optische Täuschung bedingt durch die Kreisbewegung des Lichtkegels einer Taschenlampe. Auf diese Weise wird eine Schwingung des Bewusstseins in bestimmter Art und Weise als Objekt wahrnehmbar. Doch dieses Objekt existiert nicht wirklich. Darum ist das, was man als Schöpfung bezeichnet, nichts weiter als Bewusstsein, das aufgrund einer bestimmten Schwingungsdichte wahrgenommen wird. So kommt man wieder auf das Sein zurück, d.h. das es keine Schöpfung gibt, sondern nur das Sein, das als Schöpfung scheint. Das ist jedoch nicht ganz klar, sodass das Argumentieren weitergeht.

### 36. Man sieht nur drei Dinge

Die großen Persönlichkeiten der Vergangenheit, die verwirklichten Seelen in früherer Zeit, erwachten in dieser Situation sofort zur Wirklichkeit: „Oh, dieses ist die Wahrheit. Das Rot ist das Feuer, das Weiß das Wasser und das Schwarze ist das Erdelement.“ Das waren die einzigen drei Dinge, die überall existierten. Wann immer man irgendwo etwas Rotes sah, war es Feuer; wann immer etwas Weißes zu sehen war, war es Wasser; wann immer es um etwas Schwarzes ging, handelte es sich um das Erdelement. Was sah man überall? Man sah nur die drei Dinge. Etwas Anderes existierte nicht in der Welt. Es waren nur diese drei Elemente, - das Feuerelement, das Wasserelement und das Erdelement. Woraus bestand also die Welt? Sie bestand aus diesen drei Elementen: Feuer, Wasser und Erde. Noch einmal, diese drei wurden bereits als Offenbarung des Absoluten Seins erwähnt. Sie waren der dreifache Auswurf der Kräfte des Absoluten Seins. Auf diese Weise kam man zu einer Universalität der Wahrnehmung.

### 37. Die Nahrung, die man isst, wird in drei Formen umgewandelt

Die Nahrung, die man isst, wird in drei Formen umgewandelt. Was geschieht mit der Nahrung, die man zu sich nimmt? Es gibt eine grobe, eine mittlere und eine subtile Form. Die gegessene Nahrung wird nicht vollständig vom Körper aufgenommen. Einiges, was nicht aufgenommen werden kann, wird als Exkremente ausgeschieden. Was abgewiesen wurde, verlässt das System als unerwünscht. So verlässt einiges das System sofort wieder, anderes wird absorbiert. Die Nahrung, die aufgenommen werden kann, hat zwei Aspekte, einerseits einen subtilen vibrierenden Aspekt, andererseits ist sie der mittleren Form zuzuordnen. Die mittlere Form wird vom Fleisch im System absorbiert. Das Fleisch im Körper ist Eingang für die mittlere Qualität der Nahrung. Die höchst subtile Form, die eine Vibration durch ihre Qualität erzeugt, beeinflusst den Geist.

### 38. Es gibt noch andere Elemente im Körper, die mehr als nur Nahrung betreffen

Es gibt größere Geheimnisse im Menschen, die mehr als nur die Nahrung betreffen. Der Mensch besteht nicht nur aus Nahrung, Wasser oder Feuer. Im Menschen gibt es etwas sehr Interessantes, etwas was man normalerweise nicht verstehen kann. Jeden Abend geht man schlafen, träumt und erwacht am nächsten Morgen wieder. Warum geschieht das? Dieses Thema unterscheidet sich sehr von der Nahrung. Im Menschen gibt es noch andere Elemente, die sich von der Nahrungsaufnahme unterscheiden. Der Mensch trägt in sich Wurzeln, die eine tiefergehende Ebene der individuellen Natur betreffen, deren verschiedenartigen Funktionen den Wachzustand, Traum und Schlaf beinhalten. Was geschieht im Schlafzustand? *Jetzt muss man sehr aufmerksam lesen.* Es folgt ein interessantes Geheimnis. Im Schlaf, wenn jemand wirklich schläft, d.h. unter der Bedingung des Schlafs, was in Sanskrit: *Svapiti* bedeutet. Die sprachliche Interpretation des Wortes *Svapna* (Traum, Illusion) beschreibt was Schlaf wirklich bedeutet.

### 39. Letztendlich findet man nirgendwo in der Welt Unterstützung

Nirgendwo in der Welt gibt es Unterstützung, ausgenommen im eigenen Selbst. Unterstützung ist wie eine Stange, auf der Vögel Platz nehmen um auszuruhen. Doch daran kann sich meist niemand erinnern. Man sucht außerhalb von sich selbst nach Unterstützung, arbeitet jeden Tag schwer, um mit äußeren Dingen in Kontakt zu kommen, in dem Glauben, dass man außerhalb irgendeine Unterstützung findet. Doch weit gefehlt! Letztendlich findet man nirgendwo in der Welt Unterstützung, wo auch immer man hingeht. Was geschieht dann? Das Experiment ist gescheitert, man geht wieder nach Hause, denn niemand will oder kann wirklich helfen. Das eigene Zuhause ist das, was man nach der Verwirklichung der Wahrheit (der Dinge) betritt. „Ich habe mithilfe von Freunden und sogenannten Unterstützern gesucht und gesucht. Ich habe nirgendwo etwas gefunden; ich kehre nach Hause zurück.“ Dies geschieht, wenn man sich zur Ruhe begibt. Doch man hat durch dieses Phänomen nichts gelernt. Man weiß nicht, warum man im Leben erschöpft ist. Wenn man den Grund verstanden hätte, hätte man etwas aus diesem vergeblichen Experiment irdischen Strebens gelernt.

### 40. Es gibt keinen Effekt ohne Ursache

Man schüttet Nahrung in sich hinein, doch nach einiger Zeit ist man wieder hungrig. Warum? Mit Wasser wird die feste Nahrung verdünnt, die Inhaltsstoffe herausgezogen und der Rest ausgeschieden. Irgendwann ist man wieder hungrig. Man nimmt wieder etwas zu sich. Die Nahrung löst sich wieder im Körper im Wasser auf usw. Im Sanskrit bedeutet ‚*Asanaya*‘ Hunger. Warum wird es so genannt? Wasser transportiert (*naya*) die Nahrung (*asa*) und verursacht Hunger (*Asanaya*). Jemand der Kühe hütet wird (*Gonaya*) genannt, wer Pferde reitet (*Asvanaya*), ein Anführer (*Purusanaya*). So wird das Wasser als ‚*Asanaya*‘ bezeichnet, denn es leitet Nahrung an den richtigen Ort. Vom Körper, dem Effekt, kann man versuchen Wasser als Quelle zu erkennen. Es gibt keinen Effekt ohne Ursache.

### 41. Die ursachenlose Ursache

*San-mulan anviccha*: Wenn man die Ursache vom allem in reinen Sein findet, wird man nicht die Absolute Ursache von allem in jedem einzelnen Ding finden, ausgenommen im Sein, das rein und simpel ist, in dem auch die Effekte in einer nicht-unterscheidbaren Form verwurzelt sind. Die verschiedensten Formen der Schöpfung sind im Sein verwurzelt, das unfähig für irgendwelche Absorptionen in höheren Ursachen ist, denn nichts ist größer als Absolutes Sein. Alles davon ist nur ein Effekt. Alles davon ist nur Ausdruck, doch selbst ist es nie Ausdruck von etwas anderem. Die Allgemeingültigkeit der Existenz, die hinter jedem einzelnen Objekt steht, wird als *Sat* oder *Satta* bezeichnet. Manchmal wird es auch *Satta Samanya* genannt, das allgemeine Sein, das Wesen, aller erschaffenen Objekte. Alles Einzelne kann in die ursachenlose Ursache aufgelöst werden. So wie Holz-Möbel in ihre hölzerne Ursache aufgelöst werden können, So verhält es sich mit allen gefertigten Objekten. In jedem Effekt besteht eine Neigung in die Ursache zurückzukehren. Das ist der evolutionäre Prozess.

## 42. Alles zieht von allen Seiten

Es wurde bereits beschrieben, wo das Sein ist, und jetzt wird das Sein mit *Atman*, dem Selbst, identifiziert. Darum muss dort, wo das Sein ist, natürlich das Selbst sein. Außerdem wurde beschrieben, dass *Sat*, das reine Sein, *Sattasamanya* ist, überall sein muss. So ist das Selbst überall. Wohin geht man, wenn man vom Selbst angezogen wird? Welches Objekt zieht einen an? Alles zieht einen von überall her an. Auf diese Weise ist es nicht der Aus- oder Einstieg von einer Sache in eine neue, nicht einem vom Individualen in den Kosmos. Es ist nicht irgendetwas Internes hin zum Kosmos. Es ist nichts Internes im empirischen Sinne, nicht in dem Sinne Intern, wie es sich in einem anderen physischen Ding befindet. Es ist etwas metaphysisch Inneres, spirituell Inneres, das für den Geist nicht wahrnehmbar ist. Es kann mathematisch nicht berechnet werden, als wäre es in etwas anderem enthalten. Es ist im „räumlichen“ Sinne das Selbst allen Seins, was in Worten nicht beschreibbar ist, ein universales Selbstsein, die Ursache aller Dinge, wohin sich alles bewegt.

## 43. Kein Fluss denkt: „Ich bin der Ganges“, „ich der Yamuna“ usw., nachdem er in den Ozean geflossen ist.

Es gibt Flüsse, wie Ganges, Yamuna, Sarasvati, Krishna, Cauveri usw. Sie münden alle in denselben Ozean und gehen alle in denselben Körper aus Wasser auf. Wenn sie in den Ozean münden, werden sie alle zu derselben Masse von Wasser und man kann Ganges, Yamuna usw. nicht mehr voneinander unterscheiden. Wenn man diesem Ozean eine Schale Wasser entnimmt davon probiert, ist es nicht mehr möglich festzustellen, aus welchem Fluss dieses Wasser stammt. Warum? Weil der individuelle Charakter der Flüsse mit dem Gewässer des Ozeans vermischt und aufgelöst wurde. Wenn die Flüsse den Ozean erreicht haben, denkt keiner von ihnen mehr an seine Herkunft: „Ich bin Ganges“ oder „Ich bin Yamuna“ usw. Ihr charakterlicher Unterschied wurde vollständig überwunden, von ihren Wurzeln abgelöst. Alles ist zum Ozean geworden. Diese Beschreibung ist eine Analogie zu dem, was reines Sein in Bezug auf die vielen Individuale in dieser Welt ist. Die erschaffenen Individuale sind wie Körper in Form der Flüsse, die zum Ozean des Absoluten streben. Das Erreichen des reinen Seins, das Absolute, ist als würden die Flüsse in den Ozean münden.

## 44. Es gibt keine vielen Selbst

Menschen sind wie Bäume, Körper, die mit einem Lebens-Prinzip ausgestattet wurden. Diese Körper sterben, wenn das Lebensprinzip entzogen wird. Das Wesen ist das Sein, der *Atman* aller Dinge. Alles in dieser Welt, alles in dieser Schöpfung besitzt dieses als das Selbst. Es gibt keine Vielzahl von Selbst. Obwohl es viele Körper, Formen, Individuale gibt, existiert nur ein Selbst. Darum kehrt alles in dieses eine Selbst zurück, woher es gekommen ist, und wohin es auf die eine oder andere Weise strebt. „Das bist du, Svetaketu“, sagte der Lehrer. „Bitte erkläre weiter“, bat ihn der Schüler. „Nun dann, werde ich fortfahren“, sagte der Lehrer. An dieser Stelle beschreibt er etwas über das nicht-offenbarte Sein, aus dem alle offenbarten Formen hervorgehen.

## 45. Alle haben im spirituellen Sinne verbundene Augen

Beispiel: Ein Mensch wird ausgeraubt, die Augen verbunden, an Händen und Füßen gefesselt, in die Wildnis verschleppt und an einem unbekanntem Ort in eine Grube geworfen. Er wird weit weg von seinem Hause verschleppt. Er weiß nicht, wo man ihn hingebraht hat, denn man hat ihm die Augen verbunden. Er hat nur mitbekommen, dass man ihn zu einem weit entfernten Ort gebracht hat. Er ist verzweifelt. Das einzige, was er unter diesen Umständen tun könnte, wäre nach Hilfe zu rufen. Sein Intellekt kann ihm nicht helfen, sein Geist kann ihm ebenfalls nicht helfen, seine Augen sind verbunden. Unter solchen Umständen kann ihm nur jemand helfen, der sehen kann. Es kann nur jemand helfen, der sehen und auf dem richtigen Weg führen kann. Es gibt keinen anderen Ausweg. Genauso hat jeder andere die Sicht für die Wirklichkeit verloren. Genauso empfindet sich jeder in spiritueller Hinsicht von Blindheit geschlagen. Jeder fühlt sich spirituell in völliger Dunkelheit. Jeder ist in Sorge über das, was daraus erwachsen könnte. Was gibt es für einen Ausweg?

## 46. Das ist ein „Acharya“

Wo ist der Weg? Der Weg geht mithilfe eines *Acharyas*, eines Gurus, Lehrers, Meisters oder direkter Unterweisung. „Nur Persönlichkeiten mit Erfahrung können die Wahrheit verwirklichen und vermitteln“, heißt es in den Upanishads. Niemand sonst kann die Wahrheit durch Bemühen des eigenen Geistes, des Intellekts oder seiner Sinne erreichen. Weder wissenschaftliche Analysen noch ein Studium der Schriften sind von irgendeinem Nutzen. Direkte Führung durch einen Lehrer mit persönlicher Erfahrung hilft weiter. Das ist ein *Acharya*, ein Lehrer, der die Wahrheit kennt. Ein Schüler mit solch einem Lehrer ist gesegnet, dann er wird nur so lange in dieser Welt leben wie sein Körper es zulässt. Danach hat er keinerlei Bindungen mehr. Solange er an die körperliche Individualität gebunden ist, solange wie er sein Karma in dieser Welt erfüllen muss wird er bleiben. Verschiedene Karmas werden durch Wissen zerstört, das Karma der Verehrung existiert für ihn nicht, doch die absolute Hingabe bleibt bestehen.

## 47. Dann arbeiten die Sinne nicht mehr

Wenn jemand so schwer krank ist, dass er die Erde verlassen wird, bei dem versammeln sich Angehörige und Freunde. „Erkennst du uns. Weißt du, wer hier sitzt?“ Wenn die Sinne noch aktiv sind, wird er die um ihn Versammelten erkennen. Doch wenn sich die Sinne bereits zurückgezogen haben, kann er nur noch denken, jedoch nicht mehr sprechen. Er kann sich nur noch seiner Verwandten erinnern, aber er kann sie nicht mehr sehen. Zum Zeitpunkt des Todes zieht sich die Funktion der verschiedenen Organe schrittweise zurück. Die körperlichen Sinne werden am Anfang des Lebens durch bestimmte Kräfte aktiviert, die den Menschen zur Wahrnehmung zwingen. Wenn der Zweck der körperlichen Existenz in der Welt erfüllt ist, bleibt für die Sinne nichts mehr zu tun. Wenn man lebt, agieren die sie aufgrund von *Prarabdha-Karma* in bestimmter Weise; das wird von ihnen ein Leben lang erwartet. Wenn es vorbei ist, ist der Körper nicht länger für Erfahrungen tauglich. Dann merken die Sinne, dass sie durch diesen Körper nichts mehr aktiv sein können. Dann geben sie dieses Instrument auf.

## 48. Doch es gibt einen großen Unterschied

Von einer Ebene zur nächsten findet ein plötzlicher Wandel in der Wahrnehmung statt. Man weiß allerdings nicht, dass man plötzlich eingeschlafen ist. Wie sehr man auch versucht diesen Prozess des Übergangs in den Schlafzustand zu beobachten, es ist unmöglich. Irgendwann schläft man. Das ist alles. Entweder man schläft oder nicht. Man kann nicht zwischen beiden Zuständen innehalten. Ähnlich verhält es sich mit Menschen, die in das Absolute Sein eintreten, wo sie sich der Vielheit nicht mehr bewusst sind und den Kontakt zur äußeren Welt verloren haben. Dieses geschieht ebenso im Prozess der Befreiung wie zum Zeitpunkt des Todes, wo sich die individuelle Seele in die Absolute Seele zurückzieht. Auf diese Weise sind die verschiedenen Phänomene der Ereignisse des Zurückziehens bei Tod und Befreiung identisch. Doch es gibt einen offensichtlichen Unterschied. Wenn der Mensch Befreiung erlangt und in die höheren Ebenen der bewussten Ausdehnung eintritt, wird er nicht in die Wildnis der Vergessenheit gestoßen.

## 49. Menschen ohne Wissen sind gebunden

Wenn ein Mensch gelogen hat und zur Strafe eine glühende Axt in die Hand nehmen muss, verbrennt er sich die Finger und muss die Folgen tragen. Doch wenn jemand keinen Fehler begangen hat, dennoch als Beschuldigter vor Gericht erscheinen und letztendlich die glühende Axt berühren muss, verbrennt er sich nicht, sondern bleibt verschont. So verhält es sich auch mit der Seele, die gebunden bzw. nicht gebunden ist. Im Körper zu sein oder nicht, ist nicht das Kriterium. Das Berühren der glühenden Axt gilt für beide gleichermaßen, egal ob schuldig oder nicht. Die Konsequenzen sind verschieden. So verhält es sich mit Menschen, die wissen oder nicht wissen. Ungeachtet der Tatsache, dass beide im Körper sind, beide dieselben Stufen des Aufstiegs beschreiten müssen, bleibt der Unwissende gebunden und der Wissende befreit. Die verwirklichte Seele bleibt genau solange im Körper wie die gebundene bis das Karma erfüllt ist. Doch der Unterschied liegt darin, dass die gebundene Seele durch die körperliche Existenz berührt wird, die befreite Seele durch diesen Umstand unberührt bleibt.

## 50. „*Sanchita*“ wird durch das Feuer des Wissens zerstört

Ob eine Handlung Anlass für eine oder zwei Geburten gibt oder viele Handlungen zu einer weiteren Geburt führt, ob *Karmas* dieser Geburt zu einer weiteren Geburt führt, ob *Karmas* früherer Geburten zusammenkommen zu einem neuen Körper führen, wie auch immer, dieses wird nicht verstanden, wenn man nicht allwissend ist. Doch alle Handlungen hinterlassen einen Rest, *Apurva* genannt, der zum Inhalt von *Sanchita* oder *Anandanmaya-Kosa* im Menschen wird. Das trägt der Mensch ständig mit sich herum, wird auch nicht zerstört wenn er stirbt, denn der Tod ist nichts weiter als eine Erschöpfung eines zugewiesenen Abschnitts des *Karmas* und dessen nicht sein Ende. Doch *Sanchita* wird durch das Feuer des Wissens zerstört, wenn der Mensch Selbstverwirklichung erlangt hat. Dann wird er nicht mehr wiedergeboren. Dieses ist der Unterschied zwischen einem, der kontinuierlich zur Wirklichkeit aufsteigt, und anderen, die nur sterben um wiedergeboren zu werden.

## 51. Wenn Gott erreicht wird, geht nichts in der Welt verloren

Nun kommt das siebente Kapitel der Upanishad. Diese ist ein berühmtes Kapitel, denn es erweitert die Doktrin über *Bhuma*, das Absolute, der Vollkommenheit des Seins, der Fülle der Wirklichkeit, und das geschieht in sokratischer Art und Weise, wobei der Geist schrittweise des Schülers von der denkbar niedrigsten Ebene zur höchsten Stufe schrittweise gehoben wird. Auf dem Weg geht nichts verloren, wenn letztendlich das Absolute verwirklicht wird. Wenn Gott erreicht wird, geht nichts in der Welt verloren. Wenn man das Original einfängt, kann man auch nicht behaupten, der Schatten wäre verlorengegangen. Selbst in übersensibler Art und Weise wird alles erreicht. Man kann sagen der Schatten ist Teil des Originals. Er ist in das Original eingeschlossen, eingebunden. Alle niedrigeren Stufen der Wirklichkeit sind nur Formen seiner Offenbarung. Jeder Name, jede Form in dieser Schöpfung sind niedere Ebenen der Offenbarung der Wirklichkeit. Eine niedere Form ist in einer höheren Ebene nicht ausgeschlossen, so wie die höhere Ebene eine niedere Ebene einschließt. Die höchste Ebene ist alles und ist „All-Inclusive“.

## 52. „Alles nur Namen“

*Narada* sagt: „Großer Meister, Ich habe die *Rigveda* studiert. Ich bin mit ihr vertraut. Ich bin ein Meister dieses Textes. Ich bin Experte der *Samaveda*, kenne die *Antaraveda*, die Epen, die *Puranas* und bin ein Experte der Grammatik. Es gibt für mich nichts Unbekanntes. Ich bin in Mathematik bewandert, kenne die wissenschaftlichen Schätze und bin ein Experte der Logik. Ich kenne die Ethik, kenne mich in Politik aus, kenne Astrologie und Astronomie. Ich kenne die sechs unterstützenden Glieder der Veden. Ich kenne Physik und Musik, die Kunst des Tanzes. Es gibt kein Wissensgebiet, das ich nicht kenne, habe alle Gebiete durchlaufen. Auf diese Weise habe ich all deine Fragen beantworten können.“ Er hat einen Abschluss in allen Wissenschaften und Künsten. Dieses war eine Zusammenfassung aller Abschlüsse *Naradas*. „Alles nur Namen“, sagt *Sanatkumara*. „All das Wissen ist nichts. Darum findest du keinen Frieden.“ Er überdeckte alles mit Staub.

## 53. Äußerliches kann dir nicht helfen

*Sanatkumara* antwortet: „Es ist großartig, was du alles gelernt hast. Doch ist es wenig hilfreich, wenn es nicht Teil deines Seins, nicht Teil deines Selbst ist. Äußerliches kann dir nicht helfen. Alles was für dein Selbst unwesentlich ist, kann dich nicht von deinen Sorgen befreien. Die Quelle deiner Sorgen liegt außerhalb von dir, und das ist für dich ein äußeres Selbst. Dieses ist nicht das primäre Selbst. Darum ist das Wissen des Erlernenen, das du zuvor aufgezählt hast, nicht das Wissen des Selbst dieser Dinge, sondern nur das Wissen über die Namen dieser Dinge, der Nomenklaturen dieser Dinge, von denen du eine Vorstellung hast. Das bezeichnet man als theoretisches Wissen der Dinge in der Welt. Doch wozu soll das gut sein? Darum, lieber *Narada*, all das sind nur Namen und Formen: Wörter, Sprache, Theorie, Information, nichts weiter. Was du gerade aufgezählt hast, wie *Rigveda*, *Samaveda*, *Yajurveda*, *Antaraveda*, *Ithasas*, *Puranas*, diese oder jene Wissenschaft, diese oder jene Kunst; - alles nur Wörter. Sie mögen dir etwas sagen, doch sie können dir letztendlich nicht helfen, wenn du nicht in ihr Sein eindringst, wenn du nicht zu ihrem Selbst wirst.“

## 54. Wahres Wissen

Dieses ist ein Fehler, den viele Leute selbst in der Praxis ihres spirituellen Lebens machen. Sie glauben plötzlich Gottmenschen zu sein. Sie sind bereit in den Ozean des Gottesbewusstseins zu springen und den Nektar von Ambrosia zu trinken. Doch sie sind durch die Gesetze der physischen Welt mit ihren Beinen auf der Erde gefangen. Wissen bedeutet nicht, dass irgendein Aspekt der Erfahrung ignoriert werden darf. Es bedeutet vollkommenes Verstehen. Selbst Bindungen müssen in ihrer Struktur erkannt werden. Wenn man gebunden ist, muss man den Grund dafür erkennen. Man kann nicht sagen: „Ich befasse mich nicht mit den Stufen der Bindung sondern mit Freiheit.“ Was ist Freiheit? Es ist die Erkenntnis der ursächlichen Faktoren hinter der Bindung. Die Heilung einer Krankheit beginnt mit der Erkenntnis ihrer ursächlichen Faktoren, der Erkenntnis der Analogie, Pathologie, Diagnose usw., des ganzen Leiden des Patienten. Erst dann kann eine Medizin verabreicht werden. Darum ist es wichtig zu erkennen, wo man ist. Man sollte keine falschen Vorstellungen darüber entwickeln, wo man sich befindet.

OM TAT SAT