

# Taittiriya Upanishad

## Auszug aus dem Buch „Principle Upanishads“ von Swami Sivananda

bearbeitet von Divya Jyoti

Copyright © THE DIVINE LIFE Trust SOCIETY, Rishikesh, Indien -  
nur zum einmaligen Download freigegeben

Bei der vorliegenden Übersetzung aus dem Englischen von **Swami Sivananda**, wurde die Ausdrucksweise des Originals weitgehend erhalten, was teilweise zu tieferem Nachdenken herausfordert! – Der vorliegende Text ist besonders für fortgeschrittene Schüler geeignet.

### Inhaltsverzeichnis

Einführung .....	2
Siksha Valli (Instruktionen) .....	3
1. Anuvaka .....	3
2. Anuvaka .....	4
3. Anuvaka .....	4
4. Anuvaka .....	6
5. Anuvaka .....	7
6. Anuvaka .....	8
7. Anuvaka .....	10
8. Anuvaka (Meditation auf OM) .....	11
9. Anuvaka .....	12
10. Anuvaka .....	13
11. Anuvaka .....	14
12. Anuvaka .....	19
Brahmananda Valli (Was ist <i>Brahman</i> ) .....	19
1. Anuvaka (Was ist Brahman) .....	20
2. Anuvaka .....	28
3. Anuvaka .....	31
4. Anuvaka .....	33
5. Anuvaka .....	34
6. Anuvaka .....	37
7. Anuvaka .....	44
8. Anuvaka .....	47
9. Anuvaka .....	51
Bhrigu Valli (die Überprüfung) .....	53
1. Anuvaka .....	53
2. Anuvaka .....	54
3. Anuvaka .....	55
4. Anuvaka .....	56
5. Anuvaka .....	56
6. Anuvaka .....	57
7. Anuvaka .....	59
8. Anuvaka .....	60
9. Anuvaka .....	60
10. Anuvaka .....	61

## Einführung

Diese *Upanishad* ist Teil der *Krishna Yajurveda*. Der siebte, achte und neunte Abschnitt der *Aranyaka* sind Bestandteil dieser *Upanishad*. Diese *Upanishad* ist eine der bedeutendsten. Wichtige Doktrinen der *Vedanta* sind in einer elementaren Form hier enthalten. Diese Texte werden in vielen späteren Philosophien verwandt. Die *Taittiriya Upanishad* enthält die Grundsätze des *Vedanta Systems*. Die Vorstellung über *Brahman* als absolutes Selbst, das sich von der Welt völlig unterscheidet, wird hier klar definiert. *Brahman* wird als Quelle von allem beschrieben. Diese *Upanishad* dient als Grundlage für viele andere *Upanishads*, doch sie werden hier systematisch arrangiert. Die großen Philosophen Indiens schätzen diese *Upanishad* als außerordentlich hochwertig.

Es gibt eine wundervolle Tradition, bei der man um den Beinamen *Taittiriya* streitet. Der große Heilige *Yajnavalkya* stritt mit seinem Lehrer *Vaisampayana*. Er wurde von seinem Guru gebeten, die *Veda*, die er unter ihm studiert hatte, zurückzugeben. *Yajnavalkya* erbrach das Erlernte. Die anderen *Rishis*, Schüler von *Vaisampayana*, bedienten sich ebenfalls der Form der so genannten *Tittiris*, indem sie die *Veda*, wie es bei Vögeln und Rebhühnern vorkam, schluckten, um sie auf die gleiche Weise wieder zu erbrechen. Auf diese Weise bekam sie den Namen *Taittiriya Samhita*.

Die *Upanishad* ist in Abschnitte, so genannte *Vallis*, unterteilt: 1. *Siksha Valli* oder Abschnitt der Anweisungen bzw. Instruktionen, 2. *Brahmananda Valli* oder der *Brahman*-Glückseligkeits Abschnitt, und 3. *Bhrigu Valli* oder der *Bhrigu*-Abschnitt. Diese Namen wurden durch das jeweils erste Wort gegeben und spiegeln nicht durch den wundervollen Inhalt wider. *Sayana* teilt die Kapitel entsprechend dem behandelten Thema in 1. *Samhiti*, 2. *Varuni* und in 3. *Yajniki*. (*Valli* bedeutet wörtlich: Rankengewächs)

Der erste Abschnitt behandelt ein mystisches Problem, der mit diesem Text und dem Studium der *Vedas* verbunden ist. Der Lehrer gibt zur Charakterbildung den jungen *Brahmacharins* klare Anweisungen. Er gibt ihnen Regeln zur rechten Lebensführung. Sie sollen Tugenden, Lebensideale entwickeln, um sich darauf vorzubereiten, um *Brahma-Jnana* oder das Wissen des Selbst zu erreichen.

Die Zielrichtung der Instruktionen für das moralische und mentale Training wird eingehend beschrieben, um die Einführung des Schülers in *Brahmans* Wissenschaft vorzubereiten. Kurzum, es geht um das tägliche Studium der *Vedas*, das Praktizieren heiliger Riten, und um eine tugendhafte und fromme Lebensweise entsprechend den heiligen Schriften. Obwohl der erste *Valli* keinen Bezug zu den anderen *Vallis* hat, so ist dieser Abschnitt für das klare Verstehen der Doktrin außerordentlich wichtig, als Vorbereitung für den Strebenden notwendig. In dieser *Upanishad* wird diese Vorbereitung systematisch dargelegt.

Der zweite Abschnitt handelt von der Glückseligkeit *Brahmans*. Er beinhaltet die eigentliche Doktrin der *Taittiriya Upanishad*. Der Abschnitt beginnt mit folgenden denkwürdigen Vers der Rig-Veda, der die ganze *Upanishad* widerspiegelt: „Wer auch

immer *Brahman* kennt, der Existenz, Wissen und Unendlichkeit ist, wird zusammen mit dem allwissenden *Brahman* in der Kammer des Herzens wohnen, als wäre er mit IHM zusammen im unendlichen Äther, und darf sich sofort aller Wünsche erfreuen.“

Der Auftrag der Schöpfung wird in dieser *Valli* beschrieben: „Aus der Seele (*Brahman*) entsprang der Äther, aus Äther die Luft, aus Luft das Feuer, aus Feuer das Wasser, aus Wasser die Erde, und aus der Erde entwickeln sich wiederkehrende Pflanzen, aus Pflanzen kam die Nahrung, aus der Nahrung die Samen, und aus den Samen der Mensch; für den Menschen ist das Wesen der Nahrung wichtig.“ Diese *Valli* beschreibt, dass das Wissen *Brahmans Anandamaya* oder absolute Glückseligkeit ist. Die *Upanishad* befasst sich mit dem Wissen *Brahmans*.

Die dritte *Valli* behandelt die Geschichte *Bhrigus*, Sohn *Varunas*. *Bhrigu* wurde von seinem Vater eingeweiht. Er verstand die Glückseligkeit als *Brahman*, nachdem er sich der Buße unterzog. Es handelt sich um eine Erzählung zur Bestätigung der Doktrin, die in der vorhergehenden *Valli* gelehrt wurde. Offensichtlich wird das Wissen *Brahmans* nicht sofort verstanden. Es gibt verschiedene Stufen, die der Strebende durchlaufen muss, um eine immer klarere Vorstellung von *Brahman* zu entwickeln. Um das Wissen zu erreichen, bedarf es *Tapas* oder tiefer Meditation. Nur in diesem Abschnitt werden die *Kosas* oder Hüllen klar beschrieben. Die Doktrin der *Vedanta* bzgl. der drei Körper und den fünf Hüllen basieren auf diese *Upanishad*.

In der *Arundhati Nyaya* wird dem Menschen zunächst ein großer, dann immer kleinere und schließlich der kleinste Stern gezeigt. Genauso verhält es sich mit den in dieser *Valli* gegebenen Instruktionen, wobei der Geist vom groben hin zu immer subtileren, und schließlich bis hin zum subtilsten Punkt von allen geführt wird, d.h. zu *Atman* oder dem Selbst, das in den fünf Hüllen eingeschlossen ist.

## Siksha Valli (Instruktionen)

### 1. Anuvaka

**Möge die Sonne uns gewogen sein! Möge *Varuna* uns gewogen sein! Mögen *Indra* und *Brihaspati* uns wohl gesonnen sein! Möge *Vishnu* mit uns sein! Ehre sei *Brahman*! Verehrt seiest du, oh *Vayu*! Du bist der sichtbare *Brahman*! Ich werde vom sichtbaren *Brahman* verkünden; ich rufe dich an! Ich rufe dich als die Wahrheit an! Möge ER den Lehrer beschützen! Möge ER mich beschützen! OM, Friede, Friede, Friede!**

*Anuvaka* bedeutet: ‚Kapitel der *Vedas*‘. *Siksha* bedeutet ‚Instruktion‘. Hier jedoch bedeutet es: ‚die Wissenschaft der Aussprache‘. Als erste Stufe der Anweisungen der *Vedas* geht es hier um die formale Disziplin, *Siksha* genannt. Es ist das erste von sechs Gliedern der *Veda* (*Vedangas*). *Vayu* ist *Hiranyagarbha* oder kosmisches *Prana*. Das Wiederholen des Frieden-*Mantras* soll die Gottheiten (*Devatas*) besänftigen. Der spirituelle Pfad wird durch ihre Gnade besänftigt, alle Hindernisse auf dem Weg beseitigt. Man wird das Erlernte nicht vergessen. Man bleibt bei guter Gesundheit, indem man die *Devatas*, die in den verschiedenen Organen wohnen, verehrt. Ihre Gunst wird in den Service eingeschlossen, denn nur wenn sie Gesundheit gewähren, kann das Studium ohne Hindernisse vorstatten gehen. Wenn man das Frieden-*Mantra* vor der Meditation wiederholt, wird die

Meditation gut verlaufen. Das dreimalige Wiederholen von ‚*OM Shanti*‘ beseitigt eigene innere Hindernisse, Hindernisse von den Gottheiten und lebenden Wesen.

Die Sonne (*Mitra*) ist die herrschende Gottheit über die Aktivitäten von *Prana* und des Tages. *Varuna* ist die vorherrschende Gottheit für die Aktivitäten von *Apana* und der Nacht. *Aryana* (die Sonne) ist die vorherrschende Gottheit für die Augen und die Sonne. *Indra* wacht über die Kraft und *Brihaspati* über Sprache und Intellekt. *Vishnu* ist die Gottheit der Füße.

*Hiranyagarbha* ist manifestierter *Brahman*. ER steht dem Menschen näher als die Sinne, Augen usw. Möge *Brahman* mich beschützen, indem ER mir Wissen gewährt. Möge derselbe *Brahman* meinen Lehrer beschützen, indem ER ihm die Fähigkeit verleiht, die Schriften zu erläutern.

Da alles durch Alle bewirkt wird und ihre Früchte unter der Kontrolle von *Prana* (*Hiranyagarbha*) stehen, sind Alle verehrt. Ich rufe Dich, das Wahre, denn das Wahre wird durch die Intelligenz, das Studium der Schriften und deren praktische Anwendung bestimmt. Ich rufe Dich, das Wahre, weil die Wahrheit, die beim Sprechen praktiziert wird, durch Deine Gnade und Deinen Einfluss ermöglicht wird.

(Das ‚*Shanti Mantra*‘ und die erste *Anuvaka* beinhalten denselben Text, und doch werden Text und Bedeutung nicht wiederholt.)

## **2. Anuvaka**

**Die korrekte Aussprache von *Mantras* ist wichtig, um daraus die Früchte zu erfahren. Wichtig ist die korrekte Aussprache der Silben, deren Klang, deren Länge, deren intensive Betonung, deren Fluss und Verbindungen zu nachfolgenden und vorhergehenden Silben, den Zusammenklang usw. bildet.**

Die richtige Aussprache eines *Mantras* ist sehr wichtig, wenn man einen Nutzen davon haben möchte. Man sollte *Mantras* nicht hastig dahersagen. Wenn man eine *Mala* mit 108 Knoten zum Wiederholen eines *Mantras* in einer bestimmten Zeit absolvieren möchte, geht die korrekte Aussprache verloren. Der wirkliche Effekt eines *Mantras* liegt in seiner korrekten Aussprache. Die Kraft eines *Mantras* liegt im Zusammenklang seiner richtigen Aussprache. Klang und betontes Objekt sind untrennbar miteinander verbunden. Ein *Mantra* erzielt nur seine Wirkung, wenn es richtig ausgesprochen wird.

Darum ist das Wissen von der Phonetik für einen Schüler außerordentlich wichtig. Wer dieses Prinzip beherrscht, hat seinen Nutzen. Man befasst sich in diesem Kapitel insbesondere mit der korrekten Phonetik, da sie in den nachfolgenden Kapiteln von Bedeutung ist.

## **3. Anuvaka**

**1. Die Schüler sagen: Möge der Ruhm über uns kommen. Möge das Licht von *Brahmans* Wissen bei uns sein. Die Lehrer antworten: Nun werden wir die**

**Upanishad der Samhita, aufgeteilt nach fünf Themenbereichen, erklären: der erste Teil betrifft die Welt, der zweite die Auserwählten, der dritte das Wissen, der vierte die Früchte, der fünfte die Seele. Dieses sind, so heißt es, die großen Samhitas.**

*Samhitas* sind eine Sammlung von so genannten Hymnen, wie die *Rig-Veda*, und hier bedeutet es eine Sammlung von Hymnen verschiedener Schulen. Es handelt sich bei o.a. Text um ein Eröffnungs-Gebet (aus dem Sanskrit) von Schülern, die um die Gnade des Verstehens bitten. Die Regeln für die Aussprache wurden dem Schüler bereits erklärt. Weitere Anbetungen folgen, bevor die themenbezogene Einweihung beginnt.

Das Wissen *Brahmans* wird *Upanishad* genannt, weil es Unwissenheit beseitigt, die Ursache von Wiedergeburt und Tod. Dieses Wissen bringt den Studierenden näher zu *Brahman*. Man nennt es auch *Upanishad*, weil es sich bei dem Thema um *Vidya* oder um das Wissen des Selbst handelt.

**2. Mit Bezug auf die Welt ist die Erde die erste, der Himmel die letzte Form. Akasa (Äther) ist die verbindende Einheit. Vayu (Luft) ist das Medium der Einheit. Dieses alles betrifft die Welt.**

Auf den ersten Buchstaben, Klang, die erste Verbindung oder *Samhita* sollte meditiert werden, indem man auf die Erde meditiert. Der letzte Buchstabe bildet das Himmelszelt, das über allem steht, auf das sollte man als letztes meditieren. Die Mitte zwischen Erde und Himmelszelt bildet der Raum, auf den man meditiert. *Akasa* bedeutet *Antariksha*, der Raum zwischen Himmel und Erde. Die Verbindung liegt zwischen der ersten und der letzten Form. Dieses wird so bezeichnet, weil die erste und letzte Form in diesem Raum (Äther) zusammentreffen.

**3. Bezogen auf das himmlische Licht ist Feuer die erste Form und die Sonne die letzte. Wasser ist das Bindeglied. Das Leuchten ist das Medium dieser Vereinigung von Feuer und Wasser.**

**4. Bezogen auf das Wissen ist der spirituelle Lehrer die erste und der Schüler die letzte Form. Das Wissen ist deren Verbindung. Die Instruktion ist das Medium der Verbindung.**

**5. Bezogen auf die Frucht sind die Mutter die erste und der Vater die letzte Form. Die Frucht ist deren Verbindung bzw. die Folge der Vereinigung. Die Fortpflanzung ist das Medium.**

**6. Bezogen auf die Seele ist der Unterkiefer die erste und der Oberkiefer die letzte Form. Die Sprache bildet die Vereinigung. Die Zunge ist das Medium. Dieses sind die großen *Samhitas*. (Hier wird die Seele im Sinne des Körpers benutzt)**

**7. Wenn man auf diese Weise auf diese Verbindungen auf die zuvor beschriebenen *Samhitas* meditiert, erhält man alle Früchte, d.h. Reichtum, das Licht *Brahmans*, jedwede Form von Nahrung und die Welt des Himmels.**

Die Meditation sollte immer voller Vertrauen erfolgen. Sie sollte entsprechend der Schriften vollzogen werden.

Derjenige, der voller Hingabe seinem spirituellen Lehrer und *Guru* vertraut, von dem heißt es, dass er Gott dient. Dieser Schüler bekommt die Früchte seines Dienens. Derjenige, der auf diese großen *Samhitas* meditiert, bekommt deren Früchte, Werte usw.

Der Geist des Schülers wird durch diese zuvor erwähnten fünf Arten der Meditation trainiert und diszipliniert. Der Geist wird zunächst auf grobe und weiter auf immer subtilere Objekte fixiert. Der Geist, der Verstand, gewinnt auf diese Weise an Schärfe, subtiles Denkvermögen und an Konzentrationsfähigkeit. Irgendwann ist der Geist bereit, auf den subtilsten *Atman*, das innerste Selbst allen Seins, zu meditieren.

#### **4. Anuvaka**

**1. Möge ER, der der Absolute unter allen Gottheiten ist, der von kosmischer Gestalt, von den unsterblichen Vedas geboren wurde, der der Herr von allem ist, mich mit seiner Weisheit stärken. Möge ich zum Wissenden werden, was zu Unsterblichkeit führt. Möge mein Körper zur Meditation bereit sein. Möge meine Zunge außerordentlich süß sein. Möge ich viel mit meinen Ohren hören. Du bist die Hülle Brahman, die Sein Wissen umhüllt. Mögest Du das beschützen, was ich vernehmen durfte.**

In diesem Abschnitt geht es um das Opfer für erhaltenes Wissen und um Werte. Es findet eine Anrufung des Schülers an das OM statt, dem Symbol *Brahman*, der Mutter aller *Vedas* für die Segnung des Wissens und weltliche Besitztümer.

OM ist in jeder Form der Sprache verborgen. OM steckt in allen artikulierten und nicht artikulierten Klängen. OM ist der Herrscher der *Vedas*, absolut vorherrschend. OM ist die machtvollste Silbe aller *Vedas*. Es ist auch ein Name *Brahman*. Darum ist das heilige OM als außerordentlich herausragend zu betrachten. Der ‚Selbstlaut‘ ist hier das Objekt der Meditation. Es ist richtig, OM als absolut vorherrschend zu verehren. OM übertrifft den Nektar der *Vedas*. OM ist das Wesen der *Vedas*. *Prajapati (Brahma)* übte sich in Buße, um herauszufinden, welche der Welten die Beste sei, die Welt der *Devas*, der *Vedas* oder die Welt der *Vyahritis* (heiligen Silben). OM offenbarte sich IHM als das Höchste, das Absolute. OM ist ein sicheres Schiff, um den Ozean der Unwissenheit zu überqueren. Man kann *Brahman* mithilfe von OM erreichen. OM ist der Herr aller, denn der Klang vermag alle Wünsche zu erfüllen.

Möge der Körper bereit zur Meditation sein. Körper und Sinne sollten gesund sein. Nur dann kann man das Wissen *Brahman* empfangen. Möge meine ‚Zunge‘ süß werden, d.h. mögen meine Worte und meine Sprache süß werden.

So wie die Scheide die Hülle des Schwertes ist, so ist das OM die Hülle *Brahman*. Das OM wird durch weltliches Wissen verschleiert. OM ist der Schrein *Brahman*, der durch die Intelligenz verdeckt ist. OM ist die Hülle *Brahman*, in dem

das allgemeine Verstehen eingewickelt ist. OM oder *Brahman* wird nicht vom normalen Verstand offenbart.

(Die nächsten Verse beinhalten Hymnen für Feuer-Opfer, um Werte zu erlangen, dabei wird in der Anrede von der dritten auf die erste Person gewechselt.)

**2. Man bringt den ‚Gottheiten der Werte‘ Opfer dar, um ‚Meine‘ Kleidung, Essen und Trinken, Schafe, Ziegen, und anderes Vieh schnell und ständig zu vermehren. Mögen die *Brahmacharins* von allen Seiten und in großer Zahl zu ‚mir‘ kommen. Mögen die *Brahmacharins* ihre Sinne kontrollieren und Ruhe im Geist erlangen. Möge ‚ich‘ berühmt und reich werden. Möge ‚ich‘, oh Herr, in Dich eintreten. Mögest DU, oh Herr, in mich eintreten. Möge ich in Deinen tausenden Zweigen gereinigt werden.**

**So wie Wasser in niedere Ebenen fließt, so verrinnen die Monate eines Jahres, und so mögen auch die *Brahmacharins* von allen Seiten zu mir kommen. Du bist mein Rastplatz. Mögest Du mich erleuchten. Möge ich zu Dir kommen.**

Diese *Mantras* werden gesprochen, wenn man Opfergaben in das heilige Feuer ‚gießt‘. Der Adressat ist die heilige Silbe OM. Der Schüler bittet um die zuvor beschriebenen Werte. Der Schüler sagt dann: „Nachdem ich die Weisheit zusammen mit den Werten empfangen habe, gib mir Schafe, Ziegen, und anderes Vieh.“ Mit ‚*Svaha*‘ (Opfer) wird alles einzeln als Opfer dargeboten.

Man kann mithilfe von Werten Großes, Tugendhaftes vollbringen. Solches Handeln zerstört Sünden. Wissen dämmert, wenn Sünden zerstört wurden. In den Schriften heißt es: „Weisheit erhebt sich, wenn die Sünden im Menschen zerstört wurden. Dann erkennt er das absolute Selbst, *Paramatman*, in sich selbst, so wie er sein Gesicht in einem Spiegel erkennt.“

## **5. Anuvaka**

**1. 2. 3. *Bhuh, Bhuvah, Suvah*** – dieses sind drei heilige Einwüfe. Nach anderer Auffassung wird *Brahman* zusätzlich eingebunden. Die anderen Gottheiten gelten als Glieder.

***Bhuh* ist diese Welt. *Bhuvah* ist der Himmel. *Suvah* ist die nächste Welt. *Mahah* ist die Sonne. All Welten werden von der Sonne ernährt.**

***Bhuh* ist das Feuer. *Bhuvah* ist die Luft. *Suvaha* ist die Sonne. *Mahah* ist der Mond. Durch den Mond wachsen alle Koryphäen.**

***Bhuh* ist der Vers. *Bhuvah* ist die Energie. *Suvah* ist das Mantra der *Yajus-Veda*. *Maha* ist *Brahman* (OM). Aus *Brahman* erwachsen die *Vedas*.**

***Bhuh* ist *Prana*. *Bhuvah* ist *Apana*. *Suvah* ist *Vyana*. *Mahah* ist Nahrung. Durch die Nahrung wächst die Lebensenergie.**

**Derjenige, der diese *Vyahritis* kennt, kennt *Brahman*. Alle Gottheiten opfern IHM.**

Zu Anfang wurde die Meditation thematisiert, dann wurden die *Mantras* für jene beschrieben, die sich Weisheit und Werte wünschen. Diese *Mantras* führen zum Wissen. In diesem Abschnitt wird das Geheimnis der Meditation *Brahman* in Form der *Vyahritis* gelehrt. Man kann durch das Meditieren auf die *Vyahritis* Selbstverwirklichung erreichen.

*Mahah* wurde von *Mahachamasyah* entdeckt. Der Name ist ein wichtiger Bestandteil der Meditation. *Vyahriti Mahah* ist *Brahman*, denn *Brahman* ist *Mahat* (groß) und *Vyahriti* ist *Mahah*. Alles wird von *Atman* bedeckt. Das Wort *Atman* hat seine Wurzel in ‚*Vyap*‘ (bedecken), denn *Vyahriti Mahah* schließt alle anderen *Vyahritis* ein. In Form der Sonne, des Mondes, *Brahmans* und der Nahrung schließt es alle Welten, die Koryphäen (Erleuchteten), die *Vedas* und *Pranas* ein. Darum sind alle anderen Gottheiten seine Glieder oder Mitglieder.

Die Welten, Himmel usw. sind nur Glieder von *Mahah*. Darum heißt es, dass die Welten usw. durch die Sonne wachsen. Durch die Seele wachsen seine Glieder.

## **6. Anuvaka**

Man muss auf die Natur der Existenz meditieren. Auf diesem Pfad kann *Brahman* erreicht werden. Die Früchte der Meditation und die Art und Weise der Meditation werden in dem folgenden Abschnitt erklärt.

Im vorgehenden fünften Abschnitt heißt es, dass das Objekt der Meditation ein Symbol ist, d.h. *Vyahriti*, das als Welt usw. angenommen wird. In diesem Abschnitt ist *Brahman* als Gedanke mit zusätzlich verschiedenen Attributen das Objekt der Kontemplation. Zuvor sind die Frucht der Meditation: Opfergaben für die Gottheiten. Jetzt soll der Meditierende durch die Meditation den Herrn oder Unabhängigkeit erreichen; dieses ist auch eine Frucht der *Vyahriti*.

**Hier in diesem Raum im Herzen residiert *Purusha*, das aus dem Geist (*Manomaya*) besteht, unsterblich und prächtig ist.**

Zwischen den beiden Gaumensegeln (an der Gaumenwurzel) ist der Geburtsort *Indras* (*Brahmans*). Das ist der Weg, um *Indra* (*Brahman*) zu erreichen, d.h. dort wo die Haarwurzel abzweigt und den Schädel in zwei Bereiche teilt (Schädelbasis).

**ER residiert im Feuer wie *Bhuh*, in der Luft wie *Bhuvah*, in der Sonne wie *Suvaha*, in *Brahman* wie *Mahah*. ER selbst wird zum Herrn aller Gottheiten. ER wird zum Herrn des Geistes, des Sprechens, der Augen, Ohren und des Intellekts. Dann wird ER zu *Brahman*, dessen Raum seinen Körper ausfüllt, dessen Natur die Wahrheit ist, der sich der Lebendigkeit erfreut, dessen Geist Glückseligkeit ist, der voller Frieden und unsterblich ist. – Auf diese Weise sollst du meditieren!**



„Zwischen den beiden Gaumensegeln ist der Sitz *Indras*‘. Die wirkliche Wurzel liegt zwischen den beiden Schädelknochen an der Schädelbasis, nicht weit von Zungenwurzel und Gaumensegeln.

Die *Purusha* residiert in der Kammer des Herzens und sie durchdringt die Welt. ER ist vom Geist erfüllt und besitzt die Wissenskraft des Geistes. *Manas* ist das Wissen, d.h. die Grundlage des Menschen für das Wissen. *Manomaya* bedeutet: voll des Wissens, denn ER kann durch Wissen erkannt werden, oder es ist das, wodurch man denkt. *Manomaya* bedeutet: aus *Manas* (dem Geist), denn ER ist die vorherrschende Gottheit des Geistes, oder ER wird durch ihn erkannt und ER identifiziert sich durch *Manas* selbst, oder die Seele wird durch *Manas* offenbart. Beim Meditieren wird mithilfe von *Manas*, dem Geist, meditiert.

Diese *Purusha* oder Seele wird aus Gedanken gebildet. Der Schüler bereitet sich mit Riten auf die Meditation vor, um sich von Sünden zu befreien, wie in den vorherigen Abschnitten beschrieben. Für den Strebenden ist es dann leicht, auf *Brahman* in Form einer leuchtenden Flamme in der Kammer des Herzens (*Jyotir-dhyana*) zu meditieren. Wer auf *Brahman* im Herzen meditiert, empfängt IHN direkt wie eine Frucht in seiner Handfläche.

*Brahman* durchdringt den ganzen Körper. Für einen Anfänger ist es schwer, sich auf den all-durchdringenden *Brahman* zu konzentrieren. Darum haben die *Rishis* die Kammer des Herzens zu seinem Sitz erkoren, um Anfängern die Möglichkeit zu geben, sich auf *Brahman* im Herzen zu konzentrieren. Diese Form der Meditation ist als *Dahara Vidya* oder *Sandilya Vidya* bekannt, wie in der *Chhandogya Upanishad* beschrieben.

Die Kammer des Herzens ist wie ein Hohlraum, in den viele *Nadis* münden. Das Herz ist wie eine Lotusblüte mit dem Kopf nach unten geneigt. Hier residiert die *Purusha*, *Brahman*, der All-Wissende, der Herr aller. ER ist *Atman* der Wissende, der IHN im Herzen bewahrt.

Wie verlässt ein Yogi seinen Körper nach dem Tod? Es gibt eine sehr wichtige *Nadi*, die oberhalb des Herzens beginnt und zwischen den beiden Gaumensegeln entlang verläuft. Diese *Nadi* ist der Weg, um *Indra* zu erreichen. Es ist der Weg zur Verwirklichung *Brahmans*. Der Yogi betritt mithilfe von *Udana Vayu* die *Sushumna-Nadi* und verlässt seinen Körper, nachdem er den Schädel ‚gesprengt‘ hat. Beim Eintreten in diese *Nadi* konzentriert sich der Geist auf diesen einen Punkt und ist dann sofort in der Lage, das unsterbliche absolute Selbst, *Paramatman*, zu verwirklichen. Die *Sushumna-Nadi* ist die Heimstatt des absoluten Herrn. Dieses ist der Weg, um Unsterblichkeit zu erlangen. Der Yogi praktiziert *Kechari-Mudra*, blockiert dabei mithilfe der Zunge die hintere Nasalöffnung, verhält im Atem und führt *Prana* (die Lebensenergie) zum Haupt des Kopfes. Er wird zu *Brahman*, *Saguna Brahman* (absolutes Sein mit allen Qualitäten). Der Yogi, der auf diese Weise den Körper verlässt, wird eins mit *Hiranyagarbha*. Dieses ist der Weg eines *Devayana* (gottgleichen Yogi).

Derjenige, der den Pfad der *Sushumna* kennt und *Atman* sieht, verlässt seinen Körper durch den Kopf und residiert im Feuer, das in dieser Welt wie *Vyahriti Bhuh* vorherrscht, und er ist damit Teil *Brahmans*. ER bedeckt die ganze Welt. Auf ähnliche

Weise residiert ER in Luft und Sonne. Wenn ER zum *Atman* aller wird, gehören ihm die Sinne aller.

Derjenige, der sich in dieser Welt selbst ein König ist, wird als *Svaraj*, unabhängiger Herr, bezeichnet. Auch derjenige, der auf *Brahman* meditiert, wird ein solcher König. Er erlangt Herrschaft über seinen Geist, Intellekt, sein Sprechen, seine Hören, Sehen usw. Alle Gottheiten fühlen sich bei ihm wohl. Er bekommt die Kraft, die *Agni*, *Vayu* und *Aditya* (die Sonne) besitzen. Durch die Meditation auf die vierte *Vyahriti* findet er sein Zuhause in *Brahman*. Er bekommt die Kraft *Brahmans*. Er wird zum Herrn über *Agni* und anderen untergeordneten Gottheiten. Als ihr König werden ihm viele Opfergaben zuteil. Wenn er den Zustand der universalen Seele erreicht hat, wird er Herr über den Geist, den Intellekt, das Sprechen, den Sehen und Hören allen Seins.

Meditiere auf *Brahman*, der alle zuvor beschriebenen Qualitäten besitzt. Dieses ist die Anweisung des spirituellen Lehrers *Mahachamasya*, um die Beziehungen im Schüler zu wecken. Diese Ermahnung des Lehrers offenbart dessen hohe Achtung für die hier gelehrt Wahrheit.

## **7. Anuvaka**

Der wichtigste Punkt dieser *Sruti* liegt darin zu lehren, dass alles in Wirklichkeit *Brahman* ist. Der Strebende wird Schritt für Schritt zur Verwirklichung des höchsten Ziels geführt, d.h. alles ist ausschließlich *Brahman*, was in Form von *Vyahriti* bereits erläutert wurde. Die Meditation auf denselben *Brahman* in Form der *Panktas* (fünffachen Hüllen), angefangen mit der Erde (repräsentiert durch die fünffache Welt, die fünf vorherrschenden Gottheiten und die fünf Sphären in Bezug auf die Seele) wird in diesem Abschnitt erklärt.

**1. Himmel und Erde, der Raum dazwischen, die vier Viertel; Feuer, Luft, Sonne, Mond und Sterne; Wasser, Pflanzen, Wälder, Bäume, Raum und *Atman*. – all dies hat Einfluss auf das lebendige Sein.**

**Nun, was die Seele betrifft: *Prana*, *Vyana* (Blutzirkulation), *Apana* (Nerven), *Udana* (Lebensenergie) und *Samana* (Verdauungsenergie); Augen, Ohren, Geist, Sprechen und Berühren; Haut, Fleisch, Muskeln, Knochen und Knochenmark.**

**Nachdem all das analysiert wurde, d.h. die fünffache Lebensenergie, die Welten, Gottheiten, das Sein, *Pranas*, Sinne und Elemente des Körpers, sagte der *Rishi*: „All dies ist *Pankta* (fünffach). Allein durch *Pankta* gewinnt er die Kraft.“**

In den vedischen Texten heißt es: „Eine Ansammlung von fünf Wörtern ist *Pankta*.“ Alle Erklärungen über die Welten, die Seele usw. beinhalten immer fünf Begriffe, durch *Pankta* bestimmt. Das wird durch heilige Opferhandlungen bestimmt. Beim Opfern erreicht man *Brahman* durch die Natur des *Pankta* (eine vedische Maßeinheit: mit fünf ‚Füßen‘ und acht Silben je Fuß). Um das Universum als eine *Pankta* zu komplettieren, besteht es aus fünf Objektgruppen wie z.B. Erde usw., um es als heiliges *Yajna* (Opferritus) zu erfüllen.

Erde, Raum, Himmel, die vier Hauptviertel und Zwischenviertel bilden *Lokapankta*, eine Ansammlung der fünf Welten. Feuer, Luft, Sonne, Mond und Sterne sind die Ansammlung der fünf Gottheiten. Gewässer, Waldbäume, Raum und *Atman* bilden die fünf Lebensräume (*Bhutas*). Mit *Atman* ist hier *Virat* gemeint, d.h. die universale Seele, die sich selbst als sichtbare physische Welt offenbart. Die fünf groben äußeren Objekte werden als *Adhibhuta* bezeichnet.

Beginnend mit *Prana* werden die fünf Lebensenergien beschrieben. Angefangen mit ‚den Augen‘ geht es um die Ansammlung der Sinne. Mit der Haut werden die fünf Körperflüssigkeiten beschrieben (*Dhatu*). Dieses alles betrifft die Seele. Hier sind die Ansammlungen der fünf internen und subtilen Objekte beschrieben.

Die indischen Seher der damaligen Zeit haben die ganze objektive Welt eingehend analysiert und als fünffach klassifiziert. Sie haben die objektive Welt in zwei Teile geteilt, d.h. in *Adhibhuta* und *Adhyatma*.

Alles ist *Pankta*, d.h. fünffach in seiner Natur. Die äußere Ansammlung der ‚Fünf‘ sind angefüllt durch fünf innere Ansammlungen, die mit der Seele verbunden sind. Die beiden Unterteilungen sind unter einem Dach vereint. Sie sind als ein und dasselbe bekannt. Derjenige, der auf all diese *Panktas* meditiert, wird eins mit *Brahman*, *Prajapati*.

## **8. Anuvaka** (*Meditation auf OM*)

**1. OM ist *Brahman*. All dies ist OM. OM wird angewendet, um Zustimmung zu erhalten. Durch das Rezitieren von OM wird das Singen heiliger Lieder begonnen. Mit ‚OM Som‘ beginnen die Gebete. Mit OM beginnen die Priester ihre Gottesdienste, geben Antworten. Mit OM gibt *Brahma*, der höchste Priester, seine Zustimmung. Mit OM werden Opfergaben ins Feuer gegeben. ‚Möge ich *Brahman*, die *Vedas*, erwerben‘ – denkt *Brahma* und sagt OM, bevor er mit dem Rezitieren der *Vedas* beginnt; und er erwirbt die *Vedas* (*Brahman*).**

Die Schriften lehren zuerst die Meditation auf *Brahman* in Form des Rezitierens der *Vyahriti*, dann in Form der *Panktas*, der fünffachen Gruppen. Jede Meditation und jeder Gottesdienst beginnt mit der Silbe OM als vorangehendes Accessoire, so wie es hier in diesem Abschnitt zum Ausdruck kommt.

Der siebte Abschnitt ist den einfacheren Schülern mit einfacher Intelligenz gewidmet. Die Form der Meditation ist einfach. Die Meditation auf *Brahman* in Form von Erde und anderen sichtbaren groben Formen wird hier gelehrt. Die sechste Lektion hingegen gilt der mittleren Klasse von Schülern, wo Meditation auf *Brahman* mithilfe subtiler Formen, wie Manas usw. beschrieben wird. Diese achte Lektion ist der höchsten Klasse von Strebenden gewidmet, d.h. die Meditation des reinen *Brahman*, wie in der *Vedanta* erklärt, initiiert von *Pranava*, wird hier beschrieben.

Obwohl die Silbe OM nur ein Klang ist, dient sie in Wirklichkeit dem Erreichen des höheren bzw. niederen *Brahman*. OM ist die Heimstatt oder das Image des

höheren wie niedern *Brahman*, wie ein Idol *Vishnus*. In den Schriften heißt es: ‚Durch das allein geht der Strebende zu IHM.‘

Man sollte auf die Silbe OM meditieren, als sei sie *Brahman* in Form eines Wortes, denn durch OM werden alle Wörter abgedeckt. *Pranava* oder OM wird von allen aufs Höchste geachtet. OM ist reiner Klang. OM ist in sich selbst ohne Gefühl, und kann sich darum der Verehrung nicht bewusst sein, und doch, im Fall seiner Verehrung als Idol, ist sich der Herr der Handlung des Verehrers vollkommen bewusst. ER gewährt dem Meditierenden die Früchte.

OM ist *Brahman*, das ganze Universum. Jeder, der die vedischen Riten praktizieren möchte, beginnt mit OM. Jedes *Mantra* beginnt mit OM. Jeder Opfertopf geht ein OM voraus, bevor sie ins Feuer geworfen wird. So wie jede Handlung, die mit OM beginnt, fruchtbar ist, so sollte auch die Meditation auf *Brahman* immer mit OM beginnen. So wie jedes Blatt mit einem Stiel verbunden ist, so ist alles Sprechen mit OM verbunden. So wie alles mit einem Namen verbunden ist, so ist alles Sichtbare mit OM verbunden. So wie *Brahman* die Grundlage für alles ist, so ist OM die Grundlage für jeden Klang und das Sprechen.

Sprich oder singe die Silbe OM, die Bezeichnung *Brahmans*. Wiederhole, rezitiere OM. Da OM in allem ist, gilt es als Symbol *Brahmans*, der ebenfalls in allem gegenwärtig ist.

## **9. Anuvaka**

Es heißt, dass man allein durch Wissen mehr Unabhängig erreicht. Man mag glauben, dass Pflichterfüllung in Bezug auf die Schriften von Nutzen sei. Diese *Anuvaka* behandelt diese Arbeit, um zu zeigen, dass diese Arbeit am Ende des Lebens von Bedeutung ist.

In der achten Lektion hieß es, man sollte auf OM meditieren. Man mag glauben, dass das höchste Ziel allein durch Verehrung erreichbar sei, und dass Arbeit nicht von Bedeutung ist. Dieses Kapitel lehrt, dass Pflichten mit Verehrung einhergehen sollten. Denn wenn die Pflichten gemieden werden, können Verehrungen nicht den gewünschten Effekt erzielen.

Diese Pflichten werden hier beschrieben, um das Meditieren für denjenigen zu ermöglichen, der einen unreinen Geist hat. Derjenige, der *Brahman* erreicht hat, hat nichts mit dieser Arbeit zu tun. Niemand, der ständig meditiert, kann ein Ritus ausführen. Er sollte über Körper, Geist und Sinne eine gewisse Kontrolle ausüben.

**1. Rechtschaffenheit, das Studium und Lehren der Vedas sollten zusammen praktiziert werden. Ähnlich verhält es sich mit der Wahrheit, Buße, Kontrolle der Sinne, Stille, den heiligen Feuern, Opferfeuern, der Unterhaltung von Gästen, der Erfüllungen menschlicher Pflichten, Kinder aufziehen, der Zeugung von Nachwuchs. Bei all diesen Tätigkeiten sollte auch das Studium und Lehren der Vedas nicht zu kurz kommen. Satyavachas war allerdings der Ansicht, dass Wahrheit allein praktiziert werden sollte. Taponitya meinte, allein die Buße wäre ausreichend. Naka war der Ansicht, allein das Studium und Lehren der Vedas sollte praktiziert werden.**

In dieser *Anuvaka* wird betont, dass das Studium der *Vedas* mit den allgemeinen Pflichten kombiniert werden sollte. Es wird viel Wert auf das Studium und dem Lehren der *Vedas* gelegt. Derjenige, der ein Verlangen nach dem Studium der *Vedas* verspürt, muss diese auch ein Leben lang lehren. Er sollte rechtschaffen und ehrlich sein, seine Sinne kontrollieren und den Herrn verehren, Opferfeuer entzünden, Opferzeremonien abhalten und Gäste bewirten und unterhalten. Er sollte seinen sozialen Aufgaben nachkommen, Kinder in die Welt setzen und aufziehen. Die Pflichterfüllung wird ihm helfen, das höchste Ziel zu erreichen.

Bai all diesen Pflichten sollte auch ein Augenmerk auf das Studium der *Vedas* gelegt werden. Das Wissen der *Vedas* kann nur durch ein richtiges Studium erlangt werden, denn das höchste Gut beruht auf diesem Wissen. Durch ein regelmäßiges Studium gehen die Inhalte nicht verloren und Tugenden werden entwickelt. Das Wissen vervollkommnet sich und beeinflusst das Lehren. Die Verbreitung spirituellen Wissens ist das höchste Gebot. Es ist auch die höchste Form der Wohltätigkeit, denn es zerstört menschliches Leiden durch Wissen. Das Studium und das Lehren der *Vedas* beinhaltet eine Art von Buße, das höchste *Tapas* (spirituelle Praxis).

Im letzten Abschnitt der *Sloka* werden Heilige zitiert, wobei es um das ausschließliche praktizieren von Wahrheit, Buße bzw. dem Studium und Lehren der *Vedas* geht. Abschließend heißt es, dass diese Disziplinen von höchster Bedeutung sind. Als Fazit gilt: das Studium und Lehren der *Vedas* ist höchst inspirierend.

## **10. Anuvaka**

Diese Lektion behandelt ‚rechtes Denken‘ und andere tugendhafte Handlungen. Diese Lektion handelt auch von der Weisheit oder spirituellen Erfahrungen. Göttliche Visionen, intuitives Wissen der Wahrheit führen zu Befreiung. Diese Dinge widerfahren Wunschlosen, denen nach Wissen dürstet, die sich bei den nützlichen Pflichten engagieren, wie es in den Schriften heißt. *Brahmans* Wissen steigt intuitiv, ungelehrt auf. Durch das Wiederholen des folgenden *Mantras* lernen selbst jene Menschen die *Vedas*, die normalerweise dazu nicht in der Lage sind. Dieses *Mantra* sollte immer vor dem Beginn des täglichen Studiums der *Vedas* rezitiert werden.

**1. Ich versetze oder schneide den Baum (der Wiedergeburt). Ich bin so berühmt wie die Spitze des Berges. Ich bin absolut rein. Ich bin der Unsterbliche, so wie ER ist in der Sonne. Ich bin der schimmernde Wert. Ich bin von großer Weisheit, unsterblich, unveränderlich. Dieses ist die Offenbarung *Trisankus*.**

In den Schriften spricht man von der Offenbarung *Trisankus*, einem *Rishi*. Diese Hymne dient der Unterstützung des Suchenden nach dem Selbst.

Diese Welt wird mit einem Baum verglichen. Bei dem Baum bezieht man sich auf *Asvattha*, d.h. ‚es kann morgen schon zu spät sein‘.

Die Welt, in der wir leben, ist veränderlich, illusorisch. Sie wird mit einem Baum verglichen, da sie sterblich wie ein Baum ist. Der Baum (die Welt) kann durch Erkenntnis des Selbst samt Wurzel gefällt werden. *Trisanku*, der Selbstverwirklichung erreicht hat, sagt, dass er die Welt durch das Wissen *Atmans* zerstört hat. Das kann auch bedeuten: ‚Ich kann den Baum des *Samsara* bewegen, weil ich die Seele darin bin‘.

Die Größe eines Heiligen ist unbeschreiblich. Selbst Gottheiten bringen ihm Opfer dar. Darum sagt er auch: ‚Mein Ruhm ist wie die Spitze des Berges‘.

„Ich bin der Unsterbliche, der in der Sonne wohnt. Ich bin so rein wie der Unsterbliche, der in der Sonne wohnt.“ Das bezieht sich auf *Savitri Purusha*, die Offenbarung *Brahmans* in der Sonne.

Das Wissen *Brahmans* dämmert bei den Menschen ohne fremdes Zutun, die ihren Pflichten den Schriften entsprechend nachkommen, die frei von Bindungen, Wünschen und Egoismus sind, und die nach dem höchsten Ziel streben. Wissen dämmert bei denen, dessen Geist durch das Studium der Schriften und dem Rezitieren von spirituellen Texten geläutert wurden.

Wissen von *Brahman* ist wie der leuchtende *Brahman*, so wie ein Licht die Existenz eines Objekts ermöglicht, so offenbart das Licht des Wissens des Selbst *Brahmans*. Es ist außerordentlich wertvoll, denn es ist die Ursache für Glückseligkeit und Befreiung von Leiden und weltlichen Vergnügen.

## **11. Anuvaka**

Nun folgte die letzte Instruktion an die Schüler, wie es in jenen Tagen üblich war, wenn sie ihren Studien unter einem Lehrer beendeten. Dieses entspricht auch der konventionellen Art und Weise an den heutigen Universitäten, wenn das Examen bestanden wird und die Studenten ihre Diplome erhalten.

**1. Am Ende der Studien über die Vedas ermahnten die Lehrer ihre Schüler: Sprich immer die Wahrheit. Erfülle deine Pflichten. Weiche niemals von dem Studium der Vedas ab. Erfülle deine Pflichten gegenüber deiner Nachkommenschaft, mahnte der Lehrer nochmals, als er den Lohn seiner Wünsche erhalten hatte. Weiche niemals von der Wahrheit, deinen Pflichten ab. Verweigere keine Wohltaten und drücke dich weder vor den Studien noch dem Lehren der Vedas.**

Sprich die Wahrheit. Wahrhaftigkeit bedeutet, ohne Heuchelei oder Verurteilung zu sprechen. Man sollte niemals lügen, sei es auch nur eine kleine Notlüge oder weil man etwas vergessen hat.

Gehe deinen Pflichten nach, wie in den Schriften beschrieben. Es beinhaltet die Einhaltung der Regeln von *Agnihotra* (das Feueropfer) und andere Riten, wie bereits beschrieben. Außerdem gehört zu den Pflichten: *Dharma*, d.h. in tugendhafter, rechtschaffener Weise zu leben. Die Schülerschaft endet, nachdem dem Lehrer die Geschenke in Form von Kühen, Gold usw., wie erwünscht, übergeben wurden. Danach wird der Schüler vom Lehrer noch einmal ermahnt, sich

eine Frau zu nehmen und für Nachkommenschaft zu sorgen. Heiraten hat nichts mit sexuellen Freuden zu tun, sondern es ist eine heilige Pflicht gegenüber den Vorvätern und der Gesellschaft. Die Linie der Familie muss aufrechterhalten bleiben. Den verstorbenen Seelen muss immer wieder geopfert werden. Die Gesellschaft muss ebenfalls am Leben erhalten werden. Wenn keine Kinder geboren werden, muss alles getan werden, d.h. Opferungen, Riten usw., um doch Kinder zu bekommen. - Ein geläuterter spiritueller Schüler, der frei von weltlichen Bedürfnissen ist, kann jedoch *Sannyasin* werden, ohne eine Familie zu gründen.

Das Herz wird durch die Ausübung der in den Schriften aufgezeigten Pflichten gereinigt. Mit reinem Herzen erhält man schon sehr bald das Wissen *Brahmans*. In den Schriften heißt es: „Man sollte sich durch eiserne Disziplin von Sünden befreien, dann erreicht man durch Wissen Unsterblichkeit. Man sollte unbedingt durch Strenge nach *Brahman* streben.“ Darum muss man seinen Pflichten nachkommen. Mithilfe der täglichen Pflichten nähert man sich schrittweise dem großen Ziel der Emanzipation, ein Gefühl von Wissen. *Brahma Jnana* dämmert sehr schnell in gereinigten Herzen.

Die Pflichten sollten solange ausgeübt werden, bis die Sünden vernichtet wurden. Danach gibt es keinen Sinn, weiter an diesen Pflichten festzuhalten.

In den Schriften heißt es: „Derjenigen, der in der Wahrheit lebt, dem die Furchtlosigkeit eine wichtige Stütze ist, der vernichtet Gedanken wie ‚warum bin ich nicht rechtschaffen gewesen?‘ Ihm fließt Sicherheit und Stärke zu.“ In der *Isavasya Upanishad* heißt es dazu: „Wer den Tod durch *Karma* überwindet, erlangt durch Wissen Unsterblichkeit.“ Derjenige, der die *Vedas* unter einem Lehrer studiert, erhält, bevor er heimkehrt, Pflichten von seinem Guru auferlegt. Das Wissen beginnt mit den Pflichten! Die Pflichten sollten das ganze Leben lang und nicht nur für einen kurzen Zeitraum wahrgenommen werden.

Wahrheit muss man auch im Zusammenhang mit anderen Tugenden sehen, wie: *Ahimsa* (nicht verletzen), *Asteya* (nicht stehlen), *Brahmacharya* und *Aparigraha* (Leidenschaftslosigkeit). Das Erlernte sollte weitergegeben werden!

**2. Versage den Gottheiten und Eltern niemals deine Pflichten, mögen deine Mutter, dein Vater, dein Lehrer oder deine Gäste Gottheiten für dich sein. Übe all deine Handlungen ohne Makel aus. Nur gute Handlungen und keine anderen sollten ausgeübt werden.**

Alle Pflichten gegenüber den Gottheiten, wie Opferhandlungen und andere müssen erfüllt werden. Diene und behandle Vater, Mutter und Lehrer wie Gottheiten und nicht wie normale Menschen. Schenke ihnen alle notwendige Aufmerksamkeit, rechtschaffen mit großem Respekt, ohne Beurteilung. Swami Sivananda pflegte immer wieder zu sagen: „Sei gut, tue Gutes!“ Handle nicht entgegen den Anweisungen der *Vedas*.

**3. Man sollte Persönlichkeiten immer die gleiche Aufmerksamkeit zuteil werden lassen.**

**4 + 5. Schenken ist Vertrauenssache. Man sollte niemals ohne innere Überzeugung oder mangelnde Sympathie schenken.**

**Im Zweifel hinsichtlich irgendwelcher Handlungen von Menschen, sollte man sich wie große Persönlichkeiten verhalten, voller bedacht gegenüber Schutzbefohlenen, den Menschen achten, großzügig und formvollendet sein.**

**Wenn jemand sich irgendwie schuldig gemacht hat, sollte man sich ebenfalls großzügig zeigen, voller bedacht den Menschen achten und großzügig sein.**

**Dieses ist die Verfügung. Das ist die Lehre. Dieses ist das Geheimnis der Vedas. Das ist ein göttlicher Rat. Darauf sollte man achten. Darüber sollte man meditieren.**

#### I.

Wer gibt, sollte großzügig sein. Wer viel hat, sollte viel geben, nicht kleinlich sein, sondern seinen Verhältnissen entsprechend geben. Schenke mit innerer Überzeugung, von ganzem Herzen. Wer nicht gern gibt, dem sieht man es an.

Wer Persönlichkeiten begegnet, sollte sie entsprechend behandeln, aufrecht dienen, freundlich und respektvoll sein. Behandle alle Gäste wie große Persönlichkeiten und bewirte sie großzügig.

Alle Handlungen, die ohne zu zögern von Herzen kommen stärken das religiöse Bewusstsein. Darauf sollte man achten. Dieses ist eine vedische Verfügung!

#### II.

Jetzt werden die Verdienste von *Vidya* (Wissen) und *Karma* besprochen. Ist das höchste Gut ein Ergebnis von *Karma*, oder von *Karma* und Wissen zugleich, oder von Wissen unterstützt durch Arbeit, oder allein vom Wissen?

(*Karma* bedeutet Handlung. Es gibt drei Arten: *Sancita* (alle Handlung vergangener Geburten zusammengefasst), *Prarabdha* (bestimmte Handlungen zusammengefasst, müssen im gegenwärtigen Leben erfüllt werden), und *Agami* (*Karma*, das neu durch das Individuum erzeugt wird). Das *Karma* bindet die individuelle Seele durch das Gesetz von Ursache und Wirkung an das Rad von Geburt und Tod.)

Man könnte argumentieren, gutes *Karma* sei allein ein Ergebnis qualifizierter Arbeit aus dem Wissen der *Vedas*. In den Schriften heißt es: ‚Das Geheimnis der *Vedas* sollte vom Zweitgeborenen erlernt werden‘. Dieses Wissen schließt ein Wissen *Atmans* ein, so wie es in den *Upanishads* gelehrt wird. In den Texten heißt es: ‚Mit diesem Wissen kann man Opfer bringen‘, was bedeutet, dass nur jemand mit diesem Wissen für derartige Aufgaben qualifiziert ist. Es heißt auch: ‚Zuerst das Wissen, dann die Handlung‘. Andere glauben, dass die ganze *Vedas* ein Abarbeiten des *Karmas* ist. Wenn das höchste Gut nicht durch das Studium der *Vedas* erreicht werden kann, ist sie unnütz. Darum wird das höchste Gut allein durch die Arbeit mit *Vedas* erreicht.

Diese Einstellung ist unhaltbar. Es heißt *Moksha* (Befreiung) ist etwas Ewiges. Die Ergebnisse aus der Bewältigung des *Karmas* sind vergänglich. Vorübergehende Glückseligkeit ist letztendlich nicht wünschenswert. Wenn das höchste Gut aus Arbeit resultiert, dann ist es vergänglich. Darum kann Arbeit keine Befreiung hervorbringen. Sie kann keine ewige Glückseligkeit geben.



Es existiert ein Unterschied zwischen dem Wissen aus der Bewältigung des *Karmas* und dem Wissen, das durch Meditation entsteht. Wissen durch Zuhören ist ausreichend, um *Karma* zu bewältigen. Das Wissen aus dem Meditationsprozess ist nicht notwendig. Die Schriften besagen: ‚Höre‘ und reflektiere, meditiere später darüber. Das Ende des Gehörten wird durch Reflexion und Meditation bestimmt.

Man mag argumentieren, dass *Moksha* das Ergebnis aus *Karma* mithilfe von *Jnana* (Nachdenken) sei. Sicherlich ist es möglich, dass Arbeit mithilfe von *Jnana* einen bestimmten Effekt erzielt. Beides zusammen vermag in der Lage zu sein, ein besseres Ergebnis als die Bewältigung des *Karmas* allein zu erzielen, so wie *Mantras* und Medizin eine Vergiftung leichter überwinden lässt als Medizin allein. Auf diese Weise könnte *Moksha* durch Arbeit mithilfe von Wissen erzeugt werden.

Diese Argumentation ist nicht haltbar. ‚Was erzeugt werden kann, kann nichts Ewiges sein‘. Das kann auch auf diese Sichtweise angewendet werden. Was einen Anfang hat, hat auch ein Ende. Dazu kann man entgegnen, dass das Ergebnis durch das Studium dieses Textes ewig sein wird. Nein! Dieser heilige Text stellt eine Offenbarung dar. Dieser spirituelle Text offenbart etwas, wie es ist. Er beschreibt etwas Existierendes. Er kann nichts Neues erschaffen. Nicht einmal eine unendliche Zahl spiritueller Texte könnte etwas von ewiger Dauer erzeugen. Was einen Anfang nimmt, kann nicht ohne Ende sein, es bleibt sterblich. Ewiges kann nicht erzeugt werden! Auf diese Weise muss die Argumentation, dass die Kombination aus *Karma* und Wissen Befreiung hervorbringt, zurückgewiesen werden.

Man mag argumentieren, das Wissen und *Karma* zusammen, die Hindernisse auf dem Weg zur Befreiung beseitigen. Doch man kann beobachten, dass Arbeit einen anderen Effekt zur Folge hat. Die Früchte des *Karma* sind *Utpatti* (Das Erzeugen von etwas Neuem), *Vikara* (Umwandlung), *Samskara* (eine Weihe) und *Apti* (Erfüllung der Wünsche); Befreiung ist jedoch etwas Anderes und unterscheidet sich von den zuvor genannten Effekten.

*Moksha* (Befreiung) kann man nicht erreichen. Das Ziel, *Brahman* ist überall. ER existiert nicht getrennt von jenem, was man auf seiner Reise gern erreichen möchte. ER unterscheidet sich nicht vom Pilger, der sich auf dem spirituellen Pfad befindet. *Brahman* ist die Ursache von *Akasa*. ER ist der Schöpfer oder die Ursache von allem. ER ist all-gegenwärtig. Alle bewussten Seelen sind mit IHM identisch. Darum ist *Moksha* keine Sache, die es zu erreichen gilt.

Eine Stadt, die es zu erreichen gilt, ist für einen Reisenden etwas Bestimmtes. Man kann nicht behaupten, einen Ort zu erreichen, der sich von IHM unterscheidet. Das, was es zu erreichen gilt, muss etwas sein, das aus dem Raum des Reisenden entfernt wird. Das nichts außer *Brahman* existiert, das die individuelle Seele sich nicht vom Ziel (*Brahman*) unterscheidet, wird in Hunderten von spirituellen Texten gelehrt und beschrieben, wie z.B.: ‚Nachdem ER das Universum erschaffen hatte, betrat ER es‘. ‚Erkennst du mich als *Kshetrajna* in allen *Kshetras* (Körpern).‘ ‚Erkenne die individuelle Seele als nichts Anderes als mich selbst.‘

Jemand, der die Vielheit dieser Welt als viele Objekte sieht, mag behaupten: „Dieser Streit steht entgegen den Schriften, die vom Pfad und der Ehre einer befreiten Seele sprechen. Er steht im Widerspruch zu den Schriften, die von *Brahman* sprechen, der erreicht werden muss, von der Kraft der befreiten Seele, die

in der Lage ist, mehr als eine Form anzunehmen, und so viele Frauen zu haben, wie sie es möchte.“

Diese Sichtweise bezieht sich auf *Karya Brahman*, auf *Brahman*, der im involvierten Universum manifestiert ist. Nur im manifestierten *Brahman* trifft man auf Frauen. Doch das trifft nicht auf *Karana Brahman*, dem unmanifestierten *Brahman* zu, der eins und unteilbar ist. Die Schriften sagen: ‚Zuerst war allein die Existenz, allein und zeitlos.‘ ‚Wo man nichts anderes sieht, nichts anderes hört, nichts anderes versteht, ist das Unendliche.‘ ‚Wenn nur das Selbst all dieses ist, wie könnte man dann etwas anderes sehen?‘

Die Verbindung von Wissen und Arbeit ist unmöglich. Wissen und *Karma* können aufgrund ihrer Gegensätze nicht koexistieren. Wissen, das sich mit der Wahrheit befasst, wo Subjekt, Objekt oder ein Antrieb nicht vorhanden sind, muss im Gegensatz zu *Karma* stehen, was nur durch einen Antrieb, Objekt usw. hervorgebracht werden kann. Es ist nicht möglich, dieselbe Sache einmal im Licht der Wahrheit und gleichzeitig ohne dasselbe zu betrachten. Eines von beiden muss zwangsläufig falsch sein. Wenn eines der beiden Sichtweisen falsch ist, denn handelt es sich um deine dualistische Sichtweise, die durch Unwissen zustande kommt. Bei den Schriften heißt es: ‚Wenn man das Andere sieht, dann handelt es sich um Dualität.‘ ‚Wer etwas Anderes sieht, geht von Tod zu Tod.‘ ‚Dieses ewige Sein, das niemals bewiesen werden kann, muss als EINS wahrgenommen werden.‘ ‚Eins allein, zeitlos.‘ ‚*Brahman* allein ist all dies.‘ ‚Dieses Selbst allein ist all dies.‘

Arbeit ist dort unmöglich, wo kein Unterschied zwischen Subjekt, Objekt, Antrieb usw. besteht. Es gibt in den Schriften tausende von Textpassagen darüber, dass die Doktrin der Dualität nicht mit dem Wissen des Selbst übereinstimmt, dass es kein Bewusstsein über die Unterschiede im ‚rechten Wissen‘ gibt, daher die beiderseitigen Gegensätze zwischen Wissen und *Karma*, die Unmöglichkeit ihrer Verbindung oder Koexistenz. Daher kann der Streit auch der Vernunft nicht standhalten, d.h. dass die Emanzipation, das Ergebnis von Wissen und *Karma* in Kombination sein soll.

Die Gegner behaupten, dass diese Schlussfolgerung im Gegensatz zu den Schriften steht. Arbeit ist gemäß den Schriften eine Pflicht. Die vedischen Texte sind alle autoritär. Darauf kann man entgegnen, dass sich der Wunsch nach äußeren Objekten nur bei demjenigen erhebt, der nicht das Wissen des Selbst hat. Nur derjenige, der Wünsche hat, erfüllt sein *Karma*. Um die Früchte von Arbeit aufgehen zu lassen, muss man einen Körper nehmen. Für denjenigen, der das Wissen des Selbst hat, gibt es keine Wünsche. Da *Atman* sich nicht vom eigenen Selbst unterscheidet, kann ER kein Wunschobjekt sein. Im eigenen wahren Selbst verankert zu sein bedeutet Befreiung. Daher kommt der Gegensatz zwischen Wissen und Arbeit. Aufgrund ihrer beiderseitigen Opposition, kann Wissen nicht in Verbindung mit Arbeit zur Befreiung führen.

Die obligatorische Arbeit wird zur Ursache des Wissens, da sie die Sünden aus der Vergangenheit, die als Hindernisse im Weg liegen, beseitigt. Darum wird das Thema Arbeit in diesem Kapitel behandelt. Darum gibt es keinen Gegensatz zu den Schriften.

Darum steht abschließend die Aussage, dass das höchste Gut, allein auf Wissen beruht.

## **12. Anuvaka**

**Möge die Sonne gut zu uns sein. Mögen *Varuna, Aryama, Indra* und *Brihaspati* gut zu uns sein. Möge der all-durchdringende *Vishnu* gut zu uns sein. Geehrt sei *Brahman*, und DU, oh *Vayu*, denn Du bist der sichtbare *Brahman*. Dich sehe ich als den Gerechten, den Wahren, der mich und den Lehrer beschützt hat.  
OM, Friede, Friede, Friede!**

Zu Anfang und am Ende wird das Friedensgebet gesprochen, um den Segen der Gottheiten für das Ende der Studienzeit zu erbitten, und um Selbstverwirklichung zu erlangen.

Im 11. Kapitel wurde beschrieben, wie der Lehrer seinen Schüler entlässt und Ermahnungen erteilt, d.h. wie wichtig Arbeit ist, um das Wissen von Brahman zu erreichen. Gemäß *Sankaracharya* sollte dieser Erarbeitung dieses Abschnitts mit der *Brahmananda Valli* einhergehen.

Das Friedensgebet aus dem ersten Kapitel wird leicht verändert wiederholt. Man verehrt *Brahman* zu Anfang, obwohl über IHN im Detail noch nicht gesprochen wurde. Doch jetzt heißt es: ...der mich und den Lehrer beschützt hat! Alle Hindernisse im Studium wurden durch die Gnade der Gottheiten beseitigt. Der Schüler drückt hier seine Ehrerbietung gegenüber den Gottheiten aus. Wenn die Arbeit zur Beseitigung der Sünden geleistet wurde, mögen die Früchte erreicht werden. Der Schüler erinnert sich der guten Taten der Gottheiten zur Beseitigung dieser Hindernisse in Form von Sünden, die sich innerhalb und außerhalb des Körpers erhoben hatten.

Hier enden die Instruktionen, *Siksha Valli* der *Taittiriya Upanishad*.

## **Brahmananda Valli (Was ist *Brahman*)**

**OM! Möge ER uns beide, d.h. Lehrer und Schüler, beschützen. Möge ER uns beiden Glückseligkeit gewähren. Mögen wir beide die wahre Bedeutung der Schriften herausfinden. Mögen unsere Studien fruchtbar sein. Mögen wir niemals miteinander streiten. OM Friede, Friede, Friede!**

Dieses ist ein Gebet für gegenseitiges Verstehen und gutes Empfinden zwischen Lehrer und Schüler. Das Friedensgebet wird gelesen, um alles Unwohlsein zu entfernen, das sich aus unwürdigen oder sorglosem Verhalten zwischen Lehrer und Schüler beim Streben nach Wissen ergeben könnte. Das vom Lehrer vermittelte Wissen kann nur Früchte tragen, wenn der Geist besänftigt ist, denn der Lehrer unterscheidet sich nicht von *Ishvara*. Dieses Friedensgebet dient auch der Beseitigung von Hindernissen bei der Erklärung des Wissens.

Möge unser Studium von Erfolg gekrönt sein. Möge das Studium dazu führen zu verstehen, was die Schriften lehren. Mögen wir beide zusammen harmonisch und konzentriert das Wissen erarbeiten, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen. Möge es zu keinen Missverständnissen kommen. Möge ich als Schüler alle Erklärungen verstehen und dabei meine Unwissenheit überwinden. Möge uns *Brahman* beide beschützen.

## **1. Anuvaka** (*Was ist Brahman*)

OM! Der Kenner *Brahmans* erreicht das Höchste (das Absolute):

***Brahman* ist Wahrheit, Wissen und Ewigkeit. Derjenige, der ES/ IHN als in seinem Herzen verborgen, als transzendenten *Akasa* (*Param Akasa*) erkennt, verwirklicht all diese Wünsche zusammen mit dem allwissenden *Brahman*.**

**Aus diesem *Atman* wurde *Akasa* (Äther) geboren; aus *Akasa* die Luft (*Vayu*); aus Luft das Feuer; aus Feuer das Wasser; aus Wasser die Erde; aus Erde die Pflanzenwelt; aus den Pflanzen die Nahrung; aus der Nahrung der Mensch. So entstand der Mensch aus dem Wesen der Nahrung. Dieses ist sein Kopf. Dieses ist die rechte Hand. Dieses ist die linke Hand. Dieses ist sein Körper. Dieses ist der Schwanz zur Unterstützung. Darüber wird auch in einem späteren Vers berichtet.**

Meditation, das Thema dieser *Samhita*, steht nicht im Gegensatz zu *Karma*, d.h. sie steht auch nicht der Arbeit entgegen, wie im ersten Abschnitt gelehrt. Dann wurde die Kontemplation oder das Wissen des bedingten *Atman* durch die *Vyahrutis* gelehrt, die ein Ergebnis des Erreichens einer gewissen Unabhängigkeit darstellen. Doch das allein kann die Unwissenheit, die die Saat für *Samsara* und weltliche Existenz ist, nicht völlig beseitigen.

*Brahma Vidya*, die Wissenschaft des Selbst, ist das besondere Thema dieses Abschnitts. Nur das Wissen über das/ den unbedingte(n) *Brahman* kann die Unwissenheit, die Saat allen Übels, völlig beseitigen. Darum wird das Wissen über das unbedingte oder höhere transzendenten *Brahman* gelehrt, das die Wurzeln weltlicher Existenz (*Samsara*) beseitigen kann. Dieser Abschnitt beinhaltet das Wesen der ganzen *Upanishad*. Emanzipation durch Wissen von *Brahman* ist das Wesen dieser Lehre. In der Schrift spricht man vom Hören und dem Zweck von *Brahma Vidya*, denn man wird zuhören, die Lehren aufnehmen, im Geist reflektieren und versuchen, sie mit rechtem Ernst anzuwenden, um Selbstverwirklichung zu erreichen, doch das gelingt nur, wenn der Strebende den Sinn und Zweck von *Brahma Vidya* verstanden hat.

So wie eine Mutter ihr Kind davon überzeugt, dass es seine Medizin schlucken möge, damit es wieder Gesund wird, so versuchen die Schriften vom Weg und den Früchten der Selbstverwirklichung zu berichten. Auf diese Weise werden Interessierte zu positiven Handlungen animiert. Die Schriften beginnen mit den Worten: ‚Der Kenner *Brahmans* erreicht das Absolute‘, um einen Menschen auf den richtigen Weg zu bringen. Der Interessierte wird durch die beschriebenen Früchte magisch angezogen. Er beginnt zu lesen, den Meistern zuzuhören, das Gehörte zu reflektieren und darauf zu meditieren, was ihn dem Wissen näher bringt.

Selbstverwirklichung ist nicht nur ein Verstehen *Brahmans* durch das Studium von Büchern über die *Vedanta* und den *Upanishads*. Es ist auch kein intellektuelles Erfassen des Themas. Es ist vielmehr direktes Erkennen durch regelmäßige und intensive Meditation. Der Zweck dieses Wissens von *Brahman* ist die Zerstörung von Unwissenheit und die völlige Überwindung von *Samsara*, weltlicher Existenz.

*Brahman* ist das eigene Selbst, die Seele. Es kann kein Objekt des Wissens sein. Es ist immer ein bezeugendes Subjekt. *Brahman* zu kennen bedeutet, durch Meditation und *Nirvikalpa Samadhi* mit dem absoluten Bewusstsein eins zu werden.

Das Ergebnis des Wissens beginnt mit dem Zuhören. Es heißt: ‚*Atman* muss zuerst gehört werden, darüber reflektiert und dann darüber meditiert werden‘. Es gibt nichts Größeres als *Brahman*. Darum wird *Brahman* als *Param*, das Höchste, bezeichnet. Später heißt es: ‚Der Kenner *Brahmans* fürchtet nichts. ER wird weder durch Tugenden noch Laster berührt‘. Daher ist klar, dass durch das Wissen *Brahmans* eine völlige Auflösung von *Samsara* oder weltlicher Existenz stattfindet.

Man mag argumentieren, dass *Brahman* in Allem gegenwärtig ist. ER ist allwissend und allgegenwärtig. ER ist der *Atman* von Allem. Darum ist ER nicht jemand, der erreicht wird. Normalerweise spricht man davon, dass eine Sache von einer anderen erricht werden kann, d.h. ein begrenztes Objekt ein anderes begrenztes Objekt erreicht. Da *Brahman* jedoch grenzenlos ist, da ER *Atman* ist, das Selbst von allem, ist es nicht richtig, wenn man sagt, dass man IHN erreicht, so als wäre ER begrenzt und würde sich vom eigenen Selbst unterscheiden. Ein Erreichen hat immer mit Dualität, mit Begrenzung in Zeit und Raum usw. zu tun. Wie kann man also von *Brahman* sprechen, der jenseits aller Begrenzung ist?

Das ist kein Fehler oder gar eine Inkonsistenz. Warum? weil das Erreichen oder Nicht-Erreichen *Brahmans* von der Wahrnehmung oder Nicht-Wahrnehmung (als *Brahman*) abhängt. Die individuelle Seele (*Jiva*) ist in Wirklichkeit eins mit *Brahman*. Im Wesen sind beide identisch. Doch aufgrund von Unwissenheit identifiziert sich der *Jiva* mit seinem physischen Körper (*Annamaya*). Der individuelle Körper und andere Körper, die in sich aus Materie geformt sind, werden als etwas Endliches und Äußerliches von *Atman* gesehen.

Zehn Leute hatten einen Fluss überquert, und wollten nun feststellen, ob alle das andere Ufer lebend erreicht hatten. Jeder zählte und kam auf Neun, denn es wurde vergessen, sich selbst mitzuzählen, also fehlte einer. Alle weinten bitterlich über den Verlust. Schließlich wurden sie von einem der Zehn aufgeklärt, der erkannte, dass man sich selbst als Zehnten berücksichtigen muss.

So wie hier den Menschen die richtige Sichtweise fehlte, obwohl sie so nah sind, wird die eigene Existenz beim Zählen missachtet, so ist sich auch der eigene *Jiva* aufgrund seiner Unwissenheit nicht seines Seins als eins mit *Brahman* bewusst. Auf diese Weise, obwohl *Brahman Atman* selbst ist, kann ER aufgrund von Unwissenheit nicht erreicht werden. Darum ist es richtig, wenn es in den Schriften heißt, dass *Brahman* (von denen) erreicht werden

sollte, und die IHN aufgrund ihrer Unwissenheit nicht erreicht haben, obwohl sie durch Schriften und Lehrer darüber unterrichtet wurden, auf *Brahman* bestehen sollten, d.h. auf den *Atman* aller, der das eigene Selbst darstellt.

Man erreicht *Brahman*, der das Selbst ist, der *Atman* aller, natürlich nicht auf die Weise, wie bei dem Verlust des zehnten Mannes nach der Überquerung des Flusses, denn er ist in Unwissenheit verwickelt, und darum identifiziert er sich mit den Umhüllungen seines eigenen Selbst. Durch das Wissen ‚ich bin der zehnte‘, wird nur der Zehnte gefunden, d.h. durch die Überwindung dieser Form von Unwissenheit. Doch auch *Brahman* wird durch die Überwindung von Unwissenheit erreicht.

Das Wort *Brahman* kommt aus der Wurzel *Brhm* (wachsen) mit Hinweis auf etwas Großes. Die Herkunft des Wortes *Brahman* weist auf etwas ewig Reines, Bewusstes, Freies, Unendliches, Unveränderliches, Selbstleuchtendes, All-Durchdringendes etc. hin. Diese Definition stammt aus ‚*Satyam Jnanam Anantam Brahma – Wahrheit, Wissen, Unendlichkeit ist Brahman*‘.

*Satyam Jnanam Anantam Brahma*: Nun möchte man genau wissen, was *Brahman* ist. In den Schriften wird die Natur *Brahmans* beschrieben: Wahrheit, Wissen, Unendlichkeit sind die Attribute, die Substanz. Das ist die Definition! *Brahman* ist das, was erkannt werden muss. ES ist Substanz. *Brahman* bildet das Subjekt des Diskurses. Was sich durch die beschriebenen Qualitäten wie Wahrheit usw. (*Brahman*) auszeichnet, unterscheidet sich von allen anderen Substanzen. Nur wenn ES von anderen Substanzen losgelöst ist, kann ES erkannt werden, so wie z.B. eine Lotusblüte als Blau, Groß und durch süßen Duft erkannt wird.

So wie die drei Merkmale dazu dienen eine Lotusblume zu erkennen, dienen *Satyam*, *Jnanam* und *Anantam* zur Definition *Brahmans*. Durch diese drei Merkmale unterscheidet sich *Brahman* von allem anderen. Ein Objekt unterscheidet sich durch seine bestimmten Merkmale von allen anderen. Eine rote Lotusblüte unterscheidet sich von einer blauen. Genauso kann *Brahman* nur über die zuvor beschriebenen Merkmale erkannt werden und unterscheidet sich damit vom Unwirklichen, Gefühllosen und Endlichem. Ansonsten könnte man keine bestimmte Vorstellung von *Brahman* entwickeln.

Neben der blauen, süß duftenden Lotusblume existieren andere Arten, z.B. rote, kleine, leicht zerbrechliche usw. So wie das Blau usw. eine bestimmte Lotusblume bestimmt, die sich damit von allen anderen unterscheidet, so gibt es auch keine anderen Arten von *Brahman*. So wie es für uns nur eine bestimmte Sonne für das normale Auge sichtbar hier auf Erden gibt, so gibt es auch nur einen *Brahman* allein. Dabei könnte man bei der Definition auf die Attribute *Satyam*, *Jnanam* und *Anantam* verzichten. Es geht dabei nicht um klangvoll oder haltbar, sondern nur eine Qualifizierung, d.h., um ES von allen anderen Objekten in der ganzen Welt zu unterscheiden.

Die Qualitäten dienen lediglich der Definition, so wie z.B. im folgenden Satz: ‚Akasa ist das, was Raum gibt, Äther ist‘.

Die Begriffe *Satyam*, *Jnanam* und *Anantam* sind ohne Zusammenhang. Jedes einzelne Wort ist ein Synonym für das Definierte. Jedes dieser Attribute ist unabhängig vom anderen. Darum ist jeder einzelne Begriff direkt mit *Brahman* verbunden, d.h. *Satyam Brahman*, *Jnanam Brahman* und *Anantam Brahman*.

Was ist *Satyam*? *Satyam* ist die Form, die sich dadurch, dass sie erkannt wurde, nicht verändert. Wenn etwas niemals eine andere Form annimmt, in der es einmal bewiesen wurde, das ist wirklich. Die Form, die sich verändert, obwohl einmal erkannt oder bestimmt, ist falsch. Darum sind alle sich verändernden Formen unwirklich. Veränderliches ist Falschheit. Die Schriften sagen dazu:

„Alle sich verändernden Formen (*Vikara*) sind Namen, Wortschöpfungen, allein Substanz (wie z.B. Erde) ist wirklich. Darum ist Existenz (*Sat*) allein wirklich.“ Darum wird das Wort ‚*Brahman Satyam*‘ in den Schriften von allen anderen sich verändernden Formen unterschieden.

Daraus kann man folgern, dass *Brahman* die Ursache ist. Wenn es Ursache ist, ist es auch Antrieb, denn es ist wirkliche Substanz. *Brahman* ist allerdings ohne Intelligenz, wie auch Erde, Tonerde usw. Darum spricht man in den Schriften auch von *Brahmans* Wissen oder Bewusstsein, *Jnanam Brahman*. Das Wort *Jnana* bedeutet Wissen oder absolutes Bewusstsein. Es ist ‚das Wissen selbst‘ oder ‚absolutes Wissen‘ oder ‚die Handlung des Wissens‘ oder ‚das bekannte Objekt‘, so wie es als Attribut zu *Brahman* in Verbindung mit *Satyam* (Wahrheit) und *Anantam* (Unendlichkeit) benutzt wird.

*Brahman* könnte nicht wirklich, unendlich sein, wenn ER der Antrieb für die Handlung des Wissen wäre. Wie könnte ER wirklich und unendlich sein, wenn ER für Veränderungen als Wissender verantwortlich wäre? Das Unendliche ist durch nichts begrenzt, und kann auch nicht von etwas Anderem getrennt werden. ER wäre von dem getrennt, was bekannt ist, wäre von der Handlung des Wissens, vom Wissen und Erkennbarem getrennt, und wäre deshalb nicht unendlich, wie es in den Schriften heißt. Wo nichts Anderes gesehen wird und nichts Anderes als Selbst erkannt wird, ist Unendlichkeit (*Bhuma*, *Brahman*), doch wo noch etwas Anderes gesehen, erkannt wird, ist das Endliche.

Wo es heißt, ‚wo nichts Anderes erkannt wird‘, handelt es sich nur um das Wissen des Nicht-Selbst das bestritten wird. In den Schriften ist man der Meinung, dass man das eigene Selbst kennt. Diese Sichtweise macht keinen Sinn. Dieser Satz kann unmöglich die Vorstellung vermitteln, dass man sein eigenes Selbst kennt. Es gibt keine Kenntnis vom eigenen Selbst, wenn kein Gefühl von Dualität im eigenen Selbst vorhanden ist. Dieser Satz dient

hauptsächlich zur Definition von *Bhuma*, das Unendliche. Man kann nämlich nur ein Objekt wahrnehmen, wenn es sich vom eigenen Selbst unterscheidet. *Bhuma*, das Unendliche, ist dasjenige, wo kein Objekt existiert. Da sich das Selbst nicht vom eigenen Selbst unterscheidet, kann man nicht der Kenner sein. Wenn man das Erkannte ist, kann es keinen Wissenden geben, denn man ist mit dem Erkannten verbunden. Wenn es heißt, dass das Selbst gleichzeitig Wissender und Erkanntes sein muss, dann sagt man, dieses sei unmöglich, denn ES ist unteilbar, frei von Teilungen, das eine Selbst kann nicht beides gleichzeitig sein, d.h. der Wissende und das Erkannte, usw. Außerdem, wenn *Atman* wie ein Topf erkannt würde, wären alle Instruktionen der Schriften nutzlos. Eine Instruktion über etwas Erkanntes, wie z.B. ein Topf, wäre ohne belang. Darum, wenn *Brahman* der Wissende wäre, könnte ER nicht wirklich und unendlich sein, könnte nicht Absolute Existenz sein. Nur Absolute Existenz ist wirklich. Die Schriften sagen: ‚das ist wirklich‘. Darum wird das Wort *Jnanam* (Wissen) als Attribut *Brahmans* zusammen mit *Satyam* und *Anantam* verwendet. Der Ausdruck *Jnanam Brahman* dient dazu, die Vorstellung zu zerstreuen, dass *Brahman* Antrieb und Ursache, oder dass ER nur ein gefühlloses oder unintelligentes Objekt (wie z.B. Erde) ist.

Da *Brahman* als Wissen oder Bewusstsein definiert wird, könnte man glauben, dass ER endlich wie alles weltliche Wissen wäre. Um dem zu begegnen, heißt es in den Schriften: „*Brahman* ist *Anantam*, unendlich, endlos oder unbegrenzt.“

Der Intellekt ist der Käfig, denn in ihm sind die drei Kategorien des Wissen verborgen, d.h. das Erkennbare, der Wissende, und am Ende des Lebens: Freude und Befreiung.

*Akasa* (Äther) soll hier als *Avyakrita* (das Unbestimmte) angenommen werden. Der ‚materielle‘ *Akasa* ist im Vergleich zu *Avyakrita* niedriger anzusiedeln. Darum wird *Avyakrita* als höchster *Akasa* angesehen. Im *Bhuddi* (Intellekt) ist der höchste *Akasa*, als *Avyakrita* bekannt, enthalten. *Avyakrita* ist aufgrund der Nähe zu *Akshara* höchster *Akasa*, - *Akshara*, dem unzerstörbaren *Absoluten Brahman*. *Akasa* ist wie Kette und Schuss bei einem Stück Stoff in das unzerstörbare *Akshara* verwoben.

*Brahman* wird an vielen Stellen der Schriften als *Akasa* bezeichnet, weil ER subtil, formlos, alldurchdringend, ohne Unterstützung und unendlich wie *Akasa* ist. So wie in *Akasa* Objekte enthalten sind, so existiert in *Brahman* die ganze Welt. Der Strebende lauscht den Lehren der Schriften, zieht seinen Geist von äußeren Objekten zurück, tritt in das ein, was in seinem Intellekt (*Guha*) verborgen wohnt, und verwirklicht *Atman*, die einzige Wirklichkeit.

Man kann *Guha* auch als Opposition zu *Akasa* sehen und ihm eine Höhle in *Avyakrita-Akasa* konstruieren. Dann ist auch die Höhle *Avyakrita-Akasa* selbst. In dieser Höhle von *Avyakrita-Akasa* sind alle Substanzen in den drei Zeiten von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft enthalten, denn es ist



die Ursache und es ist außerordentlich subtil. In der Höhle von *Avyakrita* liegt *Brahman* verborgen. Es ist auch richtig zu verstehen, dass *Akasa* im Herzen der höchste *Akasa* ist, denn *Akasa* ist die größte Hilfe für Meditation und Verwirklichung oder sofortigem Wissen *Brahmans*. Vom Text her ist *Akasa* im Herzen das Höchste. ‚*Akasa* ohne *Purusha* und *Akasa* innerhalb von *Purusha* ist jener *Akasa* im Herzen‘. Im *Akasa* im Herzen ist die Intelligenz, in der *Brahman* verborgen ist. *Brahman* wird klar durch *Vritti*, der Funktion des *Bhuddi*, verwirklicht. *Brahman*, der überall ist, bedingungslos, und sich von nichts unterscheidet, kann nicht auf Raum oder Zeit begrenzt werden.

Was macht derjenige, der die Verwirklichung *Brahmans* erreicht? Er erfreut sich aller Wünsche, d.h. er verwirklicht alle Wünsche, alle wünschenswerte Freude, ohne jede Ausnahme. Erfreut er sich dessen alternativ, einen nach dem anderen, d.h. Söhne, Himmel und all das? Nein! Er erfreut sich an allem in selben Augenblick, in einem einzigen Bewusstsein, das, wie das Sonnenlicht, ewig ist, das sich nicht von der wahren Natur *Brahmans* unterscheidet, und das, wie zuvor beschrieben, Existenz, Wissen und Unendlichkeit ist.

Dieses ist die Bedeutung der Worte ‚zusammen mit *Brahman*‘. Der Wissende oder der erleuchtete Heilige, der zu *Brahman* wird, erfreut sich als *Brahman* aller Vergnügen auf einmal, und nicht wie ein weltlicher Mensch, der sich über ein Vergnügen nach dem anderen in veränderlicher körperlicher Form freut, die nur der Reflexion des Images der Sonne im Wasser entsprechen, der zum *Samsarin* wird, und der vom Vergnügen aufgrund seines tugendhaften Verhaltens, den Augen und anderer Sinnesorgane abhängig ist. Wie freut er sich dann? Er freut sich über alles gleichzeitig, da er mit seiner wesentlichen Natur, mit dem allwissenden, allgegenwärtigen *Brahman*, dem *Atman* aller, identisch ist. Seine Freude hängt nicht von erfüllten Pflichten oder den Aktivitäten der Sinne ab. Er freut sich mit *Brahman*, der weise ist, der alles weiß.

Wodurch *Brahman* Existenz, Wissen ist, wurde erklärt. Die Erklärung für seine Unendlichkeit folgt jetzt: Seine Unendlichkeit ist dreifach zu betrachten, d.h. in Raum, Zeit und Substanz. *Akasa*, ist beispielsweise unendlich im Raum, denn es gibt keine Begrenzung für *Akasa* im Raum. Doch *Akasa* ist weder unendlich in Bezug auf Zeit noch Substanz. Warum? Weil es ein Effekt ist. *Brahman* ist nicht wie *Akasa* begrenzt in der Zeit, denn ES ist kein Effekt, wobei nur durch eine Begrenzung in der Zeit ein Effekt gebildet wird. *Brahman* ist kein Effekt. ES hat keine Ursache. Darum ist ES in der Zeit ohne Begrenzung. Das Gleiche gilt auch für die Substanz. Wie kann *Brahman* in Bezug auf die Substanz unendlich sein? ES ist untrennbar mit allem verbunden. ES unterscheidet sich von nichts. Wenn ES in seiner Existenz als Ding, sich von etwas unterscheiden würde, wäre es durch das andere Ding begrenzt. Das, was sich von etwas abgrenzt, bildet eine Einschränkung des Anderen. Wenn etwas eine Beschränkung einer Idee vom Anderen verursacht, bildet es die Begrenzung des Anderen. Wenn etwas Anderes als verschieden

erkannt wird, wendet sich der Geist ab. Wenn sich der Geist von einem Ding abwendet, bedeutet dies das Ende dieser Sache. Da z.B. das Erkennen einer Kuh dazu führt, sich von einem Pferd abzuwenden, ist das Pferd abgegrenzt. So kommt es zum Ende einer gedanklichen Vorstellung. Der Gedanke ‚Kuh‘ beendet den Gedanken ‚Pferd‘, und weil die Idee von der ‚Kuh‘ auf diese Weise den Gedanken ‚Pferd‘ beendet, ist die ‚Kuh‘ begrenzt, d.h. endlich. Dieses Ende oder diese Begrenzung kann man bei Objekten beobachten, die voneinander getrennt sind. Doch *Brahman* hat kein solches Unterscheidungsmerkmal. Darum ist *Brahman* selbst in Substanzen unendlich.

Hier fragt man sich: ‚Wieso unterscheidet sich *Brahman* nicht von den Anderen?‘ Die Antwort lautet: ‚Weil ER die Ursache aller Dinge ist, - d.h. von Zeit, Raum, *Akasa* usw. Das kann man jedoch nicht sagen, denn es gibt einen Effekt, denn *Brahman*, die Ursache, ist in Substanzen nicht unendlich: denn das angesprochene Ding ist als Effekt unwirklich, da es in Wirklichkeit keinen Effekt gibt, der sich von der Ursache unterscheidet, damit sich der menschliche Geist von der Ursache abwenden könnte.

Die Schriften sagen: ‚Jede Veränderung ist nur ein Wort oder ein Name. Nur das Ursprüngliche ist die reine Wahrheit. ‚*Sat*‘ ist die einzige Wahrheit.‘ Darum ist *Brahman*, als Ursache für *Akasa*, unendlich im Raum. Etwas Alldurchdringendes, das sich von etwas Nicht-Alldurchdringendes erhoben hätte, wurde niemals entdeckt. Daher ist *Brahman* im Raum unbegrenzt. Ähnlich ist *Brahman* unendlich in der Zeit, denn ES ist kein Effekt einer Ursache. *Brahman* ist auch in Substanzen unendlich, denn nichts unterscheidet sich von IHM oder wäre von IHM trennbar. Daher ist ER Absolute Wirklichkeit.

*Brahman* wird als ‚*Satyam Jnanam Anantam Brahma*‘ definiert. *Brahman* ist *Atman*. Die Schriften sagen: ‚DAS ist der *Atman* von allem. DAS ist Existenz. DAS ist *Atman*.‘ Von *Brahman* wurde *Akasa* geboren. *Akasa* gibt allen Objekten, die eine Form bilden, den Raum. *Akasa* ist *Vayu*, die Luft, mit zwei Eigenschaften, d.h. die Berührung mit sich selbst, und dem Klang. Aus *Vayu* geht das Feuer mit den zwei vorhergehenden Attributen von *Akasa* hervor, d.h. ‚Berührung und Klang‘ und der eigenen Begleiterscheinung ‚Farbe oder Form‘. Aus dem Feuer kommt das Wasser mit vier Attributen, d.h. dem Geschmack als eigenes und den vorhergehenden, Klang, Berührung und Form. Aus dem Wasser kommt die Erde mit dem eigenen Attribut Riechen und den vorhergehenden Klang, Berührung, Form und Geschmack. Pflanzen entwickelten sich aus der Erde; Nahrung aus Pflanzen; und *Purusha* mit seinen Gliedern; aus der Nahrung entstand der Samen. *Purusha* oder dieses menschliche Sein wird als *Vikara* wahrgenommen, d.h. ein Produkt aus dem Wesen der Nahrung. Der Samen beinhaltet das Wesen aller Körperglieder. Er beinhaltet die Energie aller Glieder des Körpers und darum ist es das Muster des menschlichen Seins. Es trägt des Schöpfers gedankliche Eingebung. Derjenige, der aus dieser Saat geboren wurde, hat auch die Form einer

*Purusha* (des menschlichen Seins), denn alle geborenen Kreaturen, welcher Klasse auch immer, haben unvermeidlich dieselbe Ausprägung ihrer Eltern.

Alle Kreaturen sind ausnahmslos Modifikationen der Nahrung und von *Brahman* abgestiegen. Warum wird der Mensch hier gesondert betrachtet? Weil er von herausragender Stellung ist. Worin besteht diese herausragende Stellung? Nur ein Mensch ist in der Lage, *Karma* zu tilgen und Wissen zu erlangen. Nur er ist in der Lage den Schriften zu folgen. Nur er sucht nach Gott. Die Schriften sagen: „In keinem anderen Wesen (als dem Menschen) wurde das Selbst (*Atman*) mehr offenbart. Er wurde mit Intelligenz, Vernunft, Urteilsvermögen und Unterscheidungsfähigkeit ausgestattet. Er möchte mithilfe der richtigen Mittel ewige Glückseligkeit und Unsterblichkeit erreichen. Er spricht über das, was erkannt wird. Er erkennt.“ Er denkt, begründet, reflektiert und meditiert. Er weiß, was gut, was schlecht und was richtig oder falsch ist. Der Mensch möchte das Innerste *Brahmans* durch Wissen erreichen. In den Schriften wurde der Mensch auserwählt, um sich durch das Wissen mit *Brahman* zu vereinen. Die Tierwelt verfügt nicht über derartige Qualitäten. Tiere befassen sich nur mit Essen und Trinken. Sie können weder denken noch reflektieren oder meditieren. Der physische Körper wurde nur im Hinblick auf das Streben beschrieben, um die wahre Natur *Brahmans* zu erfassen, so wie z.B. auf das Ende eines Zweiges von einem Baum hingedeutet wird, um eine Andeutung für den hinter dem Zweig des Baumes verborgenen Stern zu geben. Die Schriften versuchen den Strebenden innerlich zu führen, d.h. vom eigenen Selbst innerhalb eines anderen Selbst, bis der wirkliche *Atman* erreicht ist. Durch die Meditation über die Verhüllungen, d.h. über eine Hülle nach der anderen, verwirklicht er die wahre Natur. Letztendlich ist der Strebende in der Lage, direkt auf *Atman* zu meditieren. Die Schriften führen den Strebenden von den gröberen hin zu den subtileren Aspekten, d.h. vom Körper hin zu immer subtileren Aspekten bis das Subtilste, der innere *Atman* erfasst werden kann.

In den Schriften schreitet man zum Segen der Kontemplation weiter voran und präsentiert die fünf Teile von *Annamaya Kosa* in Form eines Vogels als so genanntes Opfer. „Diese heilige ‚Opfer‘ wird in Form eines Falken eines Reiher oder anderer Vögel dargestellt, die über Kopf, zwei Flügel, Rumpf und Schwanz verfügen. Auf diese Weise wird auch hier bei jeder *Kosa* (Hülle) Wert auf die fünf Glieder gelegt.“

Der Vogel hat einen Kopf, Sein Körper (*Purusha*), dessen Essenz die Nahrung (*Anna*) ist, hat einen Kopf. *Pranamaya Kosa* und Ähnliches, was wirklich nicht der Kopf ist, wird als Kopf präsentiert, um gegen diese Vorstellung anzugehen; dasselbe könnte hier mit *Annamaya* geschehen. Deshalb betonen die Schriften, ‚das allein ist der Kopf‘. Dasselbe bezieht sich auf das Wort ‚Seite‘. Dieses ist die rechte Hand, - die Südseite des Menschen, der nach Osten schaut. Dieses ist die linke Hand, die Nordseite, entsprechend. Dieses ist der mittlere oder zentrale Teil des Körpers, der

Rumpf, - der *Atman* der Glieder. In den Schriften heißt es, ‚Der zentrale oder mittlere Teil der Glieder *Atmans*‘.

Der Körperteil unterhalb des Nabels ist der ‚Schwanz‘, der z.B. bei einer Kuh herunterhängt, dem Menschen jedoch als Stütze dient (Unterkörper, Beine), damit er stehen kann. Die untere Hälfte wird als *Pratishtha* bezeichnet. Auf ähnliche Weise soll *Pranamaya Kosa* oder die lebenswichtige Hülle figürlich verständlich gemacht werden. *Pranamaya* und die anderen drei *Kosas* sind nicht wie der Kopf. Man sollte sich vorstellen, dass diese *Kosas* aus dem physischen Körper entstanden sind, so wie flüssiges Metall, das in eine Form gegossen wird, dessen Form annimmt. Das soll bei der Meditation helfen, um die vier *Kosas* voneinander zu unterscheiden.

*Brahman* ist ‚*Satyam Jnanam Anantam Brahma* – Wahrheit, Wissen, Unendlichkeit.

## **2. Anuvaka**

**Alle Wesen, die auf Erden existieren, wurden aus Nahrung geboren, leben durch Nahrung und werden letzten Endes wieder zu Nahrung. Auf diese Weise ist die Nahrung die Älteste aller ‚Kreaturen‘. Darum wird sie für alle als Medium bezeichnet. All jene, die Nahrung als *Brahman* verehren, erhalten immer ausreichend Nahrung. Nahrung ist die Älteste aller ‚Kreaturen‘. Darum wird sie als Medizin für alle angesehen. Alle werden aus Nahrung geboren. Nach ihrer Geburt wachsen sie durch Nahrung. Nahrung wird durch die Geschöpfe aufgenommen, die wiederum für andere zu Nahrung werden. Darum bezeichnet man Nahrung als *Anna*.**

***Prana*, ein anderes Selbst, aus dem die Seele besteht, wurde aus etwas Anderem als aus Nahrung gemacht. Von *Prana* ist der Mensch erfüllt. *Pranamaya* hat genau die Form des menschlichen Körpers (*Purusha*). Es ist die menschliche Form, die der vorherigen Idee vom Menschen entspricht. Davon ist *Prana* der Kopf, *Vyana* seine rechte Seite, *Apana* die linke, *Akasa* bildet den Körper, die Erde die Stütze.**

Hier bezieht man sich wiederum auf *Annamaya Kosa*, dem groben Körper. *Annam* bedeutet Nahrung. Sie deutet auf grobe Offenbarung der Materie hin.

Nach der Geburt lebt und wächst der Mensch allein aufgrund von Nahrung. Am Ende seines Lebens wird er wieder zu Nahrung, d.h. er wird in Nahrung aufgelöst. Warum? Weil die Nahrung aller Lebewesen die Erstgeburt ist. Die Quelle aller Wesen ist die Nahrung. Es ist auch die Quelle für andere *Kosas*. Doch *Pranamaya* und andere *Kosas* kommen nicht aus *Anna*, der

körperlichen Nahrung, doch der Mensch wächst durch die aufgenommene Nahrung.

Darum werden alle Wesen aus Nahrung geboren, leben durch Nahrung und werden am Ende in Nahrung absorbiert. Da dieses die Natur von Nahrung ist, gilt sie als Medikament zur Kühlung des Körpers und dient zum Stillen des Hungers. Nach dem Tod, wenn *Prana* den Körper (*Annamaya Kosa*) verlassen hat, wird die körperliche Hülle in seine elementaren Bestandteile grober Materie aufgelöst.

Die groben Elemente werden zuerst erschaffen. Die groben Körper menschlicher Wesen werden aus diesen Elementen erschaffen. Darum ist *Annam* (Nahrung, Materie) die älteste aller ‚Kreaturen‘.

In den Schriften wird nun mit den Früchten fortgesetzt, die denjenigen zufließen, die die Nahrung als *Brahman* verwirklicht haben, und die auf Nahrung als *Brahman* meditieren. Sie erhalten jede Art von Nahrung. Sie werden eins mit *Virat* und erhalten jede Nahrung. Wie sollte man meditieren? „Ich bin aus Nahrung geboren. Meine Seele ist Nahrung oder mein Sein ist in der Nahrung. Ich werde letzten Endes in Nahrung aufgelöst. Darum ist die Nahrung *Brahman*.“ Man mag sich fragen, wie die Meditation auf Nahrung als Seele oder das Selbst zum Erreichen jedweder Nahrung führen kann. In den Schriften heißt es dazu: „Nahrung ist das älteste aller Wesen, aus ihr wurden alle Geschöpfen geboren, und darum dient sie allen als Medizin.“ Darum ist auch richtig, dass derjenige, der auf Nahrung als *Atman* meditiert, jede Nahrung in ausreichender Form erhalten sollte. „Wesen werden durch Nahrung geboren, und durch Nahrung wachsen sie.“ Diese weitere Wiederholung ist ein Hinweis darauf, dass dieser Teil damit abgeschlossen ist.

Nun folgt eine Etymologie des Begriffes *Anna*. Nahrung wird von allen Lebewesen gegessen und ist auch selbst ein Esser allen Seins. Da sie gegessen wird und auch isst, wird sie als *Anna* bezeichnet. Nahrung wird in ihrem eingeschränkten Aspekt von allem Sein gegessen. In ihrem universalen Aspekt werden alle Wesen in ihr absorbiert. Auf diese Weise wird alles Sein ernährt. Es ist die erste aller *Kosas*.

Die individuelle Seele ist mit *Brahman* identisch, der sich im inneren Kern des Menschen befindet und auch jenseits in den fünf Hüllen wohnt, angefangen von *Annamaya* bis hin zu *Anandamaya-Kosa* (Glückseligkeit), wobei das Innerste durch Wissen, der rechten Sichtweise, von seinen Umhüllungen befreit wird, die durch Unwissenheit entstanden sind.

Um den Geist, der seinen richtigen Bezug verloren hat, weil er sich durch die Sinnesobjekte hat ablenken lassen, zum inneren Sein zu führen, das sich hinter *Annamaya-Kosa* befindet, wird die Natur von *Prana* und *Pranamaya-Kosa* (Lebensenergie) in den Schriften beschrieben. Im Unterschied zu *Annamaya-Kosa* bzw. dem groben Körper gibt es das innere

Selbst des *Prana*, was man fälschlicher Weise als *Atman*, wie den groben Körper, annimmt. Auch *Pranamaya-Kosa* wird fälschlicher Weise als wirkliches Selbst bzw. *Atman* angesehen. Dieses Selbst ist mit *Prana* angefüllt und wurde aus Nahrung gebildet, wie ein Luftballon, der mit Luft gefüllt ist.

*Annamaya-Kosa* ist von vier *Kosas* durchdrungen, d.h. von *Pranamaya* und dem Rest. *Pranamaya* ist von drei *Kosas* durchdrungen, *Manomaya* von zwei und *Vijnanamaya* von einer *Kosa*.

*Annamaya* ist von *Pranamaya* erfüllt. *Annamaya* ist eine Folge von *Pranamaya*, und dazu heißt in den Schriften: „Alle Effekte sind nur Namen, die durch die Sprache erschaffen wurden.“

*Pranamaya Kosa* ist subtiler als die grobe physische Hülle. Die Lebensenergie von *Pranamaya Kosa* übt die unterschiedlichen Funktionen des Körpers aus, d.h., Verdauung, Blutzirkulation, Schlucken, Ausscheidung usw. und manipuliert aus dem Inneren heraus. Der gesamte physische Körper ist von *Pranamaya Kosa* durchdrungen. *Pranamaya Kosa* beinhaltet die Sinnesorgane (*Karma Indriyas*), die Organe der Handlungen, d.h. Sprache, Hände, Füße, Geschlechtsorgane und After. Die unterschiedlichen Glieder des Körpers haben ihre korrespondierenden Teile im *Pranamaya Kosa*. *Pranamaya Kosa* bildet zusammen mit der mentalen und intellektuellen Hülle den Astral-Körper.

*Pranamaya* nimmt die Form des Menschen mit Kopf, Händen usw. an. Wird es vom Kopf besessen? Die Schriften sagen: Nein. Das Selbst, das aus dem Wesen der Nahrung besteht, hat die Form des Menschen. Dieses Selbst des *Pranamaya* wird durch die äußere Form des Menschen bestimmt. Es hat keine eigene fest gefügte Form, genauso wie flüssiges Wasser durch die feste Form eines Topfes bestimmt wird.

Wodurch hat *Pranamaya* die Form des Menschen? Das *Prana*, das durch Mund und Nase ausgeatmet wird, ist selbst der Kopf von *Pranamaya*, wie es heißt. Die so genannten Flügel werden ebenfalls in den Schriften fantasievoll bedacht.

*Vyana*, die Luft, die den ganzen Körper durchdringt, bildet die rechte Seite, *Apana* (Nervensystem, Steuerung der Atmung usw.) die linke Seite. *Samana* (Steuerung der Verdauung), das in *Akasa* enthalten ist, bildet die Mitte des Körpers. Dieser zentrale Teil ist der *Atman*. Die Erde ist der ‚Schwanz‘, d.h. die Stütze. Die Erde herrscht als Gottheit auf der Erde und unterstützt das körperliche Leben, denn sie ist Ursache seiner Existenz. Es heißt: „Die Erde unterstützt das *Apana* des Menschen. Durch die Aktivität von *Udana* wird der Körper aufrecht gehalten, ansonsten würde er umfallen.“ Darum ist die Erde der stützende ‚Schwanz‘ des Selbst von *Pranamaya*. Die Erde ist die lebendige aufwärts strebende Luft.

### 3. Anuvaka

Durch *Prana* leben die Gottheiten und auch Menschen und Tiere. *Prana* macht das wirkliche Leben allen Seins aus. Darum ist es das universale Leben oder das Leben aller. Wer *Prana* als *Brahman* verehrt, erreicht seine volle Lebensspanne. *Prana* ist das Leben allen Seins. Darum wird es als das universale Leben oder als das Leben allen Seins bezeichnet.

Aus dem ersteren *Annamayatma* wird *Pranamayatma* als Seele im Körper erzeugt. Neben *Prana*, das aus dem *Pranamaya* Selbst kommt, gibt es ein anderes Selbst, das aus dem Geist kommt. *Pranamaya* ist von diesem Selbst aus dem Geist erfüllt. Dieses ist auch die Form des Menschen. Seine menschliche Form entspricht der vorhergehenden. Davon ist *Yajus* der Kopf, *Rik* die rechte, *Samana* die linke Seite, *Adesa* der Körper und *Atharvangiras* die Stütze. – (Der Körper beeinflusst alle anderen Glieder.)

Die Gottheiten leben von *Prana*. Die Gottheiten, *Agni* und alle anderen atmen, handeln durch ihren Atem nach *Prana*, dessen Natur die Luft ist. Die Gottheiten leben nur durch *Prana*. Im makrokosmischen Aspekt kontrollieren die Gottheiten verschiedene Funktionen der Natur. Da sich der gegenwärtige Abschnitt mit dem mikrokosmischen Aspekt oder der individuellen Seele befasst, weisen die Gottheiten (*Devas*) auf die Sinne (*Indriyas*) hin. Nur durch die Schwingung von *Prana* üben die Sinne ihre Funktionen aus. Wenn *Prana* wirkt, können auch die Sinne arbeiten. Die Sinne beziehen ihre Lebendigkeit von *Prana*. Darum funktionieren Mensch und Tier ausschließlich durch *Prana*, dem Lebensprinzip. Lebende Geschöpfe haben ihr Sein nicht allein im *Annamaya*-Selbst, sondern auch im *Pranamaya*-Selbst begründet, das im *Annamaya*-Selbst liegt und den ganzen Körper durchdringt.

Alle lebenden Geschöpfe sind mit *Manomaya*, *Vijnanamaya* und *Anandamaya* ausgestattet, eines befindet sich immer im nächsten, wie die Schalen einer Zwiebel. Das Innere durchdringt und liegt im nächsten Äußeren. Alle wurden aus *Akasa* und anderen Elementen der Materie gebildet. Alle existieren nur durch Unwissenheit. Sie sind durch Unwissenheit entstanden. Doch alle gehören der absoluten Seele, *Brahman*, der überall ist, der alles ist, der die Ursache von *Akasa* und allem Anderen ist, der ewig ist, unveränderlich, selbst-existent, der Existenz, Wissen und Unendlichkeit ist, und sich jenseits der fünf Hüllen befindet. ER ist das Selbst aller, *Atman*.

Es heißt, dass die Gottheiten durch *Prana* leben. Wieso? weil *Prana* das Leben allen Seins ist. In den Schriften heißt es: ‚Solange *Prana* im Körper ist, solange ist Leben.‘ Darum ist es das Leben aller. Jeder weiß, dass der Tod eintritt, wenn *Prana* den Körper verlässt. Jeder weiß, dass *Prana* das Leben aller ist.

Jene, die das äußere *Annamayatman* verlassen und auf das innere *Pranamayatman* meditieren, d.h. auf *Brahman*, wobei es heißt: ‚Ich bin *Prana*, ich bin der *Atman* aller, das Selbst allen Seins, denn ich bin die Ursache oder die Quelle für die gesamte Lebensspanne,‘ sterben keines unnatürlichen Todes. Entsprechend der *Vedas* dauert die Lebensspanne einhundert Jahre. Wieso? Dazu heißt es in den Schriften: ‚*Prana* ist das Leben allen Seins. Darum ist es das Leben aller.‘ Diese Wiederholung dient dem Meditationsprozess. Wer immer auf *Brahman* meditiert, wird mit bestimmten Attributen ausgestattet.

Worin liegt das Ziel dieser Lehre über *Pranamaya Kosa*? *Pranamaya Kosa* ist das Selbst, das in *Annamaya Kosa* wohnt. Der Körper wird fälschlicher Weise aufgrund von Unwissenheit für den wahren *Atman* gehalten. Diese Vorstellung muss aufgegeben und durch *Pranamaya Kosa* ersetzt werden. Auf diese Weise wird der Geist vom groben *Annamaya Kosa* zum subtileren *Pranamaya Kosa* geführt. Wenn sich diese Vorstellung in das Gehirn eingegraben hat, wird die bisherige Vorstellung aufgegeben. Dann fühlt man *Annamaya* als Körper und *Pranamaya* als eigenes Selbst, das im physischen Körper wohnt.

Nun zu *Manomaya Kosa*: *Manas*, der Geist, ist das Organ oder Instrument, das aus Gedanken und Zweifeln besteht. Es beinhaltet auch den Willen. So wie *Annamaya Kosa* aus der Nahrung kommt, so geht *Manomaya Kosa* aus dem Geist-Stoff hervor. *Manomaya* ist das innere Selbst von *Pranamaya*. *Pranamaya Kosa* ist von *Manomaya Kosa* erfüllt. *Manomaya Kosa* beinhaltet die Organe des Wissens, d.h. Ohren, Haut, Augen, Zunge und Nase. Die wirklichen Sinne befinden sich im Inneren. Die Instrumente, Augen, Ohren usw. außen. *Manomaya Kosa* ist subtiler und ausgedehnter als *Pranamaya Kosa*, das wiederum subtiler und ausgedehnter als *Annamaya Kosa* ist.

*Manomaya Kosa*, die mentale Hülle, wohnt in *Pranamaya Kosa*, wie eine Fußballblase in einem Fußball. Allein durch die Funktion von *Manomaya Kosa* ist man in der Lage zu sagen: ‚Ich denke, ich kann mir vorstellen‘. Zum Segen der Kontemplation heißt es, dass die menschliche Form aus fünf Gliedern besteht, d.h. Kopf, rechte und linke Seite, Körper und ‚Schwanz‘. So wie Wasser sich in einem Topf dessen Form annimmt, so folgt auch die menschliche Gestalt *Manomaya Kosa*, das der *Pranamaya Kosa* gefolgt ist.

Wie meditiert man auf *Manomaya*: das so genannte *Yajus-Mantra* bildet den Kopf, wobei das vollständige *Mantra* mit seiner Silbenfolge keine besondere Rolle spielt. Das Wort *Yajus* allein beinhaltet die wichtige Komposition. Es spiegelt die Bedeutung im Wort selbst wider. Seine Bedeutung liegt darin, dass man mit diesem Wort als erstes opfert. *Yajus* beschreibt nur die Gedankenbewegung, die genau den Zustand des Denkens ausdrückt, ein Bemühen, um Klang oder einen Satz hervorzubringen. Dieser Gedanke wird durch Hören und andere Organe ausgelöst, und dieser



Geistfunktion wurde der Name *Yajus* gegeben. Dasselbe ist auf *Rik* und *Saman* anwendbar.

Diese Hymne repräsentiert das Wissen *Atmans*, was durch das Wort ‚*Yajus*‘ ausgedrückt und durch ‚*Upadhi*‘ (die Beschränkung des Geistes), d.h. den Zustand des Geistes, begrenzt wird, d.h. auch, durch die Vitalität *Atmans*, der weder Anfang noch Ende hat. Auf diese Weise kann man erklären, wie unendlich die *Vedas* sind. Diese *Upanishad* steht im Einklang mit den *Vedas*: ‚ER ist *Atman*, der in *Manas* wohnt, wo alle *Vedas* eins werden.‘ Das hat nur eine Bedeutung, wenn *Rik* und Anderes etwas Ewiges ist. Es heißt auch: ‚Die *Riks* ruhen im *Akshara*, dem Unzerstörbarem, im absoluten Himmel, wo sich alle *Devas* befinden.‘

Die *Atharva-angirasas*, d.h. die *Mantras* durch *Antharvan* und *Angirs* und ihre *Brhmana* bilden den unterstützenden ‚Schwanz‘, denn sie befassen sich mit der Durchführung der Riten, die dem Wohlergehen, Frieden und der Stärke des Menschen dienen. Hiermit endet die dritte *Anuvaka*.

#### **4. Anuvaka**

**Derjenige, der die Glückseligkeit *Brahmans* kennt, fürchtet sich niemals, denn dorthin kehrt alles Gesprochene mit dem Geist zurück. Der Geist ist verkörperte Seele, d.h. *Pranamaya* ist das innere Selbst von *Manomaya*.**

**Im Inneren des Geistes wohnt ein bestimmtes Wissen (*Vijnana*). Von diesem Wissen ist der Geist erfüllt. Auch das ist Teil des Menschen. Vertrauen ist sein Kopf. Rechtschaffenheit (*Ritam*) die rechte und Wahrheit (*Satyam*) die linke Seite. *Yoga* (Konzentration und Meditation) bildet den Rumpf. *Mahah* ist die Stütze.**

*Brahman* ist jenseits aller Sprache und Gedanken. Man kann *Brahman* intuitiv durch *Meditation* und *Nirvikalpa-Samadhi* erreichen. Derjenige, der die ewige Glückseligkeit *Brahmans* kennt, wird absolut furchtlos. Furcht entsteht nur, wenn Dualität aufkommt. Wie sollte sich jemand fürchten, der sich überall eins mit dem Selbst fühlt?

*Manomaya Kosa* ist von *Vrittis* oder *Sankalpas* (Gedankenbewegungen) erfüllt. Diese *Kosa* ist subtiler als *Pranamaya Kosa*. Sie beinhaltet *Pranamaya Kosa*. Darum ist es das innere Selbst von *Pranamaya Kosa*.

In *Manas* befindet sich ein anderes Selbst, das aus *Vijnana* gebildet wurde. Davon ist es auch erfüllt, d.h. das innere Selbst von *Manomaya* ist *Vijnanamaya*. Im vorigen Abschnitt wurde erwähnt, dass *Manomaya* aus den *Vedas* kommt. Bei *Vijnana* handelt es sich um das Wissen, das in den *Vedas* gelehrt wird.

Die heiligen Schriften leiten den Strebenden, der sich von *Annamaya*, *Pranamaya* und *Manomaya* zurückgezogen hat, immer weiter. *Vijnanamaya* kann als Wissen bezeichnet werden. Dieses besondere Wissen ist ein Attribut des Intellekts. Diese Form des Wissens, dieses bestimmende Wissen, lenkt den Geist, ermöglicht Entscheidungen und bestimmt den weiteren persönlichen Weg. Wenn Zweifel aufkommen, ob man etwas tun oder besser lassen sollte, hilft *Vijnanamaya*, um die richtigen Schlüsse zu ziehen und zu entscheiden. Die heiligen Opferriten werden nur von jemandem durchgeführt, nachdem die rechte Quelle des Wissens ermittelt wurde. *Vijnana* ist die Quelle aller Opferriten.

*Manomaya* besteht aus *Vrittis*, Geisteszustände. Diese Geisteszustände gehören zu *Vijnanamaya*. Dieses ist der Antrieb für alle Gedanken.

Die Schriften erläutern folgende Meditationsmethode auf das *Vijnanamaya* Selbst. Derjenige, der durch die *Vedas* ein gutes Wissen erreicht hat, befasst sich zunächst mit dem Vertrauen als etwas, was unbedingt erforderlich ist. Vertrauen ist eine Grundvoraussetzung für alles, was zu tun ist. Es ist der Kopf von *Vijnanamaya*. Rechtschaffenheit und Wahrheit bilden die rechte und linke Flanke, denn ohne diese Beiden gibt es keine Überzeugung.

Yoga ist Konzentration und Meditation. Dieses ist der Körper, denn ohne Meditation bleibt das Wissen der Wirklichkeit unerreichbar. *Mahah, Hiranyagarbha* (der kosmische Geist), bildet die Stütze, denn sie ist die Ursache und Grundlage aller Effekte des individuellen *Buddhi* (Intellekts), so wie die Erde die Stütze aller Bäume ist. *Mahat* ist das große Prinzip, das zuerst geboren wurde. In den Schriften heißt es auch: ‚Das große Ehrbare, das Erstgeborene, ist die Stütze.‘ *Mahat* ist die Quelle allen Wissens. Darum ist es die Stütze *Atmans*, des Wissens, dem Selbst *Vijnanamayas*.

## **5. Anuvaka**

**Wissen und *Karma* werden durch Opfer erfüllt. Alle Gottheiten verehren das Wissen als *Brahman*. Wenn jemand das Wissen als *Brahman* erkennt und es nicht meidet, erhält er alle Wünsche erfüllt und tilgt all seine Sünden.**

**Das verkörperte Selbst unterscheidet sich vom Selbst des Wissens (*Vijnanamaya*), das wiederum ein Selbst in der Glückseligkeit ist; dieses ist vom Wissen erfüllt. (*Annamaya* erfüllt und durchdringt *Vijnanamaya*). Es hat auch das Abbild des Menschen. Es hat die Form entsprechend dem menschlichen Abbild. Liebe ist sein Kopf, Freude die rechte Seite und Vergnügen die linke, Glückseligkeit sein Rumpf und die Stütze das Selbst ist *Brahman*.**

*Vijnana* oder Wissen bringt Opfer, denn ein Wissender opfert durch das Vertrauen usw. Darum heißt es, das Wissen ist der aktive Teil. Der *Buddhi*, Intellekt, der bestimmt, segnet es ab, und Geist und Sinne wirken durch den groben Körper. Darum ist *Vijnana* der wirkliche Antrieb.

Er ist aktiv und übt aus. Der Begriff *Karma* weist hier nur auf heilige Handlungen hin. Doch hier bedeutet es in einem liberalen Sinne, jede Art von Handlung. Alle Handlungen werden durch den Intellekt absegnet.

Da alles durch das Wissen ausgeübt wird, ist das *Vijnana*-Selbst *Brahman*. Alle Gottheiten, wie auch *Indra*, meditieren auf *Hiranyagarbha*, der der Älteste ist, denn ER wurde zuerst geboren, zuerst erschaffen oder ist die Quelle aller individuellen Aktivitäten. Alle Handlungen sind nur durch vorhergehendes Wissen möglich. Alle Gottheiten vertrauen der Seele des Wissens und meditieren darauf. Sie erlangen durch das Verehren von *Brahman* Wissen und Kraft. Wenn sie auf *Hiranyagarbha* meditieren, identifizieren sie sich mit IHM und erlangen Macht und Wissen.

Wer auf *Hiranyagarbha* meditiert, identifiziert sich mit IHM und erlangt die wundervolle Macht.

Wer auf *Hiranyagarbha* meditiert, IHN verwirklicht, und sich nach seiner Verwirklichung niemals von *Brahman* abwendet, sich ständig in dem Sinne mit IHM beschäftigt, dass das *Vijnana*-Selbst *Brahman* ist, wird von allen Sünden befreit. Alle Sünden reifen aufgrund der Identifikation des Selbst mit dem eignen Körper. Der Körper ist die Ursache für alle Sünden und Probleme. Doch wer sich mit *Hiranyagarbha* identifiziert und IHN verehrt, dessen Körperbewusstsein schwindet zusammen mit allen Sünden, wie der Schatten eines Schirmes, der zusammengeklappt wird. Er wird eins mit *Hiranyagarbha* oder *Vijnanamaya Brahman* und erfreut sich all seiner Wünsche.

Das *Anandamaya*-Selbst ist ebenfalls nur ein Effekt. In den Schriften heißt es: Das Selbst von *Anandamaya* ist ein Freudenspender, d.h. aufgrund von Unwissenheit, denn ER identifiziert sich mit seinen inneren Sinnen, mit dem Geist, Intellekt, dem Gedächtnis und Egoismus. *Anandamaya* vermittelt nur einen flüchtigen Eindruck von Liebe und Glück. *Anandamaya* ist der Kausal-Körper. Dieser Körper wirkt im Tiefschlaf. Alle Kausal-Körper aller individuellen Seelen zusammen genommen bilden das *Maya* von *Ishvara*.

Liebe ist aufgrund seiner Vorrangstellung der Kopf von *Anandamaya*. Das Selbst von *Anandamaya* vermittelt ein Gefühl von Glück und von Liebe. Freude ist ein Ausdruck, der durch das Streben oder durch den Besitz eines geliebten Objektes zustande kommt. Liebe, Freude und Vergügen sind Reflexionen von Glückseligkeit, die im sattvischen Zustand des Geistes offenbart werden.

*Ananda* (Glückseligkeit) ist der Körper. *Ananda* ist das Selbst oder Zentrum von Liebe, Freude und Zuneigung, denn es durchdringt alle anderen Ebenen, da es mit allen anderen ununterbrochen verbunden oder vernetzt ist. *Ananda* ist bedingungsloses absolutes *Brahman*. Diese Glückseligkeit wird in einem Geisteszustand reflektiert oder offenbart und überdeckt *Tamas* (Dunkelheit). Dieser Glückszustand tritt ein, wenn z.B. ein langersehntes Wiedersehen von Freunden, positive Begegnungen oder sich sonst irgendetwas Gutes offenbart. Es handelt sich um Glücksmomente, denn das *Karma*, das diesen Geisteszustand hervorruft, ist vergänglich.

Der Geist wird durch Disziplin, durch Wissen, das die Unwissenheit verdrängt, durch Entsagung, Vertrauen und einfache Hingabe gereinigt, wird mehr und mehr von *Tamas* befreit und mit der Zeit ruhiger, gelassener. Allmählich manifestiert sich in dem auf diese Weise gereinigten und klaren Geist eine Freude, d.h. eine ganz natürliche Lebensfreude. In den Schriften heißt es: ‚ER ist Freude‘. Wo sich diese Art von Freude einstellt, tritt sie auch nach außen in Erscheinung. Es heißt dazu: ‚Alle anderen Geschöpfe müssen mit den kleinen Portionen von Glück auskommen.‘

Glückseligkeit ist entsprechend dem *Karma* von unterschiedlicher Intensität. Die auf natürliche Weise gewonnene Glückseligkeit ist aufgrund der zuvor beschriebenen geistigen Disziplinen hundertfach größer als bei der Erfüllung von Wünschen. In den Schriften spricht man darum von verschiedenen Abstufungen der Glückseligkeit. Dabei ist die Glückseligkeit aufgrund von anhaltender Wunschlosigkeit weitaus höher einzuschätzen als bei der Erfüllung kurzlebiger Wünsche. Für *Anandamaya* ist das/ der absolute *Brahman* die Stütze.

Der absolute *Brahman*, der als *Satyam Jnanam Anantam Brahma* – Wahrheit, Wissen, Unendlichkeit – beschrieben wird, ist das eigentliche Thema. Die Beschreibung der fünf Hüllen (*Kosas*) dient der Verwirklichung des absoluten *Brahman*, der sich jenseits dieser fünf Hüllen befindet. Der absolute *Brahman*, der in den fünf Hüllen liegt, ist auch das Selbst all dieser Hüllen. Dieser(s) nicht-duale *Brahman* ist die Stütze oder die absolute Grundlage aller Dualität, die durch *Avidya*, Unwissenheit, hervorgerufen wird. *Anandamaya* führt unausweichlich zum Einssein, wobei *Brahman* die unmittelbare Stütze ist.

Diese fünf *Kosas* des Menschen werden beschrieben, um das große Übel von *Samsara* zu zerstören. Es gilt jede *Kosa* und deren Fortsetzung zu beseitigen, wobei man mit *Annamaya Kosa* beginnt, dann jeden sich fortsetzenden Effekt, bis die absolute Ursache erreicht ist. Möglicherweise wird man zum Wissen *Brahmans* vordringen, der sich jenseits von Ursache und Wirkung befindet, der weder Ursache noch Wirkung ist, und wird die Einheit von individueller und absoluter Seele verwirklichen.

*Maya* ist die illusionäre Kraft *Brahmans*. Sie ist materielle Ursache des Universums und besteht aus den drei *Gunas*, d.h. aus *Sattva* (Reinheit), *Rajas* (Leidenschaft) und *Tamas* (Dunkelheit). *Tamas* ist die Ursache von *Annamaya Kosa*. Darum herrscht es in seinem Inneren vor. *Rajas* ist die Ursache von *Pranamaya Kosa*. In ihr herrscht *Kriya Sakti* (Leidenschaft). Die Ursache von *Manomaya Kosa* ist *Sattva*, vermischt mit *Tamas*. Darum finden sich im Geist auch *tamasische* Qualitäten, wie Hass usw. Die Ursache von *Vijnanamaya* ist *Sattva*, vermischt mit *Rajas*, hierin liegt der Antrieb. *Manas* (Geist) und Intellekt (*Buddhi*) gehören zu *Jnana Sakti*. Das reine *Sattva Guna* ist die Ursache für *Anandamaya Kosa*, und darin liegt die Liebe, Freude usw. Im Geist befindet sich auch *Ichha Sakti*, d.h. aufgrund *Ichha Sakti* erhebt sich Wünschen. Durch *Jnana Sakti* kommt das Wissen, wie man z.B. gewünschte Objekte beherrscht. Durch *Kriya Sakti* werden Wünsche verwirklicht und diese Wunschobjekte besessen.

Geburt und Tod sind die *Dharmas* (Attribute) von *Annamaya Kosa*. Hunger und Durst sind die Attribute von *Pranamaya Kosa*. *Moha* (Illusion) und *Soka* (Kummer) sind Attribute von *Manomaya Kosa*. *Atman* ist immer rein und unberührt. ER ist immer frei von den sechs Wellen des *Samsara*, d.h. von Geburt, Tod, Hunger, Durst, Illusion und Kummer.

*Annamaya Kosa* begründet den groben Körper (*Stuhula Sarira*). *Pranamaya*, *Manomaya* und *Vijnanamaya Kosas* begründen den subtilen oder astralen Körper (*Linga Sarira*). *Anandamaya Kosa* begründet den Kausalkörper (*Karana Sarira*).

Der physische Körper ist im Wachzustand aktiv, der subtile wirkt im Traumzustand und der kausale Körper ist im Tiefschlaf aktiv. Ein dünner Schleier von *Anandamaya Kosa* trennt individuelle und absolute Seele, *Brahman*, im Tiefschlaf voneinander.

## **6. Anuvaka**

**Derjenige, der *Brahman* als –nicht-existent annimmt, wird selbst nicht-existent. Derjenige, der IHN als existent annimmt, wird Seiner Existenz gewahr und ist eine verkörperte Seele.**

**Daraus ergibt sich folgende Frage: Geht derjenige, der IHN nicht erkennt, nach seinem Ableben, zu IHM? – oder bleibt dies nur demjenigen vorbehalten, der IHN kennt?**

**ER wünschte: ‚Möge ich viel sein, möge ich geboren werden.‘ ER übte sich in *Tapas*. Nachdem ER sich *Tapas* unterzogen hatte, brachte ER alles hervor, was da ist. Danach betrat ER seine Schöpfung. Nachdem ER sie betreten hatte, wurde ER *Sat* (Sein, was manifestiert wurde) und *Tyat* (jenseits dessen, was nicht manifestiert wurde), was**

**definiert und nicht definiert, mit und ohne Heimstatt, Wissen und Unwissenheit, Wahrheit und Falschheit, und alles, was auch immer existiert. Darum wird es Existenz genannt.**

Derjenige, der kein Vertrauen in die Existenz *Brahmans* hat, führt ein sinnliches Leben, ist häufig boshaft, hat keine rechte Führung und hat keine höheren Ideale, nach denen er strebt. Diese Welt ist alles für ihn. Er identifiziert sich mit seinem physischen Körper und den anderen *Kosas*, betrachtet sie fälschlicherweise als das wirkliche Selbst. Er verfehlt die Unsterblichkeit oder wird nicht-existent, fällt in einen Abgrund tiefer Unwissenheit und wird mit jeder neuen Geburt immer wieder darin gefangen sein.

Wenn jemand im Gegensatz dazu, die Existenz *Brahmans* erkennt, der die Grundlage für alles ist, für alle Verschiedenartigkeit, die Saat aller Handlungen ist und keine Unterschiede macht, der führt ein tugendhaftes Leben. Diese Persönlichkeit hat Ideale und strebt nach Höherem. Er hat eine rechte Führung, einen Platz in der Gesellschaft usw. Er entwickelt Leidenschaftslosigkeit, Unterscheidungsfähigkeit und zieht sich von sinnlichen Objekten zurück. Er übt sich in Meditation, bemüht sich redlich *Brahman* zu erreichen und wird IHN möglicherweise auch erreichen. Weise Menschen betrachten IHN als existent, denn sie werden eins mit IHM, der Existenz (*Sat*) ist.

Warum sollte es irgendwelche Zweifel bzgl. der Existenz *Brahmans* geben? Diese Zweifel kommen nur auf, weil *Brahman* jenseits sinnlicher Erfahrungen und jenseits jeder menschlichen Ausdrucksfähigkeit ist. Man kann an etwas glauben, was sprachlich ausgedrückt werden kann. Es ist sicherlich richtig, wenn man annimmt, dass etwas, was nicht mehr sprachlich ausgedrückt werden kann, nicht existent ist. Die Menschen akzeptieren heutzutage nur, was sie sehen, was beschreibbar, messbar ist, und glauben, dass etwas nicht existiert, was nicht irgendwie wissenschaftlich nachweisbar ist. Ähnlich verhält es sich mit *Brahman*. Darum heißt es auch: ‚Wenn man weiß, dass ER existiert, dann... usw.‘

*Anandamaya* ist das verkörperte Selbst von *Vijnanamaya*. *Anandamaya* ist subtiler und ausgedehnter als *Vijnanamaya*. *Anandamaya* durchdringt *Vijnanamaya*. *Anandamaya* ist das Selbst, *Anandamaya* ist das Selbst, das in *Vijnanamaya* wohnt.

Es gibt keinen Zweifel darüber, dass *Anandamaya* nicht existiert. Doch bzgl. *Brahman* bestehen noch immer Zweifel, denn ER kennt keine Unterschiede und ER ist für alle gleichermaßen zugänglich.

Folgende Fragen werden von Schülern immer wieder gestellt: *Brahman*, die Ursache von *Akasa* usw., ist für den Wissenden und den Unwissenden gleichermaßen erreichbar. Darum muss man annehmen, dass *Brahman* selbst

von Unwissenden erreicht werden kann. Wenn derjenige, der nicht weiß, *Brahman* nicht erreicht, der für alle und überall ist, dann erreicht IHN möglicherweise auch derjenige nicht, der IHN kennt. Welches Ereignis weist darauf hin, dass der Erleuchtete IHN erreicht?

Dazu folgende Antwort: *Brahman* ist *Satyam* (Wahrheit). ES ist Wahrheit, weil ES/ ER existiert.

Ein Weltlicher, der nur in Objekten denkt, sagt: ‚*Brahman* ist nicht völlig nicht-existent. Warum? Das, was existiert, wie das was man sieht, wie z.B. ein Topf, wird als aktuelle Erfahrung wahrgenommen; das, was nicht existiert, wie z.B. das Horn eines Hasen, kann man nicht sehen. Ähnlich kann auch *Brahman* nicht wahrgenommen werden. Da *Brahman* nicht wirklich erfahren werden kann, existiert ER auch nicht.‘ Diese Argumentation ist wenig stichhaltig, weil *Brahman* die Ursache von *Akasa* usw. ist. Man kann nicht behaupten, *Brahman* würde für Äther usw. nicht existieren, denn *Brahman*, als dessen Ursache, ist auf diese Weise sichtbar. Es heißt in den Schriften, dass *Akasa* und die ganze weitere Schöpfung aus *Brahman* geboren wurde. Es handelt sich um eine allgemeine Erfahrung in der Welt, dass das Ding existiert, aus dem etwas geboren wurde, z.B.: Ton und Saatgut sind die materielle Ursache für einen Tontopf bzw. für einen Baum. Darum existiert auch *Brahman*, der die Ursache für Äther usw. ist.

Es gibt nichts in dieser wahrnehmbaren Welt, das aus nichts geboren wird. Wenn die Objekte in der Welt Produkte aus dem Nichts wären, könnten sie nicht wahrgenommen werden. Doch sie werden wahrgenommen. Darum existiert *Brahman*. Es heißt dazu: ‚Wie kann etwas existieren, das aus einer Nicht-Existenz geboren wurde? Wie kann etwas aus dem Nichts erzeugt werden?‘ Darum existiert *Brahman*!

Wenn *Brahman*, ebenso wie Tonerde oder Saatgut, Ursache ist, kann ES nicht intelligent sein, denn *Brahman* ist etwas, das reines Wünschen (*Satya Karma*) ist. Durch Erfahrungen wurde festgestellt, dass nur Intelligenz oder empfindungsfähiges Sein Wünsche haben kann. Es wurde erwähnt, dass *Brahman* allwissend ist. Darum kann man sehr richtig behaupten, dass *Brahman* reines Wünschen ist.

Ein weltlicher Mensch, der nur in Objekten denkt, mag behaupten, wenn *Brahman* Wünsche hat, muss ER auch Wunschobjekte haben, die nicht erreicht werden. Doch das ist nicht richtig, denn *Brahman* ist von Wünschen unabhängig. Aufgrund Seiner Unabhängigkeit, bleibt ER von Wünschen unberührt. *Brahmans* Wünsche sind fehlerlos. Sie können IHN nicht auf die gleiche Weise aktivieren, wie es unreine weltliche Wünsche können, die zu Handlungen verleiten. Wie sind sie dann? Sie sind wahr (*Satya*) und Weise (*Jnana*). Sie sind in ihrer Natur wie *Brahman* und darum sind sie rein. *Brahman* kann durch sie nicht geführt werden.

Andererseits ruft *Brahman* diese Wünsche, aufgrund von Taten in empfindungsfähigen Wesen, hervor. Darum ist *Brahman*, was Wünsche angeht, unabhängig. ER hat keine Wünsche, die für IHN unerreichbar wären. ER muss nicht wünschen, denn ER hat keinen Bedarf, Wünsche aufgrund irgendwelcher äußeren Faktoren oder außergewöhnlichen Bedeutungen zu verwirklichen. Die Wünsche empfindungsfähiger Wesen gehören nicht zum Selbst. Sie hängen vom Wirken des *Dharma* und anderen Ursachen ab. Sie bedürfen zusätzlicher Unterstützung, wie z.B. Körper und Sinnesorgane, um für ihr Selbst, bestimmte Objekte zu vervollkommen, wohingegen *Brahmans* Wünsche frei von äußeren Ursachen sind und nicht durch derartige Motive geprägt werden. Was dann? Sie sind eins mit IHM, und unterscheiden sich nicht von IHM.

*Brahman* vervielfältigt sich nicht dadurch, dass ER Dinge hervorbringt (gebirt), die sich von IHM unterscheiden, so wie Vater und Mutter sich mit Zeugung eines Kindes vervielfältigen. Wie dann? Durch Offenbarung von Namen und Formen, die in IHM unoffenbart bleiben.

*Brahman* übte sich in *Tapas*, d.h. ER dachte über eine Anordnung der Welt nach, die zu erschaffen war. ER reflektierte seine Idee, erschuf dieses Universum mit Raum und Zeit, Namen und Formen, worin sich alles entsprechend der Natur ihres *Karmas* erfreut.

Entsprechend der Philosophie von *Ramanuja* ist diese Welt ein *Parinama* von *Brahman*. So wie sich Milch in Quark verwandelt, so hat sich auch *Brahman* in diese Welt subtiler und grober Objekte verwandelt. Dieses ist *Parinama Vada*.

In dieser Doktrin ist ein ernsthafter Fehler. Wie kann sich in dem transzendenten und perfekten *Brahman* eine Veränderung erheben? Veränderungen sind nur in Raum und Zeit möglich. *Brahman* steht über Raum, Zeit und Ursache. Doch das Phänomen der Welt der Veränderungen ist allgegenwärtig. Wie soll man das erklären?

*Sri Sankara* propagierte eine Theorie von *Vivarta Vada*, die Doktrin von der ‚Überpositionierung‘ bzw. eines ‚Übervaters‘. Nach dieser Doktrin hat sich *Brahman* keiner Veränderung unterzogen, um diese Welt zu projizieren oder zu erschaffen. In *Brahman* existiert eine innewohnende illusionäre Kraft. Diese Kraft hat die Schöpfung ausgelöst. Diese unergründliche Kraft ist *Maya*.

*Brahman* betrat mithilfe dieser *Maya* das von IHM erschaffene Universum. ER brachte Existenz hervor, d.h. von *Hiranyagarbha* bis hinunter zu den unbeweglichen Objekten. *Paramatman* (Lebensenergie) trat in jene Formen, die ER erschaffen hatte.

Wie ist ER in das Universum eingetreten? Betrat ER das Universum als Schöpfer oder in irgendeiner anderen Form? Welche der beiden Arten ist



richtig und vernünftig? Die individuell hervorgebrachten Formen geben einen Aufschluss, dass der Schöpfer selbst das Universum betreten haben muss.

Menschen, die nur in Objekten denken, mögen behaupten, dass man dieser Auffassung nicht folgen kann, nach der *Brahman* die Ursache des Universums ist, so wie Tonerde für einen Tontopf, da die Folge eins mit der Ursache ist, und weil die Schöpfung in der Natur *Brahmans* liegt. Die Ursache selbst ist in die Folge transformiert worden. Daher kann man nicht behaupten, dass die Ursache nicht in die Folge eintreten könnte, nachdem die Folge (das Universum) erschaffen wurde, wenn die Ursache nicht schon vorher die Folge betreten hatte. Es findet kein Betreten von Tonerde in den Tontopf statt. Der Ton wurde in die Form des Topfes verändert. Das ist alles. So wie Ton den Tontopf in Form von Staub betritt, so kann auch *Atman* in verschiedene Formen des Universums von Namen und Formen eintreten. In den Schriften heißt es: ‚ER hat diese Form in Form dieses *Jivatman* betreten.‘

Das ist falsch. So funktioniert es nicht! *Brahman* ist eins. Zweifellos kann eine Ursache wie Ton in Form von Staub und Anderem den Tontopf betreten haben, denn es gibt unterschiedlichste Qualitäten, manchmal werden auch einige Stellen des Topfes mit Staubpartikeln oder Ähnlichem versetzt. Doch *Atman* ist eins und hat keine derartigen Ergänzungsmöglichkeiten. Darum kann man auch nicht wirklich von Seinem Eintritt sprechen.

Ein in Objekten Denkender mag argumentieren: „Wie könnte ER dann eintreten! Ein Eintreten bedeutet keinen wirklichen Widerspruch! Die Schriften sagen doch: ‚ER trat in das Ding ein.‘ Angenommen, *Brahman* bestünde aus Fragmenten. Dann wäre es sehr gut möglich, dass ER in Namen und Formen als *Jiva* eingetreten ist, so wie man eine Hand in den Mund stecken kann.“

Auch diese Erklärung ist nicht richtig, denn man kann nicht sagen, dass *Brahman* aus *Fragmenten* besteht, und dass ER, wie eine Hand den Mund betritt. *Brahman* findet als *Jivatman* Seinen Eingang in Namen und Formen, denn es gibt keinen Ort, wo das nicht geschieht..

Ein in Objekten denkender mag sagen: ‚ER betritt die Ursache selbst.‘

Antwort: Dann wäre ER nicht länger der *Jivatman*, so wie ein Topf aufhört ein Topf zu sein, wenn er den Ton (seine Ursache) betritt, d.h. wenn er wieder zu Ton wird.

Ein in Objekten Denkender mag meinen: Vielleicht hat ER seinen Eingang, so wie die Reflexion der Sonne auf der Wasseroberfläche.

Antwort: Das ist nicht möglich, weil *Brahman* unendlich und formlos ist. Nur etwas Endliches, Körperliches kann sich als Objekt auf der Wasseroberfläche widerspiegeln.

Doch *Atman* kann sich nicht widerspiegeln, denn ER ist formlos, unendlich und alldurchdringend, ist die Ursache für *Akasa*. Ein Eintreten in Form einer Reflexion ist unmöglich, da es weder etwas anderes gibt, was als reflektierendes Medium dienen könnte, noch irgendeinen anderen Raum, den ER nicht besetzt hätte.

Ein in Objekten Denkender mag argumentieren: Wenn das so ist, findet überhaupt kein Betreten statt. Dann sind all diese Ausführungen belanglos, und man sollte dieses Kapitel übergehen.

Antwort: Nein, denn es hat eine andere Bedeutung. Die Schriften beginnen mit folgenden Worten: ‚Der Kenner *Brahmans* erreicht das Absolute. Wahrheit, Wissen, Unendlichkeit ist *Brahman*. Derjenige, der IHN in seiner verborgenen Höhle kennt...‘ Das Wissen ist an dieser Stelle gefordert. Das ist das Thema, mit dem sich hier die Schriften befassen. Um das Wissen von *Brahman* zu vermitteln, werden die Effekte *Brahmans* beschrieben, angefangen von *Akasa*, bis hin zur Nahrung. Dann wird die Natur der *Kosas* behandelt. Im *Atman* ist etwas, was aus Nahrung besteht, und sich von IHM unterscheidet; darin enthalten ist *Prana*; dort wiederum ist der Geist enthalten, darin das Wissen; und in dieser Höhle des Wissens ist der *Atman* der Freude, *Anandamaya*. In *Anandamaya* ist *Brahman* enthalten, die Stütze, die Grundlage für alle verschiedenen Offenbarungen, wobei *Brahman* frei von aller Verschiedenartigkeit ist. ER wird durch das Eintreten repräsentiert, oder dass man IHN als eingetreten betrachtet. ER ist in jedem Namen, jeder Form, jedem Zustand, körperlich oder nicht körperlich, immer anwesend. Dieses figürliche Eintreten entspricht einer imaginären Repräsentation. Dieses findet nicht wirklich körperlich statt, sondern dient nur der Vorstellung.

ER wird als Seher, Hörer, Denker, Wissender usw., d.h. in den bestimmten Formen, in der Höhle des Intellekts (*Buddhi*) offenbart. Dieses beinhaltet Seinen Eingang, Sein Dasein. Darum existiert *Brahman*, die Ursache. Nur darum sollte man IHN als Existenz erkennen.

Was wird aus IHM, nachdem ER die Effekte betreten hat? ER wird zum Körperlichen oder Nichtkörperlichen, zur Form bzw. Formlosigkeit (*Murta* und *Amurta*). Vor der Schöpfung verweilten die Formen und die Formlosigkeiten im *Atman*, d.h. im nicht-offenbarten bzw. einem undifferenzierten Zustand. Zu Beginn der Schöpfung wurden sie durch den innewohnenden *Atman* verschiedenartig, vielfältig. Obwohl sie verschieden sind, bleiben sie in Raum und Zeit eins mit *Atman*.

Darüber hinaus wurden sie zu *Nirukta* (definierten) und *Anirukta* (undefinierten Objekten). Das definierbare/ charakterisierbare Objekt unterscheidet sich in seiner Art von anderen Objektklassen bzw. von Objekten derselben Klasse. Es ist bekannt, dass sie zu bestimmter Zeit an einem bestimmten Ort existiert. Man kann darauf verweisen, dass ‚etwas existiert‘. Im Gegensatz zu dem Definierten steht das Undefinierbare. *Murta* und *Amurta*

beschreiben die Qualität von *Nirukta* und *Anirukta*. Die definierten und undefinierten, die sichtbaren und unsichtbaren Qualitäten sind entweder formlos oder haben eine Form.. Sie sind auch Heimstatt oder Stütze, Nicht-Heimstatt oder Nicht-Stütze. Heimstatt oder Stütze beziehen sich auf Formen. Nicht-Heimstatt oder Nicht-Stütze auf Formloses.

Obwohl formlose Objekte unsichtbar, undefiniert und ohne Heimstatt sind, so gehören sie dennoch zur offenbaren Welt, weil sie nach der Schöpfung entstanden sind. ‚*Tyat*‘ deutet auf *Prana* hin usw. Sie sind *Anirukta* und *Anilayana*, Attribute des Formlosen. Lebensenergie und Äther sind undefiniert. Sie bilden keine Heimstatt. Diese Attribute des Formlosen gehören zur Kategorie des differenzierten Seins, aber nicht zum unmanifestierten *Brahman*, jene Ursache, die ebenfalls formlos ist.

*Vijnana* ist belebtes, bewusstes oder empfindungsfähiges Sein. *Avijnana* ist weder belebtes, bewusstes noch empfindungsfähiges Objekt, so wie ein Stein.

Unter *Satyam* versteht man hier die relative Wahrheit. Es ist nicht die absolute Wahrheit, wie *Brahman*, die absolute Wirklichkeit, die für sich allein steht. Wasser wird im Gegensatz zur Spiegelung in dessen Oberfläche, als real betrachtet, Spiegelungen sind Illusionen. Eine Schlange in einem Seil, ein Dieb in einem Pfosten und das Silber in einer Perle sind falsche Annahmen.

Was ist das, das zu all diesem geführt hat? Die absolute Wahrheit. Was ist wiederum die Wirklichkeit? Es ist *Brahman*, das Thema, so wie diese *Upanishad* begann: ‚*Brahman* ist Wahrheit, Wissen und Unendlichkeit‘. *Brahman*, der/ das Eine, was existent ist, wurde ausnahmslos in alles modifiziert, d.h. als Form und als Formloses. Neben oder außerhalb von *Brahman* gibt es keine Modifikationen von Namen oder Formen, darum sagen die Kenner *Brahmans*, das *Brahman* Wahrheit ist, und dass alles *Brahman* ist.

Der Abschnitt begann mit der Frage: ‚existiert *Brahman* oder existiert ER nicht?‘ Mit der Antwort wurde gesagt, dass *Atman* wünschte, ‚möge Ich viele werden‘. Entsprechend diesem Wunsch, erschuf ER *Akasa* und andere Dinge im Universum, die offenbar und nicht-offenbar wurden, betrat Namen und Formen, und wurde Viele, wie die Seher, Hörer, Denker und Wissenden.

Man sollte verstehen, dass *Brahman*, der die Ursache von *Akasa* usw. ist, der in allen Geschöpfen wohnt, der im Herzen wohnt, der durch Vertrauen, Meditation und Intuition verwirklicht wird, der sich in allen Erkenntnissen des Geistes, in all Seinen Offenbarungen als Seher, Hörer usw. selbst offenbart, existiert.

Zu diesem Zweck entstand diese Hymne über *Brahman*. Wie im Fall der fünf beschriebenen *Kosas*, gibt es *Mantras*, die den *Atman* als Nahrung usw. beschreiben. Dabei dienen diese Verse oder Hymnen, nur der Beschreibung

Seiner Existenz, dem innersten *Atman*, wenn über das Universum reflektiert wird.

## **7. Anuvaka**

**Am Anfang herrschte Nicht-Existenz. Daraus wurde die Existenz geboren. Dieses geschah aus sich selbst heraus. Darum wird es auch als ‚Selbst gemacht‘ bezeichnet. Das ‚Selbstgemachte‘ ist die Quelle der Freude. Wer diese Quelle der Freude erreicht, ist gesegnet. Wer möchte nicht die Glückseligkeit in der Kammer des Herzens erreichen! *Brahman* selbst segnet die Menschen mit Glückseligkeit. Der individuelle *Atman*, der die furchtlose Einheit mit *Brahman* erreicht, wird frei von Furcht, - *Brahman*, der unsichtbar, unkörperlich, undefiniert und ohne Heimstatt ist. Dieser *Atman* muss sich jedoch fürchten, wenn er den kleinsten Unterschied in *Brahman* sieht. Für denjenigen, der Unterschiede macht und nicht darüber reflektiert, wird *Brahman* selbst zur Quelle der Furcht.**

*Brahman*, der jenseits aller Ursachen ist, ist Nicht-Existenz. *Brahman* wird durch nichts unterstützt, hat keine Heimstatt usw. Nicht-Existenz ist der undifferenzierte und nicht-offenbarte Zustand der Existenz. Die Nicht-Existenz wird weder durch Namen noch Formen definiert.

Aus Nicht-Existenz wurde die Existenz geboren. Die Existenz ist die offenbarte oder erschaffene Welt, die durch besondere Namen und Formen differenziert wird. Davor herrschte Nicht-Existenz, Nicht-Sein, *Brahman*.

Unterscheidet sich die Schöpfung von *Brahman*, so wie Kinder sich von ihren Eltern unterscheiden? In den Schriften heißt es: ‚*Brahman*, der nicht-existent, nicht-sein ist, erschuf sich selbst.‘ Darum spricht man vom ‚Selbstgemacht‘. *Brahman* verwandelte sich durch seine innewohnende Kraft und ohne äußere Hilfe in das sichtbare oder offenbarte Universum selbst. ER erschuf selbst sich ohne Zwang als Universum. Es gibt weder eine materielle Ursache des Universums, ähnlich wie bei Ton (und Topf), noch eine effiziente Ursache in Form eines Töpfers, über oder jenseits von *Brahman*. *Brahman* ist zugleich materielle und effiziente Ursache des Universums. Darum wird *Brahman* als Selbst-Ursache bezeichnet. *Brahman* ist selbst-erschaffend. Dieses ist der Welt gut bekannt, denn ER ist Ursache und Quelle aller.

*Brahman* ist sein eigener Antrieb, aber der *Jiva* ist nicht gleichzeitig sein eigener Antrieb. Er wird durch den inneren Regenten aktiviert.

Man kann auch sagen: *Brahman* ist die Ursache (*Sukrita*), die verdienstvolle Handlung, das Gute, aufgrund Seiner Tugend. *Brahman* erschuf alles aus sich selbst heraus und blieb eins mit der ganzen Welt. Darum wird ER *Sukrita* genannt, eine Verkörperung einer derart verdienstvollen Handlung.

*Sukrita* bedeutet wörtlich: gut gemacht, gute Handlungsweise. Es bezieht sich auf die Handlungsweise des Herrn, nicht auf den Herrn selbst, der der Antrieb ist. Selbst im Weltlichen heißt es, dass das, was durch den Herrn geschieht, wohlgetan ist, doch nicht das, was durch Seine Diener geschieht. *Sukrita* könnte bedeuten: von sich aus gemacht, durch sich selbst erschaffen, wie die Ursache selbst, d.h. die unabhängige Ursache.

Das, was in der Welt als Quelle positiver Handlungen für das Hervorbringen guter Früchte bekannt ist, und in dieser *Upanishad* mit *Sukrita* bezeichnet wird, d.h. das Gute in der Handlung selbst, lässt vermuten, dass eine intelligente äußere Ursache existiert. Daraus kann man schließen, dass *Brahman* existiert, denn *Sukrita* ist gut bekannt. Um auf andere Weise zu beweisen, dass *Brahman* existiert, heißt es: *Brahman* ist Glückseligkeit, Freude (*Rasa*), Frieden.

*Rasa* wird im Allgemeinen als etwas verstanden, das Freude, Zufriedenheit gibt. Man bekommt *Rasa* und empfindet Freude. *Brahman* ist absolutes *Rasa*. Durch *Rasa* von *Brahman* erscheint das Universum voller Freude, denn das Universum ist von sich aus ohne *Rasa*.

Liebe zu *Brahman* könnte nicht aufkommen, wenn ER die Glückseligkeit nicht in sich trüge. *Rasa* deutet darauf hin, dass *Brahman* selbst Glückseligkeit ist. Alle sinnlichen Freuden sind lediglich Reflexionen der absoluten Glückseligkeit *Brahmans*. Die Weisen, Anhänger *Brahmans*, die das Wissen erlangt haben, sind voller Glückseligkeit, als hätten sie äußere Objekte der Freude erreicht. Für diese Weisen ist allein *Brahman* Freude, Ursache von Glückseligkeit. Sie erfreuen sich in Selbst-Kontemplation der ewigen Glückseligkeit *Brahmans*. Darum existiert *Brahman*, erfüllt von *Rasa*, jener Ursache für Freude.

Um herauszustellen, dass *Brahman* selbst als Quelle physischer Aktivitäten, wie das Atmen usw., existiert, heißt es, dass *Brahman* die Quelle für Beides ist.

Aus welchem Grund ist *Brahman* auch dafür existent? Das Ein- bzw. Ausatmen wird durch *Prana* und *Apana* reguliert. Die Funktionen von Atem und Sinne in Verbindung mit dem Körper sind lebensnotwendig. Deren gegenseitige Abhängigkeit zum Wohle der Einheit ist ohne ein unabhängiges intelligentes Sein unmöglich. Das Zusammenwirken von Sand, Zement und Ziegeln beim Hausbau z.B. ist ebenfalls nur durch ein intelligentes Sein möglich, das sich außerhalb von allem befindet, und das letztendlich das fertige Haus in Besitz nimmt.

In den Schriften heißt es, dass *Brahman*, der verkörperte Glückseligkeit und Freude (*Rasa*) und Kern der Wesen ist, die Quelle des Lebens und der Aktivitäten der Sinne ist. Ohne *Brahman* können die Augen nicht sehen, die Ohren nicht hören und *Pranas* ihre Funktionen nicht wahrnehmen. Das Ende

und Ziel der Existenz oder das Ziel des Lebens liegt im Erreichen der ewigen Glückseligkeit *Brahmans*. Menschen wollen glücklich werden und sein. Aufgrund von Unwissenheit sucht er jedoch sein Glück in äußeren Objekten und erleidet Schiffbruch. Dann lernt er Unterscheidungsfähigkeit, wendet seinen Geist nach innen und findet mithilfe der Meditation in seinem Selbst unsterbliche Glückseligkeit. Für weltliche Menschen ist der Weg zur Heimstatt absoluter Glückseligkeit ein Zickzack-Laufen, denn jeder Augenblick ist nur auf *Sat-chit-ananda Brahman* gerichtet.

Wenn diese Glückseligkeit nicht im Absoluten, in der Kammer des Herzens existieren würde, wer wäre dann in dieser Welt lebensfähig oder könnte Atmen usw.? Darum existiert *Brahman*.

*Brahman* gibt der Welt Freude. ER macht alle Wesen dieser Welt, entsprechend ihren Tugenden, glücklich. *Brahman* ist Glückseligkeit, die den Lebewesen aufgrund ihrer Unwissenheit nur in ihrer begrenzten Form offenbart wird.

Wenn ein Wunschobjekt erreicht wurde, zieht der Geist seine Aufmerksamkeit vom Objekt zurück und bevor sich ein neues Objekt auftut, wendet er sich nach innen, und freut sich der Glückseligkeit des inneren Selbst. Das nennt man Sinnesvergnügen. Das ist nur jenen bekannt, die die Unterscheidungsfähigkeit besitzen. Auf diese Weise sollte man erkennen, dass *Brahman* als Quelle dieser sinnlichen Vergnügen existiert.

*Brahman* existiert selbst als Ursache von Furcht in einem Unwissenden und als Furchtlosigkeit in einem Weisen. Man kann furchtlos werden, indem man IHN als existierend erkennt. Man kann nicht erwarten durch etwas die Furcht zu verlieren, das nicht existiert. Dazu heißt es in den Schriften:

Furcht entsteht aufgrund von Unwissenheit. Die Menschen sind mit ihren Körpern verhaftet und entwickeln auf diese Weise Furcht. Sie fürchten, das Leben zu verlieren, wenn der Körper vergeht. Wer das Wissen *Brahmans* erreicht, erfährt und fühlt, dass ER ewig und unvergänglich ist. Derjenige fühlt sich mit IHM identisch, und erlangt dadurch Furchtlosigkeit. Er erreicht *Brahman* in dem Augenblick, wo ER erkannt wird.

Doch wenn man sich nur mit seinem Körper, seinem Geist, den Sinnen oder Prana identifiziert, trennt man sich vom universalen Leben und der transzendentalen Realität. Man fühlt seine individuelle Existenz, hat jedoch ständig neue Wünsche und fühlt sich schlecht. Durch eigene Unwissenheit und dem Getrenntsein, beschränkt man sich selbst und wird zum Opfer von Furcht, Schmerz und Sorge.

Alles Sichtbare sind Modifikationen oder Phänomene, die wahrgenommen werden können. *Brahman* ist kein Phänomen. ER ist kein Objekt der Wahrnehmung. ER ist unsichtbar. ER kann mithilfe der Sinne nicht

erreicht werden. Unsichtbar bedeutet, dass ER kein Subjekt von Modifikationen ist, d.h. ER ist unveränderlich, weil ER die Ursache aller Modifikationen oder Phänomene ist, und darum ist ER kein Subjekt für Modifikationen. Etwas Unsichtbares, Körperloses ist nicht beschreibbar, weil ER unsichtbar, formlos ist. Bei einer Sache, die frei von jeglichen Modifikationen ist, gibt es keine Unterscheidungsmerkmale. Darum ist *Brahman* unbeschreiblich. ER entbehrt aller Attribute.

Furcht steigt auf, wenn es ein zweites Objekt auftaucht. Die Schriften erklären dazu: ‚Furcht geht vom Zweiten aus.‘ Unterschiede, Dualität sind die Ursache für Furcht. Sie wird aus Unwissenheit geboren. Der Kenner des Selbst, der sich eins mit *Brahman* fühlt, der keine Unterschiede oder Dualität sieht, wenn er *Brahman* in seinem Selbst findet, und wenn er nichts anderes als *Brahman* findet, wird er furchtlos. Er fürchtet weder Geburt noch Tod. Wenn er in seinem eigenen Selbst ruht, d.h. in *Sat-chit-ananda*, sieht, hört und schmeckt er nichts anderes. Man mag sich zwar vor etwas anderem, aber kann sich nicht vor seinem eigenen Selbst fürchten. Wie kann man sich vor etwas fürchten, wenn man überall nur sein eigenes Selbst erblickt? Darum ist *Brahman* allein Ursache für Furchtlosigkeit. Auch wenn es verschiedene Ursachen für Furcht in der Welt gibt, bleibt der Wissende furchtlos. Dieses ist ein klarer Hinweis auf die Existenz *Brahmans*, der den Wissenden von jeglicher Art von Furcht befreit. Wenn *Brahman* nicht existieren würde, würde der Weise auch keine Furchtlosigkeit erreichen. Darum existiert *Brahman*, die Ursache für Furchtlosigkeit.

Der Unwissende, der Dualität und Unterschiede erblickt, wie klein sie in dem einen ungeteilten *Brahman* auch immer sein mögen, fühlt, dass *Brahman* sich von ihm selbst unterscheidet, und nimmt aufgrund seiner Unwissenheit wahr, wie sich etwas Anderes vor ihm platziert, sieht überall einen zweiten Mond, der normalerweise ein Hinweis für eine Augenkrankheit ist, und glaubt auch, ein Subjekt für *Samsara* zu sein, und fürchtet sich darum. Er glaubt, dass Gott sich von ihm unterscheidet, und dass der IHN für seine Sünden strafen wird. Er nimmt an, dass *Brahman*, der subtil, unsichtbar und formlos ist, der sich jenseits der Erreichbarkeit der Sinne und des Geistes befindet, ein Objekt der Wahrnehmung und des Wissens sein muss, das durch den Intellekt erreichbar ist. Aufgrund von Unwissenheit trennt er sich von *Brahman* und sieht sich selbst als Handelnden und Bereiter von Freude. Sein eigener *Atman* allein ist für seine Furcht verantwortlich. Das Selbst ist die Ursache der eigenen Furcht. Derjenige, der diesen unsichtbar *Brahman* nicht kennt, ist wirklich unwissend. Man kann *Brahman* nicht durch den intelligenten Verstand erreichen, denn ER befindet sich jenseits des Intellekts. In *Brahman* gibt es keine Dreiheit von Wissendem, Wissen und Erkennbarem. ER unterscheidet sich vom Wissenden, Wissen und Erkennbaren.

## **8. Anuvaka**

Durch Furcht vor IHM weht der Wind. Durch Furcht vor IHM geht die Sonne auf. Durch Furcht vor IHM setzen *Indra*, und die fünfte Gottheit, der Tod, ihre Pflichten fort.

Die folgenden Zeilen betreffen die Maßeinheiten für Glückseligkeit (*Ananda, Brahman*). Angenommen es gibt einen Jungen, d.h. eine guten, wie es die Schriften ausdrücken, diszipliniert, resolut und sehr stark. Angenommen ihm gehört die Erde mit all ihren Werten. Dieses ist das Maß für eine menschliche Glückseligkeit.

Einhundertfach dieser menschlichen Glückseligkeit ist eine Einheit der Glückseligkeit der menschlichen *Gandharvas* und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.

Einhundertfach dieser Glückseligkeit der menschlichen *Gandharvas* ist die Maßeinheit der himmlischen *Gandharvas* und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.

Einhundertfach dieser Glückseligkeit der himmlischen *Gandharvas* ist die Maßeinheit der Glückseligkeit der ‚Mähnen‘, die in dieser Zeitspanne der Welt leben, und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.

Einhundertfach der Glückseligkeit der ‚Mähnen‘, die in dieser Zeitspanne der Welt leben, ist die Maßeinheit der im Himmel geborenen *Devas* und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.

Einhundertfach der Glückseligkeit der im Himmel geborenen *Devas* ist die Maßeinheit der Glückseligkeit der Gottheiten, bekannt als *Karma Devas*, die durch ihre heiligen Taten zu *Devas* wurden, und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.

Einhundertfach der Glückseligkeit der Gottheiten, bekannt als *Karma Devas*, ist die Maßeinheit der Glückseligkeit *Indras* und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.

Einhundertfach der Glückseligkeit *Indras* ist die Maßeinheit für die Glückseligkeit *Brihaspatis* und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.



**Einhundertfach der Glückseligkeit *Brihaspatis* ist die Maßeinheit für die Glückseligkeit *Prajapatis* und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.**

**Einhundertfach der Glückseligkeit *Prajapatis* ist die Maßeinheit für die Glückseligkeit *Brahmas* und es ist auch die Maßeinheit der Glückseligkeit für einen Vers der *Vedas*, die frei von Wünschen ist.**

**Mensch und Sonne sind eins. Derjenige, der das weiß, hat sich von der Welt entfernt und erreicht zuerst den *Atman* der Nahrung, als nächstes den *Atman* bestehend aus *Prana*, dann den *Atman* bestehend aus *Buddhi* und schließlich den *Atman* der Glückseligkeit.**

Wind, Sonne, Feuer, *Indra* und *Yama* sind wie Herren in sich selbst, die über verschiedene Funktionen des Universums präsidieren und ihren Pflichten für deren Fortbestehen nachkommen. Sie üben Ihre Funktionen entsprechend den erforderlichen Gesetzen aus, was viele Probleme beinhaltet. Dieses Ausüben ihrer Funktionen ist nur mithilfe eines Kontrolleurs möglich. Darum fungiert *Brahman* als Ursache von Furcht und auch als Kontrolleur. Sie kommen ihren Aufgaben aus Furcht vor *Brahman* nach, wie Diener eines Königs. Ihre Existenz hängt völlig von *Brahman* ab.

Tod oder *Yama* ist der fünfte Gott. Er rennt hierhin und dorthin, immer hinter den Lebewesen her, deren Lebenszeit abgelaufen ist, um sie zu töten.

Die Ursache von Furcht ist *Brahman*, die Glückseligkeit. Von *Brahman* muss folgendes näher betrachtet werden. Wobei geht es bei dieser Untersuchung? Ist in *Brahman* die Glückseligkeit enthalten, eine durch Beziehung von Objekten oder eine durch den Genießer von Freude natürliche oder entstehende Glückseligkeit? Mit anderen Worten, entsteht diese Glückseligkeit durch Berührung der Sinne mit den Sinnesobjekten, wie die Freuden der Sinne? - oder ist sie von äußeren Einflüssen vollkommen unabhängig?

Durch die Freuden der Sinne, was dem Menschen gut bekannt ist, ist es möglich, die absolute Glückseligkeit *Brahmans* wahrzunehmen, die durch den Intellekt erkennbar wird, wenn dieser von allen Sinnesobjekten zurückgezogen ist. Selbst weltliche Freuden sind Teil der Glückseligkeit *Brahmans*.

Wenn der Unterschied zwischen Subjekt und Objekt durch Erkenntnis zerstört wird, wird natürliche, all-durchdringende Glückseligkeit wahrgenommen. Je mehr die Wünsche ausgedünnt werden, desto mehr Glückseligkeit steigt auf. Eine höhere oder niedrigere Ebene dieser Glückseligkeit *Brahmans* existiert nicht. Nur bei den Freuden der Sinne, die durch *Karma* generiert werden, sind höhere oder niedrigere Ebenen bekannt. Ein Tropfen dieser Glückseligkeit *Brahmans* wird auch durch gute Taten erfahren.

Wenn Wissen durch Unwissenheit vernebelt ist, wird die Glückseligkeit *Brahmans* zur weltlichen Freude, die durch *Karma* und andere äußerliche Einflüsse entsprechend der Intelligenz des Menschen in verschiedenen Abstufungen erfahren wird. Dieselbe Glückseligkeit *Brahmans*, die vom Wissenden erfahren wird, der nicht von weltlichen Wünschen berührt ist, ist die Glückseligkeit, die von den *Gandharvas* und anderen höheren Wesen um einhundertfach stärker erfahren wird. Dieses bedeutet für Menschen und andere Wesen, dass Unwissenheit, Wünsche und *Karma* immer weiter ausgedünnt werden müssen, bis der höchste Punkt der Glückseligkeit von *Hiranyagarbha* erreicht wird.

*Manushya-gandharvas* sind jene menschlichen Wesen, die durch tugendhafte Handlungen, Wissen und ähnlichem zu *Gandharvas* wurden. Sie haben die Kraft, sich bei Freuden usw. unsichtbar zu machen. Sie können jede beliebige Form annehmen. Von ihnen geht ein lieblicher Duft aus. Sie besitzen subtile Körper und Sinne. Für sie gibt es nur wenige Hindernisse der Freude. Sie haben die Kraft, jeder Form von Ablenkung zu widerstehen. Alle Arten von Freuden stehen ihnen zur Verfügung. Auf diese Weise erfreuen sie sich absoluter Glückseligkeit, die hundertfach höher als die menschlicher Freuden einzustufen ist.

Aufgrund eines umfassenden Friedens und einer immer tiefer greifenden Klarheit des Geistes ist eine Verwirklichung einer einhundertfach höheren Glückseligkeit in der höheren Welt gegenüber der niederen Welt möglich.

Ein Schriftgelehrter, der frei von Wünschen ist, der kein Verlangen nach weltlichen Freuden hat, kann sich einer hundertfach höheren Glückseligkeit erfreuen wie jemand, der zum *Gandharva* wurde. Die Befreiung vom Wünschen ist die Voraussetzung für das Erreichen absoluter Glückseligkeit.

Die Grundpfeiler für das Erreichen der höchsten Glückseligkeit sind das Studium heiliger Schriften, Rechtschaffenheit und Wunschlosigkeit. Die ersten beiden Stufen gelten für alle Menschen für den Aufstieg hin zu *Brahma*. Die dritte Stufe führt geht mit einem Aufstiegsauftrag für das Sein einher, noch höher hinaufzusteigen. Demzufolge steht diese Stufe über den anderen beiden.

*Deva-gandharvas* werden als solche geboren. Sie wurden bereits zu Beginn der Schöpfung als solche geboren. Sie sind die Sänger der himmlischen Regionen (*Devaloka*). Sie sind mit mehr Kräften und Fähigkeiten ausgestattet als menschliche *Gandharvas*. Ihre Körper sind subtiler.

*Devas* werden im Himmel geboren. Weltliche Gottheiten werden aufgrund ihrer Tugenden, positiven Handlungen und Opfer in der Welt geboren, wie in den Schriften erwähnt.

Es gibt 33 *Devas*. Sie empfangen die Opfergaben aus Opferhandlungen. Sie waren seit Beginn der Schöpfung dazu auserkoren. Die 33 Gottheiten sind: die acht *Vasus*, elf *Rudras*, zwölf *Adityas*, *Indra* und *Prajapati*.

*Indra* ist der Herr der *Devas*. *Brihaspati* ist *Indras* Lehrer. Er steht aufgrund seines Wissens über *Indra*. *Prajapati* ist Herr der Geschöpfe, *Virat*, dessen Körper die drei Welten sind. Alles Sein existiert in IHM. ER ist die Summe aller individuellen Lebewesen. ER ist derjenige, der zu vielen wurde, und der die ganze Welt durchdringt.

*Brahma* oder *Hiranyagarbha* ist der kosmische Geist oder das universale Leben. In IHM sind alle verschiedenen Abstufungen der Glückseligkeit vereinigt, die zuvor beschrieben wurden. ER hat das *Dharma*, das die Glückseligkeit generiert, das Wissen, das zu *Dharma* und den Ergebnisse daraus gehört, und ER ist auch die Wunschlosigkeit. ER ist *Sutratma*, die innewohnende Gottheit.

Selbst die Glückseligkeit *Hiranyagarbhas* stellt nur einen Bruchteil der absoluten Glückseligkeit dar. Diese absolute Glückseligkeit ist von IHM getrennt, so wie Wassertropfen eines Sees, in dem sich die Tropfen mit dem Gewässer wieder vereinen können, - alles ist in *Brahman* enthalten, denn ER ist Nicht-Dual. Es gibt keinen Unterschied zwischen der Glückseligkeit und demjenigen, der sich daran erfreut, denn beide sind eins.

Das Ergebnis der vorausgegangenen Frage kann wie folgt zusammengefasst werden: ‚Mensch und Sonne sind eins.‘ Das Sein, das innerste Selbst, der *Atman* des Menschen, ist dasselbe wie der Energiespender und das Licht der Sonne. Das Ziel des Lebens liegt in der Vereinigung mit *Brahman*, das absolute Selbst. Das Erkennen von *Brahman* ist letzten Endes von Bedeutung. Die Folge dieser Erkenntnis bedeutet das Auslöschen der Unwissenheit. Nur derjenige, der *Brahman* erkennt, wird absolut furchtlos. *Moksha* ist von ewiger Dauer. Sie kann nicht durch Riten erreicht werden.

Nur wenn der Wissende ausschließlich sein wirkliches Selbst sieht, wird er erkennen, dass er furchtlos und ewig sein kann, und dass nur er selbst in der Lage ist sich zu fürchten. Alle Geschöpfe, die sich von *Brahman* unterscheiden, sind unwissend, denn nur die Kenntnis von *Brahman* versetzt den Menschen in die Lage, das äußere Universum als unwirklich zu betrachten. Die Vorstellung von Dualität ist der Beginn von Unwissenheit. Diese Unwissenheit wird durch das Aufsteigen des Wissens bewiesen.

## **9. Anuvaka**

**Derjenige, der die Glückseligkeit *Brahmans* kennt, von dem alle Worte zusammen mit dem Geist zurückkehren, ohne IHN zu erreichen, fürchtet sich vor nichts.**

**Folgende Gedanken kümmern IHN nicht: „Warum habe ich niemals Gutes getan? Warum habe ich gesündigt?“**

**Derjenige, der dieses weiß, sieht in beidem den *Atman*. – So endet die Upanishad.**

Dieser Vers ist eine Zusammenfassung der ganzen Lehre des zweiten Abschnitts, d.h. von *Brahmananda Valli*. *Brahman*, die unbedingte nicht-duale Glückseligkeit, ist jenseits von Sprache und Gedanken. Die Sprache ist in der Lage, alle Objekte dieser Welt zu beschreiben, die durch Namen und Formen bedingt sind. Der Geist hat die Fähigkeit, alle Objekte, die Namen und Formen besitzen, zu erkennen. Doch *Brahman* hat weder Name noch Form, und darum ist ER unbeschreiblich und unbegreiflich. Wo Objekte erkannt werden, können sie sprachlich ausgedrückt werden. Sprache und Geist, Name und Wahrnehmung wirken immer zusammen.

Derjenige, der den unsichtbaren, unqualifizierten, namenlosen *Brahman* kennt, welcher unbefleckt, wunschlos, ohne Beziehung zu Freuden und ohne Beziehung zu jenen ist, die sie empfinden, und welcher natürlich, ewig und furchtlos ist. – Jedwede Unterscheidung, Dualität, alles Getrenntsein ist von ihm gewichen. Die Ursache für Furcht, die durch Unwissenheit entstand, ist verschwunden. Der Kenner *Brahmans* sieht überall sein eigenes Selbst. Er fühlt, dass alles, was existiert, nichts weiter als sein eigenes Selbst ist. Darum fürchtet er sich vor nichts.

Der Kenner *Brahmans* bleibt durch folgende Gedanken unberührt: ‚Warum habe ich niemals Gutes getan? Warum habe ich bloß gesündigt?‘ Er bezieht das Gute und das Schlechte als verschiedene Offenbarungen desselben *Atmans*. Tugend und Untugend berühren ihn nicht. Sie können in der Folge keine Geburten auslösen.

Er weiß, dass der *Atman* nicht handelt, sondern nur der Geist der Antrieb für alle Handlungen ist. Er erwartet keine Früchte für seine Handlungen. Er bereut seine Handlungen nicht. Er ruht immer in seinem eigenen Selbst, ist immer glücklich. Alle Probleme kommen nur, wenn sich der Mensch aufgrund von Unwissenheit mit Körper und Geist identifiziert, sich als Handelnden sieht und als denjenigen betrachtet, der Freude empfindet.

Derjenige, der erkennt, dass Tugend und Untugend nur unterschiedliche Aspekte desselben *Atmans* sind, stärkt seine Kenntnis vom *Atman*, indem er die Einheit des Selbst mit allem verwirklicht. Hier liegt die höchste Vollendung. So wurde es in diesem Abschnitt über das Wissen von *Brahman* erklärt, worin das höchste Gut liegt.

**OM! Möge ER Lehrer und Schüler schützen! Möge ER uns beide in die Lage versetzen, die Glückseligkeit von *Mukti* zu erfahren! Mögen wir beide mit Seiner Hilfe die wahre Bedeutung der Schrift erkennen! Möge dieses Studium fruchtbar gewesen sein! Mögen wir niemals miteinander streiten!**

**OM Friede, Friede, Friede!**

## **Bhrigu Valli (die Überprüfung)**

### **1. Anuvaka**

**OM! Möge ER Lehrer und Schüler schützen! Möge ER uns beide in die Lage versetzen, die Glückseligkeit von *Mukti* zu erfahren! Mögen wir beide mit Seiner Hilfe die wahre Bedeutung der Schrift erkennen! Möge dieses Studium fruchtbar gewesen sein! Mögen wir niemals miteinander streiten!**

**OM Friede, Friede, Friede!**

***Bhrigu* ging zu seinem Vater *Varuna* und bat ihn: ‚Bitte lehre mich Brahman.‘ Daraufhin antwortete *Varuna*: ‚Nahrung, *Prana*, die Augen, die Ohren, der Geist und das Sprechen.‘**

**Weiterhin sagte *Varuna*: ‚Von dem diese Dinge geboren wurden, durch den diese Dinge zu Leben erweckt wurden, und wenn sie schließlich vergehen, wohin sie gehen, danach, mein Sohn, musst du suchen, es erkennen, das ist *Brahman*.‘**

***Bhrigu* übte sich in Buße, Hingabe, Meditation.**

Um das Wissen, *Brahma Vidya*, zu preisen, beginnt die *Upanishad* mit einer Geschichte. In *Siksha Valli* und *Brahmananda Valli* wurde das Wirken und die Kontemplation, die entfernte und indirekte Bedeutung von *Brahma Vidya* behandelt. Die gegenwärtige *Valli* befasst sich mit der Nachfrage, der eigentlichen Bedeutung von *Brahma Vidya*.

*Varuni* ist der Sohn von *Varuna*.

Der Körper ist die Nahrung. Sein Verzehr, Verbraucher ist *Prana* (die Lebensenergie). Sie macht das Leben im Körper aus. Augen, Ohren, Geist und Sprache sind die Hilfen zur Wahrnehmung. Sie sind die Pforten zur Wahrnehmung *Brahmans*. Sie sind die Pforten für das Wunder *Brahmans*. Man muss die Stadt *Brahmans* durch diese Pforten betreten. Sie sind die Hilfen zur Erkennung *Brahmans*.

*Varuna* erwähnte gegenüber seinem Sohn zuerst die Nahrung usw., die Pforten *Brahmans*. Dann beschrieb er IHN. Seine Beschreibung lautet: Aus *Brahman* wurden alle Lebewesen geboren, bis hinunter zum kleinsten Wurm. Durch *Brahman* leben sie, d.h. sie erhalten Vitalfunktionen und wachsen, und wenn sie vergehen, werden sie wieder eins mit IHN, dem die Lebewesen weder zur Geburt noch zu Lebzeiten oder am Ende ausweichen können.

Erkenne *Brahman*, der auf diese Weise definiert wurde, der die erste Ursache ist, und aus dem alle Objekte in dieser Welt hervorgehen.

Nachdem *Bhrigu* all das gehört hatte, begann er mit seinen Bußübungen, um das Wissen *Brahmans* zu erreichen.

Die von *Varuna* an seinen Sohn gegebenen Anweisungen waren unvollständig. *Bhrigu* dachte, dass sein Vater möglicherweise eine andere Sicht auf das Wissen *Brahmans* hätte. *Bhrigu* dachte, dass Buße/ Meditation eine wichtig Hilf wäre, obwohl sein Vater nichts davon gesagt hatte. Um *Brahman* zu erreichen, ist diese Buße in der Tat eine außerordentlich wichtige Hilfe. Darum übte sich *Bhrigu* in Buße, denn er war auch davon überzeugt, dass dies die effektivste Hilfe sei, um *Brahman* zu erreichen.

Eine besondere Methode der hier erwähnten *Tapas* ist der innere Frieden oder die Konzentration auf die nach außen und die nach innen gerichteten Sinne, denn sie sind der Weg oder das Tor zur Verwirklichung *Brahmans*. Die wichtigste Buße ist die Konzentration des Geistes und der Sinne. Die Schriften sagen: „Der auf einen Punkt gerichtete Geist und die auf einen Punkt gerichteten Sinne sind wirklich die höchste Buße. Das steht über allen *Dharmas*, es ist das absolute *Dharma*. Dieses ist die höchste Tugend aller Tugenden.“

## **2. Anuvaka**

***Bhrigu* lernte, dass Nahrung *Brahman* ist, denn aus der Nahrung werden alle Wesen geboren; wenn sie geboren wurden, leben sie mithilfe der Nahrung; und wenn sie gestorben sind, werden sie wieder zu Nahrung.**

**Als er dieses erkannt hatte, ging er wieder zu seinem Vater und bat: ‚Lehre mich *Brahman*.‘**

***Varuna* sagte: ‚Versuche durch Buße (*Tapas*) *Brahman* zu erreichen. Buße ist *Brahman*.‘ - *Bhrigu* übte sich in Buße.**

*Bhrigu* erkannte, dass Nahrung *Brahman* ist, denn alle Geschöpfe werden aus Nahrung geboren, leben aufgrund von Nahrung und werden wieder zu Nahrung, wenn sie gestorben sind. Nahrung ist die materielle

Ursache der Nahrungshülle (*Annamaya Kosa*), dem Körper. *Bhrigu* schloss daraus, Nahrung ist *Brahman*, denn Nahrung hat untrügliche Merkmale von *Brahman*, d.h. alle Wesen werden aufgrund von Nahrung geboren. Nahrung ist die Ursache körperlichen Lebens. Sie bewahrt auch das Leben. Doch dieses Ergebnis seiner Untersuchung stellte ihn nicht zufrieden, denn er dachte: ‚Nahrung hat einen Anfang, ist eine Folge, wohingegen *Brahman* jenseits von Ursache und ohne Anfang ist.‘ Ihn befielen Zweifel und er wollte mehr wissen. Darum ging er erneut zum Vater und bat um Erleuchtung.

In diesem Abschnitt der *Upanishad* wird sehr viel Wert auf die ‚Buße‘ gelegt, denn sie ist der beste Weg, um das Wissen *Brahmans* zu erreichen. Darum sagte *Varuna* zu *Bhrigu*: ‚Versuche *Brahman* allein durch Buße zu erreichen. Buße ist *Brahman*.‘ *Varuna* glaubte fest, dass sein Sohn in der Lage war, den außerordentlich subtilen *Brahman* zu verstehen, indem dieser seinen Geist durch *Tapas* reinigte. Er glaubte, sein Sohn besäße die Intelligenz, und ließ ihn darum *Brahman* als Nahrung oder groben Körper annehmen, auch wenn sein Sohn von *Brahman*, der sich jenseits der fünf Hüllen befindet, noch keine klare Vorstellung entwickeln konnte. Darum ließ er *Bhrigu* Buße praktizieren.

*Bhrigu* musste sich immer wieder in *Tapas* (Konzentration) üben, denn auf diese Weise wird der Geist gereinigt. Es gibt kaum eine bessere Möglichkeit, als durch Buße Selbstverwirklichung zu erreichen.

*Varuna* legte außerordentlichen Wert auf *Tapas*, indem er sagte: Solange wie du nicht herausgefunden hast, worauf die Beschreibung *Brahmans* wirklich passt, solange du den Wunsch nach mehr Erleuchtung hast, solange wie du Zuflucht in *Tapas* suchst, - der einzige Weg von Bedeutung, - versuche *Brahman* nur durch Buße zu erkennen.

*Varuna* sagte: ‚Buße ist *Brahman*.‘ Auf diese Weise wird der Buße der höchste Wert beigemessen, um *Brahman* zu erreichen.

### **3. Anuvaka**

***Bhrigu* verstand, dass *Prana Brahman* ist, denn aus *Prana* werden alle Lebewesen geboren, sie leben durch *Prana*, und wenn sie gestorben sind, betreten sie wiederum *Prana*.**

**Nachdem er dieses erkannt hatte, ging er wieder zu seinem Vater und bat: ‚Lehre mich *Brahman*.‘**

***Varuna* sagte: ‚Versuche durch Buße (*Tapas*) *Brahman* zu erreichen. Buße ist *Brahman*.‘ - *Bhrigu* übte sich in Buße.**

*Bhrigu* reflektierte mit seinem konzentrierten Geist erneut über die Angelegenheit und kam zu dem Schluss, dass *Prana* oder das Leben

*Brahman* ist. Leben ist die Ursache für die Geburt des Körpers, auch für seine Erhaltung. Solange wie Leben im Körper ist, solange lebt er. Wenn *Prana* den Körper verlässt, stirbt er. *Prana* verleiht dem Körper nur die Energie zum Leben. Durch *Prana* allein funktionieren Geist und Sinne. *Prana* ist die eigentliche Ursache für Geburt, Leben und Tod des Körpers, d.h. Leben ist *Prana*. Doch seine Schlussfolgerung gefiel ihm nicht. *Prana* kann nicht *Brahman* sein, denn sie ist nicht intelligent, sondern nur eine Folge, eine Ursache, hat Anfang und Ende. Darum ging er wiederum zu seinem Vater und bat um weiteres Licht.

#### **4. Anuvaka**

***Bhrigu* verstand, dass der Geist *Brahman* ist, denn alles Leben wird aus dem Geist geboren. Danach leben sie durch den Geist und wenn sie gestorben sind, gehen sie in den Geist zurück.**

**Nachdem er dieses erkannt hatte, ging er wieder zu seinem Vater und bat: ‚Lehre mich *Brahman*.‘**

***Varuna* sagte: ‚Versuche durch Buße (*Tapas*) *Brahman* zu erreichen. Buße ist *Brahman*.‘ - *Bhrigu* übte sich in Buße.**

*Bhrigu* reflektierte ein drittes Mal über die Angelegenheit und dachte: ‚Der Geist ist subtiler als der physische Körper und auch als *Prana*. Er ist auch intelligent. Gedanken führen zu Handlungen und erhalten das Leben. Allein durch Gedanken reinkarniert der Mensch und nimmt sich einen Körper. Der Einstieg von *Prana* in den Fötus im Mutterleib geschieht allein durch den Geist.‘ In der *Prasna Upnaishad* heißt es: ‚Nur durch die Aktivität des Geistes kommt der Mensch in den Körper.‘ ‚Seine Sinne verbleiben im Geist, mit welchen Gedanken der Mensch auch immer in *Prana* eintreten mag. *Prana* vereint sich mit dem Feuer, und der eigene *Atman* führt ihn, so wie er gebaut ist, in diese Welt.‘ Der Tod tritt ein, wenn der Mensch mithilfe von Gedanken seinen Körper aufgibt. Darum ist der Geist auch Ursache für seine Auflösung. Auf die Weise ist der Geist Ursache für die Geburt, für das Leben und den Tod des Körpers. Darum kam *Bhrigu* zu dem Schluss, dass der Geist *Brahman* ist. Doch diese Schlussfolgerung überzeugte ihn nicht wirklich. Er dachte, der Geist ist nur ein Organ oder Instrument der Erkennung, er benötigt einen Antrieb, er ist eine Folge, hat seine Ursache, leuchtet nicht von selbst, hat Anfang und Ende, und kann darum nicht *Brahman* sein, der ohne Ursache ist. Darum ging er wieder zu seinem Vater und bat um weitere Erleuchtung.

#### **5. Anuvaka**

**Er verstand, das *Brahman* Wissen ist, denn allein durch Wissen werden alle Geschöpfe geboren. leben nach der Geburt, und wenn sie gestorben sind, kehren sie in das Wissen zurück.**



**Nachdem er dieses erkannt hatte, ging er wieder zu seinem Vater und bat: ‚Lehre mich *Brahman*.‘**

***Varuna* sagte: ‚Versuche durch Buße (*Tapas*) *Brahman* zu erreichen. Buße ist *Brahman*.‘ - *Bhrigu* übte sich in Buße.**

*Bhrigu* reflektierte ein viertes Mal über die Angelegenheit. Er überlegte: „*Vijnana* oder Wissen ist subtiler als Geist. Es ist sein Antrieb. Die Schriften sagen, dass das Wissen der Antrieb ist, Wissen vollbringt Opfer, und dieses Wissen ist *Brahman*. Der Antrieb ist die Ursache für die Geburt des Körpers, aufgrund von dessen Handlungen. Nur das Wissen kontrolliert und lenkt den Geist, die Sinne und den Körper, und versetzt sie in Aktion. Das ist Ursache für die Nahrung des Körpers. Das Wissen ist Ursache für dessen Auflösung durch das Engagement in Schlachten und ähnlichen Handlungen, die den Tod herbeiführen. Nur das Wissen bringt den subtilen Körper nach dem Tod in den Himmel oder die Hölle, und bringt ihn auch wieder zurück zur Erde. Darum kann nur das Wissen die Antwort für die Definition *Brahmans* sein.“

Doch dieses Ergebnis befriedigte ihn nicht wirklich. Er dachte: „Wissen ist der Antrieb für alle Handlungen des *Jiva* und es ist auch das, was aufgrund tugendhafter Handlungen Freude bringt. Handlungen sind mit Schmerz verbunden. Der Antrieb zum Handeln ist nicht vollkommen rein. Er ist nicht ohne Kummer und Sorgen, ist mit Problemen behaftet, nicht bedingungslos bzgl. des Lebens usw. Weiterhin können die vier Prinzipien, d.h. Nahrung, Leben, Geist und Intelligenz, nicht die Ursache für die Geburt aller Lebewesen sein. *Akasa* und andere vorherrschende Elemente können nicht durch Wissen hervorgebracht werden. Darum kann Wissen nicht *Brahman* sein. Darum ging er wiederum zu seinem Vater und bat um weitere Erleuchtung.

## **6. *Anuvaka***

**Er verstand, dass Glückseligkeit *Brahman* ist, denn aus Glückseligkeit wird alles Sein geboren, durch Glückseligkeit lebt es und geht nach dem Tod wieder in Glückseligkeit ein.**

**Dieses ist das Wissen, das *Bhrigu* durch seinen Vater *Varuna* lernte. Dieses Wissen liegt in der Kammer des Herzens verborgen. Derjenige, der das weiß, wird eins mit *Brahman*. Derjenige wird immer über reichlich Nahrung verfügen können. Er wird viele Nachkommen haben, große Viehherden besitzen und ein spiritueller Weiser sein. Er wird sehr berühmt.**

Glückseligkeit ist frei von Schmerz. Es ist das Höchste des Menschen. Sie ist die Ursache der primären Elemente. Darum ist Glückseligkeit *Brahman*.

*Varuna* führte seinen Sohn schrittweise von den groben hin zu den subtilen Aspekten der Existenz, d.h. von der körperlichen Hülle hin zur

innersten Glückseligkeit. *Bhrigu* reinigte sich durch Buße und drang mithilfe von Konzentration und Meditation immer tiefer ein, und verstand schließlich, dass die innerste Glückseligkeit *Brahman* ist. Er erkannte die absolute Wahrheit bzw. Wirklichkeit.

*Anandamaya Kosa* (die Hülle der Glückseligkeit) ist der kausale Körper (*Karana Sarira*) der individuellen Seele. Sie ist subtiler als *Vijnanamaya Kosa*. *Bhrigu* tauchte tief in sich ein und wollte erfahren, was jenseits des Intellekts (*Vijnanamaya Kosa*) existiert und fand *Anandamaya Kosa*. Als er *Anandamaya Kosa* erreichte, erreichte er damit *Brahman*, sein innerstes Selbst, die Grundstütze von Leben und Existenz, die als Glückseligkeit wahrgenommen wird.

Dieses Kapitel weist noch einmal besonders darauf hin, dass derjenige, der *Brahman* zu erkennen wünscht, unbedingt Buße praktizieren sollte, was das Unterjochen der inneren und äußeren Organe beinhaltet.

Die Weisheit, die *Bhrigu* von *Varuna* zuerst lernte, begann mit *Annamaya*, das im absoluten Raum eingepflanzt ist, d.h. in der absoluten nicht-dualen Glückseligkeit, die in der Kammer des Herzens verborgen ist.

Diese *Brahma Vidya*, das Wissen von *Brahman*, wird durch eigene direkte und intuitive Erfahrung erkannt, was durch Buße oder durch den Geist, der auf einen Punkt gerichtet ist, erreicht wird.

Die Früchte dieses Wissen werden ebenfalls erwähnt. Jeder, der schrittweise mithilfe von Buße in sich eindringt und versteht, verwirklicht Glückseligkeit als *Brahman* und wird selbst zu *Brahman*. Er ruht schließlich in der vollkommenen Glückseligkeit *Brahmans*, wird sofort eins mit IHM, wenn er völlig klar in seiner Erkenntnis ist. Derjenige, der diese *Vidya* schrittweise mithilfe von Buße praktiziert, verwirklicht möglicherweise das absolute Selbst. ER überwindet die fünf Hüllen und findet seine wahre Heimstatt in der absoluten Unterstützung, wie in der *Ananda Valli* wo ‚*Brahman die Stütze*‘ beschrieben wird, die jenseits von Ursache und Wirkung ist.

In der *Vedanta* spricht man von drei *Akasas*, d.h. *Bhutakasa*, *Chittaksa* und *Chidakasa*. *Bhutakasa* ist der elementare Raum, der alle groben Objekte enthält. *Chittakasa* ist der mentale Raum, der die Gedankenwelt beinhaltet. *Chidakasa* ist der Wissensraum. Dieses ist der absolute Raum, der höchste *Akasa*, das Prinzip *Brahmans*, die grundlegende Wirklichkeit, die Stütze für alle relativen Existenzen – seien sie grobstofflich oder subtil. Mit dem absoluten Raum ist auch die Kammer des Herzens gemeint, wo auf *Brahman* meditiert wird.

Als Folge seiner vorbildlichen Verhaltensweise, seiner aufrechten Lebensführung, verfügt er immer über ausreichend Nahrung, Besitztümer,

bekommt spirituellen Glanz, wird ruhig im Geist, ein berühmter Weiser und Vorbild für alle.

## **7. Anuvaka**

Das Wissen *Brahmans* kann von denen, die reinen Herzens und mit einer guten Konzentrationsfähigkeit gesegnet sind, ohne Probleme erreicht werden. Die Schriften beschreiben in dem folgenden Textabschnitt bestimmte Kontemplationen, die denen helfen sollen, die Schwierigkeiten mit der Konzentration haben.

Da Nahrung das erste Konzentrationsziel für das Wissen *Brahmans* ist, wird empfohlen, zuerst auf das Symbol der Nahrung zu kontemplieren. Derjenige, der auf Nahrung als *Brahman* meditiert, bekommt einen stabilen Geist. In der Folge bekommt er immer ausreichend Nahrung. Er wird über einen guten Appetit verfügen und ohne irgendwelche Probleme seinen Hunger stillen können. Der Strebende sollte niemals dargebotene Nahrung verweigern, sondern sie als seinen *Guru* betrachten, denn er wird das Wissen *Brahmans* durch die Nahrung erreichen, auf die er als *Brahman* meditiert.

Sprich niemals schlecht über Essen, denn es ist ein Gelöbnis. *Prana* (das Leben) ist Nahrung. Der Körper nimmt die Nahrung auf und verwertet sie. Auf diese Weise ist Nahrung auf Nahrung festgelegt. Derjenige der erkennt, dass Nahrung auf Nahrung festgelegt ist, wird eins mit *Brahman*. Er wird die Nahrung in Besitz nehmen und zu sich nehmen. Diese Menschen werden viele Kinder haben, reichlich Vieh besitzen, spirituell viel erreichen und berühmt werden.

Der Strebende sollte keine Nahrung verweigern oder gar schlecht über sie sprechen, denn *Brahman* wird durch das Tor der Nahrung erreicht.

*Annamaya Kosa*, die aus Nahrung gebildet wird, ist das erste Tor zur Verwirklichung *Brahmans*. Der Körper, der aus Nahrung geformt wird, ist das wichtigste Instrument mit dem *Brahman* verwirklicht wird. Darum darf der Strebende, der Nahrung (als *Brahman* annimmt), sie nicht verschmähen. Dieses ist das Gelöbnis des Strebenden. Er muss die Nahrung verehren. Warum muss Nahrung verehrt werden? Weil sie der Verwirklichung *Brahmans* dient.

*Prana* ist Nahrung, denn *Prana* ist im Körper, und dass, was sich im Anderen befindet, ist die Nahrung des Anderen. Nahrung ist allein *Prana*. Nahrung ist ein Ausdruck von *Prana*. Nahrung bringt Kraft und Energie in den Körper. Darum wird Nahrung als *Prana* bezeichnet.

*Prana* ist auf den Körper festgelegt. Darum ist *Prana* Nahrung, und der Körper ist ein Verwerter von Nahrung. Auf ähnliche Weise ist der Körper auch

Nahrung, und *Prana* ist der Verwerter dieser Nahrung. Warum ist der Körper auf *Prana* festgelegt? Weil die Existenz des Körpers von *Prana* abhängig ist. Wenn *Prana* sich vom Körper trennt, zersetzt sich der Körper. So wie eine Säule ein Haus stützt, so unterstützt *Prana* das Leben, das im Körper wohnt, d.h. den Körper. Darum ist der Körper auf *Prana* festgelegt bzw. angewiesen. Körper und *Prana* sind gegenseitig voneinander abhängig. Sie stützen sich gegenseitig. Sie sind verschiedene Aspekte derselben Nahrung. Ohne Hilfe von Körper und *Prana* ist es unmöglich *Brahman* zu verwirklichen. Die Nahrung dient Körper und *Prana* gleichermaßen als Stütze. Darum sollte der Strebende Nahrung niemals verweigern. Er sollte keine Nahrung ablehnen, auch wenn sie nicht ordentlich zubereitet wurde. Er sollte nicht über das dargebotene Essen nörgeln. Gelobt sei die Nahrung, die Stütze von Körper und *Prana*, die es dem Strebenden ermöglicht, das Höchste im Leben zu erreichen, Selbstverwirklichung, *Moksha*, durch das Wissen *Brahmans*.

Derjenige, der weiß, dass Nahrung in Nahrung festgelegt ist, hat immer ausreichend Nahrung zur Verfügung. Er wird spirituell viel erreichen und berühmt werden.

## **8. Anuvaka**

**Verweigere niemals Nahrung. Das ist ein Gelöbnis. Wasser ist Nahrung. Feuer ist Nahrung. Feuer ist auf Wasser festgelegt. Wasser ist auf Feuer festgelegt. Auf die gleiche Weise ist Nahrung auf Nahrung festgelegt. Derjenige, der weiß, dass Nahrung auf Nahrung festgelegt ist, hat seinen Platz gefunden. Er wird immer reichlich Nahrung haben, und diese auch zu sich nehmen können. Er wird viele Kinder haben, Vieh, spirituell viel erreichen und dadurch berühmt.**

Verweigere keine Nahrung. Dargebotene Nahrung sollte nicht abgelehnt werden. Derjenige, der sich weder negativ noch positiv über Dargebotenes äußert, wird respektiert.

Getrunkenes Wasser wird über die Verdauung verbrannt. Darum wird es als Nahrung angesehen und Feuer als sein Verzehrter betrachtet.

Reis, Weizen, Früchte und Gemüse wachsen mithilfe von Wasser. Darum kann man Wasser auch als Nahrungsmittel betrachten. Wasser und Feuer werden als gegenseitige Stütze angesehen. Aus demselben Grund dienen sie sich gegenseitig als Nahrung.

## **9. Anuvaka**

**Sammele Nahrung. Das ist ein Gelöbnis. Erde ist Nahrung, *Akasa* (Äther) verzehrt Nahrung. *Akasa* ist auf die Erde fixiert und umgekehrt. Auf diese Weise ist Nahrung auf Nahrung fixiert. Derjenige, der weiß, dass Nahrung auf Nahrung festgelegt ist, hat seinen Platz gefunden. Er**

**wird immer reichlich Nahrung zur Verfügung haben, und diese auch zu sich nehmen können. Er wird viele Kinder haben, Vieh, spirituell viel erreichen und dadurch berühmt.**

Hier wird darauf hingewiesen, dass man viel Nahrung sammeln sollte, um sie bei Bedarf an Reisende verteilen zu können.

Die Erde ruht im Äther, der sich über und unter ihr befindet. Die Erde ist von allen Seiten von Äther umgeben. Darum dient die Erde dem Äther als Nahrung. Äther ist die Grundlage. Äther beinhaltet die Erde wie in einem Container. Man mag darauf kontemplieren, als würden sie aufgrund ihrer Nähe ineinander ruhen. Man sollte so darauf kontemplieren, als würden sie einander als Nahrung dienen.

In den letzten drei Abschnitten wurde die Nahrung verehrt. Die beschriebenen Kontemplationen beziehen sich auf die Nahrung als *Brahman*, Leben und Körper als Nahrung, Wasser und Feuer sowie Erde und Äther als Nahrung, um die Konzentration für den Strebenden zu erleichtern. Ohne Nahrung ist Meditation, spirituelle *Sadhana* oder Denken unmöglich. Auf die Nahrung sollte man als Gott oder *Brahman* meditieren. Nahrung muss verehrt werden. Das Verehren von Nahrung als *Brahman* kann der Verwirklichung des Absoluten Seins dienen. Vor dem Essen sollte man sich Folgendes immer bewusst machen: ‚Nahrung ist *Brahman*‘. Wer die Nahrung als *Brahman* verehrt, wird Selbstverwirklichung erlangen.

## **10. Anuvaka**

**1. Weise niemand die Tür, der nach einer Unterkunft sucht. Dieses ist ein Gelöbnis. Darum verfüge immer über ausreichend Nahrungsvorräte. Wenn das Essen zubereitet ist, werden die Reisenden auf bestmögliche oder verfügbare Weise verköstigt.**

Derjenige, der auf die Erde oder *Akasa*, wie zuvor beschrieben, meditiert, sollte niemanden abweisen, der nach einer Unterkunft sucht. Dieses sollte ein Gelöbnis sein. Wenn Unterkunft gewährt wird, sollte auch Essen serviert werden. Aus diesem Grund sollten Nahrungsvorräte angelegt werden. Das ist Aufgabe des Hausherrn. Wenn weder Unterkunft noch Nahrung gewährt wird, lädt sich der Hausherr schwere Schuld auf. – Entsprechend den Schriften verdient man sich auf diese Weise große Ehre.

Wenn ein Weiser Besuch bekommt, schickt er ihn niemals fort. Irgendwann heißt es dann: ‚Essen ist zubereitet!‘. In welcher Form oder Zeit auch immer wird ein Essen serviert.

So wie man gibt, erhält man es auch wieder zurück. So wie man sich seinen Gästen über verhält, wird es einem im nächsten Leben wieder zurückgezahlt. Wenn es positiv ausfällt, ist es ein sattvisches Geschenk.

Wenn das Essen nur von mittlerer Qualität ist oder weniger gern gegeben wird, so handelt es sich um ein rajasisches Geschenk, das man im nächsten Leben bekommt. Ist das Essen von minderer Qualität und werden die Gäste nicht sonderlich gut behandelt, so kann man im nächsten Leben auch nur ein tamasisches Geschenk bekommen. – Die geschenkten Früchte werden entsprechend der Natur des ursprünglichen Geschenks ausfallen.

**2. *Brahman* residiert wie ein Erhalter mithilfe der Sprache, wie ein Erwerber oder Erhalter von *Prana* und *Apana*, wie ein Handelnder in der Handlung, wie der Antrieb zur Bewegung in den Füßen, wie der Antrieb beim Ausfluss im Anus. Auf diese Weise kann der Mensch auf *Brahman* meditieren.**

Bedeutung: Das, was zum Wohlergehen des Menschen erworben wird. Der Strebende sollte auf *Brahman* als innewohnend in der Sprache meditieren, was zum Wohlergehen des Menschen beiträgt. Wenn man einen Freund trifft, fragt man ihn nach seiner Gesundheit. Man wünscht ihm mithilfe der Sprache gute Gesundheit, Wohlergehen usw. Die Sprache dient der Übermittlung für das Wohlergehen.

*Yoga* bedeutet etwas zu erwerben, was man noch nicht erworben hat. Ohne *Prana* und *Apana* ist kein Leben möglich. Gewinn und Sicherheit für das Erstreben von Objekten und deren Bewahrung sind nur möglich, wenn *Prana* und *Apana* stark sind. Und doch kann man ihnen nicht alles zuschreiben, denn sie sind von *Brahman* abhängig. Die Kraft für das Erstreben und Bewahren durch *Prana* und *Apana* wird von *Brahman* gesteuert. Darum sollte man darauf kontemplieren, dass *Brahman* in *Prana* und *Apana* wohnt, um die Kraft für das Erstreben und Erhalten von Objekten zu ermöglichen. Ähnlich verhält es sich mit der Kraft des Handelns mithilfe der Hände, der Bewegung durch die Beine und der Ausscheidung durch den Anus, die auch nur durch *Brahman* ermöglicht wird.

*Brahman* wohnt in Form der Handlung in den Händen, in den Füßen, im Anus. Derart sollten die Kontemplationen auf *Brahman* sein.

**3. Nun folgt die Kontemplation in Bezug auf die Gottheiten in der Zufriedenheit durch Regen, durch die Leuchtkraft des Lichts, durch Ruhm aufgrund von Besitz vieler Kühe, durch das Licht der Sterne, durch Nachkommenschaft, Unsterblichkeit und Freude der Zeugungsorgane, durch alles im *Akasa*.**

Man sollte auf deren Hilfestellung meditieren. Daraus erfährt man positive Unterstützung im Leben. Man sollte auf deren Größe, deren Geist, das Absolute und den Zerstörungsaspekt *Brahmans* voller Hingabe meditieren. Auf diese Weise gewinnt man an Größe, Ideenreichtum, Souveränität, Wünsche lassen sich realisieren, Gegner verstummen.

Da Regen als Quelle für Zufriedenheit, Freude und Segen durch die spätere Ernte der Nahrung usw. bringt, sollte auf *Brahman* im Regen meditiert werden, der diese Zufriedenheit erst ermöglicht. Dieses bezieht sich auch auf andere Dinge, wie z.B. *Brahman* im Leuchten des Lichts, im Ruhm durch Vieh, durch Nachkommenschaft, durch Unsterblichkeit und Freude der Zeugungsorgane.

Unsterblichkeit bleibt durch das Einlösen der Schuld durch die Nachkommenschaft bewahrt. Die Fortpflanzung erzeugt relative Unsterblichkeit durch die Vererbung und das Ausbreiten der Spezies. *Brahman* ist in die Fortpflanzungsorgane fixiert und sollte in dieser Form verehrt werden.

Alles ist in *Akasa* eingebunden. Darum sollte auf alle Dinge als *Brahman* kontempliert werden, die in *Akasa* fixiert sind. *Akasa* durchdringt alle Objekte. Auf diese all-durchringende Kraft als *Brahman* sollte meditiert werden. Derjenige, der auf diese Weise auf *Brahman* als ‚alles in *Akasa* enthalten‘ meditiert, wird eins mit allem. *Akasa* ist *Brahman* selbst, und darum sollte *Akasa* als Stütze von allem verehrt werden. Auf welche Form auch immer als *Brahman* meditiert wird, zu dem wird man.

Der Mensch gewinnt durch das Meditieren auf die Qualitäten *Brahmans* an Stärke. Wer auf *Brahman* mit dem Attribut der Größe meditiert, gewinnt an Größe und so weiter. Wer auf *Brahman* mit dem Attribut des großartigen Geistes oder Gedanken meditiert, wird ideenreich. Wer auf *Brahman* mit dem Attribut seiner Heimstatt meditiert, dem werden alle Wünsche erfüllt.

In *Parimara* werden die fünf Gottheiten zerstört, d.h. der Regen, das Leuchten, der Mond, die Sonne und das Feuer. In der *Chhandogya Upanishad* heißt es, dass sich in *Vayu* die Gottheit Regen usw. zu ihrer letzten Auflösung treffen. *Vayu* ist *Brahmans* Aspekt oder Antrieb zur Zerstörung. *Vayu* ist eins mit *Akasa*. *Vayu* unterscheidet sich nicht von *Akasa*. *Akasa* ist darum *Brahmans* Zerstörungsantrieb oder Aspekt oder Ort der Zerstörung, in dem sich alle Objekte zur letzten Auflösung vermischen.

Wer auf *Akasa* in dieser Weise meditiert, wird eins mit *Vayu* als *Brahmans* Zerstörungsaspekt, und die Gegner des Meditierenden, Menschen die ihn hassen, werden vergehen.

**4. Das, was im Menschen und der Sonne wohnt, ist in beiden gleich. Wenn derjenige, der das weiß, von dieser Welt geht und *Annamaya* Selbst, dann *Pranamaya*, *Manomaya*, *Vijnanamaya* und schließlich *Anandamaya* Selbst erreicht, kann essen, was er mag, alle mögliche Formen annehmen, die er sich wünscht, durch die Welten reisen, - und dann sitzt er da, um das Lied der Glückseligkeit (*Sama*) zu singen.**

Er betritt möglicherweise schrittweise, beginnend mit dem *Annamaya* Selbst die Seele der Glückseligkeit, *Anandamaya* Selbst usw. Nun sitzt er da und singt das Lied des Eins sein.

Er wird zum *Atman* von allem und erlangt das Wissen der Einheit vom *Atman* in der *Purusha* und vom *Atman* in der Sonne. Alle Unterschiede und Dualitäten verschmelzen. Er wird zum *Brahman*, der Wahrheit, des Wissens und der Unendlichkeit, der unsterblich, furchtlos, unteilbar, ungeboren, selbstverwirklicht ist und der einmalig ohne etwas Zweites ist.

Der Kenner *Brahmans* erfreut sich aller Objekte der Freude gleichzeitig, denn er ist mit *Brahman* eins geworden. Objekte haben keine unabhängige Existenz. Sie existieren nur in und durch *Brahman*, der allein existiert. Der Kenner *Brahmans* fühlt, dass die gesamte Welt sein Körper ist. Er isst alles, was er mag, und nimmt jede Form an, die er wünscht, wandert durch die Welten, die Erde und die anderen Welten, d.h. als jemand, der mit allem eins ist, vertraut ist. Er sieht all diese Welten als das Selbst. Eins geworden mit *Brahman*, erkennt er, dass alle Formen ihm gehören.

Er singt das Lied der Glückseligkeit, das *Sama*-Lied. *Sama* besteht aus *vedischen Mantras* der *Sama-Veda*, die sich besonders dafür eignen. *Sama* bedeutet: eins mit allem, d.h. *Sama* ist *Brahman*, Gleichheit; er durchdringt alles gleichermaßen. Dieses Lied laut zu singen, dient dem Wohlergehen der Welt, der Einheit seines Seins mit der ganzen Welt und *Brahman*, der Einheit des *Atman*, und auch der Vollkommenheit und der Absoluten Zufriedenheit. Das ist die Frucht oder das Ergebnis seiner Kenntnis des Selbst. Dieses ist ein *Mantra*, das die Einheit lehrt (*Samatva*). Durch das Singen dieses Liedes erklärt er sich und seine Schüler mit der Welt eins, und dass er mit allem eins geworden ist.

Der Kenner des Selbst verwirklicht die Einheit aller Welten mit seinem eigenen Selbst. Er erkennt seine Identität mit dem absoluten Selbst. Darum fühlt er auch wie *Brahman*, wie er alle Welten durchdringt, und auch wenn er durch die Welten reist oder wandert, ruht er friedlich in seinem eigenen *Satchidananda Svarupa* oder unpersönlichen Absoluten.

**5. Oh! Oh! Ich bin die Nahrung, ich bin die Nahrung, ich bin die Nahrung! Ich bin ein Verwerter der Nahrung, ich bin ein Verzehrter der Nahrung, ich bin ein Verzehrter der Nahrung! Ich bin der Autor der Verse, ich bin der Autor der Verse, ich bin der Autor der Verse, ich bin der Erstgeborene der Wahrheit. Ich bin das Zentrum aller Unsterblichkeiten, noch vor den Gottheiten. Wer immer mir gibt, wird auf diese Weise gerettet. Ich, die Nahrung, verzehre ihn, der Nahrung verzehrt. Ich habe all diese Welten erobert. Ich leuchte wie die Sonne. Derjenige, der das weiß, erntet die Früchte. Das ist der Inhalt dieser Upanishad!**



Dieses ist das Lied der Einheit mit allem. Die dreifache Wiederholung ist ein Hinweis auf das Wunder. ‚Oh! Oh!‘ ist ein Ausdruck der Verwunderung. Der Heilige ist durch dieses Wunder wie vom Blitz getroffen. Wenn er seine kleine Persönlichkeit verliert und die Einheit mit *Brahman* und dem ganzen Universum verwirklicht, ruft der Heilige: ‚Ich, der ich nun nicht-dual, ungefärbt bin, der ich *Brahmans* Nahrung bin, und als *Brahman* ein Verzehrter von Nahrung. Ich, der ich mich einerseits an den Objekten erfreue, und für Subjekt und Objekt eine Freude bin. Ich, der ich eins mit dem Körper war, wurde durch die Gnade des Gurus und den Schriften zu *Brahman*, der alles ist.‘ Mit anderen Worten: ‚Ich bin Nahrung‘, usw., der Heilige drückt hiermit seine Erfahrung mit der Einheit aus. Er fühlt: ‚Welche Nahrung auch immer bereit wird, all das bin ich selbst. Name und Form sind unwirklich. Sie sind falsche Erscheinungen. Die eigentliche Wirklichkeit, die allem unterliegt, ist nur *Satchidananda*.‘

‚Ich bin das Bindeglied zwischen Nahrung und Verzehrter. Ich bin die Verbindung zwischen dem Wahrnehmenden und den Objekten der Wahrnehmung. Ich bin das Bewusstsein, das die Einheit zwischen dem, der sich erfreut, und den Objekten der Freude verursacht. Ich ermögliche diese Vereinigung. Ich selbst bin der Eine, der die verschiedenen Elemente zusammenbringt.‘

Die dreifache Wiederholung ist auch ein Hinweis auf die Überzeugung, ist wie ein Schwur. Die dreifache Wiederholung von ‚Ich bin Nahrung‘ ist ein Indiz für die außerordentliche Dankbarkeit für das Wissen, die auf diese Weise ausgedrückt wird, um jene zu überzeugen, die kein Vertrauen haben. Es drückt das außerordentliche Wunder aus. Der Heilige sagt: ‚Unlängst fühlte ich mich noch als Handelnder und als derjenige, der Freude empfindet. Ich habe mich mit Körper, Geist, *Prana* und die Sinne identifiziert. Jetzt identifiziere ich mich mit *Brahman*. Ich bin wie vom Blitz getroffen. Der duale Aspekt von Nahrung, und dem der sie verzehrt, sowie von Freude und dem, der sich erfreut, ist eine falsche Erscheinung.

*Hiranyagarbha* ist der Erstgeborene. ‚Ich‘ stehe als *Brahman* sogar über den *Devas* und existierte bereits vor der Offenbarung von den getrennten intelligenten *Jivas*. Ich bin das Zentrum der Unsterblichkeit der *Devas*, denn ich bin das Selbst, die Grundlage der Unsterblichkeit. Die letztendliche Befreiung der individuellen Intelligenzen besteht in ihrer Verwirklichung der Einheit mit mir, d.h. *Brahman*. Ich bin die Stütze der Befreiung, wie die Nabe eines Rades.

Wer auch immer denen Nahrung gibt, die danach verlangen, d.h. wer auch immer lehrt, dass Ich in Form von Nahrung existiere, bewahrt sie und wird sie nicht verlieren. Wer auch immer diese Nahrung gibt, d.h. dieses wundervolle Wissen über *Brahman* an aufrichtige Sucher oder Dürstende weitergibt, beschützt diese vor einer Existenz voller Kummer und Sorgen.

Als *Devata* stehe Ich über der Nahrung und bestrafe die Gierigen, die alles für sich selbst behalten und anderen nichts geben wollen. Für diese Individuen gibt es keine Chance, das Wissen des Selbst zu erlangen: In den Schriften heißt es: „Ein wirklicher Sünder isst nur allein und lässt andere nicht teilhaben.“ Die *Gita* sagt: „Es sündigt derjenige, der nur für sich selbst sorgt.“

Als *Rudra* zerstöre ich die ganze Welt, wenn die Zeit der Auflösung gekommen ist. Alles löst sich in *Brahman* auf, wo alles Leben geboren wurde.

So wie die Sonne ohne Hilfe anderer scheint, so leuchte auch Ich aus mir selbst heraus. So wie die Sonne die Dunkelheit verdrängt, so schiebe auch Ich den Schleier der Unwissenheit beiseite.

Für den, der durch *Annamaya* und die anderen Selbst', den nicht-dualen unteilbaren *Atman*, d.h. *Brahman*, die Stütze, mithilfe von Ausdauer und Gleichmut, Hingabe, Wunschlosigkeit, Zufriedenheit und Selbstdisziplin verwirklicht, wird das Wissen des Selbst, wie *Bhrigu*, in den vier Stufen der Befreiung erlangen. Er wird von allen zuvor beschriebenen Früchten profitieren.

OM TAT SAT.