

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

– T. K. Sribhashyam

Die Menschheit hat nur vor jenen unsterbliche Ehrfurcht, die durch den Wert ihres Lebens und die Weisheit ihrer Gedanken und Lehren eine solche Ehrfurcht verdient haben. Mein Vater Sri T. Krishnamacharya war gewiss eine solche Person. Ich grüße ihn in Demut.

Juni 2010

Gebet (Dhyana Shloka)

*Ich verbeuge mich vor Krishna, dem Guru des Universums, Gott, Vasudevas Sohn,
dem Zerstörer von Kamsa und Chanura, Devakis höchstem Glück.*

*Ich grüße den allglückseligen Madhava, dessen Mitgefühl
Stumme reden und Krüppel Berge übersteigen lässt.*

Eine große Besonderheit der Gita besteht in ihrer Aufgeschlossenheit und Toleranz den verschiedenen Lehren der göttlichen Weisheit und der Wahrheitserkenntnis gegenüber. Es ist Sri Krishnas Lehre, die verschiedenen menschlichen Gemeinschaften in ein friedliches, wohlgeordnetes und fortschrittliches Ganzes zu organisieren - trotz der Unterschiede, die unter den Mitgliedern der Gemeinschaft existieren können.

Eine andere Besonderheit der Gita ist, dass ihre Lehre eine Lehre der Synthese, der Harmonisierung und der Vereinigung ist. Sie sät keinen Samen für Spaltung, Selbstbehauptung und Feindseligkeit. Darum hat die Gita weltweiten Anklang gefunden. Es ist Sri Krishnas Bestreben, dass die gesamte Menschheit trotz ihrer internen Ungleichheiten dieses heilige Ziel erreicht. In der heutigen Welt ist jede religiöse und philosophische Lehre, die Harmonie herstellt sowie Toleranz und Versöhnung empfiehlt, jeder Lehre überlegen, die Disharmonie fördert, Selbstbehauptung nährt und Spaltung auslöst.

Trotz aller Verschiedenheit, die zwischen Menschen und menschlichen Gemeinschaften in ihrem Erbe, ihrer Hautfarbe, ihrer Überzeugung und in ihrem Glauben existiert, ist die höchste ethische und spirituelle Vollkommenheit das Recht eines jeden Menschen. Die Größe der Gita liegt nicht allein in ihrer Lehre von universeller Harmonie und Liebe, sondern auch in ihrer zärtlichen Sorge und Sympathie für die Schwächen des Menschen.

Die Gita ist ein Werk, dessen Studium für jeden von Nutzen ist – junge und alte Leute, gelehrte und ungelehrte, gesunde oder kranke, gläubige oder ungläubige ... Sie lehrt uns eine der wichtigsten Lektionen für das Leben, die Lektion, wie wir uns anstrengen und unablässig arbeiten und gleichzeitig selbstlos sein müssen, sodass es für unser eigenes moralisches Vorwärtsschreiten hilfreich ist. Sri Krishna bietet uns eine Lösung für das Problem, das Leben aktiver Arbeit und Leistung mit dem eines wahren Verzichts und echter Selbsthingabe zu versöhnen.

Alle großen religiösen oder philosophischen Lehrer Indiens und andernorts haben ihre eigenen Lehrmeinungen im Hinblick auf die großen Probleme von Leben und Tod und im Hinblick auf Gott und das Universum dargelegt. Alle haben sie versucht, die Wahrheit ihrer Lehre aufrechtzuerhalten. Doch Sri Krishna legt seine Lehre ohne jede Parteilichkeit dar.

Er hat klar zum Ausdruck gebracht, dass alle Lebensweisen, alle Religionsformen und alle Denksysteme gut und wertvoll sind, soweit sie den Charakter des Menschen festigen und ihn in die Lage versetzen können, zu höheren Stufen der Vollkommenheit und Selbstverwirklichung aufzusteigen.

Das menschliche Leben hier auf Erden ist eine Pilgerreise zur Vollkommenheit. Diese Vollkommenheit scheint unerreichbar und jenseits unserer Fähigkeiten zu sein, solange das göttliche Ziel der Erleuchtung nicht erreicht ist. Die Aufgabe jeder Religion oder Philosophie ist es, den Pilgerreisenden zu leiten, sodass er dieses Ziel ewiger Glückseligkeit erreicht.

Keine Lebensweise, keine Religionsform und keine Denksystematik ist gut oder vollkommen, wenn sie nicht zu den wirklichen Bedürfnissen derjenigen passt, die sie als Leitlinien ihres Lebens akzeptieren. Der Wert von Religionen und Philosophien hängt nicht allein von der Wahrheit und der Weisheit ab, die sie beinhalten, sondern auch von ihrer Eignung, das Glück, die Reinheit und den Edelmut des Menschen zu stärken und zu verbessern.

Die Größe der Lehre der Bhagavad Gita kann nur erkannt werden, wenn wir sie im Licht unserer eigenen Schlussfolgerungen und unserer religiösen und spirituellen Bestrebungen verstehen und wertschätzen.

Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

– T. K. Sribhashyam

Kapitel 1

Die ehrwürdigen Meister wie Bhishma, Drona und Kripa besaßen große Weisheit und sie liebten Gerechtigkeit und Frieden aufrichtig. Doch sie nahmen, so seltsam dies auch erscheinen mag, am Krieg gegen die Pandavas teil.

Gehorsam oder Loyalität gegenüber der errichteten Autorität bildet die Hauptgrundlage für die Ordnung im Zusammenwirken aller menschlichen Institutionen.

In der Wahl zwischen der Pflicht zum Gehorsam gegenüber einer solchen Autorität und dem, was unsere Überzeugung uns aufdrängt, hängt das menschliche Wohl nicht von der eigenen Überzeugung ab, sondern von der Loyalität gegenüber der Autorität. Nicht alle Soldaten, die für ihr Land kämpfen, können von der politischen Gerechtigkeit ihrer Regierung für den Krieg überzeugt sein. Während des Krieges sind sie jedoch den Anordnungen des Staates gegenüber gehorsam. Die Einheit der Armee hängt nicht von der persönlichen Überzeugung jedes einzelnen Soldaten ab, sondern von der Loyalität der gesamten Armee gegenüber der Autorität des Staates. Die ehrwürdigen Meister, die bei König Duryodhana in gewisser Hinsicht angestellt waren, zeigen dem König gegenüber ihre Loyalität, selbst wenn sie gegen diesen Krieg waren.



Barmherzigkeit, Wohltätigkeit und Liebe sind lobenswert, auch wenn sie eigennützig ausgeübt werden. Doch sollte im Geist getragen werden, dass diese Art der Barmherzigkeit, Wohltätigkeit und Liebe mit eigennützigem Ziel von niederem Charakter ist, da sie dazu tendiert, uns zu falschen Pfaden zu führen und so verhindert, dass wir mit höherem Wert handeln. Nur Barmherzigkeit, Wohltätigkeit und Liebe ohne eigene Interessen können unserer Seele das Heil unvergänglicher Freiheit und Glückseligkeit schenken.



Jene, die selbstsüchtig Vergnügen und Wohlstand suchen, können nicht vollkommen selbstsüchtig all das, was sie suchen und erwerben, genießen. Niemand ist in einer Position, völlig ichbezogen und für sich allein zu leben, sodass er ganz ohne Beziehung zu den Menschen und der Gesellschaft um ihn herum ist. Unsere Fähigkeit, gut zu leben und unser Leben zu genießen, ist weitgehend von der Stärke unserer Beziehung und unserer Vertrautheit mit der Gesellschaft abhängig, in der wir leben. Wenn wir uns nicht mit den Menschen um uns herum vereinen, sodass sie unsere Freuden und Sorgen mit uns teilen, wäre unsere Kraft, das Leben zu genießen, unfruchtbar.

Der Mensch kann nie in seinen Zielen ganz selbstsüchtig sein. Es ist unmöglich, sich in seinem Leben auf sich selbst zu beschränken. Sogar ein sehr ichbezogener Mensch mit seiner Liebe für Wohlstand, Macht, Ruhm und Vergnügen kann ohne die Gesellschaft und die Sympathie anderer keinerlei Befriedigung im Leben finden. Es sollte unsere allgemeine Neigung sein, die Freude und das Vergnügen anderer wertzuschätzen und daran Anteil zu

nehmen.

Bestrafung ist ein Stock, *Danda*, um das Wohl der Menschheit zu sichern. Sie kann mit einer medizinischen Behandlung verglichen werden: So wie alle medizinischen Behandlungen sich auf den letztendlichen Stillstand der Erkrankung ausrichten müssen, so müssen auch alle Bestrafungen in solcher Weise ausgeteilt werden, damit sie von der menschlichen Gesellschaft verschwinden.

Es ist nicht die Handlung selbst, die die Sünde bestimmt. Handlungen sollten nicht an sich und anhand ihrer unmittelbaren Folgen beurteilt werden, sondern anhand der ihnen zugrunde liegenden Motive und der fernen Folgen, die sie erzeugen sollen.



Ein spirituelles Leben basiert auf Verzicht (Entsagung) und Widerstandslosigkeit. Allerdings gibt es einen Unterschied zwischen der Widerstandslosigkeit eines starken Menschen und der eines schwachen, der sich nicht wehren kann. Doch wenn alle Männer und Frauen einer Gesellschaft oder zumindest ein Großteil von ihnen mit dem Temperament ruhiger Gelassenheit und selbstloser Weltentsagung handeln, dann wird die Lehre der Widerstandslosigkeit das beste ethische Ideal für eine solche Gesellschaft bilden. Solch eine Gesellschaft wird leicht imstande sein, die Minderheit, die eigennützig und oft auf Provokation aus ist, zu ändern, um in der gesamten Gesellschaft Gleichmut und selbstlose Weltentsagung zu etablieren, was wiederum andere Gesellschaften anregen könnte, einem derartigen Prinzip zu folgen.



Die Verantwortung eines Individuums, sich im Leben richtig zu verhalten, steht im Verhältnis zu seinem Wissen darüber, was richtig ist und was falsch ist. Die Verantwortung eines unwissenden Menschen, der aufgrund seines Unwissens (Ignoranz) tut, was falsch ist, kann nicht mit denselben Konsequenzen gemessen werden, wie die desjenigen, der weiß, was richtig ist und was falsch ist, und dennoch tut, was falsch ist. Doch auf falschem oder unzureichendem Wissen beruhendes Verhalten ist oft genauso schuldhaft wie das, was boshaft gewollt ist. Deshalb müssen wir uns der Wahrhaftigkeit, der Genauigkeit und der Angemessenheit unseres Wissens vergewissern, bevor wir jemand seiner Verantwortung wegen anklagen.



Dharma, Tugend ist das, was unter dem Einfluss der Gebote der Schriften getan wird oder das, wodurch beides, Wohlstand hier und Seelenheil (Erlösung) danach erlangt werden muss. Die Entwicklung des sozialen und moralischen Fortschritts der Menschheit ist ohne die Hilfe sozialer und familiärer Tugenden nicht möglich.

Die Kultur, der Charakter, Mut und Selbstaufopferung sind wie sorgfältig angebaute Gartenerzeugnisse und der *Dharma* ist wie die Zäune, die unseren Garten schützen. Die Menschen leben nicht von den Erzeugnissen eines verwilderten Feldes.

Die körperliche Konstitution eines Menschen ist in hohem Maße für sein mentales und moralisches Gefüge verantwortlich. Die Indische Philosophie macht eine Unterscheidung zwischen der Seele und dem materiellen Körper, in dem sie wohnt. Das Manifestieren der Körperaktivitäten wird nicht von der Seele, sondern vom Profil (*prakṛti*) des physischen

Körpers bestimmt, auch wenn es auf anatomischer und chemischer Ebene keinen wesentlichen Unterschied zwischen den Körpern geben mag. Der Unterschied zwischen zwei Individuen beruht auf der subtilen Qualität der die beiden Körper bildenden Materie, welche die Indische Philosophie *Guna* nennt, klassifiziert in *Sattva*, *Rajas* und *Tamas*.



Der Mensch hat keinen größeren Feind oder keinen größeren Freund als sich selbst und überraschenderweise vernachlässigt er sich in beiden Fällen. Sein wahrer Kampf besteht nicht darin zu vermeiden, in eine Hölle zu kommen, sondern darin zu vermeiden, sie in sich zu schaffen. Es ist in diesem Kampf, dass der Mensch in sich selbst seinen besten Freund oder seinen ärgsten Feind hat.



Jeder ist an die Pflicht gebunden, gemäß den durch den *Dharma* festgelegten Regeln und Bestimmungen zu handeln. Die rechte Pflicht ist, selbstlos zu handeln, um ihm und der Gesellschaft Gutes zu tun.

Auch wenn wir nicht gegen den *Dharma* handeln oder etwas gegen ihn tun sollten, es wird nicht gesagt, dass wir alle **legitimen** Lebensfreuden aufgeben sollten und allen angemessenen, richtig erlangten Wohlstand. Wir haben die Freiheit, die Gelegenheiten für Freude, die das Leben uns bietet, unter der Voraussetzung ehrenhaft zu nutzen, dass diese Gelegenheiten in Übereinstimmung mit einem Lebensplan zu uns kommen und wir die Prinzipien des *Dharma* nicht verletzen.

Der *Dharma* ist ewig; aber Schmerz und Vergnügen sind vorübergehend. Die Seele ist ewig, aber der Grund, in diesem Körper zu sein, ist für sie vorübergehend. Gebt den *Dharma* nicht auf aus Verlangen nach Vergnügen oder aus Furcht oder Begierde.



Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

– T. K. Sribhashyam

Kapitel 2 (1. Teil)

Die wahre Anhängerschaft eines Schülers setzt sich zusammen aus dessen ernsthaftem Bestreben zu verstehen, was der *Dharma* ist, und der Überzeugung, dass sein Friede und sein Glück davon abhängen. Wahre Anhängerschaft besteht in der Hingabe des Schülers an den Meister. Die vermittelte Lehre wird nicht die besten Ergebnisse erzielen, wenn der Schüler irgendeinen auch nur unbewussten Widerstand hegt. Auch wenn der Lehrer gut ist, Größe hat und weise ist, es wird schwer für ihn, die erforderliche Ausleuchtung auf den Geist des Schülers auszuüben und zu übertragen, wenn es Anflüge von Misstrauen oder Scheinheiligkeit gibt. Ehrfurcht vor dem Lehrer ist eine äußerst kostbare Qualität im Leben des Schülers, der aufrichtig und glaubwürdig ist.

Die Ausgeglichenheit des Lehrers ist von großem Wert, damit seine Lehre den Geist und das Herz des Schülers erreicht. Wenn der Lehrer von den selbstgefälligen Argumenten des Schülers leicht gereizt wird, dann wird unvermeidlich ein solcher Lehrer abweisend und Geist und Herz des Schülers werden sich dem Lehrer nicht frei öffnen können. Unter derartigen Umständen wird es für den Lehrer unmöglich, dem Geist des Schülers etwas von Wert zu vermitteln. Dies bedeutet jedoch nicht, dass der Lehrer dem Schüler nicht erlaubt, seine eigene Überlegung und Beurteilung zu entwickeln.



Die Seele ist unsterblich, immateriell und real. Gefühle von Vergnügen und Schmerz, Leid und Freude, die unreal und vorübergehend sind, kommen aus der Beziehung, die der Körper mit den Sinnesobjekten hat. Der Körper ist Geburt, Wachstum, Verfall und Tod unterworfen. Die eigentliche Essenz unserer Existenz ist **das**, was in der Vergangenheit dasselbe war, was in der Gegenwart mit der Vergangenheit identisch ist und dasselbe in der Zukunft sein wird. Die Veränderungen in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft betreffen den Körper, nicht aber die Seele. Die Seele bleibt dasselbe unveränderte Wesen vom Anfang bis zum allerletzten Ende jeder ihrer verkörperten Seinszustände. Hitze- und Kälteempfindungen, Schmerz- und Freudegefühle und solche, die diesen Gefühlen Auftrieb geben, sind nicht konstant und ewig. Die Verkörperung, die an der Quelle unserer Gefühle und Empfindungen ist, ist nicht real. Wir müssen uns mit diesen Empfindungen abfinden und sollten sie nicht zu Kriterien für unser Leben machen.



Aufgrund des *Karmas* wird die Seele mit einem Körper verbunden und sie wird zum Gegenstand für den Einfluss vorübergehender materieller Kontakte, die Freude und Schmerz entstehen lassen. Wegen dieser Verbindung mit dem Körper täuscht sich die Seele darin, geboren zu werden und zu sterben. Nur wenn die Verbindung getrennt wird, wird es der Seele möglich, von ihrer eigenen Natur *gesehen* zu werden. Wenn wir den Neigungen ungehindert zum Opfer fallen, die von diesen materiellen Kontakten ausgehen, dann wird das Gebundensein unserer Seele an die Materie bestätigt. Im Gegensatz dazu,

wenn wir unser Leben auf eine solche Weise leben, dass die aus dem Kontakt unserer Seele mit dem Körper resultierenden Schmerzen und Vergnügen uns nicht im geringsten stören, und wenn wir uns willens- und charakterstark zeigen und alle Schmerzen und Freuden mit Gleichmut anschauen, dann setzen wir der mit dem Körper verbundenen Knechtschaft der Seele ein Ende.

Diese Verbindung liegt im *Karma* der verkörperten Seele begründet, das aus den Handlungen ihrer vormaligen Lebensumstände stammt. Die Theorie, dass die Seele zu anderen Zeiten andere Körper gehabt hat, um darin zu verweilen, ist die Ursache für ihre jetzige Verbindung mit der Materie. Diese Verbindung kann in den künftigen Umständen der Wiedergeburten fort dauern infolge des *Karmas*, das im gegenwärtigen und in den vergangenen Leben erzeugt wurde. Wo vergangene Handlungen für gegenwärtige verantwortlich sind, wird die gegenwärtige mit den vergangenen wiederum für künftige Handlungen verantwortlich werden. Wenn eine verkörperte Seele ein Leben in vollkommener Selbstlosigkeit und Nichtanhaftung an die Früchte der Arbeit zu leben wählt und ihr dies gelingt, dann ist es der Seele möglich, die Beschränkungen von Ursache und Wirkung loszuwerden und frei von materieller Gebundenheit (Knechtschaft) zu werden.

Da das, was real ist, fortbestehen kann, ist der Körper als Gegenstand von Veränderungen nicht real und kann somit nicht fortbestehen. Die Seele ist das, was real und in unserer Existenz essenziell ist.

Der Unterschied zwischen der Seele und dem Körper ist, dass die Seele den Körper durchdringt, wohingegen der Körper die Seele nicht durchdringen kann. Zudem ist die Seele unzerstörbar, ewig und grenzenlos. Dieses Wissen wird das Wissen von der Unterscheidung von Körper und Seele genannt.



Der Tod eines Körpers bedeutet nicht die Zerstörung der Wirklichkeit unseres Wesens. Die Seele, die die Wirklichkeit ist, wird beim Tod einer materiellen Verkörperung nicht zerstört. Der Tod selbst ist nichts anderes als eine besondere Variante in Bezug auf die Natur der verkörperten Seele, deren Existenz gerade dafür bestimmt ist, das Schicksal der Seele zu erfüllen. Der Körper ist einfach ein Werkzeug, mit dessen Hilfe die Seele ihre eigene Befreiung vom Gebundensein an das *Karma* erarbeiten muss. Vom Standpunkt des *Karmas* ist das Ziel eines verkörperten Menschenlebens, dass jede Seele befähigt sei, an ihrem eigenen Schicksal zu arbeiten und letztlich ihren natürlichen Zustand vollkommener Freiheit von materiellem Gebundensein zu verwirklichen.

Der Tod ist nur ein natürlicher und notwendiger Vorbote eines neuen Lebens, so wie der Tod des Samens unvermeidlich an der Geburt einer neuen Pflanze und ihrem Leben beteiligt ist. Genauso wie das innere Potenzial des sterbenden Samens merklich die Natur der neuen Pflanze und ihr neues Leben bestimmt, so haben die in die sterbende Verkörperung einer Seele eingepprägten Eindrücke eine entscheidende Wirkung auf die Natur ihrer neuen Verkörperung und ihr neues Leben.



Sri Krishna sagt, dass die Seele ewig ist (*nitya*), alldurchdringend (*sarvagata*), beständig (*sthānu*), unveränderlich (*acala*) und immerwährend (*sanātana*). Er gibt auch einige Negativmerkmale an, die der Materie eigen sind: Die Seele kann nicht zerschnitten werden, sie kann nicht verbrannt werden, sie kann nicht nass gemacht werden und sie kann nicht getrocknet werden.

Die Seele ist ewig, in dem Sinne, dass sie frei ist von Vernichtung, einer Art der Zerstörung, die im Nichtsein endet. Auch wenn die Materie im abstrakten Sinne unzerstörbar ist, unterliegt sie doch dem Wandel, wohingegen eine Seele dem Wandel nicht unterliegen wird. Die Seele war dieselbe in der Vergangenheit, sie wird jetzt so sein und sie wird in der Zukunft dieselbe sein – sie ist ewig in der Zeit.

Die Seele ist alldurchdringend und als solche durchdringt sie das Universum. Sie ist in jedem Wesen des Universums präsent. Solange ihre Einheit mit der höchsten Seele nicht verwirklicht ist, wird die Vorstellung von einer Vielzahl von Seelen geschaffen. In der Tat, es ist das Ziel eines jeden Menschen, diese Einheit durch Yogapraxis zu verwirklichen.

Der Unterschied zwischen der Einzelseele und der Universalseele kann gut durch die Analogie von der Weite des Raumes verstanden werden, die durch die irdische Wandung eines jeden Kruges begrenzt wird, und der großen Weite des Raumes außerhalb, die grenzenlos ist. Wenn alle Krüge in Stücke zerbrochen sind, dann verschwindet diese Unterscheidung sofort. Auf ähnliche Weise ist die allfüllende und grenzenlose Universalseele dieselbe wie die begrenzte Einzelseele. Der grundlegende Unterschied ist, dass Letztere unter beschränkten Bedingungen wahrgenommen wird und Erstere frei von jeder begrenzten Existenz ist.

Es ist logisch, die Tatsache, dass die Seele alldurchdringend ist, bestätigt notwendigerweise, dass sie beständig und unveränderlich ist. Die Beständigkeit der Seele betrifft ihr Freisein von Veränderung im Hinblick auf die Vergangenheit, während sich ihre Unveränderlichkeit auf ihr Unvermögen bezieht, in Zukunft Veränderung zu erleben.

Auf ähnliche Weise muss die gleichbleibende und unveränderliche Seele immerwährend sein, d. h., sie ist immerzu dieselbe in ihrer Natur, unzerstörbar und unsterblich.

Naturgemäß sind diese fünf Eigenschaften unserer materiellen Verkörperung entzogen.



Um es in sehr einfachen Worten auszudrücken, das, was die Inhalte unseres Bewusstseins bildet, ist das Ergebnis unserer Wahrnehmung von Materie und materiellen Dingen. In diesem Sinne, wenn Materie nicht vorstellbar und jenseits menschlicher Erkenntnis wäre (wie die Seele), dann wäre unser Geist beinahe völlig leer. Auch wenn die Seele nicht vorstellbar ist, in dem Sinne, dass sie nicht auf die Weise wahrgenommen und begriffen werden kann, in der wir Materie wahrnehmen und begreifen, so ist es dennoch möglich, die Seele wahrzunehmen, wenn wir uns einer gezielten psychologischen Disziplin unterziehen, die gewöhnlich Yoga genannt wird.

Die Verwirklichung der Seele ist daher eine besondere Art der Erfahrung, die nicht auf dieselbe Weise in Worten ausgedrückt werden kann, wie wir unsere Erfahrung mit irgendeinem materiellen Objekt beschreiben können. Wenn wir die wahre Natur der Seele erkennen wollen, müssen wir Yoga nach Patanjali praktizieren, der uns den Geisteszustand ermöglicht, der alleine uns die wahre Natur der Seele zeigen kann.

Sprache entwickelt sich aus den normalen und üblichen Erfahrungen der Menschen heraus, um ihre gemeinsamen und üblichen Bedürfnisse geistigen Ausdrucks zu befriedigen. Diese unterscheiden sich von jenen einer Seelenverwirklichung. Daher ist keine Sprache in der Lage, diese transzendente Erfahrung eines Yogi auf adäquate Weise auszudrücken. Alle verbalen Beschreibungen der Seele wären nicht nur merkwürdig, sondern auch unzulänglich.



Die Handlung an sich ist weder sündhaft noch tugendhaft. Der Mensch begeht eine Sünde, indem er gegen seine Pflicht verstößt, sei es, dass er seine Pflicht absichtlich nicht erfüllt oder dass er willentlich tut, was nicht seine Pflicht ist. Daher liegt die wahre Ursache für Sünde oder Tugend im Verstoß gegen die Pflicht.

Der gute Ruf eines Menschen ist von der Tugendhaftigkeit seines Lebens abhängig, die weitgehend darin besteht, alle Pflichten im Leben auf die Weise zu erfüllen, wie sie erfüllt werden sollten. Achtbare Menschen werden oft ungerecht kritisiert, durchaus genauso sehr, wie nicht achtbare Menschen unverdienterweise geehrt werden. Die ewige Schmach eines schlechten Rufes wegen Nicht-Rechtschaffenheit ist es, was alle ehrwürdigen Menschen mehr als den Tod selbst fürchten müssen. Die meisten von uns haben eine natürliche Tendenz, die Verdienste wie auch die Verfehlungen anderer so sehr zu übertreiben, sodass, wenn wir beginnen, gut von jemand zu denken, wir sehr gut von ihm denken, und wenn wir schlecht von jemand denken, denken wir sehr schlecht von ihm. Das Endergebnis ist, dass wir nicht ehrlich uns selbst gegenüber sind.

Bei allen Handlungen sollte man die Beziehung zwischen seinen eigenen Interessen und jenen anderer Menschen bedenken, mit denen die Handlung verbunden ist. Solange es keinen offenen Konflikt zwischen den eigenen Interessen und den Interessen dieser anderen Menschen gibt, kann man seine Handlung als gerecht, weise und gut ansehen. Wenn auch jeder von uns frei ist, von seinen Begabungen und seinen Gelegenheiten den besten Gebrauch zu machen, wir sollten nicht nachteilig auf den Tätigkeitsbereich eines anderen Menschen übergreifen.

Um von Sünde frei zu sein, sollten wir nicht nur unsere Handlung richtig und pflichtgemäß ausführen, wir sollten bei unseren Handlungen auch die vollkommene Abwesenheit interner, mit Eigeninteressen verbundener Motive entwickeln.

Um sich ein Gefühl für die Pflicht anzueignen, muss man sich über alle persönlichen Wünsche und Abneigungen stellen, indem man von dem irreführenden Einfluss durch Freude und Schmerz, Gewinn und Verlust, Sieg und Niederlage frei wird.

Der moralische Wert ständiger und gezielter Anstrengung besteht darin, dass sie dem Geist ermöglicht, fest zu sein, und ihn von all jenen Abschweifungen fernhält, die durch Verlockungen verursacht werden. Wenn wir unsere mentale Energie vollständig für die Ausführung unserer Pflichten nutzen, so ermöglicht dies, dass es uns weitgehend gelingt, über die notwendige Kraft zu verfügen, den Geist zu konzentrieren. Um unseren Geist stets in ein und demselben Zustand zu halten, sollten wir unseren Geist nicht von Motiv zu Motiv und von Objekt zu Objekt wandern lassen.

Wir sollten unsere Pflichten stets gut ausführen und gleichzeitig frei von Besizanhaltung sein bezüglich all der vorteilhaften Ergebnisse, die aus der richtigen Ausführung jener Pflichten entstehen können. Wer aus eigennützigen Motiven arbeitet, ist selten zufrieden mit dem, was er bekommt, und hält immer danach Ausschau, sich mehr und mehr, sogar auf Kosten anderer, zu bereichern.

All jene, die das göttliche Ziel zu erreichen suchen, sollten darauf achtgeben, dass ihr Leben einzig und allein dem Zweck der unablässigen Ausübung hoher und edler Pflichten verschrieben ist, die selbstlos angenommen und ebenso selbstlos ausgeführt werden.



Ein Mensch mit festem Geist und beständiger Weisheit ist der, dessen Geist durch Konzentration und aufrichtige Hingabe an selbstlose Pflicht einpunktig gemacht worden ist.

Wenn wir die Wirksamkeit unserer Freuden und Schmerzen, die wir in unserem Leben tatsächlich fühlen, mit jenen vergleichen, die wir uns in unserem Geist einbilden, verbunden mit unseren Hoffnungen und Befürchtungen, werden wir feststellen, dass tatsächlich erfahrene Freuden und Schmerzen nicht so mächtig sind, uns von unserem spirituellen Weg fortzuziehen. Auf der anderen Seite sind unsere erdachten Hoffnungen und unsere eingebildeten Befürchtungen sehr wohl in der Lage, uns vom richtigen Weg fortzuziehen, um nicht zu sagen von unserem spirituellen Leben.

Es gibt ein gewisses Maß an Übereinstimmung zwischen dem, was angenehm ist, und dem, was gut ist, auf der einen Seite, und dem, was schmerzhaft ist, und dem, was schlecht ist, auf der anderen. So geschieht es im Leben, dass die leidenschaftliche Suche nach Vergnügen einen Menschen oft in den Ruin führt, genauso wie das freiwillige Hinnehmen von Leiden und Schmerz ihn durchaus zur Befreiung führen kann.

Selbst wenn alles, was gut ist, als angenehm betrachtet wird, und alles, was schlecht ist, als schmerzhaft, wir können nicht sagen, dass, was auch immer angenehm ist, gut ist, und was auch immer schmerzhaft ist, schlecht. Die Kraft der Einbildung, um Selbstsucht zu erzeugen, ist viel stärker als die Kraft, welche die Tatsächlichkeiten des Lebens haben. Um erfolgreich das wahre Selbst in uns zu verwirklichen, sollte unser Geist vor der Zerstörung durch Selbstsucht geschützt werden. Das Gefühl innerer Zufriedenheit (im eigenen Herzen mit sich zufrieden sein) ist eine in sich selbst edle und glückliche Erfahrung.



Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

- T. K. Sribhashyam

Kapitel 2 (2. Teil)

Äußere Objekte wirken durch unsere Sinne auf den Geist und erzeugen in uns Empfindungen. Diese Empfindungen verursachen Freude und Schmerz, die wiederum Anhaftung, Furcht und Zorn (*rāga*, *bhaya* und *krodha*) verursachen. In unserem täglichen Leben haben wir eine große Anzahl von Empfindungen verschiedener Art. Wann immer äußere Stimuli in uns Empfindungen erzeugen, empfinden wir einige von ihnen als angenehm und andere als schmerzhaft. Es ist unsere natürliche Neigung, immer mehr angenehme Empfindungen zu suchen und schmerzhaft zu vermeiden. Das Verlangen nach Vergnügen trägt zwangsläufig das Gefühl der Abneigung schmerzhaften Gefühlen gegenüber in sich. So schließt *Raga*, das Vergnügen, automatisch *Dvesha*, die Abneigung, mit ein.

Unerschütterliche Weisheit und ein fester Geist werden erworben, wenn wir den Willen kultivieren, den Versuchungen von Freude oder Schmerz zu widerstehen, um von Verlangen und Abneigung frei zu werden. Wenn wir bezüglich unserer persönlichen Wertschätzung von Freude und Schmerz unparteiisch werden, werden wir von den Klauen der Furcht oder Enttäuschung befreit.

Wunsch und Abneigung nähren Furcht und Zorn. Für die meisten von uns ist es schwierig, Wunsch- und Abneigungstendenzen zu widerstehen, die jeweils von Freude und Schmerz verursacht werden. Durch die Praxis mentaler Konzentration und die Übung ständiger Willenskraft ist es nicht nur möglich, dem gewöhnlich nach außen führenden Gang der Sinne auf ihrer Suche nach Objekten der äußeren Welt vorzubeugen, sondern eben auch jene Wahrnehmungskraft unserer Sinne nach innen zu führen, damit wir unser wahres Selbst erkennen. Um beständige Weisheit zu erlangen, sollten wir daher diese Kraft kultivieren, die Sinne bewusst in uns selbst zurückzuziehen.



Wir machen unseren Geist nicht dadurch stark, dass wir ihm lediglich seine Nahrung für Empfindungen vorenthalten, denn dies macht uns bloß teilweise unfähig, Empfindungen wahrzunehmen. Zudem nähren wir möglicherweise nur Furcht und Abneigung in uns.

Es reicht nicht aus, unsere Sinne von den Objekten zurückzuziehen, wir müssen auch unseren Geist leeren, damit er nicht von den bisherigen Vorlieben und Abneigungen angezogen wird, was nur möglich ist, wenn unser Geist nach innen gerichtet ist, um uns in die Lage zu versetzen, unser wahres Selbst zu erkennen. Es liegt in unserer Natur, dem Genuss durch einen anderen gegenzusteuern, gewöhnlich durch einen besseren!

Um unsere Sinne zu bändigen, ist das am besten geeignete und wirksamste Mittel, unseren Geist in der Meditation auf unser wahres Selbst oder auf Gott als dem höchsten Objekt der Hingabe und Erfüllung dazu zu bringen, intensiv absorbiert zu werden. Nur eine solche Meditation kann unseren Genuss an Sinnesfreuden überlisten, indem sie zur unbeschreiblichen Glückseligkeit der Selbst- oder Gottesverwirklichung führt.



Wenn unser Meditationsobjekt ein anderes als Gott ist, dann beschäftigt sich unser Geist angeregt damit, die verschiedenen Sinnesvergnügen zu begehren, auch wenn diese (anderen Meditationsobjekte) mentale Stärke in uns zu erzeugen scheinen.

Die Meditation, deren Objekt Gott ist, ist die einzige Meditation, die in der Lage ist, die große mentale Stärke zu erzeugen, die benötigt wird, um das Selbst oder Gott zu erkennen.



Der Anhaftungssinn funktioniert auf die Art, dass unser Geist danach verlangt, woran er anhaftet. Folglich haften wir nicht nur an dem, was wir in unserem Herzen wertschätzen, sondern möchten auch all die angenehmen Sinnesobjekte genießen, die bei unserer tiefen Anhaftung zur Verfügung stehen. Wir müssen im Gedächtnis behalten, dass Zorn die Folge von Enttäuschung ist, verursacht durch die Nicht-Erfüllung eines gehegten Wunsches. Je stärker unsere Anhaftung an ein Objekt des Vergnügens oder der Freude ist, umso größer ist unser Wunsch, es zu erhalten. Je intensiver ein derartiger Wunsch in uns ist, umso heftiger wird unser Gefühl der Enttäuschung sein, wenn ein solcher Wunsch nicht in Erfüllung geht. Und je größer dieses Gefühl der Enttäuschung, umso heftiger reagieren wir mit Zorn.

Wenn wir zornig sind, verliert unser Geist seine Rationalität und sei es auch nur für kurze Zeit. Zorn (oder Wut) führt zu Intelligenzverlust und entzieht uns die Kraft logischen Denkens. In einem Anfall von Zorn wird unser Geist so voller Verwirrung und Fassungslosigkeit, dass er seine Stärke verliert wie auch die Klarheit seiner Erinnerungsfähigkeit. Wir sind sicherlich geneigt, unsere Erinnerung zu verlieren, wenn wir dem Zorn reichlich und häufig nachgeben. Der Verlust der Erinnerung führt irgendwann zur Zerstörung der Intelligenz. Ohne Erinnerung und ohne begriffliche Vorstellung wäre der Geist nahezu leer und würde intellektuelle Tätigkeiten verhindern. Wenn die Erinnerung schwindet, ist die Intelligenz daher beinahe zu Tode gehungert und mit ihrem Tod verlieren wir unsere Rationalität und unsere Kraft, richtig von falsch zu unterscheiden. Dies würde letztlich zum Zusammenbruch unserer höheren Bestimmung führen. Wir sollten daher unseren Antrieb für Zorn beherrschen. Alle Verästelungen des Zornes nähren früher oder später unseren Antrieb für Zorn.

Die Bezwingung der Sinnesaktivitäten ist eines der Mittel, diesen Teufelskreis zu vermeiden. Die Bezwingung der Sinne muss eine bewusste, freiwillige und ununterbrochene mentale Anstrengung sein. Die Kraft der Sinne durch den Gebrauch äußerer Mittel zu schwächen, vermag dem inneren Verlangen nach Genuss der Sinnesfreuden kein Ende zu setzen. Wir sollten lernen, Versuchungen zu widerstehen und sie zu überwinden, anstatt vor ihnen davonzulaufen. Das Unheil liegt nicht darin, verschiedene Sinnesobjekte zu erkennen, um daraus sich ergebende Freuden und Schmerzen zu erfahren, sondern darin, den Objekten des Sinnengenusses anzuhafte. Auf ähnliche Weise liegt das Unheil nicht darin, die Freuden und Schmerzen zu fühlen, die sich in Folge einer solchen Wahrnehmung einstellen, sondern ist in Wirklichkeit auf die Zerstreuung zurückzuführen, verursacht von den Wünschen und Abneigungen, die aus unseren Empfindungen entstehen. Diese Art der Zerstreuung verursacht Elend, Leid und

Not in uns. Darüber hinaus macht sie unsere Vision von der Wahrheit unreal und verzerrt sie. Wenn wir den Zerstreuungen widerstehen, dann verschwinden Elend, Leid und Not und unser von all diesen Ausrichtungen befreite Geist, unsere Intelligenz wird ein starkes und wertvolles Mittel, um uns zu ermöglichen, die Wahrheit zu erkennen.

Unsere Haltung unserer Umgebung gegenüber entscheidet so sehr über innere Friedlichkeit oder mentale Unruhe, dass unser Geist aus unserem Leben einen Himmel oder eine Hölle machen kann.

Wir werden zu dem, was wir uns aufrichtig und ernsthaft vorstellen, und unsere mentale Friedlichkeit und unser wahres Glück hängen davon ab.



Das Glück, das wir durch mentalen Frieden erwerben, ist nicht dasselbe wie die Freude, welche die Sinnesobjekte in uns erzeugen. Eine solche Freude ist vorübergehend und wird leicht in Schmerz verwandelt oder verursacht Schmerz. Es ist nicht sehr klug, eine solche Freude als real und dauerhaft zu betrachten. Eine derartige Haltung unterwandert nur unser Glück und entzieht uns unseren stabilen Geist.

Das Glück seligen mentalen Friedens wird nicht von Freude und Schmerz gestört, die aus Sinnesempfindungen entstehen, und lässt nicht zu, von den aus Wunsch und Abneigung entstehenden Impulsen fortgetragen zu werden.

Dieses aus dem glückseligen mentalen Frieden geborene höchste Glück ist es, wonach wir in unserem Leben streben sollten. Für dieses Ziel müssen wir unseren Geist durch geeignete Meditationspraxis und mentale Konzentration von den Zerstreuungen der Wünsche und Abneigungen freimachen. Wenn unsere mentalen Aktivitäten gebändigt sind, um jenen Aktivitäten Vorrang zu geben, die Frieden im Geist erzeugen, dann wird uns nichts um unseren mentalen Frieden bringen.

Obwohl die Erfahrung von Freude und Schmerz in unserem Leben ziemlich normal ist, sollten wir dafür Sorge tragen, dass diese nicht unsere Wünsche und Abneigungen kontrollieren. Wenn die verankerte Lust auf Sinnesfreuden nicht vollständig entfernt ist, werden wir unsere Sinne nicht bezwingen noch werden wir Selbstbeherrschung haben.

Unser Geist ist von zweierlei Art, eine, die rein ist, und eine, die unrein ist. Der Geist, der darauf aus ist, Wunschobjekte zu sichern, ist unrein und der Geist, der sich von solchen Wunschobjekten fernhält, ist rein. Somit ist der Geist selbst der Grund für das Gebundensein unserer Seelen wie auch für deren letzte Befreiung. Der Geist, der an Objekten der Sinnesfreude anhaftet, verursacht das Gebundensein der Seele, wohingegen der von solcher Anhaftung freie Geist zur wahren Erlösung der Seele führt. Anhaftung führt nur zu einer Vielzahl von Wünschen, die in unserem Herzen aufkommen. Das Freisein davon beinhaltet zwangsläufig das Freisein von allem Verlangen nach Sinnesfreuden. In Abwesenheit innerer Freiheit und moralischer Reinheit wäre es schwierig (nein unmöglich), unserer Selbstsucht oder Ichbezogenheit Einhalt zu gebieten.

Der glückselige mentale Friede ist die Quelle jeden wahren Glücks. Ohne die Aneignung eines solchen mentalen Friedens können wir kein wahres Glück haben.



Wir können bestrebt sein, drei Arten von Glück in unserem Leben zu erlangen:

- das Glück aus unserem weltlichen Zustand;
- das Glück, durch religiöse Praxis psychische Kraft zu entwickeln;
- das Glück beständiger Weisheit mit dem Ziel der Selbstverwirklichung, ein vollkommen uneigennütziges Leben selbstloser Pflicht leben.

Natürlich ist die dritte Art von Glück allen anderen überlegen und sollte von jedermann angestrebt werden. Es bedeutet, dass wir die anderen beiden Arten von Glück verwerfen sollten, die dritte Art jedoch ist jener Zustand, den Sri Krishna *Brahmi* nennt, und dies sollte das höchste für uns zu erreichende Ziel sein, denn es führt uns in den Zustand der 'Brahma-Glückseligkeit' (*Brahmanirvāna*).



Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

- T. K. Sribhashyam

Kapitel 3

Die Handlungen selbst können keine Karmabindung erzeugen. Was solche erzeugt, ist das Motiv, mit dem wir unsere Handlungen ausführen. Die mögliche Ausnahme ist, wenn wir Pflichten ausführen. Diese hängen weder von Vorlieben und Abneigungen ab, noch sollen sie mit eigennützigen Motiven ausgeführt werden. Doch werden sogar Pflichten Karmabindung erzeugen, wenn sie aus eigennützigen Motiven erfüllt werden.

Einem intellektuellen Denker mag es so vorkommen, dass für den Geist zu sorgen, der denkt und fühlt, moralisch bedeutsamer sei, als für die Handlung zu sorgen, für die man sich anstrengen und die getan werden muss. Aber für den praktisch veranlagten Menschen, für den das tatsächlich gelebte Leben wichtiger ist als für den Intellektuellen, wird das eigentliche Lebenswerk von größerer Bedeutung sein als intellektuelle Argumentation. Arbeit ohne die Unterstützung des Denkens ist genauso Unheil bringend wie reines Denken, das nicht mit Arbeit verbunden ist.

Jede Theorie muss zur Erarbeitung der richtigen Praxis führen und die richtige Praxis ihrerseits muss zum richtigen Verstehen der Wahrheit der Theorie führen. Mit anderen Worten, ohne jede Reflexion über die Theorie kann uns die Praxis in Fallgruben stürzen und ohne die Unterstützung der Praxis kann die Theorie in einem bloßen Traum oder in reiner Täuschung enden.

Die Karmaprägung und die mit ihr verbundenen Neigungen können sich geradezu in unsere Körperverfassung einweben. Sie können ein derart wesentlicher Teil unserer Struktur werden, dass sie all unsere Lebensfunktionen beeinflussen, physisch, physiologisch oder psychologisch. Diese Prägungen können im Geist selbst tief verwurzelt werden, sodass - wenn der Geist von den Neigungen zuerst verändert worden ist - die Körperstruktur sich auf die Natur des Geistes einstellt.

In der Beziehung zwischen dem Geist und dem Körper ist laut Krishna der Geist der Meister und der Körper der Diener. Wenn der Körper inaktiv ist, reicht schon die Aktivität des Geistes an sich, um zu Gebundensein zu führen. Wenn die physische Aktivität nicht mit dem geistigen Makel der Selbstsucht verknüpft ist, wird sie nicht zu Gebundensein führen. Wenn wir Freiheit vom Einfluss des Karmas erlangen wollen, so ist das nicht möglich, indem wir untätig sind oder keine Arbeit verrichten.

Wenn wir an ein Leben passiver Untätigkeit glauben als Mittel, um Erlösung zu erreichen, und überhaupt nicht arbeiten, sind wir noch immer nicht frei von innerer Anhaftung an Sinnesfreuden. Die Leidenschaft im Geist, die erfreuliche Sinnesobjekte sucht, wird darin brennen. Die einzige Kontrolle, die wir ausüben, ist eben die über die Handlungsorgane.

Jemand, der Handlungen ausführt, so wie es natürlich, nötig und unvermeidbar ist, wird seinen Geist von aller an angenehmen Sinnesobjekten interessierten Anhaftung freihalten.

Es ist durchaus genauso möglich, den Geist von Anhaftung freizumachen, wie es unmöglich ist, den Körper vollkommen passiv und inaktiv zu machen. Es ist eine physiologische Tatsache, dass der Körper bis einige Stunden nach dem Tod immer aktiv ist. Diese Aktivitäten zum Anhalten zu bringen, ist unmöglich, wohingegen es möglich ist, mentale Aktivitäten zu stoppen und dennoch lebendig zu sein. Der aktive Mensch mit einem nicht anhaftenden Geist ist auf dem wahren Weg, der zum Ziel führt.

Arbeit kann Karmabindung verursachen und sie kann sie auch entfernen. Wenn wir eine Arbeit unternehmen, die nicht obligatorisch ist, machen wir dies oft aus eigennützigen Motiven. Darum werden *Niyata Karma* oder unabdingbare Pflichten unterschieden von *Karmya Karma*, Arbeit mit Interessens- und Wunschmotiven. Wenn jedoch unabdingbare Arbeit aus eigennützigen Motiven gemacht wird, erzeugen diese ebenfalls den Makel des Karmas.



Wenn unsere einzige Freude allein in uns selbst ist, sind wir genauso selbstsüchtig wie derjenige, der mit intellektueller Selbstverwirklichung beschäftigt ist. Beide sind mit sich selbst zufrieden und erfreuen sich ihrer selbst. Sie denken, dass es nichts auf dieser Welt zu gewinnen gibt, abgesehen von selbst zentrierter Interessenbefriedigung. Sie unterscheiden sich von jenen, die leben, um Gott zu dienen und zu ehren, und all ihre Pflichten als Handlungen göttlicher Verehrung ausüben. Jene, die davon überzeugt sind, dass, was auch immer sie tun, wirklich ein für Gott geleisteter Dienst ist, werden Selbstverwirklichung erlangen. Der selbstsüchtige Mensch unterscheidet die Arbeit, die für ihn vorteilhaft ist, von der, die es nicht ist. Er braucht diese Unterscheidung in seinem Leben und hat das Gefühl, dass er mehr durch Arbeit gewinnt, die für ihn von Vorteil ist, und dadurch, dass er jene nicht tut, die für ihn nicht von Vorteil sind.

Freiheit von allen selbstsüchtigen Verhaftungen allein ist nicht genug, um es jemandem zu ermöglichen, Gott zu erreichen. Man hat das Leben der Arbeit zu leben. Auf das Leben als ein Mittel schauen lernen, um Gott zu dienen, und all das, was wir im Leben tun, als Akt göttlicher Verehrung tun, dies trägt dazu bei, in uns Selbstlosigkeit zu entwickeln.



Wenn Gott sich inkarniert, gibt es hinter ihm keine überwältigende Macht, die ihn zwänge, in Materie verkörpert zu werden. In der Tat, Bezug nehmend auf ihn bedeutet Verkörperung kein karmisches Gebundensein. Er muss keine Befreiung anstreben. Er muss seine materielle Verkörperung nicht nutzen, um sich in die Lage zu versetzen, sich selbst zu befreien. Die erfreulichen Sinnesobjekte sind nicht die Dinge, nach denen er strebt und die er zu erlangen wünscht. So gibt es für ihn auch nicht die Notwendigkeit, sich den Disziplinen zu unterziehen, die uns als verkörperter Seele vorgeschrieben sind. Er ist mit Selbstüberwindung geboren. Die physischen und physiologischen Neigungen haben keine ihn überwältigende Macht. Sein Wille ist zugleich Recht und Tatsache in seinem Universum. All seine Eigenschaften sind vollständig. Er hat kein unerfülltes Verlangen.



Ein gelehrter Mensch ist nicht derjenige, der viel Bücherwissen hat oder wer einen ganz besonders trainierten intellektuellen Scharfsinn besitzt. Wer gelernt hat, das Wirkliche vom Unwirklichen zu unterscheiden, und nach spiritueller Befreiung strebt, ist der Mensch mit wahrer Weisheit. Sein Freisein von selbstsüchtiger Verhaftung sowie sein Verlangen, die Welt auf den Pfad der Reinheit und des Fortschritts zu führen, unterscheiden ihn vom ungelehrten Menschen, der selbstsüchtig der Arbeit anhaftet, die er macht, wie auch den Ergebnissen, die aus jener Arbeit erwachsen. Ein Mensch mit Wissen mag nicht immer ein weiser Mensch sein; doch ein unwissender (ignoranter) Mensch kann sehr wohl ein

Mensch sein, dem es an Weisheit mangelt.



Unsere Natur besteht aus zwei verschiedenen Aspekten; der eine wird oft höhere Natur genannt und der andere niedere Natur. Sie werden auch als spirituell und fleischlich bezeichnet. Wegen dieser beiden Aspekte unterliegt unser Geist den vermischten Einflüssen von Fleisch und Geist. Im Allgemeinen neigt der Einfluss des Körpers in unserem Leben dazu, stärker zu sein. Er ist so stark, dass er den höheren (spirituellen) Einfluss völlig im Hintergrund hält. Wo dem Fleisch ein freier Spielraum erlaubt ist, um sich durchzusetzen, da ist der Geist gezwungen, sich zurückzuziehen. Wo immer der Geist ermutigt wird, sich durchzusetzen, da wird das Fleisch geschwächt. Im Allgemeinen ist das fleischliche Leben aggressiv stark. Darüber hinaus neigt die soziale Umgebung dazu, das fleischliche Leben als eher gegensätzlich anzusehen. Es ist notwendig, dem Einfluss des Geistes gegenüber dem des Fleisches Geltung zu verschaffen, indem die Auswirkungen von *ich* und *mein* reduziert werden. Philosophische Weisheit und religiöser Glaube helfen uns, diese Prinzipien in die Praxis umzusetzen. Auch wenn philosophische Weisheit zu Wahrheit führt, ohne die Unterstützung des Glaubens ist sie nicht zuverlässig, dem Glauben, dass Gott die ultimative Kraft einer jeden Arbeit ist.

Die Sinne haben die Neigung, das Leben des Menschen zur niederen Natur zu ziehen, und es ist der Wille, der es zur höheren Natur ziehen muss. Wir sind diesen beiden gegensätzlichen Kräften - infolge der Erfordernisse ihres Fortbestandes - unterworfen. Sobald der Wille Anzeichen gibt nachzulassen, werden die Sinne offensiv und bestimmend, sodass letztlich der Wille beinahe zu existieren aufhört und wir Sklave unserer Sinne werden.

Wenn die Willenskraft nicht von Anfang an geschützt wird, hat sie die Neigung, geschwächt und sogar zerstört zu werden. Eine beständige und wachsame Kontrolle der Sinne ist notwendig, um die Ansammlung von Karma zu vermeiden.

Religiöses Leben besteht auf einer vollen und herzlichen Anerkennung der konkurrenzlosen Überlegenheit Gottes als dem Herrn des Universums. Es gibt Menschen, deren Gefühl von *Ahamkara*, dem *Ichsinn*, so groß ist, dass sie sich nicht einmal dazu bringen können, auf Gott als den wahren und letztendlichen Stellvertreter zu schauen von all der Arbeit, die sie machen. Die Intensität ihres Ichsinns verunreinigt ihr Blut mit Neid und lässt sie gegen die Überlegenheit eines jeden Wesens rebellieren, von Gott ganz zu schweigen. Religiöses Leben ist ohne Glauben nicht möglich; und wahrer Glaube kann keinen Platz in dem Herz finden, das durch Neid beschmutzt ist. Jemand, der den Weg eines spirituellen Lebens geht, sollte daher frei sein von allen Formen des Neides.

Wir werden nicht alle mit den gleichen Begabungen oder ererbten Fähigkeiten geboren. Die Gunas der Prakriti, die unsere Verkörperung formen, entscheiden über den Guna der Arbeit, die wir im Leben machen. Das Leben bietet Gelegenheiten, die angeborenen Möglichkeiten in sichtbarer Form von Arbeit und Ergebnissen zu verwirklichen.

Die Natur fordert von uns, nach Brot und Wasser zu suchen und zu essen und zu trinken; aber sie fordert uns nicht auf, all die verschiedenen Köstlichkeiten der Kochkunst zu suchen und zu genießen. Es ist die Liebe zum Vergnügen und die Abscheu von Schmerz, die den schwachen Willen sehnsüchtig machen. Es ist die so erzeugte Sehnsucht des Willens, welche die Menschheit hinter der von der Natur festgelegten Grenze umherirren lässt. Wir sündigen nur, wenn wir jenseits dieser Grenze herumirren und in den grenzenlosen Bereichen angenehmer Einbildung und Sinnesverführungen umherstreifen. Die

Natur verursacht mit Sicherheit, dass unsere Seele dem Gebundensein unterworfen wird. *Gelüste werden niemals durch die Freude an den Objekten der Lust gestillt, sondern wachsen umso mehr.*



Es ist der Wille, der das Lebensziel festlegt: sei das Ziel, persönliche Vorteile in Form von Vergnügen, Macht oder Profit zu sichern oder sei es für den Dienst an der Menschheit und die Erlösung der Seele. Ein weiser Mensch wird sicher den Dienst am Menschen und die Befreiung der Seele wählen.

Es ist der Wille, der die Aufmerksamkeit lenkt. Es ist die Fähigkeit des Begreifens (*buddhi*), die den Willen auf das Objekt aufmerksam macht, zu dem er die Aufmerksamkeit lenken muss. Der Geist (*manas*) kann nicht mit den Sinnen zusammenwirken, wenn er nicht zuerst selber durch den Intellekt ausgerichtet und dann durch den Willen zur Handlung stimuliert wird. All unsere Erfahrungen wären nutzlos darin, uns zu führen, wenn der Intellekt nicht darauf einwirkt, was die Sinne und die Fähigkeit der Aufmerksamkeit zusammen erzeugt haben.

Auch wenn unsere mentale Aufmerksamkeit und Konzentration unmittelbar unter der Kontrolle des Willens sind, ist es immer noch der Intellekt, der die Arbeit des Willens rational und mit den gewöhnlichen Naturgesetzen vereinbar macht.

Psychologisches Experimentieren und analytische Argumentation sind die erforderlichen Prozesse, um die Wirklichkeit der Seele zu erkennen. Ersteres ist, was oft Ashtanga Yoga oder Dhyana Yoga genannt wird. Das Ziel von Dhyana Yoga ist, uns in jenen Zustand extremer mentaler Konzentration gelangen zu lassen, in dem wir nicht auf äußere Stimulationen reagieren. Wir sind jedoch nicht so vollkommen geistesabwesend, dass wir uns unserer eigenen Existenz nicht bewusst wären. Die Auffassungsgabe eines derart reinen Bewusstseins stellt die Wirklichkeit unabhängig von äußeren Stimulationen fest.

Wenn unsere Sinnesorgane fühlen und wahrnehmen, wenn unsere Fähigkeit, aufmerksam zu sein, beständig ist, wenn unser Intellekt unsere geistigen Inhalte aktiv und effektiv klassifiziert und generalisiert, selbst dann ist noch etwas mehr nötig, um unsere Erfahrungen zu integrieren. Wir fühlen einfach, dass die Erfahrungen *meine* sind. Tatsächlich ist dieser Sinn für das *Mein(ig)e* bezüglich unserer Erfahrung etwas, ohne das wir uns *überhaupt* nicht als Wesen begreifen können.

Wenn die Sinne und die Fähigkeiten für Aufmerksamkeit und Verstehen ihre Funktionen vollständig und in gebührender Harmonie ausüben, so ist alles, was wir haben können, die Art von Erfahrung, die von Moment zu Moment gesteuert und vernunftgemäß erklärt wird. Um diese verschiedenen Augenblickserfahrungen zu vereinen, benötigen wir das Erinnerungsvermögen und auch das instinktive Überzeugtsein von der offensichtlichen Gewissheit bezüglich des Erinnernden der vergangenen Erfahrungen, der wir selber sind. Es ist eine Tatsache, dass wir, die wir die Eindrücke der Erfahrung erhalten, dieselben sind, wie derjenige, der jene Eindrücke wieder aufleben lässt, insofern die wieder auflebenden Eindrücke vom Empfänger gefühlt werden, der sich gleichzeitig bewusst ist, dass wir selbst deren Wiederbeleber sind.

Es ist logisch, dass diese einende Grundlage des Bewusstseins die wahre Quelle unserer inneren Kraft bildet – die Seele.

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

– T. K. Sribhashyam

Die Menschheit hat nur vor jenen unsterbliche Ehrfurcht, die durch den Wert ihres Lebens und die Weisheit ihrer Gedanken und Lehren eine solche Ehrfurcht verdient haben. Mein Vater Sri T. Krishnamacharya war gewiss eine solche Person. Ich grüße ihn in Demut.

Juni 2010

Gebet (Dhyana Shloka)

*Ich verbeuge mich vor Krishna, dem Guru des Universums, Gott, Vasudevas Sohn,
dem Zerstörer von Kamsa und Chanura, Devakis höchstem Glück.*

*Ich grüße den allglückseligen Madhava, dessen Mitgefühl
Stumme reden und Krüppel Berge übersteigen lässt.*

Eine große Besonderheit der Gita besteht in ihrer Aufgeschlossenheit und Toleranz den verschiedenen Lehren der göttlichen Weisheit und der Wahrheitserkenntnis gegenüber. Es ist Sri Krishnas Lehre, die verschiedenen menschlichen Gemeinschaften in ein friedliches, wohlgeordnetes und fortschrittliches Ganzes zu organisieren - trotz der Unterschiede, die unter den Mitgliedern der Gemeinschaft existieren können.

Eine andere Besonderheit der Gita ist, dass ihre Lehre eine Lehre der Synthese, der Harmonisierung und der Vereinigung ist. Sie sät keinen Samen für Spaltung, Selbstbehauptung und Feindseligkeit. Darum hat die Gita weltweiten Anklang gefunden. Es ist Sri Krishnas Bestreben, dass die gesamte Menschheit trotz ihrer internen Ungleichheiten dieses heilige Ziel erreicht. In der heutigen Welt ist jede religiöse und philosophische Lehre, die Harmonie herstellt sowie Toleranz und Versöhnung empfiehlt, jeder Lehre überlegen, die Disharmonie fördert, Selbstbehauptung nährt und Spaltung auslöst.

Trotz aller Verschiedenheit, die zwischen Menschen und menschlichen Gemeinschaften in ihrem Erbe, ihrer Hautfarbe, ihrer Überzeugung und in ihrem Glauben existiert, ist die höchste ethische und spirituelle Vollkommenheit das Recht eines jeden Menschen. Die Größe der Gita liegt nicht allein in ihrer Lehre von universeller Harmonie und Liebe, sondern auch in ihrer zärtlichen Sorge und Sympathie für die Schwächen des Menschen.

Die Gita ist ein Werk, dessen Studium für jeden von Nutzen ist – junge und alte Leute, gelehrte und ungelehrte, gesunde oder kranke, gläubige oder ungläubige ... Sie lehrt uns eine der wichtigsten Lektionen für das Leben, die Lektion, wie wir uns anstrengen und unablässig arbeiten und gleichzeitig selbstlos sein müssen, sodass es für unser eigenes moralisches Vorwärtsschreiten hilfreich ist. Sri Krishna bietet uns eine Lösung für das Problem, das Leben aktiver Arbeit und Leistung mit dem eines wahren Verzichts und echter Selbsthingabe zu versöhnen.

Alle großen religiösen oder philosophischen Lehrer Indiens und andernorts haben ihre eigenen Lehrmeinungen im Hinblick auf die großen Probleme von Leben und Tod und im Hinblick auf Gott und das Universum dargelegt. Alle haben sie versucht, die Wahrheit ihrer Lehre aufrechtzuerhalten. Doch Sri Krishna legt seine Lehre ohne jede Parteilichkeit dar.

Er hat klar zum Ausdruck gebracht, dass alle Lebensweisen, alle Religionsformen und alle Denksysteme gut und wertvoll sind, soweit sie den Charakter des Menschen festigen und ihn in die Lage versetzen können, zu höheren Stufen der Vollkommenheit und Selbstverwirklichung aufzusteigen.

Das menschliche Leben hier auf Erden ist eine Pilgerreise zur Vollkommenheit. Diese Vollkommenheit scheint unerreichbar und jenseits unserer Fähigkeiten zu sein, solange das göttliche Ziel der Erleuchtung nicht erreicht ist. Die Aufgabe jeder Religion oder Philosophie ist es, den Pilgerreisenden zu leiten, sodass er dieses Ziel ewiger Glückseligkeit erreicht.

Keine Lebensweise, keine Religionsform und keine Denksystematik ist gut oder vollkommen, wenn sie nicht zu den wirklichen Bedürfnissen derjenigen passt, die sie als Leitlinien ihres Lebens akzeptieren. Der Wert von Religionen und Philosophien hängt nicht allein von der Wahrheit und der Weisheit ab, die sie beinhalten, sondern auch von ihrer Eignung, das Glück, die Reinheit und den Edelmut des Menschen zu stärken und zu verbessern.

Die Größe der Lehre der Bhagavad Gita kann nur erkannt werden, wenn wir sie im Licht unserer eigenen Schlussfolgerungen und unserer religiösen und spirituellen Bestrebungen verstehen und wertschätzen.

Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

– T. K. Sribhashyam

Kapitel 1

Die ehrwürdigen Meister wie Bhishma, Drona und Kripa besaßen große Weisheit und sie liebten Gerechtigkeit und Frieden aufrichtig. Doch sie nahmen, so seltsam dies auch erscheinen mag, am Krieg gegen die Pandavas teil.

Gehorsam oder Loyalität gegenüber der errichteten Autorität bildet die Hauptgrundlage für die Ordnung im Zusammenwirken aller menschlichen Institutionen.

In der Wahl zwischen der Pflicht zum Gehorsam gegenüber einer solchen Autorität und dem, was unsere Überzeugung uns aufdrängt, hängt das menschliche Wohl nicht von der eigenen Überzeugung ab, sondern von der Loyalität gegenüber der Autorität. Nicht alle Soldaten, die für ihr Land kämpfen, können von der politischen Gerechtigkeit ihrer Regierung für den Krieg überzeugt sein. Während des Krieges sind sie jedoch den Anordnungen des Staates gegenüber gehorsam. Die Einheit der Armee hängt nicht von der persönlichen Überzeugung jedes einzelnen Soldaten ab, sondern von der Loyalität der gesamten Armee gegenüber der Autorität des Staates. Die ehrwürdigen Meister, die bei König Duryodhana in gewisser Hinsicht angestellt waren, zeigen dem König gegenüber ihre Loyalität, selbst wenn sie gegen diesen Krieg waren.



Barmherzigkeit, Wohltätigkeit und Liebe sind lobenswert, auch wenn sie eigennützig ausgeübt werden. Doch sollte im Geist getragen werden, dass diese Art der Barmherzigkeit, Wohltätigkeit und Liebe mit eigennützigem Ziel von niederem Charakter ist, da sie dazu tendiert, uns zu falschen Pfaden zu führen und so verhindert, dass wir mit höherem Wert handeln. Nur Barmherzigkeit, Wohltätigkeit und Liebe ohne eigene Interessen können unserer Seele das Heil unvergänglicher Freiheit und Glückseligkeit schenken.



Jene, die selbstsüchtig Vergnügen und Wohlstand suchen, können nicht vollkommen selbstsüchtig all das, was sie suchen und erwerben, genießen. Niemand ist in einer Position, völlig ichbezogen und für sich allein zu leben, sodass er ganz ohne Beziehung zu den Menschen und der Gesellschaft um ihn herum ist. Unsere Fähigkeit, gut zu leben und unser Leben zu genießen, ist weitgehend von der Stärke unserer Beziehung und unserer Vertrautheit mit der Gesellschaft abhängig, in der wir leben. Wenn wir uns nicht mit den Menschen um uns herum vereinen, sodass sie unsere Freuden und Sorgen mit uns teilen, wäre unsere Kraft, das Leben zu genießen, unfruchtbar.

Der Mensch kann nie in seinen Zielen ganz selbstsüchtig sein. Es ist unmöglich, sich in seinem Leben auf sich selbst zu beschränken. Sogar ein sehr ichbezogener Mensch mit seiner Liebe für Wohlstand, Macht, Ruhm und Vergnügen kann ohne die Gesellschaft und die Sympathie anderer keinerlei Befriedigung im Leben finden. Es sollte unsere allgemeine Neigung sein, die Freude und das Vergnügen anderer wertzuschätzen und daran Anteil zu

nehmen.

Bestrafung ist ein Stock, *Danda*, um das Wohl der Menschheit zu sichern. Sie kann mit einer medizinischen Behandlung verglichen werden: So wie alle medizinischen Behandlungen sich auf den letztendlichen Stillstand der Erkrankung ausrichten müssen, so müssen auch alle Bestrafungen in solcher Weise ausgeteilt werden, damit sie von der menschlichen Gesellschaft verschwinden.

Es ist nicht die Handlung selbst, die die Sünde bestimmt. Handlungen sollten nicht an sich und anhand ihrer unmittelbaren Folgen beurteilt werden, sondern anhand der ihnen zugrunde liegenden Motive und der fernen Folgen, die sie erzeugen sollen.



Ein spirituelles Leben basiert auf Verzicht (Entsagung) und Widerstandslosigkeit. Allerdings gibt es einen Unterschied zwischen der Widerstandslosigkeit eines starken Menschen und der eines schwachen, der sich nicht wehren kann. Doch wenn alle Männer und Frauen einer Gesellschaft oder zumindest ein Großteil von ihnen mit dem Temperament ruhiger Gelassenheit und selbstloser Weltentsagung handeln, dann wird die Lehre der Widerstandslosigkeit das beste ethische Ideal für eine solche Gesellschaft bilden. Solch eine Gesellschaft wird leicht imstande sein, die Minderheit, die eigennützig und oft auf Provokation aus ist, zu ändern, um in der gesamten Gesellschaft Gleichmut und selbstlose Weltentsagung zu etablieren, was wiederum andere Gesellschaften anregen könnte, einem derartigen Prinzip zu folgen.



Die Verantwortung eines Individuums, sich im Leben richtig zu verhalten, steht im Verhältnis zu seinem Wissen darüber, was richtig ist und was falsch ist. Die Verantwortung eines unwissenden Menschen, der aufgrund seines Unwissens (Ignoranz) tut, was falsch ist, kann nicht mit denselben Konsequenzen gemessen werden, wie die desjenigen, der weiß, was richtig ist und was falsch ist, und dennoch tut, was falsch ist. Doch auf falschem oder unzureichendem Wissen beruhendes Verhalten ist oft genauso schuldhaft wie das, was boshaft gewollt ist. Deshalb müssen wir uns der Wahrhaftigkeit, der Genauigkeit und der Angemessenheit unseres Wissens vergewissern, bevor wir jemand seiner Verantwortung wegen anklagen.



Dharma, Tugend ist das, was unter dem Einfluss der Gebote der Schriften getan wird oder das, wodurch beides, Wohlstand hier und Seelenheil (Erlösung) danach erlangt werden muss. Die Entwicklung des sozialen und moralischen Fortschritts der Menschheit ist ohne die Hilfe sozialer und familiärer Tugenden nicht möglich.

Die Kultur, der Charakter, Mut und Selbstaufopferung sind wie sorgfältig angebaute Gartenerzeugnisse und der *Dharma* ist wie die Zäune, die unseren Garten schützen. Die Menschen leben nicht von den Erzeugnissen eines verwilderten Feldes.

Die körperliche Konstitution eines Menschen ist in hohem Maße für sein mentales und moralisches Gefüge verantwortlich. Die Indische Philosophie macht eine Unterscheidung zwischen der Seele und dem materiellen Körper, in dem sie wohnt. Das Manifestieren der Körperaktivitäten wird nicht von der Seele, sondern vom Profil (*prakṛti*) des physischen

Körpers bestimmt, auch wenn es auf anatomischer und chemischer Ebene keinen wesentlichen Unterschied zwischen den Körpern geben mag. Der Unterschied zwischen zwei Individuen beruht auf der subtilen Qualität der die beiden Körper bildenden Materie, welche die Indische Philosophie *Guna* nennt, klassifiziert in *Sattva*, *Rajas* und *Tamas*.



Der Mensch hat keinen größeren Feind oder keinen größeren Freund als sich selbst und überraschenderweise vernachlässigt er sich in beiden Fällen. Sein wahrer Kampf besteht nicht darin zu vermeiden, in eine Hölle zu kommen, sondern darin zu vermeiden, sie in sich zu schaffen. Es ist in diesem Kampf, dass der Mensch in sich selbst seinen besten Freund oder seinen ärgsten Feind hat.



Jeder ist an die Pflicht gebunden, gemäß den durch den *Dharma* festgelegten Regeln und Bestimmungen zu handeln. Die rechte Pflicht ist, selbstlos zu handeln, um ihm und der Gesellschaft Gutes zu tun.

Auch wenn wir nicht gegen den *Dharma* handeln oder etwas gegen ihn tun sollten, es wird nicht gesagt, dass wir alle **legitimen** Lebensfreuden aufgeben sollten und allen angemessenen, richtig erlangten Wohlstand. Wir haben die Freiheit, die Gelegenheiten für Freude, die das Leben uns bietet, unter der Voraussetzung ehrenhaft zu nutzen, dass diese Gelegenheiten in Übereinstimmung mit einem Lebensplan zu uns kommen und wir die Prinzipien des *Dharma* nicht verletzen.

Der *Dharma* ist ewig; aber Schmerz und Vergnügen sind vorübergehend. Die Seele ist ewig, aber der Grund, in diesem Körper zu sein, ist für sie vorübergehend. Gebt den *Dharma* nicht auf aus Verlangen nach Vergnügen oder aus Furcht oder Begierde.



Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

– T. K. Sribhashyam

Kapitel 2 (1. Teil)

Die wahre Anhängerschaft eines Schülers setzt sich zusammen aus dessen ernsthaftem Bestreben zu verstehen, was der *Dharma* ist, und der Überzeugung, dass sein Friede und sein Glück davon abhängen. Wahre Anhängerschaft besteht in der Hingabe des Schülers an den Meister. Die vermittelte Lehre wird nicht die besten Ergebnisse erzielen, wenn der Schüler irgendeinen auch nur unbewussten Widerstand hegt. Auch wenn der Lehrer gut ist, Größe hat und weise ist, es wird schwer für ihn, die erforderliche Ausleuchtung auf den Geist des Schülers auszuüben und zu übertragen, wenn es Anflüge von Misstrauen oder Scheinheiligkeit gibt. Ehrfurcht vor dem Lehrer ist eine äußerst kostbare Qualität im Leben des Schülers, der aufrichtig und glaubwürdig ist.

Die Ausgeglichenheit des Lehrers ist von großem Wert, damit seine Lehre den Geist und das Herz des Schülers erreicht. Wenn der Lehrer von den selbstgefälligen Argumenten des Schülers leicht gereizt wird, dann wird unvermeidlich ein solcher Lehrer abweisend und Geist und Herz des Schülers werden sich dem Lehrer nicht frei öffnen können. Unter derartigen Umständen wird es für den Lehrer unmöglich, dem Geist des Schülers etwas von Wert zu vermitteln. Dies bedeutet jedoch nicht, dass der Lehrer dem Schüler nicht erlaubt, seine eigene Überlegung und Beurteilung zu entwickeln.



Die Seele ist unsterblich, immateriell und real. Gefühle von Vergnügen und Schmerz, Leid und Freude, die unreal und vorübergehend sind, kommen aus der Beziehung, die der Körper mit den Sinnesobjekten hat. Der Körper ist Geburt, Wachstum, Verfall und Tod unterworfen. Die eigentliche Essenz unserer Existenz ist **das**, was in der Vergangenheit dasselbe war, was in der Gegenwart mit der Vergangenheit identisch ist und dasselbe in der Zukunft sein wird. Die Veränderungen in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft betreffen den Körper, nicht aber die Seele. Die Seele bleibt dasselbe unveränderte Wesen vom Anfang bis zum allerletzten Ende jeder ihrer verkörperten Seinszustände. Hitze- und Kälteempfindungen, Schmerz- und Freudegefühle und solche, die diesen Gefühlen Auftrieb geben, sind nicht konstant und ewig. Die Verkörperung, die an der Quelle unserer Gefühle und Empfindungen ist, ist nicht real. Wir müssen uns mit diesen Empfindungen abfinden und sollten sie nicht zu Kriterien für unser Leben machen.



Aufgrund des *Karmas* wird die Seele mit einem Körper verbunden und sie wird zum Gegenstand für den Einfluss vorübergehender materieller Kontakte, die Freude und Schmerz entstehen lassen. Wegen dieser Verbindung mit dem Körper täuscht sich die Seele darin, geboren zu werden und zu sterben. Nur wenn die Verbindung getrennt wird, wird es der Seele möglich, von ihrer eigenen Natur *gesehen* zu werden. Wenn wir den Neigungen ungehindert zum Opfer fallen, die von diesen materiellen Kontakten ausgehen, dann wird das Gebundensein unserer Seele an die Materie bestätigt. Im Gegensatz dazu,

wenn wir unser Leben auf eine solche Weise leben, dass die aus dem Kontakt unserer Seele mit dem Körper resultierenden Schmerzen und Vergnügen uns nicht im geringsten stören, und wenn wir uns willens- und charakterstark zeigen und alle Schmerzen und Freuden mit Gleichmut anschauen, dann setzen wir der mit dem Körper verbundenen Knechtschaft der Seele ein Ende.

Diese Verbindung liegt im *Karma* der verkörperten Seele begründet, das aus den Handlungen ihrer vormaligen Lebensumstände stammt. Die Theorie, dass die Seele zu anderen Zeiten andere Körper gehabt hat, um darin zu verweilen, ist die Ursache für ihre jetzige Verbindung mit der Materie. Diese Verbindung kann in den künftigen Umständen der Wiedergeburten fort dauern infolge des *Karmas*, das im gegenwärtigen und in den vergangenen Leben erzeugt wurde. Wo vergangene Handlungen für gegenwärtige verantwortlich sind, wird die gegenwärtige mit den vergangenen wiederum für künftige Handlungen verantwortlich werden. Wenn eine verkörperte Seele ein Leben in vollkommener Selbstlosigkeit und Nichtanhaftung an die Früchte der Arbeit zu leben wählt und ihr dies gelingt, dann ist es der Seele möglich, die Beschränkungen von Ursache und Wirkung loszuwerden und frei von materieller Gebundenheit (Knechtschaft) zu werden.

Da das, was real ist, fortbestehen kann, ist der Körper als Gegenstand von Veränderungen nicht real und kann somit nicht fortbestehen. Die Seele ist das, was real und in unserer Existenz essenziell ist.

Der Unterschied zwischen der Seele und dem Körper ist, dass die Seele den Körper durchdringt, wohingegen der Körper die Seele nicht durchdringen kann. Zudem ist die Seele unzerstörbar, ewig und grenzenlos. Dieses Wissen wird das Wissen von der Unterscheidung von Körper und Seele genannt.



Der Tod eines Körpers bedeutet nicht die Zerstörung der Wirklichkeit unseres Wesens. Die Seele, die die Wirklichkeit ist, wird beim Tod einer materiellen Verkörperung nicht zerstört. Der Tod selbst ist nichts anderes als eine besondere Variante in Bezug auf die Natur der verkörperten Seele, deren Existenz gerade dafür bestimmt ist, das Schicksal der Seele zu erfüllen. Der Körper ist einfach ein Werkzeug, mit dessen Hilfe die Seele ihre eigene Befreiung vom Gebundensein an das *Karma* erarbeiten muss. Vom Standpunkt des *Karmas* ist das Ziel eines verkörperten Menschenlebens, dass jede Seele befähigt sei, an ihrem eigenen Schicksal zu arbeiten und letztlich ihren natürlichen Zustand vollkommener Freiheit von materiellem Gebundensein zu verwirklichen.

Der Tod ist nur ein natürlicher und notwendiger Vorbote eines neuen Lebens, so wie der Tod des Samens unvermeidlich an der Geburt einer neuen Pflanze und ihrem Leben beteiligt ist. Genauso wie das innere Potenzial des sterbenden Samens merklich die Natur der neuen Pflanze und ihr neues Leben bestimmt, so haben die in die sterbende Verkörperung einer Seele eingepprägten Eindrücke eine entscheidende Wirkung auf die Natur ihrer neuen Verkörperung und ihr neues Leben.



Sri Krishna sagt, dass die Seele ewig ist (*nitya*), alldurchdringend (*sarvagata*), beständig (*sthānu*), unveränderlich (*acala*) und immerwährend (*sanātana*). Er gibt auch einige Negativmerkmale an, die der Materie eigen sind: Die Seele kann nicht zerschnitten werden, sie kann nicht verbrannt werden, sie kann nicht nass gemacht werden und sie kann nicht getrocknet werden.

Die Seele ist ewig, in dem Sinne, dass sie frei ist von Vernichtung, einer Art der Zerstörung, die im Nichtsein endet. Auch wenn die Materie im abstrakten Sinne unzerstörbar ist, unterliegt sie doch dem Wandel, wohingegen eine Seele dem Wandel nicht unterliegen wird. Die Seele war dieselbe in der Vergangenheit, sie wird jetzt so sein und sie wird in der Zukunft dieselbe sein – sie ist ewig in der Zeit.

Die Seele ist alldurchdringend und als solche durchdringt sie das Universum. Sie ist in jedem Wesen des Universums präsent. Solange ihre Einheit mit der höchsten Seele nicht verwirklicht ist, wird die Vorstellung von einer Vielzahl von Seelen geschaffen. In der Tat, es ist das Ziel eines jeden Menschen, diese Einheit durch Yogapraxis zu verwirklichen.

Der Unterschied zwischen der Einzelseele und der Universalseele kann gut durch die Analogie von der Weite des Raumes verstanden werden, die durch die irdische Wandung eines jeden Kruges begrenzt wird, und der großen Weite des Raumes außerhalb, die grenzenlos ist. Wenn alle Krüge in Stücke zerbrochen sind, dann verschwindet diese Unterscheidung sofort. Auf ähnliche Weise ist die allfüllende und grenzenlose Universalseele dieselbe wie die begrenzte Einzelseele. Der grundlegende Unterschied ist, dass Letztere unter beschränkten Bedingungen wahrgenommen wird und Erstere frei von jeder begrenzten Existenz ist.

Es ist logisch, die Tatsache, dass die Seele alldurchdringend ist, bestätigt notwendigerweise, dass sie beständig und unveränderlich ist. Die Beständigkeit der Seele betrifft ihr Freisein von Veränderung im Hinblick auf die Vergangenheit, während sich ihre Unveränderlichkeit auf ihr Unvermögen bezieht, in Zukunft Veränderung zu erleben.

Auf ähnliche Weise muss die gleichbleibende und unveränderliche Seele immerwährend sein, d. h., sie ist immerzu dieselbe in ihrer Natur, unzerstörbar und unsterblich.

Naturgemäß sind diese fünf Eigenschaften unserer materiellen Verkörperung entzogen.



Um es in sehr einfachen Worten auszudrücken, das, was die Inhalte unseres Bewusstseins bildet, ist das Ergebnis unserer Wahrnehmung von Materie und materiellen Dingen. In diesem Sinne, wenn Materie nicht vorstellbar und jenseits menschlicher Erkenntnis wäre (wie die Seele), dann wäre unser Geist beinahe völlig leer. Auch wenn die Seele nicht vorstellbar ist, in dem Sinne, dass sie nicht auf die Weise wahrgenommen und begriffen werden kann, in der wir Materie wahrnehmen und begreifen, so ist es dennoch möglich, die Seele wahrzunehmen, wenn wir uns einer gezielten psychologischen Disziplin unterziehen, die gewöhnlich Yoga genannt wird.

Die Verwirklichung der Seele ist daher eine besondere Art der Erfahrung, die nicht auf dieselbe Weise in Worten ausgedrückt werden kann, wie wir unsere Erfahrung mit irgendeinem materiellen Objekt beschreiben können. Wenn wir die wahre Natur der Seele erkennen wollen, müssen wir Yoga nach Patanjali praktizieren, der uns den Geisteszustand ermöglicht, der alleine uns die wahre Natur der Seele zeigen kann.

Sprache entwickelt sich aus den normalen und üblichen Erfahrungen der Menschen heraus, um ihre gemeinsamen und üblichen Bedürfnisse geistigen Ausdrucks zu befriedigen. Diese unterscheiden sich von jenen einer Seelenverwirklichung. Daher ist keine Sprache in der Lage, diese transzendente Erfahrung eines Yogi auf adäquate Weise auszudrücken. Alle verbalen Beschreibungen der Seele wären nicht nur merkwürdig, sondern auch unzulänglich.



Die Handlung an sich ist weder sündhaft noch tugendhaft. Der Mensch begeht eine Sünde, indem er gegen seine Pflicht verstößt, sei es, dass er seine Pflicht absichtlich nicht erfüllt oder dass er willentlich tut, was nicht seine Pflicht ist. Daher liegt die wahre Ursache für Sünde oder Tugend im Verstoß gegen die Pflicht.

Der gute Ruf eines Menschen ist von der Tugendhaftigkeit seines Lebens abhängig, die weitgehend darin besteht, alle Pflichten im Leben auf die Weise zu erfüllen, wie sie erfüllt werden sollten. Achtbare Menschen werden oft ungerecht kritisiert, durchaus genauso sehr, wie nicht achtbare Menschen unverdienterweise geehrt werden. Die ewige Schmach eines schlechten Rufes wegen Nicht-Rechtschaffenheit ist es, was alle ehrwürdigen Menschen mehr als den Tod selbst fürchten müssen. Die meisten von uns haben eine natürliche Tendenz, die Verdienste wie auch die Verfehlungen anderer so sehr zu übertreiben, sodass, wenn wir beginnen, gut von jemand zu denken, wir sehr gut von ihm denken, und wenn wir schlecht von jemand denken, denken wir sehr schlecht von ihm. Das Endergebnis ist, dass wir nicht ehrlich uns selbst gegenüber sind.

Bei allen Handlungen sollte man die Beziehung zwischen seinen eigenen Interessen und jenen anderer Menschen bedenken, mit denen die Handlung verbunden ist. Solange es keinen offenen Konflikt zwischen den eigenen Interessen und den Interessen dieser anderen Menschen gibt, kann man seine Handlung als gerecht, weise und gut ansehen. Wenn auch jeder von uns frei ist, von seinen Begabungen und seinen Gelegenheiten den besten Gebrauch zu machen, wir sollten nicht nachteilig auf den Tätigkeitsbereich eines anderen Menschen übergreifen.

Um von Sünde frei zu sein, sollten wir nicht nur unsere Handlung richtig und pflichtgemäß ausführen, wir sollten bei unseren Handlungen auch die vollkommene Abwesenheit interner, mit Eigeninteressen verbundener Motive entwickeln.

Um sich ein Gefühl für die Pflicht anzueignen, muss man sich über alle persönlichen Wünsche und Abneigungen stellen, indem man von dem irreführenden Einfluss durch Freude und Schmerz, Gewinn und Verlust, Sieg und Niederlage frei wird.

Der moralische Wert ständiger und gezielter Anstrengung besteht darin, dass sie dem Geist ermöglicht, fest zu sein, und ihn von all jenen Abschweifungen fernhält, die durch Verlockungen verursacht werden. Wenn wir unsere mentale Energie vollständig für die Ausführung unserer Pflichten nutzen, so ermöglicht dies, dass es uns weitgehend gelingt, über die notwendige Kraft zu verfügen, den Geist zu konzentrieren. Um unseren Geist stets in ein und demselben Zustand zu halten, sollten wir unseren Geist nicht von Motiv zu Motiv und von Objekt zu Objekt wandern lassen.

Wir sollten unsere Pflichten stets gut ausführen und gleichzeitig frei von Besitzanhaftung sein bezüglich all der vorteilhaften Ergebnisse, die aus der richtigen Ausführung jener Pflichten entstehen können. Wer aus eigennützigen Motiven arbeitet, ist selten zufrieden mit dem, was er bekommt, und hält immer danach Ausschau, sich mehr und mehr, sogar auf Kosten anderer, zu bereichern.

All jene, die das göttliche Ziel zu erreichen suchen, sollten darauf achtgeben, dass ihr Leben einzig und allein dem Zweck der unablässigen Ausübung hoher und edler Pflichten verschrieben ist, die selbstlos angenommen und ebenso selbstlos ausgeführt werden.



Ein Mensch mit festem Geist und beständiger Weisheit ist der, dessen Geist durch Konzentration und aufrichtige Hingabe an selbstlose Pflicht einpunktig gemacht worden ist.

Wenn wir die Wirksamkeit unserer Freuden und Schmerzen, die wir in unserem Leben tatsächlich fühlen, mit jenen vergleichen, die wir uns in unserem Geist einbilden, verbunden mit unseren Hoffnungen und Befürchtungen, werden wir feststellen, dass tatsächlich erfahrene Freuden und Schmerzen nicht so mächtig sind, uns von unserem spirituellen Weg fortzuziehen. Auf der anderen Seite sind unsere erdachten Hoffnungen und unsere eingebildeten Befürchtungen sehr wohl in der Lage, uns vom richtigen Weg fortzuziehen, um nicht zu sagen von unserem spirituellen Leben.

Es gibt ein gewisses Maß an Übereinstimmung zwischen dem, was angenehm ist, und dem, was gut ist, auf der einen Seite, und dem, was schmerzhaft ist, und dem, was schlecht ist, auf der anderen. So geschieht es im Leben, dass die leidenschaftliche Suche nach Vergnügen einen Menschen oft in den Ruin führt, genauso wie das freiwillige Hinnehmen von Leiden und Schmerz ihn durchaus zur Befreiung führen kann.

Selbst wenn alles, was gut ist, als angenehm betrachtet wird, und alles, was schlecht ist, als schmerzhaft, wir können nicht sagen, dass, was auch immer angenehm ist, gut ist, und was auch immer schmerzhaft ist, schlecht. Die Kraft der Einbildung, um Selbstsucht zu erzeugen, ist viel stärker als die Kraft, welche die Tatsächlichkeiten des Lebens haben. Um erfolgreich das wahre Selbst in uns zu verwirklichen, sollte unser Geist vor der Zerstörung durch Selbstsucht geschützt werden. Das Gefühl innerer Zufriedenheit (im eigenen Herzen mit sich zufrieden sein) ist eine in sich selbst edle und glückliche Erfahrung.



Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

- T. K. Sribhashyam

Kapitel 2 (2. Teil)

Äußere Objekte wirken durch unsere Sinne auf den Geist und erzeugen in uns Empfindungen. Diese Empfindungen verursachen Freude und Schmerz, die wiederum Anhaftung, Furcht und Zorn (*rāga*, *bhaya* und *krodha*) verursachen. In unserem täglichen Leben haben wir eine große Anzahl von Empfindungen verschiedener Art. Wann immer äußere Stimuli in uns Empfindungen erzeugen, empfinden wir einige von ihnen als angenehm und andere als schmerzhaft. Es ist unsere natürliche Neigung, immer mehr angenehme Empfindungen zu suchen und schmerzhaft zu vermeiden. Das Verlangen nach Vergnügen trägt zwangsläufig das Gefühl der Abneigung schmerzhaften Gefühlen gegenüber in sich. So schließt *Raga*, das Vergnügen, automatisch *Dvesha*, die Abneigung, mit ein.

Unerschütterliche Weisheit und ein fester Geist werden erworben, wenn wir den Willen kultivieren, den Versuchungen von Freude oder Schmerz zu widerstehen, um von Verlangen und Abneigung frei zu werden. Wenn wir bezüglich unserer persönlichen Wertschätzung von Freude und Schmerz unparteiisch werden, werden wir von den Klauen der Furcht oder Enttäuschung befreit.

Wunsch und Abneigung nähren Furcht und Zorn. Für die meisten von uns ist es schwierig, Wunsch- und Abneigungstendenzen zu widerstehen, die jeweils von Freude und Schmerz verursacht werden. Durch die Praxis mentaler Konzentration und die Übung ständiger Willenskraft ist es nicht nur möglich, dem gewöhnlich nach außen führenden Gang der Sinne auf ihrer Suche nach Objekten der äußeren Welt vorzubeugen, sondern eben auch jene Wahrnehmungskraft unserer Sinne nach innen zu führen, damit wir unser wahres Selbst erkennen. Um beständige Weisheit zu erlangen, sollten wir daher diese Kraft kultivieren, die Sinne bewusst in uns selbst zurückzuziehen.



Wir machen unseren Geist nicht dadurch stark, dass wir ihm lediglich seine Nahrung für Empfindungen vorenthalten, denn dies macht uns bloß teilweise unfähig, Empfindungen wahrzunehmen. Zudem nähren wir möglicherweise nur Furcht und Abneigung in uns.

Es reicht nicht aus, unsere Sinne von den Objekten zurückzuziehen, wir müssen auch unseren Geist leeren, damit er nicht von den bisherigen Vorlieben und Abneigungen angezogen wird, was nur möglich ist, wenn unser Geist nach innen gerichtet ist, um uns in die Lage zu versetzen, unser wahres Selbst zu erkennen. Es liegt in unserer Natur, dem Genuss durch einen anderen gegenzusteuern, gewöhnlich durch einen besseren!

Um unsere Sinne zu bändigen, ist das am besten geeignete und wirksamste Mittel, unseren Geist in der Meditation auf unser wahres Selbst oder auf Gott als dem höchsten Objekt der Hingabe und Erfüllung dazu zu bringen, intensiv absorbiert zu werden. Nur eine solche Meditation kann unseren Genuss an Sinnesfreuden überlisten, indem sie zur unbeschreiblichen Glückseligkeit der Selbst- oder Gottesverwirklichung führt.



Wenn unser Meditationsobjekt ein anderes als Gott ist, dann beschäftigt sich unser Geist angeregt damit, die verschiedenen Sinnesvergnügen zu begehren, auch wenn diese (anderen Meditationsobjekte) mentale Stärke in uns zu erzeugen scheinen.

Die Meditation, deren Objekt Gott ist, ist die einzige Meditation, die in der Lage ist, die große mentale Stärke zu erzeugen, die benötigt wird, um das Selbst oder Gott zu erkennen.



Der Anhaftungssinn funktioniert auf die Art, dass unser Geist danach verlangt, woran er anhaftet. Folglich haften wir nicht nur an dem, was wir in unserem Herzen wertschätzen, sondern möchten auch all die angenehmen Sinnesobjekte genießen, die bei unserer tiefen Anhaftung zur Verfügung stehen. Wir müssen im Gedächtnis behalten, dass Zorn die Folge von Enttäuschung ist, verursacht durch die Nicht-Erfüllung eines gehegten Wunsches. Je stärker unsere Anhaftung an ein Objekt des Vergnügens oder der Freude ist, umso größer ist unser Wunsch, es zu erhalten. Je intensiver ein derartiger Wunsch in uns ist, umso heftiger wird unser Gefühl der Enttäuschung sein, wenn ein solcher Wunsch nicht in Erfüllung geht. Und je größer dieses Gefühl der Enttäuschung, umso heftiger reagieren wir mit Zorn.

Wenn wir zornig sind, verliert unser Geist seine Rationalität und sei es auch nur für kurze Zeit. Zorn (oder Wut) führt zu Intelligenzverlust und entzieht uns die Kraft logischen Denkens. In einem Anfall von Zorn wird unser Geist so voller Verwirrung und Fassungslosigkeit, dass er seine Stärke verliert wie auch die Klarheit seiner Erinnerungsfähigkeit. Wir sind sicherlich geneigt, unsere Erinnerung zu verlieren, wenn wir dem Zorn reichlich und häufig nachgeben. Der Verlust der Erinnerung führt irgendwann zur Zerstörung der Intelligenz. Ohne Erinnerung und ohne begriffliche Vorstellung wäre der Geist nahezu leer und würde intellektuelle Tätigkeiten verhindern. Wenn die Erinnerung schwindet, ist die Intelligenz daher beinahe zu Tode gehungert und mit ihrem Tod verlieren wir unsere Rationalität und unsere Kraft, richtig von falsch zu unterscheiden. Dies würde letztlich zum Zusammenbruch unserer höheren Bestimmung führen. Wir sollten daher unseren Antrieb für Zorn beherrschen. Alle Verästelungen des Zornes nähren früher oder später unseren Antrieb für Zorn.

Die Bezwingung der Sinnesaktivitäten ist eines der Mittel, diesen Teufelskreis zu vermeiden. Die Bezwingung der Sinne muss eine bewusste, freiwillige und ununterbrochene mentale Anstrengung sein. Die Kraft der Sinne durch den Gebrauch äußerer Mittel zu schwächen, vermag dem inneren Verlangen nach Genuss der Sinnesfreuden kein Ende zu setzen. Wir sollten lernen, Versuchungen zu widerstehen und sie zu überwinden, anstatt vor ihnen davonzulaufen. Das Unheil liegt nicht darin, verschiedene Sinnesobjekte zu erkennen, um daraus sich ergebende Freuden und Schmerzen zu erfahren, sondern darin, den Objekten des Sinnengenusses anzuhafte. Auf ähnliche Weise liegt das Unheil nicht darin, die Freuden und Schmerzen zu fühlen, die sich in Folge einer solchen Wahrnehmung einstellen, sondern ist in Wirklichkeit auf die Zerstreuung zurückzuführen, verursacht von den Wünschen und Abneigungen, die aus unseren Empfindungen entstehen. Diese Art der Zerstreuung verursacht Elend, Leid und

Not in uns. Darüber hinaus macht sie unsere Vision von der Wahrheit unreal und verzerrt sie. Wenn wir den Zerstreuungen widerstehen, dann verschwinden Elend, Leid und Not und unser von all diesen Ausrichtungen befreite Geist, unsere Intelligenz wird ein starkes und wertvolles Mittel, um uns zu ermöglichen, die Wahrheit zu erkennen.

Unsere Haltung unserer Umgebung gegenüber entscheidet so sehr über innere Friedlichkeit oder mentale Unruhe, dass unser Geist aus unserem Leben einen Himmel oder eine Hölle machen kann.

Wir werden zu dem, was wir uns aufrichtig und ernsthaft vorstellen, und unsere mentale Friedlichkeit und unser wahres Glück hängen davon ab.



Das Glück, das wir durch mentalen Frieden erwerben, ist nicht dasselbe wie die Freude, welche die Sinnesobjekte in uns erzeugen. Eine solche Freude ist vorübergehend und wird leicht in Schmerz verwandelt oder verursacht Schmerz. Es ist nicht sehr klug, eine solche Freude als real und dauerhaft zu betrachten. Eine derartige Haltung unterwandert nur unser Glück und entzieht uns unseren stabilen Geist.

Das Glück seligen mentalen Friedens wird nicht von Freude und Schmerz gestört, die aus Sinnesempfindungen entstehen, und lässt nicht zu, von den aus Wunsch und Abneigung entstehenden Impulsen fortgetragen zu werden.

Dieses aus dem glückseligen mentalen Frieden geborene höchste Glück ist es, wonach wir in unserem Leben streben sollten. Für dieses Ziel müssen wir unseren Geist durch geeignete Meditationspraxis und mentale Konzentration von den Zerstreuungen der Wünsche und Abneigungen freimachen. Wenn unsere mentalen Aktivitäten gebändigt sind, um jenen Aktivitäten Vorrang zu geben, die Frieden im Geist erzeugen, dann wird uns nichts um unseren mentalen Frieden bringen.

Obwohl die Erfahrung von Freude und Schmerz in unserem Leben ziemlich normal ist, sollten wir dafür Sorge tragen, dass diese nicht unsere Wünsche und Abneigungen kontrollieren. Wenn die verankerte Lust auf Sinnesfreuden nicht vollständig entfernt ist, werden wir unsere Sinne nicht bezwingen noch werden wir Selbstbeherrschung haben.

Unser Geist ist von zweierlei Art, eine, die rein ist, und eine, die unrein ist. Der Geist, der darauf aus ist, Wunschobjekte zu sichern, ist unrein und der Geist, der sich von solchen Wunschobjekten fernhält, ist rein. Somit ist der Geist selbst der Grund für das Gebundensein unserer Seelen wie auch für deren letzte Befreiung. Der Geist, der an Objekten der Sinnesfreude anhaftet, verursacht das Gebundensein der Seele, wohingegen der von solcher Anhaftung freie Geist zur wahren Erlösung der Seele führt. Anhaftung führt nur zu einer Vielzahl von Wünschen, die in unserem Herzen aufkommen. Das Freisein davon beinhaltet zwangsläufig das Freisein von allem Verlangen nach Sinnesfreuden. In Abwesenheit innerer Freiheit und moralischer Reinheit wäre es schwierig (nein unmöglich), unserer Selbstsucht oder Ichbezogenheit Einhalt zu gebieten.

Der glückselige mentale Friede ist die Quelle jeden wahren Glücks. Ohne die Aneignung eines solchen mentalen Friedens können wir kein wahres Glück haben.



Wir können bestrebt sein, drei Arten von Glück in unserem Leben zu erlangen:

- das Glück aus unserem weltlichen Zustand;
- das Glück, durch religiöse Praxis psychische Kraft zu entwickeln;
- das Glück beständiger Weisheit mit dem Ziel der Selbstverwirklichung, ein vollkommen uneigennütziges Leben selbstloser Pflicht leben.

Natürlich ist die dritte Art von Glück allen anderen überlegen und sollte von jedermann angestrebt werden. Es bedeutet, dass wir die anderen beiden Arten von Glück verwerfen sollten, die dritte Art jedoch ist jener Zustand, den Sri Krishna *Brahmi* nennt, und dies sollte das höchste für uns zu erreichende Ziel sein, denn es führt uns in den Zustand der 'Brahma-Glückseligkeit' (*Brahmanirvāna*).



Die Früchte eines Gita-Studiums (*Phala Shurti*):

*Wer diese Heilige Schrift, die Gita, mit Hingabe liest,
wird frei von Furcht und Leid und erreicht den Raum Sri Maha Vishnus.*

*Wer über die Gita meditiert und Pranayama praktiziert,
wird zudem von Sünden aus vorherigen Leben befreit.*

(wird fortgesetzt ...)

Reflexionen über die Lehren der Bhagavad Gita

- T. K. Sribhashyam

Kapitel 3

Die Handlungen selbst können keine Karmabindung erzeugen. Was solche erzeugt, ist das Motiv, mit dem wir unsere Handlungen ausführen. Die mögliche Ausnahme ist, wenn wir Pflichten ausführen. Diese hängen weder von Vorlieben und Abneigungen ab, noch sollen sie mit eigennützigen Motiven ausgeführt werden. Doch werden sogar Pflichten Karmabindung erzeugen, wenn sie aus eigennützigen Motiven erfüllt werden.

Einem intellektuellen Denker mag es so vorkommen, dass für den Geist zu sorgen, der denkt und fühlt, moralisch bedeutsamer sei, als für die Handlung zu sorgen, für die man sich anstrengen und die getan werden muss. Aber für den praktisch veranlagten Menschen, für den das tatsächlich gelebte Leben wichtiger ist als für den Intellektuellen, wird das eigentliche Lebenswerk von größerer Bedeutung sein als intellektuelle Argumentation. Arbeit ohne die Unterstützung des Denkens ist genauso Unheil bringend wie reines Denken, das nicht mit Arbeit verbunden ist.

Jede Theorie muss zur Erarbeitung der richtigen Praxis führen und die richtige Praxis ihrerseits muss zum richtigen Verstehen der Wahrheit der Theorie führen. Mit anderen Worten, ohne jede Reflexion über die Theorie kann uns die Praxis in Fallgruben stürzen und ohne die Unterstützung der Praxis kann die Theorie in einem bloßen Traum oder in reiner Täuschung enden.

Die Karmaprägung und die mit ihr verbundenen Neigungen können sich geradezu in unsere Körperverfassung einweben. Sie können ein derart wesentlicher Teil unserer Struktur werden, dass sie all unsere Lebensfunktionen beeinflussen, physisch, physiologisch oder psychologisch. Diese Prägungen können im Geist selbst tief verwurzelt werden, sodass - wenn der Geist von den Neigungen zuerst verändert worden ist - die Körperstruktur sich auf die Natur des Geistes einstellt.

In der Beziehung zwischen dem Geist und dem Körper ist laut Krishna der Geist der Meister und der Körper der Diener. Wenn der Körper inaktiv ist, reicht schon die Aktivität des Geistes an sich, um zu Gebundensein zu führen. Wenn die physische Aktivität nicht mit dem geistigen Makel der Selbstsucht verknüpft ist, wird sie nicht zu Gebundensein führen. Wenn wir Freiheit vom Einfluss des Karmas erlangen wollen, so ist das nicht möglich, indem wir untätig sind oder keine Arbeit verrichten.

Wenn wir an ein Leben passiver Untätigkeit glauben als Mittel, um Erlösung zu erreichen, und überhaupt nicht arbeiten, sind wir noch immer nicht frei von innerer Anhaftung an Sinnesfreuden. Die Leidenschaft im Geist, die erfreuliche Sinnesobjekte sucht, wird darin brennen. Die einzige Kontrolle, die wir ausüben, ist eben die über die Handlungsorgane.

Jemand, der Handlungen ausführt, so wie es natürlich, nötig und unvermeidbar ist, wird seinen Geist von aller an angenehmen Sinnesobjekten interessierten Anhaftung freihalten.

Es ist durchaus genauso möglich, den Geist von Anhaftung freizumachen, wie es unmöglich ist, den Körper vollkommen passiv und inaktiv zu machen. Es ist eine physiologische Tatsache, dass der Körper bis einige Stunden nach dem Tod immer aktiv ist. Diese Aktivitäten zum Anhalten zu bringen, ist unmöglich, wohingegen es möglich ist, mentale Aktivitäten zu stoppen und dennoch lebendig zu sein. Der aktive Mensch mit einem nicht anhaftenden Geist ist auf dem wahren Weg, der zum Ziel führt.

Arbeit kann Karmabindung verursachen und sie kann sie auch entfernen. Wenn wir eine Arbeit unternehmen, die nicht obligatorisch ist, machen wir dies oft aus eigennützigen Motiven. Darum werden *Niyata Karma* oder unabdingbare Pflichten unterschieden von *Karmya Karma*, Arbeit mit Interessens- und Wunschmotiven. Wenn jedoch unabdingbare Arbeit aus eigennützigen Motiven gemacht wird, erzeugen diese ebenfalls den Makel des Karmas.



Wenn unsere einzige Freude allein in uns selbst ist, sind wir genauso selbstsüchtig wie derjenige, der mit intellektueller Selbstverwirklichung beschäftigt ist. Beide sind mit sich selbst zufrieden und erfreuen sich ihrer selbst. Sie denken, dass es nichts auf dieser Welt zu gewinnen gibt, abgesehen von selbst zentrierter Interessenbefriedigung. Sie unterscheiden sich von jenen, die leben, um Gott zu dienen und zu ehren, und all ihre Pflichten als Handlungen göttlicher Verehrung ausüben. Jene, die davon überzeugt sind, dass, was auch immer sie tun, wirklich ein für Gott geleisteter Dienst ist, werden Selbstverwirklichung erlangen. Der selbstsüchtige Mensch unterscheidet die Arbeit, die für ihn vorteilhaft ist, von der, die es nicht ist. Er braucht diese Unterscheidung in seinem Leben und hat das Gefühl, dass er mehr durch Arbeit gewinnt, die für ihn von Vorteil ist, und dadurch, dass er jene nicht tut, die für ihn nicht von Vorteil sind.

Freiheit von allen selbstsüchtigen Verhaftungen allein ist nicht genug, um es jemandem zu ermöglichen, Gott zu erreichen. Man hat das Leben der Arbeit zu leben. Auf das Leben als ein Mittel schauen lernen, um Gott zu dienen, und all das, was wir im Leben tun, als Akt göttlicher Verehrung tun, dies trägt dazu bei, in uns Selbstlosigkeit zu entwickeln.



Wenn Gott sich inkarniert, gibt es hinter ihm keine überwältigende Macht, die ihn zwänge, in Materie verkörpert zu werden. In der Tat, Bezug nehmend auf ihn bedeutet Verkörperung kein karmisches Gebundensein. Er muss keine Befreiung anstreben. Er muss seine materielle Verkörperung nicht nutzen, um sich in die Lage zu versetzen, sich selbst zu befreien. Die erfreulichen Sinnesobjekte sind nicht die Dinge, nach denen er strebt und die er zu erlangen wünscht. So gibt es für ihn auch nicht die Notwendigkeit, sich den Disziplinen zu unterziehen, die uns als verkörperter Seele vorgeschrieben sind. Er ist mit Selbstüberwindung geboren. Die physischen und physiologischen Neigungen haben keine ihn überwältigende Macht. Sein Wille ist zugleich Recht und Tatsache in seinem Universum. All seine Eigenschaften sind vollständig. Er hat kein unerfülltes Verlangen.



Ein gelehrter Mensch ist nicht derjenige, der viel Bücherwissen hat oder wer einen ganz besonders trainierten intellektuellen Scharfsinn besitzt. Wer gelernt hat, das Wirkliche vom Unwirklichen zu unterscheiden, und nach spiritueller Befreiung strebt, ist der Mensch mit wahrer Weisheit. Sein Freisein von selbstsüchtiger Verhaftung sowie sein Verlangen, die Welt auf den Pfad der Reinheit und des Fortschritts zu führen, unterscheiden ihn vom ungelehrten Menschen, der selbstsüchtig der Arbeit anhaftet, die er macht, wie auch den Ergebnissen, die aus jener Arbeit erwachsen. Ein Mensch mit Wissen mag nicht immer ein weiser Mensch sein; doch ein unwissender (ignoranter) Mensch kann sehr wohl ein

Mensch sein, dem es an Weisheit mangelt.



Unsere Natur besteht aus zwei verschiedenen Aspekten; der eine wird oft höhere Natur genannt und der andere niedere Natur. Sie werden auch als spirituell und fleischlich bezeichnet. Wegen dieser beiden Aspekte unterliegt unser Geist den vermischten Einflüssen von Fleisch und Geist. Im Allgemeinen neigt der Einfluss des Körpers in unserem Leben dazu, stärker zu sein. Er ist so stark, dass er den höheren (spirituellen) Einfluss völlig im Hintergrund hält. Wo dem Fleisch ein freier Spielraum erlaubt ist, um sich durchzusetzen, da ist der Geist gezwungen, sich zurückzuziehen. Wo immer der Geist ermutigt wird, sich durchzusetzen, da wird das Fleisch geschwächt. Im Allgemeinen ist das fleischliche Leben aggressiv stark. Darüber hinaus neigt die soziale Umgebung dazu, das fleischliche Leben als eher gegensätzlich anzusehen. Es ist notwendig, dem Einfluss des Geistes gegenüber dem des Fleisches Geltung zu verschaffen, indem die Auswirkungen von *ich* und *mein* reduziert werden. Philosophische Weisheit und religiöser Glaube helfen uns, diese Prinzipien in die Praxis umzusetzen. Auch wenn philosophische Weisheit zu Wahrheit führt, ohne die Unterstützung des Glaubens ist sie nicht zuverlässig, dem Glauben, dass Gott die ultimative Kraft einer jeden Arbeit ist.

Die Sinne haben die Neigung, das Leben des Menschen zur niederen Natur zu ziehen, und es ist der Wille, der es zur höheren Natur ziehen muss. Wir sind diesen beiden gegensätzlichen Kräften - infolge der Erfordernisse ihres Fortbestandes - unterworfen. Sobald der Wille Anzeichen gibt nachzulassen, werden die Sinne offensiv und bestimmend, sodass letztlich der Wille beinahe zu existieren aufhört und wir Sklave unserer Sinne werden.

Wenn die Willenskraft nicht von Anfang an geschützt wird, hat sie die Neigung, geschwächt und sogar zerstört zu werden. Eine beständige und wachsame Kontrolle der Sinne ist notwendig, um die Ansammlung von Karma zu vermeiden.

Religiöses Leben besteht auf einer vollen und herzlichen Anerkennung der konkurrenzlosen Überlegenheit Gottes als dem Herrn des Universums. Es gibt Menschen, deren Gefühl von *Ahamkara*, dem *Ichsinn*, so groß ist, dass sie sich nicht einmal dazu bringen können, auf Gott als den wahren und letztendlichen Stellvertreter zu schauen von all der Arbeit, die sie machen. Die Intensität ihres Ichsinns verunreinigt ihr Blut mit Neid und lässt sie gegen die Überlegenheit eines jeden Wesens rebellieren, von Gott ganz zu schweigen. Religiöses Leben ist ohne Glauben nicht möglich; und wahrer Glaube kann keinen Platz in dem Herz finden, das durch Neid beschmutzt ist. Jemand, der den Weg eines spirituellen Lebens geht, sollte daher frei sein von allen Formen des Neides.

Wir werden nicht alle mit den gleichen Begabungen oder ererbten Fähigkeiten geboren. Die Gunas der Prakriti, die unsere Verkörperung formen, entscheiden über den Guna der Arbeit, die wir im Leben machen. Das Leben bietet Gelegenheiten, die angeborenen Möglichkeiten in sichtbarer Form von Arbeit und Ergebnissen zu verwirklichen.

Die Natur fordert von uns, nach Brot und Wasser zu suchen und zu essen und zu trinken; aber sie fordert uns nicht auf, all die verschiedenen Köstlichkeiten der Kochkunst zu suchen und zu genießen. Es ist die Liebe zum Vergnügen und die Abscheu von Schmerz, die den schwachen Willen sehnsüchtig machen. Es ist die so erzeugte Sehnsucht des Willens, welche die Menschheit hinter der von der Natur festgelegten Grenze umherirren lässt. Wir sündigen nur, wenn wir jenseits dieser Grenze herumirren und in den grenzenlosen Bereichen angenehmer Einbildung und Sinnesverführungen umherstreifen. Die

Natur verursacht mit Sicherheit, dass unsere Seele dem Gebundensein unterworfen wird. *Gelüste werden niemals durch die Freude an den Objekten der Lust gestillt, sondern wachsen umso mehr.*



Es ist der Wille, der das Lebensziel festlegt: sei das Ziel, persönliche Vorteile in Form von Vergnügen, Macht oder Profit zu sichern oder sei es für den Dienst an der Menschheit und die Erlösung der Seele. Ein weiser Mensch wird sicher den Dienst am Menschen und die Befreiung der Seele wählen.

Es ist der Wille, der die Aufmerksamkeit lenkt. Es ist die Fähigkeit des Begreifens (*buddhi*), die den Willen auf das Objekt aufmerksam macht, zu dem er die Aufmerksamkeit lenken muss. Der Geist (*manas*) kann nicht mit den Sinnen zusammenwirken, wenn er nicht zuerst selber durch den Intellekt ausgerichtet und dann durch den Willen zur Handlung stimuliert wird. All unsere Erfahrungen wären nutzlos darin, uns zu führen, wenn der Intellekt nicht darauf einwirkt, was die Sinne und die Fähigkeit der Aufmerksamkeit zusammen erzeugt haben.

Auch wenn unsere mentale Aufmerksamkeit und Konzentration unmittelbar unter der Kontrolle des Willens sind, ist es immer noch der Intellekt, der die Arbeit des Willens rational und mit den gewöhnlichen Naturgesetzen vereinbar macht.

Psychologisches Experimentieren und analytische Argumentation sind die erforderlichen Prozesse, um die Wirklichkeit der Seele zu erkennen. Ersteres ist, was oft Ashtanga Yoga oder Dhyana Yoga genannt wird. Das Ziel von Dhyana Yoga ist, uns in jenen Zustand extremer mentaler Konzentration gelangen zu lassen, in dem wir nicht auf äußere Stimulationen reagieren. Wir sind jedoch nicht so vollkommen geistesabwesend, dass wir uns unserer eigenen Existenz nicht bewusst wären. Die Auffassungsgabe eines derart reinen Bewusstseins stellt die Wirklichkeit unabhängig von äußeren Stimulationen fest.

Wenn unsere Sinnesorgane fühlen und wahrnehmen, wenn unsere Fähigkeit, aufmerksam zu sein, beständig ist, wenn unser Intellekt unsere geistigen Inhalte aktiv und effektiv klassifiziert und generalisiert, selbst dann ist noch etwas mehr nötig, um unsere Erfahrungen zu integrieren. Wir fühlen einfach, dass die Erfahrungen *meine* sind. Tatsächlich ist dieser Sinn für das *Mein(ig)e* bezüglich unserer Erfahrung etwas, ohne das wir uns *überhaupt* nicht als Wesen begreifen können.

Wenn die Sinne und die Fähigkeiten für Aufmerksamkeit und Verstehen ihre Funktionen vollständig und in gebührender Harmonie ausüben, so ist alles, was wir haben können, die Art von Erfahrung, die von Moment zu Moment gesteuert und vernunftgemäß erklärt wird. Um diese verschiedenen Augenblickserfahrungen zu vereinen, benötigen wir das Erinnerungsvermögen und auch das instinktive Überzeugtsein von der offensichtlichen Gewissheit bezüglich des Erinnernden der vergangenen Erfahrungen, der wir selber sind. Es ist eine Tatsache, dass wir, die wir die Eindrücke der Erfahrung erhalten, dieselben sind, wie derjenige, der jene Eindrücke wieder aufleben lässt, insofern die wieder auflebenden Eindrücke vom Empfänger gefühlt werden, der sich gleichzeitig bewusst ist, dass wir selbst deren Wiederbeleber sind.

Es ist logisch, dass diese einende Grundlage des Bewusstseins die wahre Quelle unserer inneren Kraft bildet – die Seele.