

# **Die Essenz der Ribhu Gita**

Ausgewählt und übersetzt  
von Prof. N.R. Krishnamoorthi Ayer

## Die Essenz der Ribhu Gita

### **Zu diesem Buch**

Die Ribhu Gita, was wörtlich "Der Gesang Ribhu's" bedeutet, stellt den sechsten Teil des Shiva Rahasya, eines legendären mystischen Textes des alten Indien dar. Der Inhalt der Ribhu Gita wird als eine Unterweisung aufgefasst, die dem Weisen Ribhu von Gott selbst in der Gestalt des Lord Shiva, dem formlosen Aspekt der Göttlichen Tätigkeit, in der alle Wesen und Dinge stets aufgehoben sind, gegeben wurde.

Übersetzung durch Clemens Vargas Ramos des Buches "The Essence of Ribhu Gita, Selection and English Translation By Prof. N.R. Krishnamoorthi Ayer", ©Sri Ramanasramam Tiruvannamalai, Third Revised Edition: 2001, herausgegeben von V.S. Ramanan President, Board of Trustees Shri Ramanasramam, Tiruvannamalai. Der originale Text steht zur Verfügung unter der Internetadresse des Sri Ramanasramam:

<http://www.sriramanamaharshi.org>

## Vorwort zur deutschen Erstausgabe

Dieses Werk stellt eine verkürzte Auswahl des ursprünglichen Werkes mit vierundvierzig Kapital dar.

Der große südindische Weise Sri Ramana Maharshi (1879-1950) fügte durch seine Kommentare diesem lichtvollen Werk einen weiteren, einzigartigen Wert bei. Oft bezog er sich in seinen Gesprächen mit seinen Verehrern und spirituellen Suchenden auf dieses Werk. Er soll gesagt haben, dass das wiederholte Lesen des Kapitel 26 allein zu einem spontanen *Samadhi* bzw. dem natürlichen Zustand der Selbst-Verwirklichung führe.

Die Quintessenz dieses Werkes in seinen eigenen Worten lautet:

*"Alle Unwissenheit und Illusion, sämtliche leblosen und lebendigen Objekte, alle Wesen und Nicht-Wesenheiten, alle fünf Elemente, alle zahllosen Welten, alle Körper und die Lebewesen, die in diesen erscheinen, und die nicht getrennt von Brahman-Selbst sind, sind nicht als das Brahman-Selbst. Nichts als das Sein allein existiert, denn sogar das Nicht-Sein erhält seine Bedeutung nur auf dem Hintergrund des Seins. Einfach ausgedrückt, existiert alles nur als das alleinige Brahman-Selbst."*

Mit dieser Übersetzung liegt dieses Werk erstmals auch dem deutschen Leser vor.

Clemens Vargas Ramos  
Oldenburg (Oldb), Dezember 2007

## **Anmerkung des Herausgebers**

Shri Ramanasramam ist glücklich, diese brillante englischsprachige Auswahl eines monumentalen Werkes der Öffentlichkeit übergeben zu können, das von Bhagavan Ramana in seinen „Gesprächen“ häufig erwähnt wurde. In der hier vorgelegten Auswahl sind Textpassagen eingearbeitet worden, die durch Shri Bhagavan bekannt gemacht und hervorgehoben worden sind.

Bhagavan Ramana hat den Übersetzer dazu ermutigt, die *Ribhu Gita* als sein persönliches *sadhana* (spirituelle Übung) in Angriff zu nehmen. Als hingebungsvoller Student der historischen Texte und durch die Gnade Seines Meisters hat er sich als in jeder Hinsicht geeignet für die Übersetzung dieses Werkes erwiesen. Wir sind damit in der glücklichen Lage, diese seltene und wunderbare Übersetzung dem Publikum vorstellen zu können.

Professor N.R. Krishnamoorthi Aiyer war Leiter des Fachbereichs Physik des American College in Madurai. Er war tief durchdrungen von den Fragen nach der Objektivität der modernen Wissenschaft und tauschte sich zu diesem Thema mit einer großen Anzahl befähigter amerikanischer Professoren aus. Jedoch war er nicht nur ein Physiker mit einer ausgeprägten Wertschätzung für wissenschaftliche Exaktheit und Sorgfalt, sondern auch ein fortgeschrittener spiritueller Sucher. Beides befähigte ihn dazu, nicht nur in theoretischer, sondern auch praktischer Hinsicht Wissenschaft und Spiritualität gleichermaßen zu würdigen.

Ernsthafte spirituelle Suchende wissen um die große Sorgfalt und spirituelle Einsicht, mit der er die Essenz des ursprünglichen Textes zu wahren wusste, und sind ihm dafür dankbar.

*V. GANESAN, Ramanasramam, Herausgeber*  
*15. August 1984, „The Mountain Path“*

## Einleitung

Die *Ribhu Gita* bildet den sechsten Teil eines Sanskrit-Werkes, das unter dem Namen *Siva Rahasya* bekannt ist, und enthält die Belehrungen von Lord Siva auf dem Berg Kailas für Seinen Anhänger Ribhu, der der Gita seinen Namen gegeben hat.

Die *Ribhu Gita* wurde von einem hochangesehenen brahmanischen Veda-Gelehrten namens Bikshu Sastrigal in Tamil-Verse übertragen, der ebenfalls ein befähigter Gelehrter des Tamil war. Er gab der Übersetzung dieses Werkes den Namen "Ulaganatha Swamigal". Aufgrund seiner Arbeit erlangte er unter den Tamil-Anhängern von *Siva* bleibende Berühmtheit.

Die tamilische Version stellt eine freie Übersetzung der ursprünglichen Sanskrit-Version dar und zeigt sich in ihren 1924 Strophen in solch herausragender Brillanz, dass Bhagavan Shri Ramana ihre Rezitation als außerordentliche Hilfe für das spirituelle *sadhana* empfahl. Er pflegte zu sagen, dass die Rezitation selbst schon zum spontanen Verbleiben im Selbst führe.

Das hier vorgelegte Werk besteht aus 122 Strophen aus der ursprünglichen tamilischen Schrift, die in freier Übersetzung in englische Prosa übertragen worden sind, wobei Wert auf die Beibehaltung der Essenz des Originals anstelle einer Wort-für-Wort-Übersetzung gelegt wurde.

Das Studium dieses englischen Textes allein wäre nicht vollständig, sofern es nicht von einem nachhaltigen spirituellen *sadhana* mit Unterstützung eines verwirklichten Lehrers, der ständiges Verbleiben im *Siva*-Selbst durch gelebte Hingabe an Lord *Siva* erlangt hat, begleitet wird. Hervorgehoben wird dies ausdrücklich in manchen der hier ausgewählten Strophen.

Mögen nach dem Studium dieses englischen Textes spirituell Strebende überall auf der Welt nach Tiruvannamalai pilgern und ihr *sadhana* in der unmittelbaren Gegenwart von Lord *Arunachala Siva* und Sat Guru Ramana in seinem geheiligten Schrein in Shri Ramanasramam vollenden. Dies ist die aufrichtige Hoffnung und das Gebet des Übersetzers.

*Prof. N. R. Krishnamoorthi Aiyer, Übersetzer,  
Shri Ramanasramam, Tiruvannamalai; 15. August 1984*

## Der Text der Ribhu Gita

# Om Namo Bhagavate Shri Ramanaya Segnungsverse

### **An Siva.**

1.

Grüße an den Höchsten Herrn *Siva*, das reine Gewährsein im Himmel der Herzenshöhle, durch welchen *Ganesha*, *Guha*, Mutter *Shakti*, die die Verkörperung von *Sivas* Gnade ist, und Millionen von *Devas*, Heiligen und spirituellen Strebenden in der Meditation über Ihn ihre höchsten Ziele erreicht haben.

– Kap. 1, 1

### **An Nataraja.**

2.

Aus dem Himmel der Bewusstseins-Herzenshöhle entspringt der Tänzer *Nataraja* mit seinem seligen Gefährten namens Freiheit; erquickend seine Anhänger, die für immer befreit sind. Diesem *Ananda Natesa* legen wir unsere innige Verehrung zu Füßen.

– Kap. 1, 2

### **An Ardhanareeswara.**

3.

Gewidmet dieser Gestalt, dessen linke Hälfte die Mutter aller Manifestation und dessen rechte Hälfte der Vater derselben ist, dessen Edelsteine klingelnd eingeschlossen sind im goldenen Fußkettchen desjenigen, der die Quelle aller Schriften ist, und dessen drei Augen (*Feuer; Sonne und Mond*) das Universum erleuchten — dieser Gestalt entbieten wir unsere innige Verehrung. Dass diese göttliche Gestalt uns für immer beschützen möge

– Kap. 1, 3

### **An Siva, Sakti, Vinayaka und Shanmukha.**

4.

Grüße an Siva, den Herrn des Universums mit absoluter Macht, an *Sat-Chit-Ananda-Sakti*, der Mutter des Universums, an *Vinayaka*, dem Zerstörer aller Schranken der Freiheit, und an *Shanmukha*, dem Sat-Guru, der an seine würdigen Anhänger die göttliche Weisheit des *Siva*-Selbst, die zur Erlösung führt, weitergibt.

– Kap. 1, 4

## **Anmerkung:**

Die folgenden Verse stellen die Belehrungen Sivas an Ribhu dar, der sie an seinen Schüler Nidhaga Rishi übermittelt. Diese Abhandlung ist unter dem Namen Ribhu Gita bekannt.

5.

Weder wurde das Universum jemals geboren, noch wird es aufrechterhalten, noch wird es jemals aufgelöst – dies ist die reine Wahrheit. Die zugrundeliegende Bewusstseinsleinwand aus reiner Sein-Bewusstseins-Stille, ledig aller bewegten Schattenbilder der Namen und Formen des Universums, ist das einzige, ewigliche Seiende.

– Kap. 2, 33

6.

Manche behaupten, dass dieses Universum der Dualität (*der vielfachen Existenzen*) eine unbestreitbare Realität sei, die deutlich von den Sinnen wahrgenommen werde, die wiederum vom Verstand gesteuert werden. Sind die Sinne jedoch etwas, was als getrennt vom Verstand anzusehen ist? Können Sie denn ohne die Grundlage des Verstandes tätig sein, in den sie eingebunden sind? Was ist dieser Verstand denn anderes als ein Bündel von Gedanken? Was sind Gedanken anderes als flüchtige Wellen im stillen, grenzenlosen Ozean des reinen Sein-Bewusstseins-Selbst, welches das einzig Existierende ohne ein Zweites ist?

– Kap. 2, 34

7.

Die Realität der Illusion von Silber im Perlmutter existiert nicht getrennt von der Realität des Perlmutter, die die eigentliche Realität ist. Die Illusion des Universums gründet auf dem Verstand, der seinerseits eine Illusion ist, deren reale Grundlage das stille Gewährseins-Seins-Selbst ist.

– Kap. 2, 35

8.

Im ungeteilten, undifferenzierten stillen Ozean des Sein-Gewahrsein-Selbst sind Körper, Verstand, Intellekt und *Jivas* (*verkörperte Seelen*) nichts als flüchtige Wellen auf der Oberfläche des einzig seienden Selbst.

– Kap. 4, 6

9.

Das Universum der Namen und Formen, die verkörperten Lebewesen und deren Schöpfer, der Verstand, die Wünsche, das *Karma* (*Tätigkeit*), Unglück und alles vom Selbst verschiedene sind bloße Gedankenformen, die von den Kräften des Selbst auf seine eigene Grundlage – das Selbst – projiziert werden.

– Kap. 5, 25

10.

Der Zustand des festen Verankertseins in diesem gedankenfreien Gewährseins-Selbst ist dasselbe wie meisterhafte Makellosigkeit, *Yoga*, Weisheit, *Moksha*, *Sahaja Samadhi*, Siva-Bewusstsein und Zustand des Atman-Selbst. Die Schriften weisen diesem Zustand den Titel „Brahman“ zu.

– Kap. 5, 26

11.

Weder gab es jemals einen Verstand noch eine seiner zahllosen Formen wie Welt, *Jivas* u. ä. Es besteht nicht der geringste Zweifel, dass alle diese die Form des ewiglich ungeteilten Höchsten Brahman-Selbst sind. Dies ist die Wahrheit. Wer immer dies größte Geheimnis aufmerksam vernimmt und vollständig versteht, verbleibt als das *Brahman*-Selbst.

– Kap. 5, 28

## **Die Erhabenheit des *Videha Mukta***

*Videha Mukta: körperlos Befreiter*

12.

Wenn sämtliches objektive Wissen gebannt und keine Spur von Gedanken oder Unwissenheit zurückgeblieben ist, wenn alle drei Zustände des Wachens, Träumens und Tiefschlafs ausgelöscht sind, wenn alle Gedanken von Tod und Geburt zunichte sind und nur noch spontanes Verbleiben im seligen Zustand des Brahman-Selbst herrscht – dann ist dieses der Zustand des *Videha Mukta*, der nicht vorgestellt und noch weniger in Worten ausgedrückt werden kann.

– Kap. 5, 39

13.

Die fortgesetzte Wiederholung von „Ich bin das *Brahman*-Selbst“ ist das wahrhaft einzige *mantra-japa* (*Wiederholung spiritueller Formeln*), welches zu *Mukti* (*Befreiung*) führt. Alle anderen *mantra-japas* in Verbindung mit den verschiedenen Gottheiten sollten streng vermieden werden, da sie sich nicht mit dem Selbst, sondern mit weltlichen Gegenständen befassen. Alle diese anderen *mantra-japas* verstricken den Menschen unauflöslich in die Fesseln der Weltlichkeit.

– Kap. 6, 37

## **Siva als Sein-Bewusstsein-Seligkeits-Selbst und seine Verehrung**

14.

Auf der ewigen und unendlichen Bewusstseinsleinwand von *Siva* als Sein-Bewusstsein-Seligkeits-Selbst projiziert *Sakti* als Seine eigene Macht das bewegte Schattenbild des sich manifestierenden Universums. In dieselbe Kraft zieht sich dieses zum Zeitpunkt der Auflösung wiederum zurück.

Sämtliche Leuchtkörper wie Sonne, Mond, Feuer, Sterne und Blitze erlangen ihre Leuchtkraft als gnadenreiches Geschenk einzig von dieser Macht *Sakti*, die in dieser Seinsgrundlage des Selbst-*Siva* enthalten ist. Obwohl selbstleuchtend, können die Leuchtkörper die *Siva*-Seinsgrundlage, die sie überdecken, tatsächlich nur verdunkeln und nicht erhellen.

Aus Furcht vor diesem *Siva*, ihrem Schöpfer, sind die *Devas* und *Asuras* (*Gottheiten und Dämonen*) stets eifrig mit den ihnen zugewiesenen Pflichten beschäftigt.

Es ist dieser *Siva*, über den beständig meditiert und der als das Selbst verwirklicht werden muss. Das Mittel dazu besteht darin, den ruhelosen Verstand zu stillen und wachsam zu halten, nachdem er mit den geeigneten Mitteln gezügelt wurde, und ihn vollständig daran zu hindern, die Sinnesobjekte zu verfolgen; d. h. die Schattenbilder auf der Bewusstseinsleinwand des Selbst. Nachdem sämtliche Schattenbilder beseitigt wurden, verbleibt reines Gewahrsein – die fleckenlose, strahlende Bewusstseinsleinwand. Auf diese Weise enthüllt *Siva* Sich selbst spontan als das einzige, ewigliche Sein-Bewusstsein-Seligkeits-Selbst; die offenbare Essenz der Natur des Verehrers selbst.

– Kap. 7, 35

## **Der *Jivan Mukta***

*Jivan Mukta: Lebendbefreiter*

15.

Der *Jivan Mukta* ist eine zu Lebzeiten befreite Person, die fortfährt, Körper und Welt (*als Brahman*) zu erfahren und dabei fest in ihrem *Siva*-Selbst verankert bleibt. Der *Jivan Mukta* lebt stets im seligen Frieden von *Sat-Chit-Ananda* (*Sein-Bewusstsein-Seligkeit*). Er ruht felsenfest in der Überzeugung, dass er nicht der Körper und sein eigenes Sein das einzig Existierende ist – die einzige, ewig wache Gewahrseins-Seligkeit des Höchsten *Siva*-Selbst.

– Kap. 8, 1

16.

Der *Jivan Mukta* hat sein eigenes Bewusstsein vollständig ohne Wiederkehr in seinem *Brahman*-Selbst aufgelöst. Für immer vereint und allein mit seinem eigenen Selbst ist er für immer versunken in der Seligkeit seines *Brahman*-Selbst.

– Kap. 8, 25



## Der *Videha Mukta*

*Videha Mukta: körperlos Befreiter*

17.

Der *Videha Mukta*\* ist frei von den geringsten Spuren des Denkens. Er verbleibt stets gänzlich in ununterbrochener Seligkeit in seinem strahlenden, reinen Gewährseins-Selbst, achtlos gegenüber allen begrenzenden Formen, in einem Zustand von *Maha-Mounam* (dem *Stillsein von Körper, Sprechen und Verstand*).

– Kap. 9, 1

\* der Begriff bedeutet wörtlich die „körperlos befreite Person“. Es handelt sich dabei um den reifen Anhänger der Lehre, der im Moment des Todes als das reine Sein-Bewusstseins-Seligkeits-Selbst verbleibt. Bildlich gesprochen meint der Begriff das reife befreite Wesen, welches, noch am Leben, ohne Körperbewusstsein und ohne Bewusstsein der es umgebenden Welt als reines Sein-Bewusstseins-Seligkeits-Selbst lebt.

18.

Er ist die reine Verkörperung von *Sat-Chit-Ananda* (*Sein-Bewusstsein-Seligkeit*), alldurchdringend wie der Raum, endlos wie der Himmel, stets in vollkommenem Gewährsein, spontan verbleibend im vollkommenen *Brahman*-Selbst in einem Zustand von stiller, ungebrochener und friedvoller Seligkeit.

– Kap. 9, 15

19.

Nicht ein Atom existiert getrennt vom Selbst, das die ungeteilte, einheitsbildende Vollkommenheit des gesamten Seins ist. Seele, Welt und Schöpfer sind untrennbar vom Selbst. Die Realität dieser Dinge besteht aus nicht anderem als allein der Realität des Selbst.

– Kap. 10, 34

20.

Alle Unwissenheit und Illusion, sämtliche leblosen und lebendigen Objekte, alle Wesen und Nicht-Wesenheiten, alle fünf Elemente, alle zahllosen Welten, alle Körper und die Lebewesen, die in diesen erscheinen, und die nicht getrennt vom *Brahman*-Selbst sind, sind nichts als das *Brahman*-Selbst. Nichts als das Sein allein existiert, denn sogar das Nicht-Sein erhält seine Bedeutung nur auf dem Hintergrund des Seins. Einfach ausgedrückt, existiert alles nur als das alleinige *Brahman*-Selbst.

– Kap. 12, 2

21.

Alles objektive Wissen, alle Gedankenformen, alle sichtbaren Objekte, alle gehörten Klänge, alle Fragen und Antworten, alles eingenommene Essen und alle Illusionen, die alle nicht getrennt vom Selbst sind — alles das sollte allein als das *Brahman*-Selbst angesehen werden.

– Kap. 13, 2

22.

Daher sollte man die Gewohnheit einüben, alles stets als das *Brahman*-Selbst zu sehen, bis sämtliche Gedanken, deren Gegenstände nicht das Selbst betreffen, verschwunden sind. Sobald dieser Zustand einmal erreicht ist, sollte man nicht den geringsten Raum für Gedanken zulassen und für immer in *Maha-Mounam* (*der Friede völligen Stillseins*) verbleiben.

– Kap. 14, 38

23.

Alles das, was außer dem *Brahman*-Selbst wahrgenommen wird, verursacht Furcht und Kummer. Daher ist es deine Pflicht, dich fest in der Gewohnheit zu verwurzeln, alles Wahrgenommene allein als das *Brahman*-Selbst anzusehen. Nach angemessener Zeit muss sogar dieser eine Gedanke schließlich fallengelassen werden, um fest im immer freien, ungestörten, seligen Zustand des einzigen *Brahman*-Selbst zu verbleiben.

– Kap. 15, 5

24.

Nur die vollständige Aufgabe des Verstandes verdient es, Sieg, Gelingen, Seligkeit, *Yoga*, Weisheit und Befreiung genannt zu werden. Die Opferung des Verstandes ist in der Tat der Höhepunkt aller heiligen Opfer.

– Kap. 15, 7

25.

Festes Zurückweisen der Existenz des Verstandes und fester Glaube in die Existenz des *Brahman*-Selbst ist der sichere Weg zur Eroberung des Verstandes und zur Erfahrung des allein strahlenden Selbst.

– Kap. 15, 11

26.

Wenn man dem Gedanken an die Existenz des Verstandes nur den geringsten Raum gibt, beginnt das reine Gewahrsein aus sich selbst heraus als der unruhige Verstand zu schwingen, der der Vater aller Schwierigkeiten und Illusionen ist. Daher sollte man stets in der festen Überzeugung verbleiben, dass es keinen Verstand gibt und nur das reine Gewahrseins-Selbst das allein Existierende ist. Es gibt keinen einfacheren Weg zur Eroberung dieses Verstandes voll mit Launen.

– Kap. 15, 12

27.

Weder gibt es Dinge wie den sorgenvollen Verstand, eine Welt aus Namen und Formen noch das kleinste Teilchen eines Ego. All dieses ist nichts als das vollkommene *Brahman*-Selbst, welches Ich bin. In dieser Überzeugung sollte man fest verankert sein, bis man den Zustand des schlaflosen Schlafes erreicht hat, der Wachheit-Friede-Ewigkeit ist.

– Kap. 16, 7

### **Der wahre *Samadhi***

28.

Die feste, aus der Selbsterforschung geborene Überzeugung zu bewahren: „Ich bin ohne jeden Zweifel diese Bewusstseinsleinwand – das *Brahman*-Selbst – und diese Welterscheinung, obwohl flüchtig, ist ebenfalls ohne jeden Zweifel nichts als das Selbst allein“, und in dieser Überzeugung still und selig zu verbleiben, ist die Essenz aller *sadhanas* wie Anbetung von Gottheiten, Wohltätigkeit, spirituelle Askesepraktiken, *mantra-japa* und *samadhi*.

– Kap. 16, 41

29.

Das Selbst allein ist das spontane, aus sich selbst heraus strahlende Gewahrsein; es allein ist ewige Seligkeit; es allein ist immerwährendes Sein; es allein ist alledurchdringende Vollkommenheit; es ist die einzige Gottheit ohne eine andere neben sich und der alleinige Urstoff des Universums. In der aus dieser Erfahrung geborenen Überzeugung sollte man für immer verbleiben, als das alleinige ICH BIN, das Höchste Selbst.

– Kap. 17, 29

### ***Sahaja Samadhi***

30.

Im wachen Gewahrsein und gedankenfrei verbleibend, mit einem ruhigen Verstand ohne jede Unterteilung von Selbst und Nicht-Selbst auch inmitten von weltlichen Aktivitäten, wird der Zustand von *Sahaja Nirvikalpa Samdahi* (der natürliche Zustand des Verbleibens im Selbst nach dem Aufhören aller Unterscheidungen) genannt. Dies wird *Akhandakara vritti* genannt, das „Ich“ immerwährender Vollkommenheit im Gegensatz zur Wahrnehmung des „Ich bin der Körper“ derjenigen, die das Selbst nicht verwirklicht haben.

– Kap. 18, 40

31.

Das Verbleiben in *Sahaja Samadhi* ist das Gütesiegel des *Jivan Mukta*. Mit fortschreitender Entwicklung dieses Zustands wird eine zunehmende Intensität seligen Friedens erlangt, die zu den vier aufeinanderfolgenden Stufen der *Samadhi*-Vollkommenheit führt. Nur dieser *Sahaja Samadhi* ist die einzige Garantie für die Zerstörung des verhängnisvollen Kreislaufs von Geburt und Tod.

– Kap. 18, 41

32.

Die verwirklichte Person, die im Brahman-Selbst verankert ist und alle Gefühle der Unterschiedenheit von Selbst und Nicht-Selbst abgeworfen hat, ist der *Jnani* bzw. *Mukta Purusha*. Ein solcher *Jnani* kann unter Millionen von Menschen nur selten gefunden werden. Wem das glückliche Geschick widerfährt, seinen *darshan* (*persönliche Ansicht und Begegnung*) zu erlangen, der wird von allen seinen Sünden gereinigt. Darüber hinaus wird das Ego dieser Person unverzüglich zerstört.

– Kap. 19, 10

33.

Der *darshan* eines vollkommenen *Jnani* ist höher als alle Bäder in geheiligten Wassern, Anbetung von Gottheiten, *mantra-japa*, spirituelle Askesepraktiken, wohl tätige Handlungen und hingebungsvolle Verehrung von Lord Siva Selbst. Die Begegnung mit der geheiligten Gegenwart eines solchen *Jnani* zu suchen und erfolgreich herbeizuführen ist das wahrhaft glücklichste Ereignis, das es im Leben eines Menschen geben kann.

– Kap. 19, 11

34.

Der hingebungsvolle Dienst, der einem solchen *Jnani-Sat-Guru* geleistet wird, beschleunigt das Erlangen der spirituellen Weisheit, die zur Seligkeit des *Jivan Mukti* führt. Der fortgesetzte und ausdauernde Dienst am *Jnani* beschenkt den Schüler schließlich sogar mit dem Zustand des *Videha Mukti*. Wer daher begierig darauf ist, die Fesseln abzuschütteln und die Freiheit von *Mukti* zu erlangen, erhält mit der Liebe für und dem verehrungsvollen Dienst am *Jnani-Sat-Guru* das unfehlbare Mittel zur Erreichung des Ziels.

– Kap. 19, 13

35.

Fest verwurzelt im Selbst, ungetrübt durch auch nur winzige Gedankenwellen, so still wie ein Götterbild aus Stein oder Holz, vollständig aufgelöst im Brahman-Selbst wie Wasser in der Milch, mit einem Bewusstsein frei von Trägheit und sämtlichen Unreinheiten der Gedanken, so rein wie der Himmel – so trotz das *Nishta* (*feste Verankerung im Selbst*) des *Jnani* allen Formen und gedanklichen Bewegungen.

– Kap. 19, 21

## **Die unerlässliche Vorbedingung von *Mukti* ist Sivas Gnade**

36.

Das, in dem das gesamte Universum geboren wird und in dem es sich zum Zeitpunkt der Auflösung wieder zurückzieht, ist das *Siva*-Selbst. Nur die hingebungsvolle Verehrung und die Meditation über dieses *Siva*-Selbst des reinen Bewusstseins zieht Sivas Gnade herbei, die unverzichtbar für die Befreiung ist.

– Kap. 19, 60

37.

Wer eifrig mit der Suche nach der Erkenntnis des *Brahman*-Selbst befasst ist und versehentlich mit weltlichen Vergnügungen wie Geschlechtlichkeit u.ä. in Berührung kommt, sollte sich stets klarmachen, dass diese Vergnügen gegenüber der Seligkeit des Selbst nur wie Staub sind. Man sollte an weltliche Freuden nicht einmal im Traum denken.

– Kap. 20, 45

38.

Da das Selbst *Sat (Sein)* ist, ist die Meditation über das Selbst das einzig wahre *Sat Sanga (die Gemeinschaft mit Weisen, die im Selbst verankert sind)*. Weil das *Brahman*-Selbst das Höchste ist, ist die Gemeinschaft mit dem Selbst *Mahat Sanga (die höchste Gemeinschaft)*.

– Kap. 21, 28

39.

Der *Sadhaka (spirituell Strebende)*, der Meditation über das Selbst praktiziert, sollte stets fest daran denken, dass sämtliche Unterschiedenheiten von Seele, Welt und Schöpfer nichts als das ununterschiedene *Brahman*-Selbst sind. Seine Praxis hat ihn von den Gedanken befreit. Danach sollte er jedoch auch noch diesen Gedanken selbst aufgeben und für immer im gedankenfreien Zustand des Selbst verbleiben.

– Kap. 21, 39

40.

Die Verankerung im Zustand des gedankenfreien, immer wachen Gewährseins ist der Zustand des *Mukti*, der über Denken und gedanklichen Ausdruck hinausgeht. Das Auftauchen des Denkens ist die Quelle ungezählter Kümernisse. Das Verbleiben im Selbst ist der wahre nicht-duale *Samadhi*, der allein zur ewiglichen Seligkeit von *Mukti* führt.

– Kap. 21, 41

41.

Die großen Illusionen: *Maya (verbunden mit dem Gott Isvara)*, *Avidya (verbunden mit den individuellen Seelen)*, Verstand und *Jivas (Seelen)*, die Welt und ihr Schöpfer, sämtliche Namen und Formen und alle mentalen Konzepte sind nichts anderes als das Selbst. In dieser festen Überzeugung sollte man sich für immer verankern.

– Kap. 22, 23

42.

Alle Welten und Geschöpfe sind nichts als Gedankenformen. Sie sind wahrhaftig nichts anderes als der Verstand, der selbst nur ein Bündel von Gedanken ist, die wiederum nichts als Wellen auf dem stillen Ozean des Gewährseins-Selbst und nicht von diesem Selbst getrennt sind. Daher sollte man stets in der festen Überzeugung verankert sein, dass alle diese Objekte nichts als „Ich bin das Selbst – *Brahman*“ sind.

– Kap. 22, 24

43.

Es gibt keine solchen Dinge wie erlangte Ziele und zu diesen Zielen führende Bemühungen, die Gemeinschaft mit Weisen oder Unweisen, Lernanstrengungen und erworbenes Wissen, Akte der Erforschung und der Praxis, den Lernenden oder das Gelernte oder irgendwelche erreichten Ziele. Was als einziges existiert, ist nur *Brahman* – strahlendes Gewährseins-Selbst.

– Kap. 23, 10

44.

Man sollte fest in der Überzeugung verankert sein, dass es keinerlei wohltätige Handlungen, geheiligte Wasser und *Khsetras (heilige Orte)*, weder Verlust noch Gewinn oder Verlierer oder Gewinner, kein *Karma*, kein *Bhakti* oder Weisheit und keinen Wissenden oder Gewusstes gibt. Alle diese Gedankenformen werden im *Brahman*-Selbst, das das einzig Existierende ist, aufgelöst und zunichte. Kap. 23, 11

45.

Das *Bhavana\** „Ich bin *Brahman*-Selbst“ führt den Schüler geschwind zu *Mukti*. Das fortgesetzte Studium der Schriften, welches *Bhavana* erzeugt, führt den Schüler unfehlbar zum Ziel. Daher sollte er stets den Worten, die vom *Brahman*-Selbst sprechen, vertrauen.

– Kap. 24, 27

\* in den Strophen 45-50 bedeutet das Wort „*Bhavana*“ – wörtlich „Gefühl“ – das auf dem Wort des Lehrers und der Schriften gründende Vertrauen und den beharrlichen und unerschütterlichen Glauben an die vernommenen Wahrheiten

46.

Mit der Illusion, dass man der Körper sei und die umgebende Welt die grundlegende Wirklichkeit, ist man seit anfangsloser Zeit durchtränkt. Man kann sie nicht einfach durch gelegentliches Lesen und rein intellektuelles Verstehen der Wahrheit abschütteln. Diese grundlegende Illusion kann nur durch eine langandauernde und unerschütterliche Praxis des *Bhavana* „Ich bin *Brahman*-Selbst“ getilgt werden.

– Kap. 24, 28

47.

Alle Dinge sind stets nur ein Gespinnst aus Zeit, Raum und Energie. Und alles andere ist das müßige Reden von Menschen, die sich nicht der Mühe des *Sadhana* (*der spirituellen Praxis*), die sie zum Selbst führen würde, unterziehen wollen. All ihr Reden beruht auf nichts als auf ihrer enormen Unwissenheit betreffend das Selbst. Nur durch die stetige Übung und Erfahrung von *Sadhana* jedoch kann man die Wahrheit erlangen, dass alle Konzepte von Seelen, Welten und deren Ursache nichts als flüchtige Schatten auf der ewigen Bewusstseinsleinwand von *Siva-Selbst-Brahman* sind.

– Kap. 24, 31

48.

Es gibt kein solches Ding wie die Schöpfung der Namen und Formen, kein Ding wie der denkende Verstand, kein solches Ding wie eine in *Samsara* verlorene Person, und kein Ding wie die Welt und ihr Schöpfer. Alles Wahrgenommene muss als nichts anderes als das einzige, reine Gewahrseins-Sein-*Brahman*-Selbst erkannt werden.

– Kap. 25, 8

## **Alles ist nichts als das Sat-Chit-Ananda-Selbst**

49.

Alles Existierende ist nichts als *Sat* (*Sein*). Alles Erfreuliche ist nichts als *Ananda* (*Seligkeit*). Man sollte stets und für immer in der felsenfesten *Bhavana* von *Sat-Chit-Ananda* verankert sein. Niemals, auch nicht unbeabsichtigt, sollte man in das verhängnisvolle *Bhavana* abgleiten, dass man der Körper ist, und dass diese Welt wirklich ist.

– Kap. 25, 12

50.

Man sollte stets in der felsenfesten *Bhavana* „Alles ist nichts als *Brahman*-Selbst und ich bin dieses *Brahman*-Selbst“ verharren. Durch dieses *Bhavana* werden alle Gedankenwellen und alle Unwissenheit verschwinden — nur die ewigliche Verankerung im einzigen *Sat-Chit-Ananda-Selbst* bleibt zurück.

– Kap. 25, 14

51.

Die Strophen 51-60 behandeln die Praxis von „*Abedha Nishta*“ bzw. „*Atma Nishta*“ – den nicht-dualen Zustand bzw. das Verbleiben im Selbst.

Durch Verbleiben im Selbst erlangt der unruhige Verstand die vollkommene Stille, nachdem er zuvor von aller Unwissenheit und allen Gedankenwellen befreit wurde. Er geht auf dieselbe Weise im *Sat-Chit-Ananda—Selbst* auf, wie Wasser, das mit Milch vermischt wird, in der Milch aufgeht. Diese einzigartige Zustand des Verbleibens im Selbst wird von den Weisen, die die Vollkommenheit erlangt haben, *Atma Nishta* genannt.

– Kap. 26, 2

## ***Sahaja Nishta* bzw. der natürliche Zustand**

52.

Nachdem man erkannt hat, dass diese Welterscheinung auf der Bewusstseinsleinwand des Selbst flüchtig und wahrhaftig unwirklich ist, sollte man für immer still und selig in der festen Überzeugung verbleiben, selbst nichts als das einzige *Brahman*-Selbst zu sein. Diese Überzeugung sollte stets während des gesamten Lebens als menschliches Individuum in der Welt der Namen und Formen aufrechterhalten werden. Dieser reife Zustand des Verbleibens im Selbst wird *Sahaja Nishta* (*der natürliche Zustand*) genannt.

– Kap. 26, 3

53.

In diesem seligen Selbst, in dem es keinerlei Tätigkeit des Körpers, kein Sprechen und keinen Verstand, kein tugendhaftes oder sündiges *Karma* oder dessen Früchte gibt, sollte man still verbleiben und sich des geringsten Gedankens enthalten.

– Kap. 26, 7

54.

In diesem Selbst, in dem es weder einen Denkenden noch eine gedachte Welt der Namen und Formen gibt, sollte man selig und still ruhen und sich des geringsten Gedankens enthalten.

– Kap. 26, 8

55.

In diesem Selbst, in dem alle Wünsche, Ärger, Begehrlichkeit, Verwirrung, Engstirnigkeit und Neid vollständig abwesend sind, sollte man selig verbleiben und auch die kleinste Gedankenwelle vermeiden.

– Kap. 26, 13

56.

Durch festes Verbleiben im Selbst erwirbt man die Gesamtheit aller Erkenntnis und die Früchte aller Bemühungen und Pflichten. In diesem Zustand sollte man selig und still verbleiben und dabei auch die kleinste Gedankenwelle vermeiden.

– Kap. 26, 25

57.

Mit vollständig im Selbst eingetauchtem Verstand wird man ein Gebieter seiner selbst, dessen ungebrochene Seligkeit jedes Vergleichs spottet. In diesem Zustand sollte man still verbleiben; frei von der geringsten Spur eines Gedankens.

– Kap. 26, 28

58.

Ich bin dieses Selbst, das vollkommene, bewusste und selige Sein ist; das einzige und unteilbare *Brahman*-Selbst. Gefestigt durch die aus dieser Erfahrung geborenen Überzeugung sollte man still verbleiben; frei von der geringsten Spur eines Gedankens.

– Kap. 26, 29

59.

In der Überzeugung „Ich bin das Selbst“, in der kein Gedanke, kein Ego, kein Wunsch, kein Verstand und keine Verwirrung entstehen kann, sollte man still und frei von dem geringsten Gedanken verbleiben.

– Kap. 26, 31

60.

Der unerschütterliche Glaube, das Selbst zu sein, ist allein ausreichend, um alle Gedanken zu zerstreuen und sich im *Brahman*-Selbst zu verankern. Mit der fortwährenden Praxis dieser Überzeugung verschwindet sogar noch dieser Glaube, während spontan das strahlende Selbst auftaucht. Eine Person, die dieser Lehre ihr Vertrauen schenkt und den Glauben praktiziert, wird, auch wenn sie viele Sünden begangen haben sollte, von allen diesen Sünden reingewaschen und im *Brahman*-Selbst verankert.

– Kap. 26, 42

61.

Ganz gewiss gibt es kein solches Ding wie den Verstand mit seinen verschiedenen Teilen wie den Gedanken und den Gedankenformen der Objekte. In dieser Überzeugung sollte man stets still und im Frieden verbleiben — in diesem Zustand des gedankenfreien, wachen Gewährseins-Selbst, welches enthüllt wird, nachdem alle *Sadhanas* mit ihren Härten sich selbst im Brahman-Selbst erschöpft haben.

– Kap. 27, 29

62.

Nach Erlangung der Erfahrung, dass es keinen Schöpfer, keine *Maya*, keine Dualität und überhaupt kein Objekt gleich welcher Art gibt, und dass nur reines Gewährseins-Selbst als einziges existiert, sollte man für immer still und friedlich in diesem Zustand des Selbst-Seins verbleiben.

– Kap. 27, 34

63.

Eine Person, die diese Lehre achtet, erlangt mit Gewissheit die Gnade von Lord *Siva* und den Zustand des Selbst-Seins, und zwar auch dann, wenn sie in die finsterste Dunkelheit der Unwissenheit, die nicht einmal durch den Glanz von Millionen Sonnen gebannt werden kann, eingetaucht sein sollte.

– Kap. 27, 43

64.

Weshalb viele Worte machen? Dies ist die reine Wahrheit in aller Kürze. Nur diejenigen, die durch lange und hingebungsvolle Verehrung die Gnade unseres Lord *Siva* erlangt haben, bekommen die seltene Gelegenheit zum Studium dieser Schrift, die sie zur Seligkeit ewigen Friedens im *Brahman*-Selbst führen wird.

– Kap. 27, 44

65.

Nur derjenige *Jnani*, der lehrt: „Du bist das gedankenfreie, immer wache und bewusste, absolut stille, stets selige, immer friedvolle und eigenschaftslose Brahman-Selbst“ ist der wahre *Sat-Guru*, aber nicht andere.

– Kap. 28, 28

66.

Das ungebrochene Verbleiben in diesem Zustand des wachen Gewährseins, unangetastet von Gedanken, ist die wahre Selbst-Verwirklichung. Nur dies ist echtes, fleckenloses *Jivan Mukti* und echtes, alles überragendes *Videha Mukti*. Dieser Zustand ist leicht erreichbar für diejenigen, die durch hingebungsvolle Verehrung von Ihm die göttliche Gnade von *Siva* erlangt haben, aber nicht für andere. Die Ausführungen hier sind in Kürze die Essenz der Botschaft dieser köstlichen Kronjuwelen der *Veden*, die man *Upanishaden* nennt.

– Kap. 29, 37

67.

Diejenigen, die diese Botschaft achten und stets in Übereinstimmung mit ihr verbleiben, werden schon bald *Mukti* (*Befreiung*) erlangen. Nicht werden sie weiter die geringste Betrübnis erleiden; sie werden sich einer Seligkeit erfreuen, die über alle Freuden dieser und sämtlicher anderer Welten hinausreicht; sie und ihre Freunde werden mit einer Fülle glückverheißender Erfahrung beschenkt werden. Vollständig frei von der geringsten Spur von Furcht werden sie niemals wieder in den Kreislauf von Geburt und Tod eintreten. Sie werden zum unbewegten Brahman-Selbst werden. All dies ist, wir beschwören es, die über jeden Zweifel erhabene Wahrheit. Bei unserem Lord *Siva* schwören wir wieder und wieder, dass dies die alleingültige Wahrheit und nichts als die Wahrheit ist.

– Kap. 29, 40

68.

Dieser Zustand stillen, reinen, strahlenden Gewährseins ist *Moksha*, der Zustand, der über jeden Vergleich hinausreicht. Diejenigen, die ungebrochenes Verbleiben in diesem

allerhöchsten Zustand erlangt haben, werden niemals wieder von Leiden oder Verwirrung erfasst und von ihren sämtlichen Pflichten befreit werden. Ihre noch verbleibenden Pflichten werden ohne den geringsten Eingriff von ihrer Seite vollständig erfüllt werden. Sie werden für immer als das einzige Höchste Selbst verbleiben.

– Kap. 30, 31

69.

Durch beständiges und fortgesetztes *Bhavana*\* „Ich bin das *Brahman*-Selbst“ werden sämtliche Gedanken und Gefühle der Unterscheidung von Selbst und Nicht-Selbst abfallen und permanentes Verbleiben im *Brahman*-Selbst wird erlangt. Dieses *Bhavana* ist nur für diejenigen möglich, die über einen kühnen, forschenden Verstand verfügen, der begierig nach der Erkenntnis des Selbst ist, aber nicht für diejenigen, die gleichgültig gegenüber der Selbsterkenntnis sind.

– Kap. 32, 18

\* in allen 13 Strophen des Kapitels 32 ist unter dem Begriff *Bhavana* der Glaube bzw. die feste Überzeugung „Aham Brahman“ – „Ich bin das Selbst“ – zu verstehen.

70.

Die Ignoranz und Gleichgültigkeit gegenüber der Erforschung der Wahrheit über sich selbst ist wie ein Speicherhaus der Unwissenheit und der Kümernisse. Sie blockieren die Sicht auf das Selbst und erzeugen im Bruchteil einer Sekunde alle möglichen Arten von Täuschung und mentaler Bekümmertheit. Nicht-Untersuchen der Wahrheit macht *Bhavana* unmöglich.

– Kap. 32, 19

71.

Kurz gesagt: Das Nicht-Untersuchen der Wahrheit taucht einen nur noch tiefer in den Ozean von *Samsara* (*des weltlichen Leidens*) ein. Einen größeren Feind für einen Menschen als das Nicht-Untersuchen gibt es nicht. Diese Haltung des Nicht-Untersuchens muss daher überwunden werden, damit der Verstand sich in der *Bhavana* verankern kann, die zum Verbleiben im Selbst führt.

– Kap. 32, 20

72.

Die Untersuchung sollte auf diese Art ausgeübt werden: Mit der freundlichen Unterstützung des *Sat-Guru* sollte man forschen: „Wer bin ich? Was ist diese Welt? Worin besteht die Wirklichkeit hinter allem diesen?“

– Kap. 32, 21

73.

Durch Aufsuchen der Gesellschaft von *Sadhus* (*denjenigen, die mit der Erforschung des Sat-Selbst befasst sind und die Freude seiner Seligkeit genießen*) und respektvolles Befragen des *Sat-Guru-Jnani* sollte man sich zunächst Klarheit über das zu erreichende Ziel verschaffen. Dies ist eine wichtige Bedingung der Untersuchung. Nachdem man sich auf diese Weise über das Ziel Gewissheit verschafft hat, muss man sich unerschütterlich in diesem Ziel des einzigen *Brahman*-Selbst verankern, bis das Selbst unwiderleglich erfahren wird.

– Kap. 32, 22

74.

Die bewusste und konzentrierte Innenschau der Selbsterforschung („*Wer bin ich?*“) zerstört alle Gedanken und löst die Nebel der Unwissenheit auf. Sie beseitigt alle Kümernisse und erleuchtet den Verstand mit Strahlen reinen Gewahrseins. Sie tilgt alle konzeptionellen Wirrnisse aus und festigt den Menschen im *Siva*-Selbst. Sie verwandelt einen Berg von drohenden Katastrophen in glückverheißende Erfahrungen. Sie zerstört zu guter Letzt den Ego-Verstand mit all seinen Betrübissen gänzlich.

– Kap. 32, 24

75.

Nur von Personen, die festen Willens sind und eifrige und beständige Selbsterforschung betreiben, kann der turbulente Verstand beruhigt und in der Praxis unerschütterlichen



*Bhavanas* fixiert werden. Bei fortwährender Praxis werden die Unwissenheit und alle Gedanken gänzlich verschwinden und dem strahlendem Gewährseins-Selbst von *Mukti* Platz machen.

– Kap. 32, 26

76.

Man sollte unnachgiebig so lange Selbsterforschung betreiben, bis alle konzeptionellen Formen von Geschöpf, Welt und Schöpfer im reinen, gedankenfreien und wachen Gewährseins-Selbst aufgelöst und verschwunden sind, womit die Person die Fähigkeit erlangt, in dem *Bhavana* der Erfahrung „Ich bin das *Brahman*-Selbst“ zu verbleiben.

– Kap. 32, 27

77.

Es ist nur der Verstand, der als die Welt und die Bindung erscheint – eine Welt getrennt vom Verstand gibt es nicht. Die Untersuchung ergibt, dass dieser Verstand nichts als ein Bündel von Gedankenwellen im stillen Ozean des reinen Gewährseins-Siva-Selbst ist. Ich bin nichts als dieses Siva-Selbst – nichts existiert getrennt von mir - in dieser aus Erfahrung geborenen Überzeugung sollte man für immer verbleiben.

– Kap. 32, 33

78.

Eine vom Verstand getrennte Welt gibt es nicht. Was als diese Welt erscheint, ist nur der Verstand. Wird dieser Verstand erforscht, dann stellt sich heraus, dass er nichts als ein Bündel Gedanken ist, deren Wurzelgedanke „Ich bin der Körper“ ist, der als das Ego bezeichnet wird. Wenn dieses Ego-Ich erforscht und seine Identität festgestellt wird, wird es ohne eine Spur vom reinen Gewährseins-Sein-Siva-Selbst verschluckt. Man sollte stets diese feste Überzeugung „Ich bin Selbst-Siva“ beibehalten, bis sich der Zustand, Siva-Selbst zu sein, ohne die Bemühungen des *Bhavana* als Erfahrung spontan einstellt.

– Kap. 32, 34

79.

In Mir, dem reinen Gewährseins-Selbst, wird das Universum als der Verstand geboren, erhalten und aufgelöst. Daher gibt es weder einen Verstand noch die Gedankenformen der von Mir, dem Selbst, getrennten Objekte. In dieser eindeutigen Erfahrung sollte man sich für immer verankern.

– Kap. 32, 35

80.

Durch die eigene Erfahrung, dass es getrennt vom Verstand keinerlei Gedankenformen von Geschöpf, Welt und Schöpfer gibt, die nichts als Wellen im stillen Ozean des reinen Gewährseins-Selbst sind, sollte man stets als reines Siva-Selbst verbleiben und verstehen: Ich bin nichts als das einzige *Siva*-Selbst.

– Kap. 32, 36

81.

So wie die Welt, die ich in meinen Träumen sehe, nicht von mir getrennt und nur meine Schöpfung ist, so ist die Welt des Wachzustands nichts als eine von mir erschaffene Illusion, die von mir im Medium meines reinen Gewährseins-Selbst wahrgenommen wird. In dieser Erfahrung sollte man sich fest verankern.

– Kap. 32, 37

82.

Die felsenfeste Überzeugung „Ich bin das Selbst“ ist der unbezweifelbare Prüfstein des festen Verbleibens im Selbst. Das Verbleiben in dieser Überzeugung, und zwar unter allen Umständen, ist gleichzusetzen mit echter Anbetung des Göttlichen, Meditation über Gott, Singen von *Mantras*, der Praxis rechter Lebensführung, Kontemplation, echtem *Yoga*, der Weisheit über das Selbst und ebenso mit *Moksha*.

– Kap. 33, 16

83.

Was auch immer als *Maya*, Schöpfer, Geschöpf, Verstand, Welt, Namen und Formen erscheint, ist nichts als das reine *Brahman*-Selbst und nicht getrennt von diesem Selbst.

– Kap. 34, 15

84.

Stetiges Ruhen in der felsenfesten und aus der Erfahrung „Ich bin das Selbst“ geborenen Überzeugung ist der größte *Yoga*, die vollständige Auflösung des Verstandes, wahre Entsagung, wahre Weisheit und ebenfalls *Jivan Mukti*.

– Kap. 34, 46

85.

Alle von mir in meinen Träumen gesehenen Namen und Formen sind in keiner Weise von mir getrennt. Ebenso ist auch diese von mir im Wachzustand gesehene Welt in keiner Weise von mir getrennt; von mir, dem Gewährseins-Selbst, das Ich bin. Der Weise sollte unverzüglich alle Unterscheidungen von Selbst und Nicht-Selbst aufgeben und als nichts als das reine Selbst verbleiben.

– Kap. 35, 23

86.

Wenn diese im Wachzustand gesehene Welt wirklich wäre, dann müsste alles im Wachen Gesehene ebenso auch im Schlaf sichtbar sein. Da Ich als das reine Selbst allein und für immer existiere, gibt es keinerlei Raum für die Welt des Nicht-Selbst. Ich-Selbst-Brahman ist das einzige Existierende.

– Kap. 35, 24

87.

In der Abwesenheit des Verstandes existiert die Welt nicht, und einen Verstand getrennt von meinem Gewährsein gibt es nicht. Daher sind Verstand und Welt nicht getrennt vom Selbst - Ich bin für immer dieses einzige Sein-Gewährseins-*Brahman*-Selbst. Der Weise sollte unverzüglich alle Gedanken an Unterscheidungen von Selbst und Nicht-Selbst aufgeben.

– Kap. 35, 25

88.

Im Schlaf sehe ich weder den Verstand noch die Welt des Wachzustandes. In meinen Träumen gibt es einen Verstand mit seinen Schöpfungen, nämlich der Traumwelt. In meinem Wachzustand wiederum ist diese Traumwelt vollständig verschwunden. Nur Ich-selbst existiere immer. Wer dies einmal verstanden hat, sollte alle Unterscheidungen zwischen Selbst und Nicht-Selbst aufgeben und für immer fest als das gedankenfreie, wache Gewährseins-Selbst-Brahman verbleiben.

– Kap. 35, 26

89.

Alle diese Unterschiedenheiten von Welt, Verstand, *Maya* (die täuschende Macht von *Brahman*), Wachen, Traum, Schlaf und des Redens von dir und von mir sind unwirklich und doch nicht getrennt vom Selbst. Der Weise sollte daher unverzüglich alle Unterscheidungen von Selbst und Nicht-Selbst aufgeben und als nichts als das reine Selbst verbleiben.

– Kap. 35, 27

90.

Im Dämmerlicht wird die täuschende Wahrnehmung einer Schlange anstelle des Seils gemacht – diese Schlange ist aber nichts anderes als das Seil. Ebenso ist diese gesamte Illusion des Nicht-Selbst nichts als das Selbst. Der Weise sollte daher unverzüglich alle Unterscheidungen von Selbst und Nicht-Selbst aufgeben und als nichts als das reine Selbst verbleiben.

– Kap. 35, 28

91.

In der Weisheit vollkommener Erfahrung bin Ich nichts der nicht-duale, transzendente, bewegungslose, friedvolle, von der Wahrnehmung von Bindung und Nicht-Bindung freie

Himmel reinen Bewusstseins. Der Weise sollte daher unverzüglich alle Unterscheidungen von Selbst und Nicht-Selbst zurückweisen und für immer im Frieden des *Brahman*-Selbst ruhen.

– Kap. 35, 33

92.

Man sollte alle *Hatha-Yoga*-Praktiken wie die Atemkontrolle, alle religiösen Dogmen und die verschiedenen *Sadhanas* aufgeben und für immer zufrieden einfach nur im Selbst allein ruhen.

– Kap. 35, 38

93.

Nur diejenigen, die über Lord Siva-Selbst meditieren, die reine Bewusstseinsleinwand aller Manifestation, erlangen die reine Erfahrung von *Sahaja Nirvikalpa Samadhi*. Außer dieser hingebungsvollen Verehrung von Lord *Siva* (*dem reinen, wachen Gewährseins-Selbst*) gibt es kein anderes Mittel, das zur Befreiung führt.

– Kap. 35, 44

94.

Es ist das nicht-duale einzige Sein, existierend im Tiefschlaf, welches im Traum eine ganze Welt heraufbeschwört. Ebenso ist die im Wachzustand heraufbeschworene Welt das Werk der im eigenen Brahman-Selbst enthaltenen Macht. Fest verbleibend in der Erfahrung des reinen *Brahman*-Selbst erkennt man, dass der Verstand mitsamt all seinen Geplappers für immer verschwunden ist.

– Kap. 36, 25

95.

Man sollte stets in der Überzeugung „Ich bin das Selbst“ verbleiben und alle Gedanken wie „Ich bin dieser Körper“ und „Diese Welt ist wirklich“ zurückweisen. Wenn jemand diese Haltung unerschütterlich aufrechterhalten kann, werden seine falschen Glaubensvorstellungen auf dieselbe Weise verschwinden, wie die in der Hand gehaltene Blume beim Einschlummern herunterfällt.

– Kap. 37, 33

96.

Nur man selbst ist für die eigene Befreiung verantwortlich, da die Wahl, den ruhelosen Verstand zu zerstören oder ihm auch weiterhin jeden Raum für sein Treiben zu geben, allein bei einem selbst liegt. Daher sollte man den umherwandernden Verstand durch stetiges Verbleiben im reinen, gedankenfreien und wachen Gewährseins-Selbst erobern. Dieses stetige Verbleiben ist *Moksha*.

– Kap. 38, 7

97.

Du bist die einzige Höchste Gottheit, das Selbst. Es gibt nichts von dir getrenntes. Dies erklären wir als die letzte und einzige Wahrheit, nachdem wir alle Schriften auf ihren Wahrheitsgehalt überprüft haben. Bei den heiligen Füßen *Sivas* schwören wir, dass dies die über jeden Zweifel erhabene Wahrheit ist. Noch einmal schwören wir bei den Füßen des *Sat-Guru*, dass dies die von den Upanishaden erklärte Wahrheit ist.

– Kap. 38, 9

98.

Alle wohltätigen Handlungen, alle Pilgerfahrten zu heiligen Orten, alle Arten von *mantrajapa* und Verehrungen der verschiedenen Gottheiten müssen zugunsten der unablässigen Praxis der in dieser Schrift enthaltenen Lehren entschlossen aufgegeben werden.

– Kap.38, 24

99.

Sämtliche yogische Praktiken, alle philosophischen Studien, alle Rituale und alle Glaubensvorstellungen und Überzeugungen sollten aufgegeben werden. Man sollte sich ausschließlich nur dieser Praxis der in dieser Schrift enthaltenen Lehren anvertrauen.

– Kap. 38, 25

100.

Die alleinige Praxis der Lehren dieser Schrift wird sämtliche Verwirrung und Unwissenheit zerstören. Das unbezweifelbare Endergebnis wird das feste Verbleiben im Selbst sein. Mit dem Verschmelzen von Weisheit und friedvoller Seligkeit im Selbst schließlich wird *Mukti* erlangt.

– Kap. 38, 29

101.

Nur dann, wenn alle Sünden durch Tugendhaftigkeit in vielen Leben abgewaschen worden sind, erhält man die äußerst seltene Gelegenheit, Kenntnis von dieser Lehre zu erlangen und ihre Grundsätze zu praktizieren. Bei den Füßen von Lord *Siva* erklären wir, das nur diejenigen, deren Kreislauf der Geburten und Tode in diesem Leben an ein Ende gelangen wird, diese Schrift in die Hände bekommen und ihre Lehren praktizieren können.

– Kap. 38, 40

Strophen 102-121 — diese 20 Strophen enthalten die Erklärungen des Schülers Nidaga gegenüber seinem Lehrer Ribhu, mit denen er seine spirituellen Erfolge, die ihm durch die Gnade seines Lehrers gewährt worden sind, zum Ausdruck bringt, und die Darbietungen seiner Dankbarkeit gegenüber seinem Lehrer Ribhu.

102.

Oh du mein Lord *Sat Guru* Durch Deine Gnade vermochte ich im Bruchteil einer Sekunde alle Empfindungen von Unterschiedenheiten zwischen Selbst und Nicht-Selbst zu zerstreuen. Ich habe die Gewissheit erlangt, dass alles *Brahman* ist und ich selbst dieses *Brahman*-Selbst bin. In dieser ewiglichen Seligkeit des *Brahman*-Selbst bin ich nun unerschütterlich verankert.

– Kap. 39, 7

103.

Ich bin wahrhaftig das *Sat-Chit-Ananda-Brahman*-Selbst. Ich bin der ewiglich ungetrübte Friede, frei von Namen und Form. Ich bin das fehlerlose, vollkommene Sein allen Seins. In meinem einzig seienden *Brahman*-Selbst bin ich nun verankert.

– Kap. 40, 10

104.

Oh Nun bin ich selbst zu *Brahma, Vishnu, Rudra, Mahesa, Sadasiva, Parameswara* und seiner Gattin *Parvati, Vinayaka, Subrahmanya* und all den himmlischen Heerscharen der Götter und Verehrer von Lord *Siva* und zu allen diesen in einer Person geworden

– Kap. 41, 15

105.

Ich selbst bin zu allen diesen *Devas (himmlische Wesen)* und *Asuras (Bewohner der niederen Welt)*, zu Indra, dem Herrn der *Devas*, dem Herrn der acht Himmelsrichtungen, der Gemeinschaft der Weisen, den Schwärmen all dieser *Rakshasas (Dämonen)* und in der Tat zu den Bewohnern dieser und aller anderen Welten geworden.

– Kap. 41, 16

106.

Ich wurde zu den fünf Elementen, den über die Himmel verstreuten mannigfaltigen Welten, den allüberall existierenden Dingen und deren Sein, den Veden und allen Unterschiedenheiten von Name und Form.

– Kap. 41, 17

107.

Mit einem Schlag wurde ich zu all diesen Körpern, Sinnen und Seelen, deren Besitzer ich bin. Ich wurde zum Verstand, zum Intellekt, zur Intuition, zur ursprünglichen Unwissenheit und zur Ruhelosigkeit des Gemüts. Ich wurde zu wahrhaftig allem, was man sehen und kennen kann.

– Kap. 41, 19

108.

Die gnadengewährende Person, die diese Unterweisung lehren konnte, ist ohne jeden Zweifel

die lebendige Verkörperung von Lord *Parameswara*, seinem *Devi Parvati*, *Vinayaka* und Gott *Shanmukha* in einer Person.

– Kap. 4, 5

109.

Er ist *Nandikeswara*, *Dattatreya*, *Dakshinamurti* und nichts anderes als Lord *Siva* Selbst.

– Kap. 42, 6

110.

Nachdem der Schüler, wie es sich gehört, vom *Sat-Guru* in diese Lehre eingeführt worden ist, muss er, so lange er lebt, seinen Lehrer großzügig mit Geld, Nahrung, Kleidung und Unterkunft versorgen und ihm liebende Hingabe entgegenbringen. Dies ist für das *Mukti* des Schülers eine unerläßliche Bedingung.

– Kap. 43, 11

111.

Weiterhin sollte er in vorgeschriebener Weise seine Stirn und seinen Körper mit *Vibhuti* (*heiliger Asche*) bestreichen, da die heilige Asche allein ihn zum Empfang der Gnade Lord *Sivas* berechtigt, die alle Hindernisse auf dem Weg zur Erlösung beseitigen wird.

– Kap. 43, 12

112.

Das gewohnheitsmäßige Bestreichen des Körpers mit *Vibhuti* wird *pasupatha vratham* (*Entsagungspraktik als Verehrung von Lord Siva*) genannt. Diese Praktik beschleunigt das Erlangen der Selbst-Erkennnis. Oh Lord *Sat Guru* Durch diese Praxis gewann ich das Verdienst, zu Deinen heiligen Füßen zu gelangen und so den Weg zu Erlösung zu finden.

– Kap. 43, 13

113.

Ich bin für immer das ewigliche, reine, allwissende, freie, unerschütterliche, nicht-duale und vollkommene Selbst. Dies ist die feste Überzeugung des *Jivan Mukta* im Selbst, gewonnen aus der Erfahrung.

– Kap. 43, 28

114.

Der reife *Jnani*, der in *Maha Mounam* (*vollkommener Stille*) des reinen, strahlenden *Gewahrseins-Brahman-Selbst* versunken ist, frei von den geringsten Spuren der Unwissenheit, frei von aller Wahrnehmung des Körpers und seiner drei Zustände von Wachen, Träumen und Schlafen, frei von allen Unterscheidungen von Namen und Formen und frei von allen Gedanken an Bindung oder Freiheit - nur dieser ist der *Videha Mukta*.

– Kap. 43, 29

115.

So hast Du, oh Lord *Sat Guru*, mich im Boot der Selbst-Erkennnis über den endlosen Ozean des *Samsara* geführt. Mir, der ich im Elend des Glaubens „Ich bin der Körper“ versunken war, und den Du unterrichtet hast: „Ich bin das *Brahman-Selbst*“, hast Du gnadenreich die Seligkeit des allumfassenden *Gewahrseins-Selbst* gewährt. Dir lege ich meine innigen Grüße zu Füßen.

– Kap. 44, 16

116.

Grüße Dir, mein Lord *Sat Guru* Du hast meine Illusion für immer zerstört, dass ich der Körper bin und dass diese Welt getrennt von mir und wirklich ist. Du hast mir die Erfahrung meines eigenen *Brahman-Selbst* geschenkt. Du hast meinen falschen Glauben zerstört, dass *Karma* (*Handlung*) die Straße zur Befreiung sei, und Du hast mir gezeigt, dass mich nur die Erkenntnis befreien kann. Du hast mir die Erlösung im Selbst gegeben.

– Kap. 44, 17

117.

Dieser göttlichen, verkörperten Gnade, dieser über jeden Vergleich hinausreichenden Allgegenwart, diesem *Siva-Selbst Sat-Guru*, erweise ich meine innigen Grüße.

– Kap. 44, 18

118.

Diesem *Sat-Guru*, der das Herz meines Selbst ist, der meine Unwissenheit durch das Geschenk des Gewährseins-Selbst zerstört hat, dieser Verkörperung der Selbst-Erkenntnis biete ich diese Grüße an.

– Kap. 44, 19

119.

Grüße an den *Sat Guru*, der die Verkörperung ungetrübten Friedens ist; ohne Eigenschaften, ewigliche Reinheit, alldurchdringender endloser Himmel des Bewusstseins und der Vollkommenheit.

– Kap. 44, 20

Hinweis: Die folgenden Strophen 120 und 121 enthalten Ribhus Ermahnungen an Nidaga.  
120.

Als Antwort auf die Worte *Nidagas* erwidert *Ribhu*: Oh mein Sohn Auf jeden Fall musst du, als einen Akt der Vorsicht, bis zur Erlangung von *Videha Mukti* unablässig und fleißig das fortgesetzte Verbleiben im Selbst praktizieren.

– Kap. 44, 22

121.

Schüler auf dem Weg der Selbst-Erkenntnis werden den Erfolg ihres Übungsweges durch die Praxis der leibhaftigen Verehrung von *Siva* beschleunigt sehen. Durch den Aufenthalt in einem *Siva Kshetra* (in der Nachbarschaft eines *Siva-Tempels*) sollten sie dem *Siva Maha Lingam* ihre Verehrung entbieten und dabei die heilige Asche (*Vibhuti*) und *Rudraksha* (Gebetsperlen) benutzen. Außerdem sollen sie den Namen *Sivas* mit liebender Ehrerbietung wiederholen.

– Kap. 44, 39

122.

#### **Segnungsverse als Gruß an Siva-Selbst**

Grüße an *Sat-Chit-Ananda*-Selbst

Grüße dem ungetrübten Frieden - dem Selbst

Grüße der ewiglichen Vollkommenheit - dem Selbst

Grüße dem strahlendem Gewährsein - dem Selbst

Grüße dem makellosen Selbst ohne alle Eigenschaften

Grüße dieser unteilbaren Einheit - dem Selbst

Grüße diesem reinen Himmel des Bewusstseins – dem Selbst

Grüße diesem Höchsten Ewiglichen Sein - dem Selbst

– Kap. 44, 51

**Anmerkung:** Der folgende Vers wurde von Ramana Maharshi in „Letters from Sri Ramashram“ von Suri Nagammal, 41. Brief, „Was Pradakshina wirklich bedeutet“, zitiert. Die Versnummer ist unbekannt:

*Oh Herr, ich habe die ganze Welt umrundet, um Dir zu Ehren Pradakshina zu tun, aber Du bist überall in Fülle. Wie könnte ich da eine Runde in der Nachbarschaft eines Siva-Tempels vollenden? Ich werde dich als die unbewegliche, vollständige Gestalt der Welt verehren. Das ist das einzige Pradakshina für dich.*

*Ende der Ribhu Gita*