

# Die Perlen Bhagavans

Eine Girlande von Aussprüchen von  
**BHAGAVAN SRI RAMANA MAHARSHI**  
zu verschiedenen, bedeutsamen Themenstellungen

Zusammengestellt von

A. DEVARAJA MUDALIAR



Ramana Maharshi  
30.12.1879 - 14.4.1950



# **Die Perlen Bhagavans**

Eine Girlande von Aussprüchen von  
**BHAGAVAN SRI RAMANA**  
**MAHARSHI**  
zu verschiedenen, bedeutsamen  
Themenstellungen

Zusammengestellt von

A. DEVARAJA MUDALIAR



## **Lizenzbestimmung:**

Dieser Text ist frei und unverkäuflich und kann ohne Absprache weiterverbreitet, uneingeschränkt zitiert und in anderen Schriften verwendet und bearbeitet werden. Er steht bei SCRIBD zum kostenlosen Download zur Verfügung:  
<http://www.scribd.com/clemens-vargas-ramos>

Die kommerzielle Verwertung dieses Textes ist gestattet. Die Ware soll dann zum Selbstkostenpreis angeboten oder der Gewinn für wohltätige Zwecke gespendet werden.

Diese Lizenzbestimmung hebt alle anderen Lizenzbestimmungen auf. Sie soll bei jeder Verwendung des Textes unverändert wiedergegeben werden.

Clemens Vargas Ramos, im Dezember 2009  
vargasramos@gmx.net

Titel des Originalwerks: *Gems from Bhagavan. A Necklace of Sayings by Bhagavan Sri Ramana Maharshi on various vital Subjects. Strung together by A. Devaraja Mudaliar.* Zuerst herausgegeben 1965, ©Sri Ramanasramam, Tiruvannamalai, Südindien. Die hier verwendete Auflage ist aus dem Jahr 2000.

Übersetzt aus dem Englischen von Clemens Vargas Ramos.

Fertiggestellt im Oktober 2008. Zuletzt bearbeitet  
am 16.12.09.

## **Inhaltsverzeichnis**

Vorwort.....	6
Glück.....	7
Selbst und Nicht-Selbst – Realität und Welt .....	9
Gemüt.....	16
„Wer bin ich?“ - Die Ergründung.....	19
Hingabe.....	25
Die drei Zustände des Wachens, Träumens und Schlafens.....	28
Gnade und Guru.....	30
Selbst-Verwirklichung.....	33
Herz.....	42
Entsagung.....	45
Schicksal und freier Wille.....	49
Jnani.....	51
Verschiedenes.....	54

## **Vorwort**

---

Ich habe schon seit längerer Zeit das deutliche Empfinden gehabt, dass ein Buch wie ein Kompass mit den wichtigsten Unterweisungen Bhagavans ein echter Gewinn sein könnte. Und so wie ich versuchte, auf meine eigene Weise entsprechend meinem eigenen Licht und nach meinen besten Kräften diesen kleinen Dienst zu erweisen, so könnte dieser vielleicht auch für das Leserpublikum im Allgemeinen und für Bhagavans Anhänger im Besonderen von Nutzen sein. Möglicherweise findet dieses Vorhaben sogar die Billigung Bhagavans als die Bemühung Seines Kindes, seinen guten und nützlichen Beitrag zu leisten. Darin besteht meine einzige Entschuldigung für dieses Buch.

A. Devaraja Mudaliar

# Glück

---

Alle Wesen wünschen sich stets Glück, ein Glück ohne jeden Schatten einer Sorge. Gleichzeitig liebt sich jeder selbst am meisten. Die Ursache für Liebe ist nur das Glück. Daher liegt das Glück in uns selbst. Ferner wird Glück täglich von jedem im Schlaf, in dem das Gemüt abwesend ist, erfahren. Um dieses natürliche Glück zu erfahren, muss man sich selbst kennen. Das Hauptmittel dafür ist die Selbstergründung durch „Wer bin ich?“.

Glück ist die Natur des Selbst. Beides ist nicht verschieden voneinander. Das einzige Glück, welches diese Namen verdient, gehört stets zum Selbst. Das ist die Wahrheit. In weltlichen Objekten liegt kein Glück. Aufgrund unserer Unwissenheit stellen wir uns jedoch vor, dass wie von ihnen tatsächlich Glück erlangen könnten.

Wenn dieses Glück wirklich, wie die Menschen normalerweise glauben, auf äußere Ursachen zurückzuführen ist, dann wäre der Schluss begründet, dass dieses Glück mit der Zunahme des Besitzes zunimmt und im Verhältnis zu seinem Schwinden abnimmt. Das Glück desjenigen, der gänzlich besitzlos ist, müsste demnach ausgelöscht sein. Jedoch worin besteht die tatsächliche Erfahrung des Menschen? Bestätigt sie diese Schlussfolgerung? Im tiefen Schlaf ist der Mensch los und ledig aller Besitztümer einschließlich seines eigenen Körpers. Und anstelle von Unglücklichsein ist er doch recht glücklich! Jeder wünscht sich tiefen Schlaf. Die Schlussfolgerung lautet daher, dass Glück dem Menschen eingeboren ist und nicht auf äußere Ursachen zurückzuführen ist. Um das Lagerhaus des ungetrübten Glücks zu erschließen, muss man daher das Selbst realisieren.

Es gibt eine Geschichte im *Panchadasi*, die verdeutlicht, dass unsere Schmerzen und Freuden

nicht aufgrund von Fakten entstehen, sondern aufgrund unserer Konzepte:

Zwei junge Männer befanden sich auf einer Wallfahrt nach dem Norden. Dort starb einer der beiden. Der andere, der eine Arbeit angetreten hatte, wollte erst später zu seinem Heimatdorf zurückkehren. Er traf einen Pilger und bat ihn, den Angehörigen seines Reisekameraden dessen Tod zu melden. Der Pilger tat so, verwechselte aber unbeabsichtigterweise die Namen des lebenden und des toten Mannes. Das Ergebnis bestand darin, dass die Angehörigen des Verstorbenen sich über das angebliche Wohlbefinden ihres Sohnes freuten, während die Eltern des Lebenden grundlos trauerten.

Ich pflegte auf dem Flur zu sitzen und auf dem Boden zu schlafen. Decken mussten dazu nicht ausgebreitet werden. Das ist Freiheit. Das Sofa jetzt bedeutet Bindung. Für mich ist es wie ein Gefängnis. Es wird mir nicht gestattet, zu sitzen wo und wie ich möchte. Ist dies nicht Bindung? Jedem sollte es frei stehen zu tun und zu lassen, wie er möchte, und sollte sich nicht von anderen bedienen lassen. „Ich brauche nichts“ ist die größte Seligkeit. Realisiert werden kann sie nur durch Erfahrung. Kein Herrscher kommt einem Menschen ohne Wünsche gleich.

\* \* \*

## Selbst und Nicht-Selbst - Realität und Welt

---

Existenz oder Bewusstsein ist die einzige Wirklichkeit. Bewusstsein plus Wachen nennen wir Wachen. Bewusstsein plus Schlafen nennen wir Schlaf. Bewusstsein plus Traum nennen wir Traum. Bewusstsein ist die Leinwand, auf der alle Bilder kommen und gehen. Die Leinwand ist real, die Bilder darauf sind bloße Schatten.

Das Selbst und die Erscheinungen in ihm, die wie die in einem Seil gesehene Schlange sind, können auf die folgende Weise illustriert werden: Es gibt eine Leinwand. Auf dieser Leinwand erscheint als erstes die Figur eines Königs. Er sitzt auf einem Thron. Vor ihm auf derselben Leinwand beginnt dann ein Spiel bestehend aus verschiedenen Figuren und Objekten, wobei der König auf der Leinwand das Spiel auf derselben Leinwand verfolgt. Der Seher und das Gesehene sind bloße Schatten auf der Leinwand, die selbst die einzige Realität ist und sämtliche Bilder erscheinen lässt. Auch in der Welt bilden der Seher und das Gesehene zusammen das Gemüt. Das Gemüt wiederum wird unterstützt vom oder gründet sich auf das Selbst.

Die *Ajata*-Schule des *Advaita* sagt: „Nichts als nur die eine Wirklichkeit existiert. Es gibt weder Geburt noch Tod, weder Schöpfung noch Auflösung, keinen *sadhaka* (spirituellen Aspiranten), keinen *mumukshu* (denjenigen, der befreit zu sein wünscht), keinen *mukta* (derjenige, der befreit ist), keine Bindung und keine Befreiung. Die Eine Einheit allein existiert auf ewig.“ Diejenigen, die diese Wahrheit schwierig zu verstehen finden und daher fragen: „Wie können wir diese solide Welt um uns herum ignorieren, die wir wahrnehmen?“, wird die Traumerfahrung herangezogen. Ihnen wird gesagt: „Alles das, was ihr seht, hängt vom Seher ab.“

Getrennt von diesem Seher gibt es nichts Gesehenes.“ Genannt wird dies *drishti-srishti vada* bzw. die Konzeption, dass jemand zuerst Schöpfungen aus seinem Verstand heraus erschafft und dann sieht, was sein Verstand selbst geschaffen hat.

Für diejenigen, die nicht einmal dies begreifen können und weiter argumentieren: „Die Traumerfahrung ist kurz, während die Welt schon immer existiert hat. Die Traumerfahrung fand nur in mir statt. Die Welt aber wird nicht nur von mir, sondern von so vielen wahrgenommen und erlebt. Daher können wir eine solche Welt nicht nicht-existent nennen“, wird die Konzeption *srishti-drishti vada* herangezogen. Man sagt ihnen: „Gott hat als erstes diese und jene Dinge aus diesem und jenem Element erschaffen und danach alles andere usw.“ Dies sollte sie dann zufriedenstellen. Ihr Verstand ist dann aber vielleicht noch nicht zufriedengestellt und sie fragen sich selbst: „Wie können all die Länder, die Kontinente, die Wissenschaften, die Sterne, Planeten und die Gesetze, die all dies regieren oder damit in Verbindung stehen, und desweiteren alles Wissen völlig unwahr sein?“ Diesen sollte man dann sagen: „Ja, es ist Gott, der alles dieses erschaffen hat, und daher seht ihr es.“ All dieses dient nur dazu, der Verstehensfähigkeit der Zuhörer Genüge zu tun – das Absolute kann immer nur eines sein.

Zuerst ist da sozusagen das weiße Licht des Selbst, welches sowohl Licht und Dunkelheit transzendiert. In ihm kann keinerlei Objekt gesehen werden. Es gibt weder Seher noch Gesehenes. Dann gibt es ebenso noch totale Finsternis (*avidya*), in der keine Objekte gesehen werden. Vom Selbst jedoch geht ein reflektiertes Licht aus, das Licht des reinen Verstandes (*manas*), und dies ist das Licht, welches Raum für die Existenz des ganzen Films dieser Welt gibt, der weder in völliger Helligkeit noch in völliger

Dunkelheit gesehen wird, sondern in gebrochenem oder reflektiertem Licht.

Vom Standpunkt von *Jnana* (Erkenntnis) oder der Wirklichkeit aus sind die in der Welt gesehenen Leiden nichts als Träume wie die Welt selbst, wobei alle speziellen Leiden wie etwa Hunger nur ein unendlich kleiner Bruchteil von ihr sind. Auch im Traum empfindet man Hunger. Man sieht darin auch andere an Hunger leiden. Man nimmt Nahrung zu sich, und bewegt von Mitgefühl, gibt man dann auch anderen Nahrung, die man selbst an Hunger leiden sieht. So lange der Traum andauert, erscheinen alle die Leiden darin so real wie diejenigen, die man in der jetzt wahrgenommenen Welt sieht. Erst beim Erwachen entdeckt man, dass die Traumleiden unwirklich waren. Nehmen wir an, du hast dich sattgegessen und bist schlafen gegangen. Du träumst, den ganzen Tag lang hart und lange in der heißen Sonne gearbeitet zu haben, bist hungrig und müde, und willst nun viel essen. Du wachst auf und stellst fest, dass dein Magen gefüllt ist und du ihr Bett nicht verlassen hast. Dies bedeutet jedoch nicht, dass du dich im Traum nun so verhalten könntest, als wäre der von dir empfundene Hunger unwirklich. Der Traumhunger muss auch mit Traumessen gestillt werden. Auch die Mitmenschen, die du in deinem Traum als so real empfunden hast, müssen in diesem Traum mit Traumessen versorgt werden. Man kann nicht beide Zustände, den Traum und den Wachzustand, miteinander vermischen. Bis man den Zustand von *Jnana* erreicht hat und so aus *Maya* aufgewacht ist, muss man soziale Arbeit zur Erleichterung anderer von ihren Leiden überall dort leisten, wo man sie sieht. Aber selbst dann noch muss man sie ohne jedes *ahankara*, d.h. ohne das Gefühl von „Ich bin der Täter“, erledigen, sondern anstelle dessen mit dem Gefühl „Ich bin ein Werkzeug Gottes“. Und dementsprechend darf man sich auch nicht selbst betrügen, indem man denkt:

„Ich helfe einem unter mir stehendem Menschen. Er benötigt Hilfe. Ich habe die Möglichkeit, ihm diese zu verschaffen. Ich bin überlegen und er unterlegen.“ Sondern man muss diesem Menschen so helfen, dass dadurch Gott in diesem Menschen verehrt wird. Alle diese Dienste sind nur für das Selbst und niemanden anderes sonst. Sie helfen nicht irgend jemand anderes, sondern immer nur sich selbst.

In dem Buch *Kaivalya Navaneeta* werden sechs Fragen zu *Maya* gestellt und beantwortet. Sie sind recht vielsagend:

1. Was ist Maya? Die Antwort lautet: Sie ist *anirvachaniya* bzw. unbeschreibbar.
2. Wem gehört sie an: Die Antwort lautet: Sie gehört dem Verstand oder dem Ego an, welches sich selbst als ein getrenntes Wesen empfindet; welches denkt: „Ich tue dies“ oder „Dies ist mein“.
3. Von woher kommt sie und wie ist sie ursprünglich entstanden? Die Antwort: Niemand vermag es zu sagen.
4. Wie konnte sie überhaupt entstehen? Die Antwort lautet: Durch *non-vichara*; also durch das Unterlassen der Ergründung: „Wer bin ich?“
5. Wenn das Selbst und Maya beide existieren, müsste dies doch die Konzeption des Advaita ungültig machen? Die Antwort lautet: Keineswegs, denn Maya ist auf dieselbe Weise vom Selbst abhängig wie das Filmbild von der Leinwand. Das Bild ist unwirklich in dem Sinne, dass nur die Leinwand wirklich ist.
6. Wenn das Selbst und Maya eines sind - könnte man dann nicht einwenden, dass das Selbst die Natur Mayas hat und daher selbst illusorisch ist? Die Antwort lautet: Nein, denn das Selbst ist dazu fähig, Illusionen zu produzieren, ohne selbst illusorisch zu sein. Ein Gaukler mag zur

Unterhaltung Leute, Tiere und Dinge herbeizaubern, die wir alle so deutlich wie ihn selbst sehen, aber nach der Vorstellung bleibt nur er zurück – alle Visionen, die er erschaffen hat, sind fort. Er ist nicht Teil der Vision, sondern solide und real.

Die Schriften verwenden die folgende Veranschaulichung, um die Schöpfung zu erläutern: Das Selbst ist wie die Leinwand eines Gemäldes. Als erstes wird eine Füllmasse darüber gestrichen, um die kleinen in der Leinwand gestrichenen Löcher zu füllen. Diese Paste kann mit *Antaryamin* (dem Innewohnenden) in aller Schöpfung verglichen werden. Anschließend erstellt der Künstler auf der Leinwand eine Skizze. Dies kann man mit dem *sukshma sarira* (dem subtilen Körper) aller Wesen vergleichen; dies sind z.B. das Licht und der Klang (*bindu* und *nada*), woraus alle Dinge entstehen. Innerhalb dieser Skizze malt dann der Künstler sein Bild mit all den Farben usw., und dies kann man dann mit den groben Formen vergleichen, die die Welt ausmachen.

Der Vedanta sagt, dass der Kosmos gleichzeitig mit dem Seher ins Blickfeld gerät. Es gibt keinerlei stufenweise ins Leben tretende Schöpfung. Es ist ähnlich zur Traumschöpfung, in der der Erfahrende und das Objekt der Erfahrung gleichzeitig ins Dasein treten. Für diejenigen, die diese Erklärungen nicht befriedigen, geben die Schriften weitere Erläuterung zu Theorien der graduellen Schöpfung.

Es ist überhaupt nicht richtig zu behaupten, dass die *Advaitins* der Sankara-Schule die Existenz der Welt leugnen oder sie als unwirklich bezeichnen. Im Gegenteil – sie ist für sie tatsächlich realer als für manche andere. Ihre Welt wird nämlich immer existieren, während dagegen die Welt der anderen Schulen ihren Ursprung, ihr Wachstum und ihren Verfall erlebt und daher als solche nicht real sein

kann. Sie sagen lediglich, dass die Welt als „Welt“ nicht real sei, aber dass die Welt als Brahman real ist. Alles ist Brahman, nichts anderes als Brahman existiert, und die Welt als Brahman ist real.

Das Selbst ist die allein existierende Realität; es geschieht nur durch das Licht des Selbst, dass alle anderen Dinge gesehen werden. Wir vergessen dies und beschäftigen uns nur mit der Erscheinung. Das Licht in der Halle brennt, wenn Leute anwesend sind oder nicht; wenn Leute darin tätig sind wie auf einer Bühne oder wenn keinerlei Tätigkeit stattfinden. Es ist das Licht, welches uns in die Lage versetzt, die Halle, die Personen und das Treiben zu verfolgen. Wir sind so in Anspruch genommen von den Objekten oder Erscheinungen, die durch das Licht enthüllt werden, dass wir dem Licht selbst keinerlei Aufmerksamkeit schenken. Im Wach- oder Traumzustand, in dem Dinge erscheinen, und im Tiefschlaf, in dem sie nicht erscheinen, gibt es stets noch das Licht des Bewusstseins oder des Selbst – wie die Lampe in der Halle, die immer brennt. Was man leisten muss, ist, sich auf den Seher und nicht auf das Gesehene; nicht auf die Objekte, sondern auf das sie enthüllende Licht zu konzentrieren.

Alle Fragen über die Realität der Welt und über die Existenz von Leiden oder dem Bösen in der Welt hören auf, wenn man ergründet „Wer bin ich?“ und dann den Seher entdeckt. Ohne einen Seher existieren die Welt und das ihr zugeschriebene Böse nicht.

Die Welt hat die Form der fünf Kategorien der Sinnesobjekte und nichts anderes. Diese fünf Arten von Objekten werden von den fünf Sinnen gefühlt. Da alles vom Gemüt wahrgenommene mit Hilfe dieser fünf Sinne verarbeitet wird, ist die Welt nichts anderes als das Gemüt. Kann es eine vom Gemüt getrennte Welt geben?

Ogleich die Welt und das Bewusstsein zusammen erscheinen und verschwinden, leuchtet die Welt nur aufgrund von Bewusstsein bzw. erscheint nur aufgrund dessen. Diese Quelle, in der beides entsteht und verschwindet und die selbst niemals erscheint oder verschwindet, ist die vollkommene Wirklichkeit.

Wenn der Verstand, die Quelle allen Wissens und aller Aktivität, sich legt, dann hört die Vision der Welt auf. So wie die Erkenntnis des Seils erst dann dämmert, wenn die eingebilddete Idee einer Schlange verschwindet, so kann die Sicht (Erfahrung) der Realität nicht erlangt werden, solange nicht die überlagerte Vision des Universums aufgegeben wird.

Das, was als einziges existiert, ist nur das Selbst. Die Welt, der *jīva* (individuelle Seele) und *Iswara* (Gott) sind mentale Schöpfungen wie das Erscheinen des Silbers in einer Perlmutter. All dieses erscheint und verschwindet auf ähnliche Weise. Das Selbst allein ist die Welt, das Ego und *Iswara*.

Für den *Jnani* ist es unerheblich, ob die Welt verschwindet oder nicht. Ob sie nun erscheint oder nicht - seine Aufmerksamkeit ist stets auf das Selbst gerichtet. Nimm die Buchstaben und das Papier, auf welches sie gedruckt sind - du bist vollständig gefangen genommen von den Buchstaben, bist dir aber des Papiers nicht bewusst. Der *Jnani* jedoch denkt nur an das Papier als die einzige wirkliche Grundlage von allem; ob darauf nun Buchstaben erscheinen oder nicht.

Du machst verschiedene Arten von Süßigkeiten mit verschiedenen Zutaten und in verschiedenen Formen, und alle schmecken süß, weil in ihnen allen Zucker und Süße die Natur des Zuckers ist. Auf dieselbe Weise enthalten alle Erfahrungen wie auch die Abwesenheit von Erfahrungen das Licht, welches die Natur des Selbst ist. Ohne das Selbst kann

nichts erfahren werden; ebenso wenig wie ohne Zucker auch nur eines der von dir gemachten Backwaren süß schmecken kann.

Das Innewohnende Sein wird *Iswara* genannt. Innewohnendes kann nur durch *Maya* sein. Es (*Iswara*) ist die Erkenntnis des Seins zusammen mit *Maya*. Aus der subtilen Idee entsteht dann *Hiranyagarbha*, aus *Hiranyagarbha* das grobe, konkrete *Virat*. *Chit-Atma* ist nichts als reines Sein.

Im Hinblick auf die Existenz von Leiden in der Welt erklärt der Weise aus seiner Erfahrung heraus, dass das Ende aller Leiden dadurch herbeigeführt wird, wenn man sich in das Selbst zurückzieht. Das Leiden wird so lange gefühlt, wie das Objekt unterschieden ist von einem selbst. Wenn aber das Selbst als ein ungeteiltes Ganzes entdeckt wird - wo ist dann noch etwas, was gefühlt werden könnte?

Die *upanishadische* Aussage: „Ich bin Brahman“ will sagen, dass Brahman nur als „Ich“ existiert.

\* \* \*

## Gemüt

---

Das Gemüt ist eine wunderbare Kraft, die dem Selbst eingeboren ist.

Was in diesem Körper als „Ich“ auftaucht, ist das Gemüt.

Wenn das subtile Gemüt über das Gehirn und die Sinne erscheint, werden die groben Namen und Formen wahrgenommen. Wenn es im Herzen verbleibt, verschwinden die Namen und Formen. Verbleibt das Gemüt im Herzen, dann wird das „Ich“ oder das Ego, welches die Quelle aller Gedanken ist, gehen, und das Selbst, das Wirkliche, Ewige „Ich“ allein leuchtet. Wo nicht die leiseste Spur eines Ego ist – dort ist das Selbst.

Gemüt und Atem haben dieselbe Quelle. Daher wird der Atem kontrolliert, sobald das Gemüt kontrolliert wird und umgekehrt. Der Atem ist die grobe Form des Gemüts.

*Pranayama* (Atemkontrolle) ist nur eine Hilfe, um das Gemüt zu unterwerfen; es ist keine Hilfe dabei, es zu töten.

Wie *Pranayama* sind die Verehrung einer Gottheit, *Japa* (Wiederholung) eines *Mantras*, sowie die strenge Ordnung einer Diät alles Hilfen für die Kontrolle des Gemüts.

Die Kontrolle des Atems (*Pranayama*) kann innerlich oder äußerlich sei. Die innere ist wie folgt: *Naham* (die Idee „Ich bin nicht der Körper“) ist *rechaka* (Ausatmung), *Koham* (Wer bin ich?) ist *puraka* (Einatmung), *Soham* (Ich bin Er) ist *khumbaka* (Zurückhaltung des Atems). Wenn man so verfährt, wird der Atem automatisch kontrolliert. Äußerliches *Pranayama* eignet sich für jemanden, der nicht mit der Fähigkeit zur Kontrolle des Gemüts ausgestattet ist. Einen sicheren Weg als die Kontrolle des Gemüts gibt es nicht. *Pranayama* muss nicht genau so sein wie es im *hatha yoga*

vorgeschrieben wird. Wenn man mit *japa*, *dhyana* (Meditation), *bhakti* usw. befasst ist, dann genügt schon ein wenig Kontrolle des Atems zur Kontrolle des Gemüts. Das Gemüt ist der Reiter und der Atem das Pferd. *Pranayama* ist das Hemmnis für das Pferd. Durch das Hemmnis wird auch der Reiter gehemmt. *Pranayama* braucht nur ganz wenig stattzufinden. Die Beobachtung des Atems ist eine Art, dies zu tun. Das Gemüt wird von anderen Aktivitäten abgezogen, indem es mit der Beobachtung des Atems beschäftigt wird. Dadurch wird er Atem kontrolliert und umgekehrt auch das Gemüt. Wenn man *rechaka* und *puraka* schwierig zu praktizieren findet, dann sollte nur die Zurückhaltung des Atems allein eine kurze Weile lang praktiziert werden, während man weiter *japa*, *dhyana* usw. nachgeht. Auch das wird zu guten Ergebnissen führen.

Einen anderen Weg zur Kontrolle des Gemüts als den in Schriften wie der *Gita* vorgeschriebenen Weg gibt es nicht, nämlich das Gemüt so oft wie möglich in sich selbst zurückzuziehen und im Selbst zu verankern. Natürlich ist dies nicht einfach zu erledigen. Nur durch Praxis bzw. *sadhana* ist dies dann letztlich doch möglich.

Gott erleuchtet das Gemüt und strahlt darin. Man kann Gott nicht durch das Gemüt kennen. Man kann aber das Gemüt nach innen kehren und in Gott aufgehen zu lassen.

Der Körper, zusammengesetzt aus nicht fühlender Materie, kann nicht „Ich“ sagen (d.h., er kann nicht die Ursache des „Ich-Gedankens“ sein). Auf der anderen Seite kann man dem Ewigen Bewusstsein nicht so etwas wie eine Geburt zuschreiben. Zwischen den beiden entsteht etwas innerhalb der Grenzen des Körpers: Es ist dies der Knoten von Materie und Bewusstsein (*chit-jadagranti*), verschiedentlich Bindung, *jiva*, subtiler

Körper, Ego, *samsara* (Anhaftung) oder Gemüt usw. genannt.

Bhagavan wies auf sein Handtuch hin und sagte: „Wer nennen dies ein weißes Tuch, aber das Tuch und seine Weiße können nicht voneinander getrennt werden. Dasselbe ist es mit dem Licht und dem Gemüt, die zusammen das Ego bilden. In den Schriften wird dazu das folgende Beispiel gegeben: „Die Lampe auf der Bühne ist *Para Brahman* oder das Licht. Es beleuchtet sich selbst, die Bühne und die Schauspieler. Wir sehen die Bühne und die Schauspieler in seinem Licht, aber das Licht ist auch dann noch da, wenn das Schauspiel beendet ist. Eine weitere Illustration besteht in der Eisenkugel, die mit dem Gemüt verglichen wird. Das Feuer berührt sie, und sie wird rotglühend. Wie Feuer glüht sie nun und kann alles verbrennen, aber hat anders als Feuer immer noch eine bestimmte Gestalt. Wenn wir sie schmieden, dann ist sie es, die den Schlag des Schmiedehammers empfängt, nicht das Feuer. Die Kugel ist der *jivaatman*, das Feuer das Selbst oder *Paramatman*. Das Gemüt vermag nichts aus sich selbst heraus zu tun. Es taucht lediglich innerhalb des Lichts auf und ist unfähig, ohne Hilfe des Lichts Gutes oder Böses zu tun. Während jedoch das Licht immer da ist und das Gemüt in die Lage versetzt, gut oder schlecht zu handeln, werden Vergnügen oder Schmerz, die sich aus den Handlungen ergeben, nicht vom Licht gefühlt; so wie der Schmiedehammer nur das glühendrote Eisen trifft, aber nicht das Feuer.

Wenn wir einmal das Gemüt kontrolliert haben, dann spielt es keine Rolle mehr, wo wir leben.

\* \* \*

## „Wer bin ich?“ - Die Ergründung

---

Sämtliche Gedanken haben als ihre Quelle den „Ich-Gedanken“. Das Gemüt versinkt nur durch die Selbst-Ergründung „Wer bin ich?“. Der Gedanke „Wer bin ich?“ wird alle anderen Gedanken zerstören und am Ende auch sich selbst. Wenn Gedanken entstehen, sollte man sie nicht verfolgen, sondern man muss untersuchen, wem sie kommen. Was spielt es für eine Rolle, wie viele Gedanken entstehen? Immer wenn Gedanken kommen, beobachtet man sie sorgfältig und fragt sich, zu wem diese Gedanken kommen. Die Antwort lautet dann: „zu mir“. Wenn du ergründest: „Wer bin ich?“, kehrt das Gemüt zu seiner Quelle zurück (bzw. dahin, von wo es ausgegangen ist). Der entstandene Gedanke kehrt ebenfalls dorthin zurück. Wenn du dies öfter und öfter praktizierst, wird die Kraft des Gemüts, in seiner Quelle zu verbleiben, zunehmen.

Mit dem Mittel einer maßvollen Menge *sattvischer* (reiner) Nahrung, was die erste aller Regeln und Maßnahmen betreffend die Selbstdisziplin ist, wächst die *sattvische* bzw. reine Qualität des Gemüts, und die Selbst-Ergründung wird unterstützt.

Alle seit unvordenklichen Zeiten in der Form von *vasanas* (subtilen Neigungen) angesammelten Sinnesanhaftungen mögen zahllos sein wie die Wellen des Ozeans, aber sie alle werden im Verlaufe des erfolgreichen *dhyana* zerstört. Ohne auch nur irgendeinem Zweifel darüber zu hegen, ob es überhaupt möglich sei, sämtliche *vasanas* auszulöschen und das Selbst allein zu sein, sollte man unaufhörlich am *dhyana* des Selbst festhalten. Wie groß auch immer die Sünde sein mag, die man auch sich geladen hat, und anstelle zu klagen: „Ich bin der große Sünder – wie kann ich überhaupt

Fortschritte machen?“, sollte man jeden Gedanken an den Sünder komplett vergessen und nur ernsthaft die Meditation des Selbst verfolgen. Dann kann man sicher des Erfolges sein.

Ist das Ego gegenwärtig, dann tritt auch alles andere in die Existenz. Ist es abwesend, dann verschwindet auch alles andere. Da das Ego alles dies ist, bedeutet die Ergründung dessen, was das Ego ist, auch gleichzeitig die Aufgabe sämtlicher Anhaftungen.

Die Kontrolle der Rede und des Atems sowie das tiefe Eintauchen in sein eigenes Inneres, so wie ein Mann unter Wasser taucht, um etwas dort Hineingefallenes zu bergen, so muss man die Quelle finden, in der das Ego entsteht, und zwar durch das Mittel der entschlossenen Innenschau.

Ergründung, die den Pfad von *jnana* bildet, besteht nicht einfach nur im mündlichen Wiederholen von „Ich, Ich“, sondern in der Suche eines tief in sich zurückgezogenen Gemüts nach dem Ort, an dem das „Ich“ entspringt. Zu denken „Ich bin nicht dies“ oder „Ich bin dies“ kann eine Hilfe bei der Ergründung sein, ist aber selbst nicht die eigentliche Ergründung.

Wenn wir innerhalb unseres Gemüts nachforschen mit „Wer bin ich?“ und das Herz erreichen, dann bricht das „Ich“ zusammen und unmittelbar darauf zeigt sich eine andere Wesenheit, die sich selbst verkündet durch „Ich-Ich“. Obwohl auch diese sich selbst als „Ich“ verkündet, ist sie kein Anhängsel des Ego, sondern die Eine Vollkommene Wirklichkeit.

Wenn wir unaufhörlich die Form des Gemüts erforschen, dann stellen wir fest, dass es so etwas wie ein Gemüt überhaupt nicht gibt. Dies ist der direkte Weg, der allen offensteht.

Es sind nur Gedanken, aus denen das Gemüt besteht; und alle Gedanken haben als ihre

Grundlage oder Quelle den „Ich-Gedanken“. „Ich“ ist das Gemüt. Wenn wir auf die innere Suche nach der Quelle des „Ich“ gehen, bricht das „Ich“ zusammen. Dies ist die *jnana*-Ergründung.

Wo das „Ich“ einschmilzt, da taucht ganz von selbst eine andere Wesenheit als „Ich-Ich“ auf. Dieses ist das Vollkommene Selbst.

Es ist kein Nutzen darin, Zweifel zu beseitigen. Wenn wir einen Zweifel beseitigt haben, taucht schon der nächste auf und ein Ende der Zweifel ist nicht in Sicht. Sämtliche Zweifel hören nur dann auf, wenn der Zweifler und seine Quelle gefunden werden. Suche nach der Quelle des Zweiflers und du wirst feststellen, dass er tatsächlich inexistent ist. Hört der Zweifler auf, dann hören auch die Zweifel auf.

Da du selbst die Realität bist, gibt es nichts für dich zu realisieren. Alle erachten das Irreale als real. Was man tun muss, ist aufzuhören, das Irreale als real zu betrachten. Das Objekt aller Meditation (*dhyana*) oder *japa* besteht nur darin, alle Gedanken betreffend das Nicht-Selbst aufzugeben, die vielen sonstigen Gedanken aufzugeben und nur an einem einzigen Gedanken festzuhalten. Das Objekt aller *sadhana* besteht darin, das Gemüt einsgerichtet zu machen, es auf einen einzigen Gedanken zu konzentrieren und so sämtliche anderen Gedanken auszuschließen. Wenn uns dies gelingt, dann verschwindet sogar noch dieser einzige Gedanke und das Gemüt geht in seiner Quelle unter.

Wenn wir im Innern ergründen „Wer bin ich?“, dann ist das untersuchte „Ich“ das Ego. Es ist auch das, was *vichara* (Ergründung) macht. Das Selbst hat keinerlei *vichara*. Das, was die Ergründung durchführt, ist das Ego. Das „Ich“, zu dem die Ergründung stattfindet, ist ebenfalls das Ego. Als Ergebnis der Ergründung hört das Ego auf zu existieren und nur noch das Selbst bleibt übrig.

Worin besteht der beste Weg, das Ego zu töten? Für jede Person ist der Weg der beste, der ihr am leichtesten fällt oder ihr am anziehendsten erscheint. Alle Wege sind gleichermaßen gut, da sie alle zum selben Ziel führen, das im Untergehen des Egos im Selbst besteht. Was der *bhakta* Hingabe nennt, nennt der Mensch, der *vichara* betreibt, *jnana*. Beide versuchen das Ego zurück zu seiner Quelle zu führen, aus der es entsprang, und es dort untergehen zu lassen.

Das Gemüt aufzufordern, sich selbst zu töten, bedeutet den Dieb zum Polizisten zu machen. Er wird dich scheinbar begleiten und vorgeben, den Dieb zu fangen, aber nichts dergleichen wird geschehen. Daher musst du dich nach innen wenden und schauen, von woher das Gemüt aufsteigt, und dann wird es aufhören zu existieren.

Atem und Gemüt entstammen derselben Quelle. Ist das eine kontrolliert, dann ist auch das andere kontrolliert. Es ist eine Tatsache, dass wir bei der ergründenden Suche – die korrekterweise „Von woher stamme ich?“ und nicht allein „Wer bin ich?“ fragt – nicht einfach nur versuchen zu eliminieren, indem wir uns sagen: „Wir sind weder der Körper noch die Sinne usw.“, um dann das zu erlangen, was als die letztgültige Realität verbleibt. Sondern wir versuchen herauszufinden, von woher der „Ich-Gedanke“ oder das Ego in uns entsteht. Die darin enthaltene Methode ist implizit und nicht ausdrücklich die Beobachtung des Atems. Wenn wir beobachten, von woher der „Ich-Gedanke“ aufsteigt, dann beobachten wir notwendigerweise ebenfalls die Quelle des Atems, denn „Ich-Gedanke“ und Atem entsteigen derselben Quelle.

Die Atemkontrolle kann als ein Mittel dienen, aber allein nicht zum Ziel führen. Wenn man sie dann rein automatisch ausführt, sollte man stet wach im Gemüt bleiben und sich an den „Ich-Gedanke“ und

die Ergründung seiner Quelle bewusst bleiben. Dann wird man sehen, dass dort, wo der Atem absinkt, der „Ich-Gedanke“ entsteht. Beide sinken und steigen zusammen. Der „Ich-Gedanke“ sinkt zusammen mit dem Atem ab. Gleichzeitig taucht ein weiteres, leuchtendes und grenzenloses „Ich-Ich“ auf, das beständig und ununterbrochen wird. Dies ist das Ziel. Es hat verschiedene Namen - Gott, Selbst, *Kundalini*, *Shakti*, Bewusstsein usw.

„Wer bin ich?“ ist kein Mantra. Es bedeutet, dass du herausfinden musst, wo in dir der „Ich-Gedanke“ auftaucht, der die Quelle aller anderen Gedanken ist. Solltest du meinen, dass *vichara marga* (Pfad der Ergründung) zu schwierig für dich ist, dann fahre mit dem Wiederholen von „Ich-ich“ fort, was dich dann zum selben Ziel führen wird. Es ist unschädlich, „Ich“ als Mantra zu benutzen - es ist der erste Name Gottes.

Ich forderte dich auf zu schauen, wo das „Ich“ in deinem Körper auftaucht, aber in Wahrheit ist es nicht ganz korrekt zu sagen, dass das „Ich“ vom Herzen auf der rechten Seite der Brust aufsteigt und dort versinkt. Das Herz ist ein anderer Name für die Wirklichkeit, und diese befindet sich weder innerhalb noch außerhalb des Körpers. Es kann keinerlei Innen und Außen für Es geben, das Es allein ist. Mit „Herz“ meine ich nicht ein physisches Organ, einen Nervenkomplex oder etwas in dieser Art, sondern es ist so: So lange jemand sich selbst mit dem Körper identifiziert und sich selbst für den Körper hält, wird ihm geraten, im Körper zu schauen, wo der „Ich-Gedanke“ auftaucht und verschwindet. Dies muss das Herz auf der rechten Seite der Brust sein, da alle Menschen gleich welcher Rasse, Religion und Sprache auf die rechte Seite der Brust zeigen, wenn sie „Ich“ sagen. Dies gilt überall auf der Welt. Daher muss dies der Ort sein. Und durch aufmerksames Beobachten des

beständigen Auftauchens des „Ich-Gedankens“ beim Wachen und seines ebenso beständigen Verschwindens im Schlaf kann man verstehen, dass er im Herzen auf der rechten Seite ist.

Wisse als erstes, wer du bist. Dies erfordert keinerlei *shastras* (Schriften) oder Gelehrtschaft. Es ist ein einfaches Experiment. Der Zustand des Seins ist *hier und jetzt* immer mit uns. Du hast den Halt in dir selbst verloren und bittest andere um Anleitung. Der Zweck der Lehre besteht darin, das Gemüt nach innen zu lenken. „Wenn du dich selbst kennst, dann kann dich kein Böses überkommen. Da du mich danach gefragt hast, habe ich dir dies mitgeteilt“ (siehe *Kaivalya Navaneeta*). Das Ego taucht nur auf, weil es sich an dich (das Selbst) hält. Halte dich an dich selbst, und das Ego wird verschwinden. Ab da wird der Weise glücklich sagen: „Da ist es“, und der Unwissende wird fragen: „Wo denn?“

Die Ordnung des Alltagslebens wie etwa das Aufstehen zu bestimmter Stunde, baden, *mantra-japa* machen usw. ist nur für Menschen gedacht, die sich nicht zur Selbst-Ergründung hingezogen fühlen oder dazu nicht fähig sind. Für jene jedoch, die diese Verfahrensweise zu praktizieren vermögen, sind alle Regeln und Disziplinen unnötig.

Unbezweifelbar wird in manchen Schriften hervorgehoben, dass man Schritt für Schritt die guten Qualitäten kultivieren und sich so auf *moksha* vorbereiten solle. Für diejenigen jedoch, die dem *jnana*-Weg oder *vichara-marga* folgen, ist ihr *sadhana* selbst schon ausreichend für den Erwerb aller *daivic* (göttlichen) Qualitäten; sie benötigen nichts anderes mehr.

Was ist *Gayatri*? In Wahrheit bedeutet es: „Lass mich sein bei Dem, das alles erleuchtet.“

\* \* \*



## Hingabe

---

Gott wird alle Lasten tragen, die wir ihm aufbürden. Sämtliche Dinge werden durch die allmächtige Kraft des Höchsten Gottes getragen. Weshalb wollen wir dann noch ständig planen und sagen: „Wir sollten dies oder das tun“, und uns nicht lieber Ihm hingeben? Wenn man weiß, dass der Zug alle Lasten trägt, weshalb sollte man dann als Reisender sein Bündel selber auf dem Kopf tragen anstatt es auf den Boden zu legen und zufrieden zu sein?

Die Geschichte von Ashtavakra lehrt, dass zur Erfahrung von *Brahma Jnana* nur das eine notwendig ist, dass sich einer vollständig an den Guru ausliefert und die Idee von „Ich“ und „mein“ aufgibt. Sobald diese aufgegeben ist, verbleibt als einziges die Realität.

Es gibt zwei Wege, Hingabe zu erreichen. Entweder schaut man nach der Quelle des „Ich“ und verschmilzt mit dieser Quelle. Oder man empfindet: „Ich bin allein hilflos; nur Gott hat die Macht, und es gibt keine Rettung für mich, wenn ich mich Ihm nicht vollständig hingebe“, und entwickelt dann nach und nach die Überzeugung, dass Gott allein existiert und das Ego nicht zählt. Beide Methoden führen zum selben Ziel. Vollständige Hingabe ist ein anderer Name für *jnana* oder Befreiung.

*Bhakti* ist nicht unterschieden von *mukti*. *Bhakti* bedeutet das Selbst zu sein. Man ist immer Das. Man erkennt Es durch die Mittel, die man anwendet. Was ist *bhakti*? Immer an Gott zu denken. Dies bedeutet, immer nur an einen einzigen Gedanken unter Ausschluss aller anderen zu denken. Es ist dies der Gedanke an Gott, der das Selbst ist, oder es ist das Selbst, hingegen an Gott. Wenn Er dich einmal angenommen hat, brauchst du nichts mehr

zu fürchten. Die Abwesenheit von Gedanken ist *bhakti*. Es ist ebenfalls *mukti*.

*Bhakti* ist *Jnana Mata*, d.h., die Mutter von *Jnana*.

Es wird oft gefragt, weshalb diese ganze Welt so voller Leiden und Bösem ist. Alles was ich dazu sagen kann, ist, dass es Gottes Wille ist, der unergründlich ist. Keine Absicht, kein Wunsch, keinerlei Erwartung kann mit diesem unendlichen, allwissenden und allmächtigen Wesen in Verbindung gebracht werden. Gott ist unberührt von allen Tätigkeiten, die in Seiner Gegenwart stattfinden. Es liegt keine Bedeutung darin, Verantwortlichkeiten und Motive dem Einen zuzuschreiben, bevor es zur Vielheit geworden ist. Jedoch ist Gottes Wille bezüglich des vorgeschriebenen Ganges der Ereignisse eine gute Erklärung hinsichtlich der verzwickten Frage des freien Willens. Wenn das Gemüt in Sorge über das ist, was uns befällt, oder was durch uns begangen oder unterlassen worden ist, dann ist es weise, den Sinn für Verantwortlichkeit und freien Willen aufzugeben, indem wir uns selbst als die willigen Werkzeuge des Allmächtigen und Allwissenden hingeben und Ihn mit uns tun und uns leiden lassen, wie es Ihm beliebt. Dann wird er alle Lasten auf sich nehmen und uns Frieden geben.

Eine Maharani erklärte Bhagavan: „Ich bin mit allem gesegnet, was ein menschliches Wesen nur wünschen kann.“ Dann stockte die Stimme ihrer Hoheit. Mühsam beherrscht fuhr sie dann langsam fort: „Ich habe alles, was ich will, was ein menschliches Wesen will, aber..., aber... – ich habe nicht den Frieden des Gemüts. Irgendetwas verhindert es. Vielleicht ist es mein Schicksal.“ Für eine Weile war es still. Dann sprach Bhagavan auf seine übliche, sanfte Weise: „Nun gut, Sie haben ausgesprochen, was sie auszusprechen wünschten. Nun, was ist das Schicksal? Ein Schicksal gibt es

nicht. Geben Sie sich hin und alles wird gut. Werden Sie alle Verantwortung auf Gott und tragen Sie die Last nicht selbst. Was kann Ihnen dann das Schicksal noch anhaben?“

*Devotee:* Hingabe ist unmöglich.

*Bhagavan:* Ja, vollständige Hingabe ist unmöglich. Teilweise Hingabe ist gewiss für alle möglich. Im Verlaufe der Zeit wird dies dann zur kompletten Hingabe führen. Nun, wenn Hingabe unmöglich ist, was kann man dann tun? Dann gibt es nicht den Frieden des Gemüts. Sie selbst sind hilflos darin, ihn herbeizuführen. Nur durch Hingabe kann er kommen.

*D:* Teilweise Hingabe..., nun, kann dies das Schicksal aufheben?

*B:* Oh ja, das kann es.

*D:* Ist nicht das Schicksal dem vergangenen *karma* zuzuschreiben?

*B:* Wenn man sich Gott hingibt, wird Gott sich darum kümmern.

*D:* Wenn dies Gottes Fügung ist, wie kann Gott sie dann aufheben?

*B:* Alle sind nur in Ihm enthalten.

Zu einem weiblichen Devotee, der darum bat, mehr Visionen von Siva haben zu dürfen, sagte Bhagavan: „Gib dich Ihm hin und leben nach seinem Willen, ob Er nun erscheint oder nicht erscheint; tue nach seinem Willen. Wenn du Ihn darum bittest, dir diesen Gefallen zu tun, dann ist dies nicht Hingabe, sondern ein Befehlen Gottes. Du kannst ihm nicht gleichzeitig befehlen und dich hingeben. Er weiß, was das Beste und wie es zu tun ist. Sein sind alle Lasten. Du brauchst dir nicht länger Sorgen zu machen. Er kümmert sich um alles. Darin besteht Hingabe. Das ist *bhakti*.“

\* \* \*



## Die drei Zustände des Wachens, Träumens und Schlafens

---

Es gibt keinen Unterschied zwischen Traum und Wachzustand außer dass der Traum kurz ist und das Wachen lang. Beide sind das Ergebnis des Gemüts. Unser wahrer Zustand ist *turiya*, der jenseits der Zustände von Wachen, Träumen und Schlaf ist.

Das Selbst allein existiert und verbleibt stets als das, was Es ist. Die drei Zustände verdanken ihre Existenz *avichara* (Nicht-Ergründung) – Ergründung setzt ihnen ein Ende. Wie viel man aber auch immer erklären vermag – verstanden wird dies erst, wenn man die Selbst-Verwirklichung erlangt und sich darüber wundert, weshalb man so lange so blind für das Offensichtliche und allein Existierende war.

Alles was wir wahrnehmen, ist ein Traum – ob wir es nun im Traum oder im Wachzustand sehen. Aufgrund gewisser willkürlich gesetzter Kriterien bezüglich der Dauer der Erfahrung usw. nennen wir dann die eine dieser Erfahrungen „Traum“ und die andere „Wacherfahrung“. Unter Bezug auf die Wirklichkeit sind jedoch beide Erfahrungen unwirklich. Ein Mann hat vielleicht in seinem Traum die Erfahrung des Erlangens von *anugraha* (Gnade), und die Wirkungen und der Einfluss dessen auf sein gesamtes nachfolgendes Leben sind so tief und nachhaltig, dass man dies nur schwerlich unwirklich nennen kann, während andererseits die Erinnerungen an beiläufige Vorfälle im wachen Leben vorüberfliegen, ohne jede Wirkung bleiben und bald vergessen werden, wie dies so oft geschieht. Ich hatte einmal eine Erfahrung, eine Vision oder einen Traum – wie auch immer man es nennen möchte. Ich und einige andere einschließlich von Chadwick gingen auf dem Berg spazieren. Bei der Rückkehr gingen wir durch eine ungeheuerere Straße mit riesigen Gebilden auf beiden

Seiten. Ich zeigte auf die Straße und die Gebäude und fragte Chadwick und die anderen, ob irgend einer mir sagen könnte, ob dies ein Traum sei, und alle antworteten: „Welcher Narr würde dies denken?“ Wir spazierten dann weiter, betraten die Halle und die Traumvision endete oder ich wachte dann auf. Wie sollten wir dies wohl nennen?

Gleich vorm Aufwachen nach dem Schlaf gibt es einen sehr kurzen Zustand, der frei von Gedanken ist. Dieser sollte dauerhaft gemacht werden.

Im traumlosen Schlaf gibt es keine Welt, kein Ego und kein Unglück – nur das Selbst verbleibt. Im wachen Zustand gibt es dieses alles. Doch auch dort ist das Selbst. Man muss lediglich die flüchtigen Erfahrungen beseitigen, um die immer gegenwärtige Glorie des Selbst zu realisieren.

Deine Natur ist Seligkeit. Finde heraus, auf was der ganze Rest überlagert wird – dann wirst du als das reine Selbst verbleiben.

Im Schlaf gibt es weder Raum noch Zeit. Sie sind nur Konzepte, die auftauchen, nachdem der „Ich-Gedanke“ aufgetaucht ist. Du bist in Wahrheit jenseits von Zeit und Raum. Der „Ich-Gedanke“ ist das begrenzte „Ich“. Das wirkliche „Ich“ ist unbegrenzt, universell, jenseits von Zeit und Raum. Während des Erwachens vom Schlaf und noch vor der Wahrnehmung der objektiven Welt gibt es einen Zustand des Gewahrseins, der dein Reines Selbst ist. Dieser muss gekannt werden.

\* \* \*

## Gnade und Guru

---

Ich habe nicht behauptet, dass ein Guru nicht erforderlich sei. Jedoch muss ein Guru nicht notwendigerweise immer menschliche Form haben. Ein Mensch denkt zunächst, dass er minderwertig sei und da irgendwo ein überlegener, allwissender, allmächtiger Gott sei, der sein und das Schicksal der Welt kontrolliere. Den verehrt er dann oder er übt *bhakti*. Sobald er dann eine gewisse Stufe erreicht hat und bereit zur Erleuchtung ist, kommt derselbe Gott, den er verehrt hat, als Guru zu ihm und führt ihn weiter. Dieser Guru kommt nur um ihm zu sagen: „Dieser Gott ist in dir selbst. Tauche hinein in dich selbst und realisiere das.“ Gott, Guru und das Selbst sind dasselbe.

Die Realisierung ist das Ergebnis der Gnade des Meisters (Gurus), und zwar weitaus mehr als es Lehren, Lektüren, Meditation usw. vermögen. Diese sind nur zweitrangige Hilfen, während das erstere die primäre und essenzielle Ursache ist.

Die Gnade des Gurus ist immer da. Du stellst dir vor, sie sei irgendwo anders hoch in den Himmeln, und sie müsse zu dir herabsteigen. In Wahrheit ist sie in deinem Herzen. Im selben Moment, in dem du durch irgendeine Methode das Eingehen in oder Verschmelzen des Gemüts mit seiner Quelle erreicht hast, schwillt die Gnade an und setzt sich wie ein Springbrunnen innerhalb von dir fort.

Der Kontakt mit *jnanis* ist gut. Sie arbeiten mit der Hilfe der Stille. Der Guru ist nicht die physische Form. Und doch bleibt der Kontakt mit Ihm auch dann erhalten, wenn die physische Form des Gurus verschwunden ist.

Nachdem dein *bhakti* für Gott gereift ist, kommt Gott in der Gestalt des Gurus und drückt von außen dein Gemüt nach innen, während innerhalb von dir das Selbst dich nach innen zieht. Ein derartiger

Guru ist im allgemeinen notwendig außer für sehr seltene und fortgeschrittene Seelen.

Wenn der eigene Guru verstorben ist, kann man zu einem anderen Guru gehen. Letztlich jedoch sind alle Gurus Einer, denn keiner von ihnen ist die Form. Der mentale Kontakt ist stets der beste.

*Satsangh* bedeutet die Gemeinschaft mit *Sat* bzw. der Wirklichkeit. Wer *Sat* kennt oder realisiert hat, wird selbst als *Sat* angesehen. Eine solche Gemeinschaft ist für alle unbedingt erforderlich. Sankara sagte: „In allen drei Welten gibt es kein *Satsangh* vergleichbares Boot, um sicher den Ozean der Geburten und Tode zu überqueren.“

Der Guru ist nicht physisch. Auch nach dem Verschwinden Seiner Form bleibt der Kontakt mit Ihm bestehen. Wenn nur ein einziger *Jnani* in der Welt existiert, dann wird Sein Einfluss oder sein Segen auf der ganzen Welt von allen, nicht nur von seinen unmittelbaren Schülern, wahrgenommen. Wie im *Vedanta Chudamani* beschrieben, können alle Menschen in der Welt in vier Gruppen eingeteilt werden: Die Schüler des Gurus, *bhaktas*, diejenigen, die Ihm gegenüber gleichgültig sind, und diejenigen, die ihm feindlich gesonnen sind. Alle diese profitieren vom Segen der Existenz eines *Jnani* – jeder auf seine eigene Weise und in verschiedenen Graden.

Bhagavan las aus dem Buch *Göttliche Gnade durch totale Selbst-Hingabe* von D. C. Desai die folgenden Zitate von Paul Brunton zu unserem Nutzen vor:

Göttliche Gnade ist eine Manifestation des tätigen, kosmischen, freien Willens. Er kann den Verlauf der Ereignisse auf eine mysteriöse Weise und aufgrund seiner eigenen, unbekanntenen Gesetze abändern, die allen Naturgesetzen überlegen sind, und die letzteren durch Eingriff

modifizieren. Es ist dies die mächtigste Kraft im Universum.

Sie wirkt nur dann und kommt nur dann hernieder, wenn sie durch die totale Selbst-Hingabe dazu aufgerufen ist. Sie arbeitet von innen heraus, da Gott in den Herzen aller Wesen lebt. Ihr Wispern wird nur von einem Gemüt vernommen, welches durch Selbst-Hingabe und Gebet gereinigt ist.

Die Rationalisten lachen darüber, und die Atheisten verspotten sie, und doch existiert sie. Dies ist ein Abstieg Gottes in das Feld des Gewahrseins der Seele. Es ist eine Heimsuchung durch eine unerwartete und unvorhersagbare Kraft. Es ist eine Stimme, die in der kosmischen Stille spricht - Es ist „Kosmischer Wille, der nach seinen eigenen Gesetzen reine Wunder wirken kann.“

In Wahrheit sind Gott und der *Guru* nicht verschieden. So wie die Beute, die dem Tiger in die Klauen gefallen ist, nicht entkommen kann, so sind diejenigen, die in den Umkreis des Gnadenblickes des Gurus gekommen sind, gerettet und werden nicht verloren gehen; und doch sollte jeder sich bemühen, den Pfad zu wandeln, der ihm von Gott oder dem Guru gezeigt wird und Erlösung erlangen.

Jeder Sucher nach Gott sollte die Gelegenheit haben, seinen eigenen Weg zu gehen, und zwar den Weg, der für ihn gedacht (gemeint) ist. Es ist nicht richtig, ihn mit Gewalt auf einen anderen Weg zu bringen. Der Guru wird mit seinem Schüler dessen eigenen Pfad gemeinsam gehen und ihn dann graduell im Moment der Reife zum Höchsten Pfad hinwenden. Nehmt einmal an, ein Fahrzeug fährt mit voller Geschwindigkeit - es plötzlich anzuhalten und umzuwenden kann nur katastrophale Ergebnisse haben.

\* \* \*

## Selbst-Verwirklichung

---

Der Zustand, den wir Verwirklichung nennen, besteht einfach darin, man selbst zu sein, nichts anderes zu kennen oder werden zu wollen. Wer verwirklicht hat, der ist Das, was als einziges *ist* und für immer sein wird. Er kann immer nur Das und nichts anderes sein. Natürlich sprechen wir von Selbst-Verwirklichung nur in Ermangelung eines besseren Begriffs.

Das was *ist*, ist Frieden. Alles was wir tun müssen, ist still zu sein. Frieden ist unsere wahre Natur. Wir verderben sie aber. Man muss damit aufhören, sie zu verderben. Nehmen wir beispielsweise an, dass da der Raum eines Zimmers ist. Wir brauchen keinen neuen Raum zu erzeugen, sondern stellen einfach neue Gegenstände in den Raum. Wollen wir wieder Platz gewinnen, entfernen wir sämtliche Gegenstände und haben damit wieder welchen. Ähnlich dazu wird der Friede offenbar, sobald wir sämtlichen Müll des Gemüts entfernt haben. Das, was den Frieden des Gemüts stört, muss entfernt werden. Frieden ist die einzige Wirklichkeit.

*Mukti* oder Befreiung ist unsere wahre Natur. Es ist nur ein anderer Name für uns. Unser Wunsch nach *mukti* ist sehr lustig - es ist wie bei einem Menschen, der aus freien Stücken den Schatten, in dem er sich aufhält, verlässt, in die Sonne geht, die brennende Sonne fühlt, große Anstrengungen macht, um wieder in den Schatten zu gelangen, und dann frohlockt: „Endlich habe ich den Schatten erlangt - wie herrlich doch der Schatten ist!“ Wir machen genau dasselbe. Wir sind nicht verschieden von der Wirklichkeit. Wir stellen uns vor, dass wir verschieden davon seien, d.h., wir erzeugen *bheda bhava* (das Gefühl des Unterschieds) und unterziehen uns dann schwierigen *sadhanas*, um *bheda bhava* loszuwerden die Einheit zu erkennen.

Weshalb *bheda bhava* überhaupt erst erzeugen oder sich einbilden, um es dann zu zerstören?

Es ist falsch, von Verwirklichung zu sprechen. Was ist da zu realisieren? Das Wirkliche ist, wie schon immer. Wie es realisieren? Alles, was dafür erforderlich ist, ist: Wir haben das Unwirkliche realisiert, d.h., wir haben das als wirklich erklärt, was in Wirklichkeit unwirklich ist. Diese Haltung müssen wir aufgeben. Das ist alles, was wir brauchen, um *Jnana* zu erlangen. Wir erzeugen dabei nichts Neues oder erlangen dadurch etwas, was wir zuvor nicht hatten. Die in den Schriften enthaltene Veranschaulichung ist: Wir graben einen Brunnen und schaffen so einen riesigen Erdhügel. Dabei haben wir lediglich die Erde entfernt, die den *akasa* (Raum) dort ausgefüllt hat. Das *akasha* war vorher da, ist jetzt da, und wird immer da sein. Ähnlich dazu haben wir einfach nur alle unsere lebenslangen *samskaras* (kristallisierte Neigungen) fortzuwerfen, die in uns wohnen. Wenn dann alle aufgegeben worden sind, leuchtet das Selbst allein.

Müheloses, wahlfreies Gewahrsein ist unser Wirklicher Zustand. Wenn wir Ihn erlangen oder in Ihm sein können, ist alles in Ordnung. Aber man erreicht Ihn nicht ohne Bemühung, die Bemühung der bewussten Meditation. Alle die uralten *vasanas* (latente Neigungen) tragen das Gemüt nach außen und richten es auf externe Objekte. Alle diese Gedanken müssen aufgegeben und das Gemüt nach innen gerichtet werden. Bei den meisten Menschen ist dazu Mühe erforderlich. Natürlich sagen alle Schriften stets *summa iru* – sei still bzw. leise. Aber so einfach ist es nicht. Daher ist all dieser Aufwand nötig. Auch wenn man feststellt, dass man mühelos *mouna* (Stille) erlangt hat, kann man davon ausgehen, dass die nötige Bemühung bereits in einem früheren Leben stattgefunden hat. Solch

müheloses und wahlfreies Gewahrsein wird nur durch bewusste Meditation erlangt.

Die Schriften sprechen zweifellos auch von *sravana* (Hören), *manana* (Nachdenken), *nididhyasana* (eingerichtete Konzentration), *samadhi* und *sakshatkaram* (Verwirklichung). Wir sind immer *sakshat* (wirklich) – was gäbe es daher für irgend jemanden zu erreichen (*karam*)? Wir bezeichnen diese Welt als *sakshat* oder *pratyaksha* (direkte Gegenwart). Was sich ändert, was erscheint und verschwindet, was nicht *sakshat* ist, erachten wir aber als *sakshat*. Wir *sind* immer, und nichts kann direkter gegenwärtig als wir selbst, und doch sagen wir dann: Wir müssen *sakshatkaram* nach all diesen *sadhanas* erlangen. Nichts ist seltsamer als dies. Das Selbst wird nicht erlangt durch irgend etwas anderes als still zu sein und zu sein, was wir sind.

Wir sagen, dass das Sehen mit den Augen selbst *pratyaksha* sei. Als erstes muss der Seher da sein, bevor irgend etwas gesehen werden kann. Du selbst bist das Auge, welches sieht, *andhamila kann*, das „Unendliche Auge“, auf welches *Ulladu Narpadu* (Wirklichkeit in Vierzig Versen) Bezug nimmt.

Die Leute sind erschreckt darüber, dass nach der Tötung des Egos bzw. des Gemüts als Ergebnis nur noch Leere und kein Glück da sei. Was tatsächlich geschieht ist, dass der Denker, das Objekt des Denkens und das Denken alle in der einen Quelle versinken, die Bewusstsein und Seligkeit selbst ist, und demzufolge dieser Zustand weder leblos noch leer ist. Ich verstehe nicht, weshalb Menschen Angst vor einem Zustand haben sollten, in dem alle Gedanken aufgehört haben und das Gemüt getötet ist. Im Schlaf gibt es auch kein Gemüt oder Gedanken. Aber jeder sagt beim Aufstehen: „Ich habe selig geschlafen“. Der Schlaf ist einem so lieb, das keiner, weder ein Prinz noch ein Bettler, ohne ihn sein kann.

Wenn wir *vikalpas* (falsche Konzepte) haben und versuchen, diese aufzugeben, d.h., wenn wir noch nicht vollkommen sind, aber bewusste Anstrengungen unternehmen, das Gemüt einsgerichtet oder frei von Gedanken zu machen, dann ist dies *Nirvikalpa Samadhi*. Wenn wir dann durch Praxis immer in diesem Zustand sind und nicht mehr in *Samadhi* hinein und hinaus gehen, dann ist dies *Sahaja Samadhi*, der natürliche Zustand. In *sahaja* sieht man immer sich selbst. Man sieht dann die Welt (*jagat*) als *swarupa* (Wirklichkeit) bzw. *Brahmakara* (als Form Brahmans). Was dann früher einmal das Mittel war, wird selbst zum Ziel; je nachdem, welcher Methode man folgt. *Dhyana* (Meditation), *jnana*, *bhakti* und *samadhi* sind nur Namen für uns selbst, für unsere Wirklichen Zustand.

Das Selbst zu kennen bedeutet das eigene Selbst zu sein, denn es gibt keine zwei Existenzen. Dies ist Selbst-Verwirklichung.

Du magst alle Bücher über den Vedanta gelesen haben – sie alle können dir nur sagen: „Verwirkliche das Selbst“. Das Selbst kann nicht in Büchern gefunden werden. Du musst es für dich selbst in dir selbst finden.

Der Höchste Herr, dessen Heim das Innerste des Herzens-Lotus ist und der dort als „Ich“ leuchtet, wird als der Höchste Herr der Herzeshöhle gepriesen. Wenn durch die Kraft der Praxis das Gefühl „Ich bin Er, Ich bin der Höchste Herr der Herzeshöhle“ (*Guhesa*) fest verankert ist, so fest wie deine jetzige Wahrnehmung, dass du das Ego bist, verankert ist, und wenn du dann als der Höchste Herr der Herzeshöhle weiterexistierst, dann wird die Illusion, der verderbliche Körper zu sein, wie die Finsternis angesichts der Sonne verschwinden.

Das wahre *karma*, *yoga*, *bhakti* oder *jnana* besteht darin herauszufinden, wer derjenige ist, der das *karma* geschehen lässt bzw. die Wiedervereinigung durch *yoga* bzw. die Trennung von seinem Höchsten Lord empfindet oder in Unwissenheit ist. Alles dieses existiert nicht ohne das „Ich“. Daher ist das Verbleiben als das „Ich“ die Wahrheit.

Wenn wir uns selbst als die Handelnden empfinden, dann werden wir selbst auch die Genießer der Früchte dieser Handlungen sein. Wenn man durch die Ergründung, wer diese Handlungen ausführt, das eigene Selbst realisiert, dann verschwindet das Gefühl, der Handelnde zu sein, und mit ihm zusammen alle drei Arten des Karmas (d.h., *sanchita*, *agayama* und *prarabdha*). Dies ist der Zustand des ewigen *Mukti* oder der Befreiung.

Unsere wahre Natur ist *Mukti*. Aber wir stellen uns vor, dass wir gebunden sind und machen starke Anstrengungen, frei zu werden, während wir die ganze Zeit über frei sind. Verstanden wird dies erst dann, wenn wir diese Stufe erreicht haben. Wir werden dann überrascht sein, wie rasend wir versucht haben etwas zu erlangen, was wir schon immer waren und sind. Eine Illustration verdeutlicht dies: Ein Mann schläft in der Sitzhalle ein. Er träumt, dass er auf Weltreise geht, über Berg und Tal wandert, durch Wälder und Länder, Wüsten und Seen, durch verschiedene Kontinente. Dann schließlich nach vielen Jahren und Strapazen kehrt er in sein Land zurück, erreicht Tiruvannamalai, betritt den Ashram und begibt sich in die Sitzhalle. In eben diesem Moment wacht er auf und stellt fest, dass er sich nicht einen Zentimeter von der Stelle fortbewegt hat, sondern immer noch in der Halle ist und darin eingeschlafen ist. Genauso verhält es sich. Wenn man fragt, weshalb wir, obwohl wir frei sind, uns gebunden fühlen, antworte ich: „Weshalb

hast du dir in der Halle seiend vorgestellt, in der Welt zu wandern und durch Berg und Tal zu gehen, durch Meere und Wüsten?“ Alles ist nur das Gemüt oder *Maya*.

Die Gegensatzpaare wie Vergnügen und Schmerz und die Triade des Kenners, des Gekannten und des Vorgangs des Kennens hängen von einer einzigen Sache ab – dem Ego. Wenn man nach dieser Sache im Herzen sucht und seine wahre Natur findet, dann verschwindet es. Die allein, die die wahre Natur des Ego entdeckt haben, haben die Wirklichkeit gesehen. Sie haben keinerlei weitere Zweifel oder Frage mehr.

Es gibt keine Erkenntnis getrennt von der Unwissenheit und keine Unwissenheit getrennt von der Erkenntnis. Nur das ist *jnana* oder echte Erkenntnis, wenn wir ergründen, zu wem diese Erkenntnis oder Unwissenheit kommt und diese dann die Quelle erreicht, die das Selbst ist.

Der Gedanke „Ich bin der Körper“ ist die Unwissenheit. Dass der Körper nicht getrennt vom Selbst ist, ist Erkenntnis. Der Körper ist eine mentale Projektion. Das Gemüt ist das Ego, und das Ego entsteigt dem Selbst. Der Körper-Gedanke wird vernebelnd und zieht einen vom Selbst weg. Zu wem kommen Körper oder Geburt? Nicht zum Selbst, dem Geist. Es ist das Nicht-Selbst, welches sich selbst für getrennt vom Selbst hält.

So lange es das Gefühl der Getrenntheit gibt, wird es widerstreitende Gedanken geben. Wird die ursprüngliche Quelle wiedererlangt und endet die Getrenntheit, dann ist da Frieden. Ein Stein wird von seinem Platz genommen und in die Luft geworfen. Er wird so lange in Bewegung bleiben, so lange er sich in der Luft befindet. Die Wasser des Meeres verdampfen und steigen in dem Himmel als Wolken, die wiederum keine Ruhe finden, bis sie nicht als Regen zurückgekommen sind und schließlich wieder

ins Meer gelangen. Das Ego hat nur dann Frieden, wenn es wieder mit seiner Quelle, dem Selbst verschmilzt.

Gott in allen Formen wiederfinden und mit Ihm sprechen ist so wirklich wie unsere eigene Realität. Anders gesagt: Du siehst grobe Objekte, wenn du dich selbst mit dem Körper im Wachzustand identifizierst; im subtilen Körper (der mentalen Ebene) wie im Traum sieht man gleichermaßen subtile Objekte, und in der Abwesenheit aller Identifikationen wie im traumlosen Schlaf sieht man gar nichts. Dasselbe gilt für die Visionen von Göttern. Durch lange Praxis wird das Bild Gottes wie in der Meditation schließlich im Traum gesehen und kann später sogar im Wachzustand erscheinen.

Es gab einmal einen Heiligen namens Nam Dev. Er konnte mit Vithoba, dem Gott Padhapurs, sprechen, ihn sehen und mit ihm spielen. Gott musste ihn belehren, dass dies nicht genug sei. Und so muss man dann lernen, dass man mehr und mehr Druck ausüben muss, um das Selbst zu realisieren, in dem Seher und Gesehenes eins sind.

Die Vision Sivas: Eine Vision ist immer ein Objekt. Dies impliziert die Anwesenheit eines Subjekts. Der Wert dieser Vision befindet sich auf derselben Ebene wie der des Sehers. Die Natur dieser Vision befindet sich auf derselben Ebene wie die des Sehers. Erscheinen beinhaltet Verschwinden. Was erscheint, muss auch wieder verschwinden. Eine Vision kann daher nicht ewig sein. Siva aber ist ewig.

*Viswarupa darshan* (Vision der kosmischen Gestalt) und *Viswatma darshan* (Vision des universalen Selbst) sind ein und dasselbe. Ein solcher *darshan* geschieht nicht durch Augenschein oder auf eine grobstoffliche Weise. Da es nur ein Sein ohne ein Zweites geben kann, kann nichts Gesehenes wirklich sein. Das ist die Wahrheit.

Die Moral hinter der Geschichte von Ashtavakra und Janaka besteht einfach darin: Der Schüler gibt sich selbst dem Meister hin. Dies bedeutet, dass es keinerlei Restbestand von Individualität beim Schüler mehr gibt. Ist die Hingabe vollkommen, dann geht der Sinn der Individualität verloren und es gibt keine Ursache mehr für Elend. Das Ewige Selbst ist nur Glückseligkeit, was dann enthüllt wird.

Der ganze Vedanta steckt in den beiden Bibelzitat: „Ich bin der Ich bin“ und „Sei still und wisse, dass ich Gott bin“.

Es gibt einen Zustand jenseits unserer Mühe und Mühelosigkeit. Bis dieser realisiert wurde, ist Mühe nötig. Wenn man diese Seligkeit auch nur einmal geschmeckt hat, will man immer und immer wieder dorthin zurückkehren. Wenn man einmal die Seligkeit des Friedens gekostet hat, würde man ohne sie nicht mehr sein wollen und sich nicht mehr mit anderen Dingen beschäftigen. Es ist schwierig für einen *Jnani*, sich mit Gedanken zu befassen, da es die Natur des *Jnani* ist, frei davon zu sein.

Keine Art von Tätigkeit könnte einen *Jnani* berühren - er verbleibt für immer im ewigen Frieden.

*Istha Devata* (die selbstgewählte Gottheit) und der *Guru* sind Hilfen, sehr machtvolle Hilfen, auf diesem Weg. Damit aber ein Hilfsmittel effektiv sein kann, sind auch unsere Anstrengungen erforderlich. Deine Anstrengung ist die *sine qua non*. Du bist es, der die Sonne sehen soll. Können Ferngläser und die Sonne an deiner Stelle sehen? Du selbst musst deine Wahre Natur erkennen. Dafür ist nicht viel Hilfe erforderlich.

Als erstes sieht man das Selbst als Objekt, dann sieht man das Selbst als Leere, und schließlich sieht man das Selbst als das Selbst, und nur in diesem letzten Fall gibt es kein Sehen mehr, weil Sehen das Selbst werden bedeutet.

Je mehr wir das Denken, die Tätigkeiten und die Nahrung kontrollieren, umso mehr sind wir in der Lage, den Schlaf zu kontrollieren. Jedoch sollte für den *sadhak* (Schüler) Mäßigung die Regel sein, wie die *Gita* es erklärt. Wie in der *Gita* erläutert, besteht das größte Hindernis für alle *sadhakas* im Schlaf. Das zweite Hindernis wird *vikshepa* genannt – die Tatsache, dass die sinnlichen Objekte der Welt die Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Das dritte ist *kashaya* bzw. Gedanken zu früheren Erfahrungen mit Sinnesobjekten. Das vierte, *ananda* (Seligkeit), wird ebenfalls als Hindernis genannt, weil in diesem Stadium ein Gefühl der Trennung von der Quelle von *ananda* präsent ist, welche den Genießer sagen lässt: „Ich erfahre *ananda*“. Auch dies muss noch überwunden und der letztgültige Zustand von *samadhana* oder *samadhi* erlangt werden, in dem man *ananda* bzw. Eins mit der Realität wird und die Dualität von Genießer und Genuss im Ozean von *Satchidananda* (Sein-Bewusstsein-Seligkeit) oder dem Selbst untergeht.

Die Macht der Selbst-Verwirklichung eines *Jnani* ist machtvoller als alle okkulten Kräfte. Für den *Jnani* gibt es keine anderen. Und was wäre der höchste Segen, die wir den „anderen“, wie wir sie nennen, erteilen könnten? Es ist Glück. Glück entstammt dem Frieden. Friede kann nur da regieren, wo man nicht von Gedanken beunruhigt wird. Sobald das Gemüt ausgelöscht worden ist, entsteht vollkommener Friede. Da es nicht wirklich ein Gemüt gibt, ist der *Jnani* nicht anderer gewahr. Jedoch die bloße Tatsache Seiner Selbst-Verwirklichung ist in sich selbst ausreichend, um alle anderen friedlich und glücklich zu machen.

Der folgende Auszug aus einem Brief des Dichters Tennyson an B. P. Blood wurde in Bhagavans Gegenwart vorgelesen: „... schon seit meiner Jugend hatte ich häufige Wachtrancen, wenn

ich allein war. Normalerweise kamen sie, weil ich meinen eigenen Namen ein- oder zweimal für mich selber wiederholte, still, bis dann auf einmal wie aus der Intensität des Bewusstseins der Individualität heraus sich das individuelle Selbst aufzulösen schien und in grenzenloses Sein übergang, und es war dies kein verwirrter Zustand, sondern der klarste der klaren, der sicherste der sichersten, der verrückteste der verrückten – gänzlich jenseits aller Worte, wo der Tod eine geradezu lächerliche Unmöglichkeit war und der Verlust der Persönlichkeit (wenn es das war, was geschah) nicht als eine Auslöschung, sondern tatsächlich als das einzig wahre Leben erschien“.

Bhagavan sagte dazu: „Dieser Zustand wird Verbleiben im Selbst genannt.“

\* \* \*

## Herz

---

In Innern der Herzenshöhle leuchtet der einzigartige Brahman durch sich selbst als der *Atman* (Selbst) in dem Gefühl des „Ich-Ich“. Erreiche dieses Herz durch Eintauchen in dich selbst; entweder durch die Kontrolle des Atems oder durch die durch Suche nach dem Selbst konzentrierten Gedanken. Auf diese Weise wirst du dich im Selbst festigen.

Ich habe immer gesagt, dass das Herzzentrum auf der rechten Seite des Körper ist, auch wenn gelehrte Leute mir darin widersprochen haben. Ich spreche aus der Erfahrung heraus. Ich wusste es sogar schon im Elternhaus aufgrund meiner Trancen (*samadhi*) dort. Während des Vorfalls, der in *Selbst-Verwirklichung* verzeichnet ist, hatte ich wiederum eine sehr deutliche Vision und Erfahrung davon. Aus heiterem Himmel trat plötzlich ein Licht in mich ein, welches seitwärts kam und die Welterscheinung auslöschte. Ich fühlte, dass das Herz auf der linken Seite anhielt und der Körper blau anlief und leblos wurde. Vasudeva Sastri umarmte den Körper und weinte über meinen Tod, und ich konnte nicht zu ihm sprechen. Die ganze Zeit über fühlte ich, dass das Herzzentrum auf der rechten Seite so gut arbeitete wie schon immer. Dieser Zustand dauerte 15 oder 20 Minuten. Dann plötzlich schoss von der rechten zur linken Seite etwas wie eine Rakete, die im Himmel explodiert. Das Blut begann wieder zu zirkulieren, und die Normalverfassung des Körpers war wiederhergestellt.

Das ganze Universum ist im Körper in kondensierter Form, und der ganze Körper ist im Herzen. Daher ist das Herz der Nukleus des ganzen Universums. Diese Welt ist nichts anderes als das Gemüt, das Gemüt ist nichts anderes als das Herz - dies ist die ganze Wahrheit.

Die Quelle ist wie der Punkt, der keine Dimension hat. Er expandiert auf der einen Seite als Kosmos und auf der anderen als Unendliche Seligkeit. Dieser Punkt ist der Dreh- und Angelpunkt. Von ihm aus geht ein einziges *vasana* aus und erweitert sich als der Erfahrende („Ich“) und das Erfahrene („Welt“).

Vasistha antwortete Rama auf seine Frage: „Was ist dieser riesige Spiegel, in dem alles nur wie eine Reflexion ist? Was ist das Herz aller Seelen und aller Wesen in diesem Universum?“: „Alle Kreaturen dieses Universums haben zwei Herzen – eines ist erachtenswert, das andere nicht. Höre, wie sie zu betrachten sind: Das nicht zu erachtende ist das physische Organ namens Herz, welches in der Brust als Teil des verderblichen Körpers enthalten ist. Das erachtenswerte ist das Herz, welches die Natur reinen Bewusstseins hat. Es ist sowohl innerhalb und außerhalb von uns, kennt aber wiederum weder eine Innen- noch eine Außenseite.“

Dies ist das wirklich wertvolle Herz. Dieses ist der Spiegel, der alle Reflexionen enthält. Es ist die Grundlage und die Quelle aller Objekte und das Schatzhaus allen Reichtums. Daher ist nur dieses Bewusstsein, welches das Herz von allen ist, aber nicht dieses Organ, das einen kleinen Teil des Körpers bildet, leblos wie ein Stein ist und verderblich. Daher kann man die Auslöschung aller Wünsche und die Kontrolle des Atems durch die Praxis des Einschmelzens des Gemüts in das Herz erlangen, welches Reines Bewusstsein ist.

Die Konzentration aller Gedanken allein auf das Selbst wird zu Glück und Seligkeit führen. Das Einziehen und Zurückhalten der Gedanken und ihre Hinderung daran, nach außen zu wandern, nennt man *vairagya*. Ihr Fixieren im Selbst ist *sadhana* oder *abhyasa* (Praxis). Die Konzentration auf das Herz ist dasselbe wie die Konzentration auf das

Selbst. Das Herz ist ein anderer Name für das Selbst.

Das Selbst ist das Herz. Das Herz ist Selbstleuchtend. Licht steigt aus dem Herzen auf und gelangt ins Gehirn, das der Sitz des Gemüts ist. Die Welt wird mit dem Gemüt gesehen, also durch das reflektierte Licht des Selbst. Wahrgenommen wird sie mit der Hilfe des Gemüts. Sobald das Licht im Gemüt erstrahlt, wird dieses der Welt gewahr. Wird es dagegen nicht beleuchtet, dann ist es der Welt nicht gewahr. Wird das Gemüt nach innen zur Quelle des Lichts hin gewendet, dann hört das objektive Wissen auf und das Selbst allein leuchtet als das Herz.

Der Mond scheint wegen des reflektierten Lichts der Sonne. Sobald die Sonne untergegangen ist, eignet sich der Mond gut zur Beleuchtung von Objekten. Geht die Sonne dann wieder auf, braucht niemand mehr den Mond, obwohl die fahle Silhouette der Mondscheibe noch am Himmel sichtbar bleibt. Ebenso ist es auch mit Herz und Gemüt.

\* \* \*

## Entsagung

---

Als er einmal gefragt wurde: „Wie ist die Rolle eines *Grihasta* (Haushälters) im Zusammenhang mit *Moksha* (Befreiung) zu verstehen?“, antwortete Bhagavan: „Weshalb denken Sie, ein *grihasta* zu sein? Wenn Sie als *sannyasi* (Mönch) hinausziehen, wird Sie ein ähnlicher Gedanke verfolgen, nämlich der, ein *sannyasi* zu sein. Ob Sie nun im Haus leben oder entsagen und in den Welt gehen – Ihr Gemüt wird mit Ihnen gehen. Das Ego ist die Quelle der Gedanken. Es erschafft den Körper und die Welt und macht Sie glauben, Sie seien ein *grihasta*. Wenn Sie der Welt entsagen, wird es lediglich den Gedanken *grihasta* durch den Gedanken *sannyasin* und die Umgebung des Waldes durch die des Hauses ersetzen. Die mentalen Hindernisse bleiben aber. Sie nehmen in der neuen Umgebung sogar noch zu. Eine Veränderung der Umgebung ist keinerlei Hilfe. Das Hindernis ist das Gemüt. Dieses muss bezwungen werden, ob im Haus oder im Wald. Wenn Sie meinen es im Wald tun zu müssen, weshalb dann nicht auch im Haus? Weshalb daher Ihre Umgebung verändern? Die Umgebung selbst wird sich niemals nach Ihrem Wunsch verändern.“

Falls die Objekte eine unabhängige Existenz hätten, also irgendwo getrennt von Ihnen existierten, dann wäre es möglich für Sie, von ihnen fortzugehen. Jedoch existieren sie nicht getrennt von Ihnen – sie verdanken ihre Existenz Ihnen, Ihren Gedanken. Wohin könnten Sie also vor ihnen flüchten?

\* \* \*

Wo könnten Sie hingehen, um vor der Welt oder den Objekten zu flüchten? Sie sind wie der Schatten eines Mannes - man kann nicht vor ihm fliehen. Es gibt eine lustige Geschichte über einen Mann, der seinen Schatten begraben wollte. Er grub ein tiefes Loch, und immer wenn er seinen Schatten auf dem Grund war, war er befriedigt darüber, dass er ihn so tief zu begraben vermochte. Er fuhr fort, das Loch zu füllen, und als er ganz fertig war, war er überrascht und enttäuscht, seinen Schatten auf der Spitze des Erdhügels wiederentdecken zu müssen. Auf dieselbe Art werden die Objekte oder die Gedanken an sie immer so lange bei Ihnen sein, bis Sie das Selbst realisiert haben.

Weshalb sollten Ihr Beruf oder Ihre Pflichten des täglichen Lebens Ihren spirituellen Bemühungen entgegenstehen? Nehmen wir als Beispiel an, dass es einen Unterschied in Ihrem Verhältnis zu Aktivitäten zuhause und im Büro gibt. Im Büro sind Sie losgelöst; so lange Sie Ihre Pflichten erledigen, kümmern Sie sich nicht um das, was passiert oder ob dies für Ihren Arbeitgeber zu Erfolg oder Misserfolg führt. Zuhause jedoch erfüllen Sie alle Ihre Pflichten mit Anhaftung, und die ganze Zeit über sind Sie in Sorge darüber, ob sie ihrer Familie Vor- oder Nachteile bringen. Es ist durchaus möglich, sämtliche Aktivitäten des Alltags mit Losgelöstheit zu erledigen und nur das Selbst als real zu erachten. Es ist nicht richtig zu glauben, dass man bei einer Fixiertheit im Selbst die eigenen Alltagspflichten nicht mehr korrekt erledigen könne. Es ist wie bei einem Schauspieler. Er kostümiert sich, handelt und fühlt sogar wie die gespielte Figur, weiß aber, dass er im echten Leben nicht wirklich diese Figur ist, sondern jemand anderes. Weshalb sollte Sie entsprechend dazu das Körperbewusstsein bzw. das Gefühl „Ich bin der Körper“ noch länger stören, wenn Sie einmal sicher wissen, dass Sie nicht der Körper, sondern das Selbst sind? Nichts

von den Tätigkeiten des Körpers sollte Sie im Verbleiben im Selbst erschüttern. Ein solches Verbleiben stört niemals die korrekte und effektive Ausführung von Pflichten gleich welcher Art, die der Körper hat – ebenso wenig wie das Bewusstsein des Schauspielers von seiner Rolle im echten Leben sein Schauspiel auf der Bühne stört.

Entsagung ist immer im Gemüt; es besteht nicht darin, in den Wald oder an einsame Orte zu gehen oder die eigenen Pflichten aufzugeben. Wichtig ist zu sehen, dass das Gemüt sich nicht nach außen, sondern nach innen wendet. Es liegt auch nicht wirklich bei dem Menschen zu entscheiden, ob er an diesen oder jenen Ort geht oder seine Pflichten aufgibt oder nicht. Alles geschieht entsprechend seinem Schicksal.

Alle Erfahrungen, die der Körper durchläuft, sind festgelegt, sobald er ins Dasein tritt. Es liegt nicht bei Ihnen, sie zu akzeptieren oder abzulehnen. Ihre einzige Freiheit besteht darin, ihr Gemüt nach innen zu wenden und dort allen Aktivitäten zu entsagen. Niemand kann sagen, weshalb diese Freiheit und nur diese Freiheit allein dem Menschen obliegt. All das ist Göttlicher Wille.

Die Tätigkeiten aufgeben bedeutet die Anhaftung an die Tätigkeiten oder ihre Früchte aufzugeben, die Idee „Ich bin der Täter“ aufzugeben. Die Aktivitäten, für die dieser Körper in die Welt gekommen ist, müssen weitergehen. Es besteht gar nicht die Möglichkeit, diese Aktivitäten aufgeben zu können – ob man dies nun mag oder nicht.

Wenn man fest im Selbst verankert bleibt, dann werden alle Aktivitäten weitergehen, und ihr Erfolg wird nicht beeinträchtigt. Man sollte nur nicht die Idee haben, der Täter zu sein. Die Tätigkeiten werden trotzdem weiter gehen. Diejenige Kraft, die Sie nennen mögen wie immer Sie möchten, die den Körper ins Dasein hat treten lassen, wird dafür

sorgen, dass die Tätigkeiten, derentwegen der Körper in die Welt gekommen ist, weitergehen werden.

Wenn die Leidenschaften irgendetwas außerhalb von uns wären, dann könnten wir Waffen und Munition nehmen und sie alle erobern gehen. Sie sind aber alle in uns. Indem wir in die Quelle schauen, aus der sie gekommen sind, hindern wir sie daran, aufzusteigen, und werden sie dann auch erobern. Es sind die Welt und die Objekte in ihr, die unsere Leidenschaften erzeugen. Jedoch sind die Welt und diese Objekte allein durch unser Gemüt erzeugt worden. Im tiefen Schlaf existieren sie nicht.

Tatsache ist, dass der *Jnani*, und sogar ganz ausgezeichnet, jede Menge an Tätigkeiten ausführen kann, ohne sich dabei mit dem Körper zu identifizieren oder auch nur die Idee zu haben, selber der Handelnde zu sein. Es gibt Kräfte, die durch seinen Körper hindurch wirken und diesen Körper dazu nutzen, Arbeit zu erledigen.

\* \* \*

## Schicksal und freier Wille

---

Freier Wille und Schicksal existieren für immer. Schicksal ist das Ergebnis vergangener Aktion und betrifft den Körper. Lasst den Körper handeln wie er möchte. Weshalb kümmern Sie sich darum? Weshalb achten Sie darauf, was er tut? Freier Wille und Schicksal dauern so lange an, wie der Körper andauert. *Jnana* aber transzendiert beides. Das Selbst befindet sich jenseits von Erkenntnis und Unwissenheit. Was auch immer geschieht, geschieht als das Ergebnis der eigenen vergangenen Handlungen, aufgrund von göttlichem Willen und anderer Faktoren.

Es gibt nur zwei Wege, das Schicksal zu erobern oder unabhängig von ihm zu sein: Zum einen zu ergründen, wessen Schicksal es ist und zu entdecken, dass nur das Ego durch das Schicksal gebunden ist, aber nicht das Selbst, und dass das Ego inexistent ist.

Der andere Weg besteht darin, das Ego vollständig durch Hingabe an den Herrn zu töten, die eigene Hilflosigkeit zu erkennen und alle Zeit hindurch zu sagen: „Nicht ich, sondern du, oh Herr!“, und dadurch alle Empfindungen von „Ich“ und „mein“ aufzugeben und es dem Herrn zu überlassen zu tun, was er tun möchte. Die vollständige Austilgung des Egos ist erforderlich zur Eroberung des Schicksals, ob Sie nun diese Austilgung durch Selbst-Ergründung oder *bhakti marga* (Pfad der Hingabe) erreichen.

Alles ist vorherbestimmt. Jedoch steht es einem Menschen immer frei, die Identifizierung mit dem Körper aufzugeben und unberührt von den Vergnügen oder Schmerzen als Folge der Tätigkeiten des Körpers zu sein.

Nur die allein, die keine Erkenntnis der Quelle haben, aus der Schicksal und freier Wille aufsteigen,

diskutieren darüber, welcher Teil davon den anderen erobern könnte. Diejenigen, die ihr Selbst realisiert haben, das die Quelle von Schicksal und freier Wille ist, haben Diskussionen dieser Art hinter sich gelassen und haben nie wieder etwas damit zu schaffen.

Erfolg und Versagen hängen vom *prarabdha karma* und nicht von der Willenskraft oder dem Fehlen dieser ab. Man muss danach streben, unter allen Umständen das Gleichgewicht des Gemüts zu erlangen. Darin besteht die Willenskraft.

\* \* \*

## Jnani

---

Der *jnani* hat die Befreiung zu Lebzeiten erlangt, hier und jetzt. Für ihn ist belanglos, wann, wo und wie er den Körper verlässt. Manche *jnanis* scheinen zu leiden, andere können in *samadhi* sein, wieder andere möge noch vor ihrem Tod plötzlich verschwinden. Einen Unterschied bezüglich ihres *jnani* macht dies jedoch nicht. Nur für den Betrachter ist dieses Leiden augenscheinlich und real, nicht jedoch für den *jnani*, der es nicht fühlt, weil er die irrtümliche Identifizierung des Selbst mit dem Körper hinter sich gelassen hat.

Der *jnani* denkt nicht, dass er der Körper sei. Er sieht den Körper nicht einmal. Er sieht nur das Selbst im Körper. Sollte der Körper nicht mehr da sein, sondern nur noch das Selbst, dann taucht in keiner Weise deshalb die Frage des Verschwindens auf.

In den Schriften wird erwähnt, dass die größte Krankheit, die wir haben, der Körper ist (*bhava-noy* – die Krankheit des Geborenwerdens), und das Versuche zur Stärkung und Lebensverlängerung des Körpers wie bei dem Mann sind, der durch Einnahme von Arzneien seine Krankheiten heilen will. Ein Sanskrit-Vers im Gesang Nr. 11 im *Bhagavata* sagt, dass der Körper nicht real sei (vergänglich). Ob er ruht oder sich umher bewegt oder ob er aufgrund des *prarabdha karma* sich an den *jnani* klammert oder von ihm abfällt – der Selbst-Verwirklichte *Siddha* ist dessen nicht gewahr; so wenig wie ein betrunkenener Mann betäubt von der Droge Alkohol dessen nicht gewahr ist, ob der Kleider trägt oder nicht.

In den Schriften werden Veranschaulichungen dazu gegeben, auf welche Weise ein *jnani* im *sahaja*-Zustand und stets nur das Selbst sehend, sich umher bewegen und wie jeder andere Mensch

in der Welt leben kann. Wenn Sie zum Beispiel eine Spiegelung im Spiegel sehen, dann wissen Sie, dass der Spiegel die Realität ist und das Bild bloße Reflexion. Um nur den Spiegel sehen zu können – ist es dazu nötig, zuvor die Reflexion darin zu beseitigen?

Oder nehmen Sie die Illustration der Leinwand: Es gibt da eine Leinwand, auf der zuerst die Figur eines Königs erscheint. Er sitzt auf einem Thron. Dann erscheint vor ihm auf derselben Leinwand ein Schauspiel mit verschiedenen Objekten und Figuren, die der König auf der Leinwand beobachtet. Der Seher und das Gesehene sind bloße Schatten auf der Leinwand, die selbst die einzige Realität ist und diese Bilder ermöglicht. In der Welt bilden dementsprechend der Seher und das Gesehene zusammen das Gemüt, wobei das Gemüt unterstützt wird vom bzw. sich gründet auf das Selbst.

Sie haben das Empfinden, der Körper zu sein. Daher denken Sie, der *jnani* habe ebenfalls einen Körper. Sagt aber der *jnani*, das er einen Körper habe? Er mag für Sie so aussehen, als habe er einen Körper, und er scheint auch dieselben Dinge wie sie zu tun. Das verbrannte Seil sieht immer noch wie ein Seil aus, kann aber nichts mehr binden. So lange man sich selbst mit dem Körper identifiziert, ist all dieses schwer zu verstehen.

Untersuchen Sie die verschiedenen Zustände. Halten Sie an dem Zustand fest, der allein das Höchste und der Wahre Eine ist und fahren Sie mit Ihren Tätigkeiten in der Welt fort, wobei Sie Ihr Leben als bloßes Spiel betrachten. Sie haben dann Das erfahren, was hinter allen Erscheinungen in der Welt die Wirklichkeit innerhalb Ihres Herzens ist. Ohne dies dann jemals wieder aus dem Auge zu verlieren, gehen Sie dann ihren Tätigkeiten in der Welt nach. Befassen Sie sich ohne jeden Schaden

für Sie selbst mit Ihren Tätigkeiten in der Welt so, als hätten Sie wirklich Enthusiasmus und Dankbarkeit, Ängste und Abneigungen, aber ohne diese in Wirklichkeit zu haben; starten und verfolgen Sie Ihre Bemühungen, etwas zu erreichen, während Sie jedoch in Wirklichkeit keinerlei Anhaftungen an diese Bemühungen haben. Befreien Sie sich selbst von allen Arten von Fesselung, indem Sie während Ihrer Tätigkeiten dieselbe Ausgeglichenheit beibehalten, die Sie auch innerhalb von sich selbst haben, und bewegen Sie sich frei in der Welt.

Wessen Gemüt nicht an irgendwelche Wünsche geheftet ist, der tut in Wahrheit überhaupt nichts, obgleich sein Körper als handelnd erscheint. Er ist wie jemand, der eine Geschichte anhört, aber mit dem Gemüt woanders ist. Dementsprechend ist der Mensch, dessen Gemüt voll von Wünschen ist, sogar dann tätig, wenn sein Körper still ist. Ein Mann kann schlafend sein und sein Körper mag daliegen, und doch kann er im Traum auf Berge steigen und von ihnen herunterfallen.

Es ist für denjenigen alles gleich, der fest in einem Karren schläft, ob der Karren nun fährt oder steht, ob die Ochsen angespannt sind oder nicht. Dementsprechend spielt es für den *jnani*, der im Karren seines physischen Körpers schlafen gegangen ist, keine Rolle, ob er arbeitet, in tiefer Meditation (*samadhi*) oder schlafend ist.

Die Aussage, dass der *jnani prarabha* (Frucht vergangener Tätigkeit, die sich in der Gegenwart auswirkt) behält, während er frei von *sanchita* (Frucht vergangener Tätigkeit, die ausgeglichen ist) und *agayama karma* (Frucht von Tätigkeiten, die sich in zukünftigen Geburten auswirkt) ist, ist nur eine formale Antwort auf die Fragen des Unwissenden. Wenn der Gemahl stirbt, werden alle seine Frauen auf einmal Witwen. Dasselbe

geschieht, wenn der Täter geht - alle drei *karmas* verschwinden.

Die Nicht-Aktivität des Weisen ist in Wahrheit unaufhörliches Tun. Seine Eigenschaften sind ewige und intensive Aktivität. Seine Stille ist wie das offenbare Stillstehen eines sehr schnell rotierenden Rades. Das Auge kann seiner hohen Geschwindigkeit nicht folgen, und daher scheint es stillzustehen. Dies dient als Erklärung für Leute, die ganz allgemein die Stille des Weisen für Lebllosigkeit halten.

\* \* \*

## Verschiedenes

---

Niemand kann außer Reichweite der Höchsten Präsenz sein. Da du Bhagavan den einen und dir selbst einen anderen Körper zuweist, findest du nun zwei getrennte Einheiten vor und spricht davon, von hier fortzugehen. Wo auch immer du bist – du kannst mich nicht verlieren.

Sri Ramakrishna hatte ein lebendiges Bild von Kali gesehen, die er verehrte. Diese Lebendigkeit wurde von ihm gesehen, nicht von allen. Die Lebenskraft war auf ihn zurückzuführen. Es war seine eigene Lebenskraft, die sich als außerhalb erscheinend manifestierte und ihn für sich einnahm. Wenn das Bild wirklich real gewesen wäre, dann hätten es alle sehen müssen. Andererseits ist alles voll von Leben. Das ist eine Tatsache. Viele Anhänger hatten ähnliche Erfahrungen wie Ramakrishna.

Christus ist das Ego und das Kreuz der Körper. Wenn das Ego gekreuzigt wird und verdirbt, überlebt das Absolute Sein (Gott): „Ich und der Vater sind eins“. Dieses glorreiche Überleben wird Wiederauferstehung genannt. Gott der Vater repräsentiert *Isvara*, der Sohn ist der *Guru*, und der Heilige Geist ist der *Atman*.

Die Bibel sagt: „Sei still und wisse, dass ich Gott bin“, Psalm 46. Die Propheten sagen: „Es gibt nur einen allein, und einen zweiten gibt es nicht“, und: „Das Herz des weisen Menschen ist auf der rechten und das Herz des Narren auf der linken Seite.“

Kein Gedanke verschwindet spurlos. Jeder Gedanke erzeugt früher oder später seine Wirkung. Die Gedankenkraft verschwindet niemals spurlos.

Manche behaupten, dass der Körper unsterblich gemacht werden könnte, und sie empfehlen Rezepte, Arzneien oder anderes zu diesem Zweck, um den Körper zu vervollkommen und ihn

widerstandsfähig gegenüber dem Tod zu machen. Die im Süden bekannte Siddha-Schule hat an solche Verfahrensweisen geglaubt. Venkasami Rao in Kumbakonam machte eine Schule auf, die dasselbe glaubte. Auch in Pondichery gibt es eine Gruppe dieser Art. Es gibt auch eine Schule, die daran glaubt, man könne den Menschen durch Abstieg der göttlichen Kraft in einen Supermenschen verwandeln. Und doch sind schließlich alle diese Leute, nachdem sie ellenlange Abhandlungen über die Unzerstörbarkeit ihrer Körper geschrieben und medizinische und yogische Rezepte zur Vervollkommung und für das ewige Leben des Körpers gegeben haben, gestorben.

Der Name Gottes und Gott sind nicht verschieden voneinander. Die Bibel sagt es auch: „Am Anfang war das Wort, und das Wort war mit Gott, und das Wort war Gott“.

In dem Namen Rama sieht „Ra“ für das Selbst und „ma“ für das Ego. Wenn man wiederholt: „Rama“, „Rama“, dann verschwindet das „ma“ und geht in „Ra“ unter, und dann bleibt nur noch „Ra“. In diesem Zustand gibt es dann keine bewusste Anstrengung mehr für *dhyana*, sondern nur noch *dhyana* ist da, denn *dhyana* ist unsere wahre Natur.

Der Yogi hat vielleicht die Absicht, die *Kundalini* (die Schlangenkraft) zu erwecken und sie die *sushumna* (der yogische Nerv) hinauf zu senden. Der *Jnani* hat dies nicht als sein Objekt, aber beide erlangen dasselbe Resultat, das darin besteht, dass die Lebenskraft aufwärts durch die *sushumna* gesendet und die *chitjadagranthi* (der Knoten, der das Lebendige und das Leblose bindet) versehrt. *Kundalini* ist ein anderer Name für *Atma* oder Selbst oder *Sakti*. Wir sprechen darüber so, als wäre dies innerhalb des Körpers, weil wir uns als innerhalb des Körpers erleben. In Wirklichkeit ist dies weder außerhalb noch innerhalb des Körpers, denn es ist

nichts anderes als das Selbst oder *Sakti*. In *jnana marga*, wenn durch Selbst-Ergründung das Gemüt im Selbst untergegangen ist, steigen das Selbst, seine *Sakti* oder *Kundalini* automatisch auf.

Wenn nur der Friede des Gemüts wahres *Mukti* oder Befreiung ist - wie können dann alle diejenigen, deren Gemüts auf die *siddhis* (mysteriöse Kräfte) gerichtet ist, die sämtlich nur mit der Hilfe des Körpers und des Gemüts erlangt werden können, *Mukti* erreichen, das ja allem Aufruhr des Gemüts ein Ende bereitet?

Vermeide Wünsche und Abneigungen. Beschäftige das Gemüt nicht so viel mit den Angelegenheiten der Welt. Lass dich so weit wie möglich nicht in die Angelegenheiten anderer hineinziehen. Anderen zu geben bedeutet sich selbst zu geben. Wenn einer diese Wahrheit kennt, wie könnte er noch anderen etwas verweigern?

Wenn das Ego auftaucht, taucht alles auf. Geht das Ego unter, geht alles unter. Je leiser wir sind, umso besser für uns.

Die beste und machtvollste *diksha* (Einweihung) ist Stille, wie sie von Lord Dakshinamurti gegeben wurde. Berührung, Blick usw. gehören einer niedrigeren Ordnung an. *Mouna* kann alle Herzen verwandeln.

Bhagavan wurde von einem Anhänger gefragt, ob er dem Rat seines Guru entsprechend fortfahren solle mit der Anrufung des Namens Gottes oder besser zu *vichara* (Ergründung) übergehen solle. Bhagavan verwies den Anhänger auf einen Artikel in *Vision* vom September 1937 über die „Philosophie des Göttlichen Namens laut dem Heiligen Nam Dev“, in dem erklärt wird, dass Gott und sein Name dasselbe seien.

Die Sonne erleuchtet das Universum, während die Sonne von Arunachala so hell ist, dass in Ihrem

Licht kein Universum zu sehen ist: es gibt dann nur noch ein ungebrochenes Strahlen.

Es ist nicht wahr, dass die Geburt als Mensch höher als andere Geburten sei; dass man Selbst-Verwirklichung nur als Mensch erreichen könne. Sogar ein Tier kann Selbst-Verwirklichung erreichen.

Es gibt keine Notwendigkeit für irgend jemanden, noch vor der Erneuerung seiner selbst mit der Erneuerung des Landes oder der Nation zu beginnen. Die Pflicht jedes Menschen besteht in der Realisierung seiner wahren Natur. Wenn er danach noch den Wunsch nach der Erneuerung des Landes oder der Nation hat, dann lasst ihn dies auf jeden Fall tun. Swami Ram Tirtha riet: „Reformer gesucht – aber Reformer, die zuerst sich selbst reformieren!“ Keine zwei Menschen in der Welt sind einander gleich oder handeln gleich. Die äußeren Unterschiede werden immer bleiben, egal wie unnachgiebig wir sie zu beseitigen versuchen. Die einzige Lösung besteht darin, seine eigene Wahre Natur zu realisieren.

Die *Brihadaranyaka Upanishade* erklärt, dass „Aham“ der erste Name Gottes sei. Der erste Buchstabe in Sanskrit ist „A“ und der letzte „Ha“. „Aha“ beinhaltet daher alles vom Anfang bis zum Ende. Das Wort *Ayam* bedeutet „Das was existiert“, was selbst-leuchtend und selbst-erweisend ist. *Ayam*, *Atma* und *Aham* beziehen sich alle auf dasselbe. Auch die Bibel nennt als den ersten Namen Gottes „ICH BIN“.

Wenn wir uns auf einen Gedanken konzentrieren und dann in diesem Zustand einschlafen, wird dieser Gedanke gleich beim Aufwachen wieder in unserem Gemüt aufsteigen. Leute, denen man Chloroform gibt, werden aufgefordert, „eins, zwei, drei“ usw. zu zählen. Ein Mensch, der dann sagen wir bei „sechs“ eingeschlafen ist, wird beim Aufwachen mit „sieben, acht“ usw. fortfahren.

Als ich mit gestreckten Gliedern dalag und mental die Todeserfahrung erlebte und erkannte, dass der Körper aufgehoben und verbrannt wird, ich aber weiterlebe, stieg eine Kraft in mir auf – nenne sie *atomische* Kraft oder irgendwie anders – und ergriff Besitz von mir. Damit wurde ich neugeboren und wurde zu einem neuen Menschen. Danach wurde ich gleichgültig gegenüber allem und hatte nie wieder Ab- und Zuneigungen.

Aus der Stille kommt der Gedanke, aus dem Gedanken das Ego, aus dem Ego entspringt die Rede. Wenn Rede so effektiv ist, wie effektiv muss dann erst ihre Quelle sein?

*Karpura arathi* (Kämpfer vor Gott verbrennen) bedeutet symbolisch das Verbrennen des Gemüts im Licht der Erleuchtung. *Vibhuti* (geheiligte Asche) ist Siva (Absolutes Sein) und *kumkum* (Zinnoberpulver) ist *Sakti* (Bewusstsein).

Die *Puranas* sprechen von diesem Hügel (Arunachala) als hohl, und in seinem Innern sollen sich Städte und Straßen befinden. Diese Dinge habe ich in meinen Visionen ebenfalls gesehen. Die Schriften sprechen vom Herzen als einer Höhle. Aber das Eindringen darin ergibt dann eine Ausweitung von Licht. Dementsprechend ist der Hügel ein Hügel aus Licht. Die Höhlen darin usw. sind von diesem Licht bedeckt.

Die zur Sicherung der spirituellen Weges vorgeschriebenen Mittel der Wohltätigkeit, Buße, Opfer, *dharma* (rechtschaffenes Betragen), yoga, *bhakti* (Hingabe) und das eigentliche Ende des Weges werden verschiedentlich auch als Himmel, Höchstes Objekt, Friede, Wahrheit, Gnade, der Stille Stand, Todloser Tod, Wahre Erkenntnis, Entsagung, *Moksha* (Befreiung) und Seligkeit beschrieben. All dieses bedeutet nichts anderes als frei zu sein von der Besessenheit, der Körper sei das Selbst.

Betrachte dich nicht länger als diesen bedauernswerten Körper und erkenne deine Wahre Natur, die Ewige Seligkeit ist. Erkenne, dass deine Sorgen betreffend das Wohlergehen des Körpers wie der Versuch ist, einen Fluss auf dem Rücken eines Krokodils zu überqueren.

Nicht nach dem Nicht-Selbst zu verlangen ist Leidenschaftslosigkeit (*vairagya*). Verbleiben im Selbst ist *Jnana*. Beide sind dasselbe.

\* \* \*