

Üben mit universellem Bewusstsein

Die Verantwortung jedes einzelnen für die ganze Menschheit betrachte ich als universelle Religion.

Dalai Lama

Wären wir der einzige Mensch auf Erden, welches ein Leben könnten wir dann unter solchen Umständen führen? Kein besseres als ein Höhlenmensch oder ein Waldbewohner. So sind wir der Welt im Ganzen hoch verpflichtet und sollten allen unsere tägliche Verehrung und Achtung erweisen.

Wir sollten deshalb bei allem, was wir tun, überlegen, welchen Nutzen es allen bringt. Wenn eine fromme Handlung, eine religiöse Übung oder spirituelle Praktik nur dem Ausführenden Nutzen bringt, ist sie selbstsüchtig und daher nicht mehr spirituell. Hingegen wird jede Bemühung, die vielen Menschen Nutzen bringt, immer als spirituell angesehen, welcher Art sie auch sein mag. Diesem Maßstab kosmischer Nützlichkeit entsprechend, sollten unsere religiösen Übungen also in solchem Geiste praktiziert werden, dass alle Wesen an den Erfolgen teilhaben. In Indien wird zum Schluss jeder spirituellen Übung oder religiösen Zeremonie ein besonderes Ritual verrichtet, das die Früchte der Handlung in alle Richtungen des Universums sendet, damit die gute Tat allen Geschöpfen Nutzen bringt.

Auch wenn wir alle die einzelnen Schritte des alterwürdigen Meditationsablaufs vollzogen haben, müssen wir als Abschluss auf die Früchte der Übung verzichten. Der Yogi will keinen persönlichen Nutzen aus seiner Übung ziehen. Wenn sie von Nutzen ist, so soll sie dem Wachstum, dem Glück, dem Frieden und Wohl aller dienen.

Jene Menschen, die an einen Persönlichen Gott glauben oder über die Gestalt einer besonderen Gottheit meditieren, opfern die Früchte ihrer Meditation mit den Worten: „O Gott, Du bist die Seele und die zugrundeliegende Wirklichkeit jeden Wesens, das ist, das war und das sein wird. Indem ich Dir die Früchte meiner Meditation opfere, opfere ich sie allen. Möge es Dir gefallen,

allen Wesen des Universums Frieden, Wohlergehen, Lauterkeit, Güte und Wahrheit zu gewähren.“

Jene, die eine philosophische Neigung haben, ohne an ein Persönliches Ideal zu denken und die sich als Quelle aller guter Gedanken ansehen, meditieren über die Vorstellung, dass sich aus ihrem kosmischen Bewusstsein im sichtbaren und im unsichtbaren Universum rundum unentwegt Ströme guter Gedanken ergießen, die eine starke Schwingung der Wahrheit, der Güte und des Schönen in den Herzen aller Wesen auslösen. Wir müssen unter allen Umständen darauf verzichten, Erfolge unserer Meditationsübung zu erwarten. Wenn sie sich einstellen, so lasst sie uns mit allen Wesen teilen.

Und wenn wir für andere etwas tun, so hilft uns das, unsere innere Vervollkommnung auf eine klarere und ausgeprägtere Weise zu manifestieren. Wenn wir *geben*, sind wir hoch spirituell, wogegen wir, wenn wir um etwas bitten, gleichviel um was, immer klein werden. Der Ozean unserer spirituellen Vervollkommnung schrumpft schon bei der Vorstellung betteln zu gehen zu einem Tropfen zusammen. Wenn wir daher unsere Meditation und spirituellen Übungen nur zu unserem Nutzen verrichten, gewinnen wir letzten Endes nicht viel. Üben wir sie aber in der Absicht, anderen zu helfen oder ihnen zu dienen, dann vervielfacht sich der kleine Tropfen unserer Spiritualität zum Ozean.

Es gibt den einfachen Ausspruch, dass der Arbeiter nicht mehr wert ist als sein Lohn. Er kann nicht mehr als ein paar Pfennige für seine Arbeit erwarten. Das wird durch eine hübsche Geschichte illustriert: Einige Tagelöhner arbeiteten für den König. Nach harter Arbeit bekamen sie ihren schwer verdienten Lohn. Am Ende des Tages stellten sie sich in einer Reihe auf und erhielten ihr Geld, das ihnen in boshafter Missachtung

hingeworfen wurde. In dieser Gruppe gab es einen, der nur arbeitete, um den Arbeitern zu helfen und dafür zu sorgen, dass die Arbeit gut getan wurde. Er hatte seine Freude an der Arbeit. Er arbeitete umsonst. Was er tat, war mit Liebe getan, um den Arbeitern zu helfen und etwas Schönes und Nützliches aufzubauen. Es dauerte nicht lange, bis die höheren Beamten merkten, dass der beste Arbeiter auf dem Feld nicht auf der Lohnliste stand und ihn sein Lohn überhaupt nicht zu kümmern schien. Das weckte ihre Aufmerksamkeit und allmählich erfuhr es der König, der ihn beobachtete und schließlich entdeckte, dass er kein Tagelöhner war, sondern jemand, dem es um Menschlichkeit, Nützlichkeit und um das Schöne ging. Er liebte alle Arbeiter und war nie zu müde, ihnen zu helfen; er liebte den König und sah zu, dass die Arbeit für den König aufs Beste, aufs Schönste und Nützlichste getan wurde, denn etwas zu schaffen, war seine besondere Freude. So schenkte ihm der König immer mehr Beachtung, bis er einer seiner besten Freunde wurde und der König nichts mehr ohne seinen Rat und seine Anleitung unternahm. Er wurde zur „rechten Hand“ des Königs.

Diese kleine Geschichte zeigt: Wenn wir nur an den täglichen Lohn denken, wird er uns hingeworfen, was die Würde unseres inneren spirituellen Selbst verletzt. Wenn wir jedoch der Versuchung widerstehen, einen täglichen Lohn zu erhalten, wenn wir durch unsere Arbeit eine liebende Gesinnung zu allen, eine Liebe zum Schönen und Nützlichen entwickeln können, so wird das die Beachtung des „Königs“, der die Quelle aller Macht und Stärke ist, anziehen und uns schließlich erkennen lassen, dass wir Eines sind mit dem Urquell aller Macht und Vollkommenheit.

Es ist meine unerschütterliche Überzeugung, dass der größte Dienst, den man der Welt erweisen kann, nur in der Gedankenwelt liegt. Eine einfache Redensart lautet: „Gedanken sind Dinge.“ Meiner Meinung nach sind Gedanken mächtiger, substantieller und dauerhafter als bloße Dinge. Schenkt man jemandem ein Ding oder ein Geldstück, so wird es bald ausgegeben, verloren, aufgebraucht oder abgenutzt sein. Kannst du ihm aber freimütig deine guten Gedanken schenken, so hat er zweifellos mehr Nutzen davon als von irgendetwas anderem. Durch unsere materialistische Einstellung können wir den Wert von Ge-

danken nicht richtig einschätzen. Wenn wir uns höher entwickeln, erkennen wir jedoch, dass wir der Welt mehr helfen können, wenn wir spirituelle Gedankenschwingungen hervorbringen als wenn wir irgendein materielles Opfer bringen.

Wir treffen oft Menschen, die Hilfe brauchen. So wohlhabend wir auch sein mögen, ist es uns nicht möglich, die materiellen Bedürfnisse aller Notleidenden, denen wir begegnen, zu befriedigen. Ein spiritueller Mensch spürt dadurch im Innern immer eine Unruhe. Diese Unruhe hemmt seine spirituelle Entfaltung. Gegen die Störungen durch das Leiden anderer sollte man als Heilmittel Folgendes üben: Löse während jeder Meditation eine starke Gedankenschwingung aus, die einen Strom von Liebe, Frieden und Wohlwollen für alle Wesen aussendet. Als erstes wirst du bemerken, dass wenigstens der Kummer, den du durch das Leiden anderer empfunden hast, vergangen ist. Du wirst dann mit tieferer Ruhe und friedvoller an das Leid der Welt denken können. Als zweites kann man, wenn man die Angelegenheit sachlich betrachtet, feststellen, dass jene Bedürftigen tatsächlich die Hilfe erhalten, die du ihnen in Form deiner guten Gedanken sendest.

Viele Menschen wenden ein, dass du durch das Aussenden eines guten Gedanken für einen Hungrigen vielleicht dein eigenes Problem löst. Selbst magst du Ruhe und Frieden fühlen, aber erhält der Hungrige dadurch das Stück Brot, das er so dringend braucht? Mit aller Bestimmtheit bleibe ich dabei, dass neben der so dringend gebrauchten materiellen Versorgung solche Gedankenschwingungen viel wirksamer sind als ein paar materielle Dinge. Ich bin überzeugt, dass selbst ein Hungriger nicht so sehr am Mangel eines Stück Brotes leidet, wie am Mangel eines spirituellen Bewusstseinszustandes, der ihn über alles Leiden hinausheben würde. Dieses Bewusstsein erhält er durch die aufrichtigen guten Gedanken eines spirituellen Spenders. Noch dazu stellte man fest, dass die mächtigen guten Gedanken eines spirituellen Menschen von anderen, welche die materiellen Mittel haben und den Drang verspüren, materiell zu helfen, aufgefangen werden, und sie sich mit ihnen in Verbindung setzen. Zwischen dem „Wohlwollen“ von Yogis und spirituell fortgeschrittenen Menschen und den reichen Menschen des Landes bildet sich unmerk-

lich ein Kontakt, der sie veranlasst, den Armen und Bedürftigen zu helfen.

Der persönliche Nutzen ist jedoch das Wichtigste von allem. Ich weiß nicht, ob in der künftigen Weltgeschichte je eine Zeit kommen wird, in der es alle die Nöte, Leiden und Sorgen nicht mehr gibt. Es wird sie geben, so lange die Schöpfung besteht. Doch Kraft seines höheren spirituellen Wissens kann jeder Mensch aus dem Leidbewusstsein aussteigen. Das Heilmittel wird immer ein persönliches sein. Wenn wir uns also persönlich über das Leidbewusstsein erheben und anderen helfen können, dasselbe zu tun, werden wir das schwerwiegendste Problem der Welt lösen.

Lasst mich euch noch einmal daran erinnern: Übt ohne Hoffnung auf Vergeltung von irgendwoher, übt, ohne auch nur daran zu denken, was ihr dadurch gewinnt. Tut es für das Wohl der Vielen, zum Nutzen der Vielen. Tut es, um euch wohl zu fühlen. Es wird euch fehlen, wenn ihr nicht übt. Macht eure Übungen zum Atem eures Lebens!

SWAMI GNANESWARANANDA

Aus: *VEDANTA AND THE WEST*, 1945

*FRIEDE AUF ERDEN UND DEN MENSCHEN EIN WOHL-
GEFALLEN*

ÜBERSETZUNG: DIETLIND KLOPPMANN