

Eine Kultur des Friedens

Sadhguru



Als der Zweite Weltkrieg 1945 zu Ende ging, schworen sich viele Nationen auf der ganzen Welt, nie wieder zu kämpfen und nie wieder ein solches Grauen zu verursachen, das über fünfzig Millionen Menschen das Leben kostete. Die Realität ist jedoch, dass es seit 1945 keinen einzigen Tag Kampfpause gegeben hat. Irgendwo auf dem Planeten fand immer ein Kampf statt. Dies ist eine klare Aussage der Menschen, dass wir so, wie wir jetzt sind, nicht in der Lage sind, friedlich zu sein.

Wann immer heute ein Konflikt in der Welt aufflammt, sprechen die Menschen über Frieden. Wir müssen verstehen, dass Frieden nicht etwas ist, das wir schaffen müssen. Ein Konflikt ist unsere Schöpfung. Wenn die Menschen von der Erde verschwinden würden, wäre die Welt sehr friedlich. Wenn man keine Konflikte schafft, gibt es Frieden.

Was ist die Ursache der heutigen Konflikte? Konflikte finden auf vielen verschiedenen Ebenen statt. Es gibt einen Konflikt innerhalb des Menschen selbst, der sich überall ausbreitet. Es gibt so viele Konflikte innerhalb der Familie, und man sieht Konflikte in der Nachbarschaft – vielleicht benutzen sie keine Waffen und Bomben, aber Reibereien zwischen Menschen finden auf so vielen Ebenen statt. Zwischen Gemein-

schaften, religiösen Gruppen, Nationen und Gruppen von Nationen hat es schon immer Konflikte gegeben. Konflikte sind so alt wie die Menschheit. Es hat sie immer gegeben, aber wir haben nicht nach einer dauerhaften Lösung gesucht. Wir haben immer nur geschaut, wie wir es wieder zusammenflicken können. Wenn sich zwei Menschengruppen streiten, halten sie ein Friedenstreffen ab, flicken das Problem und machen weiter, nur um zu sehen, wie es in anderer Form wieder aufflammt, und noch später in anderer Form.

Konflikte sind nicht neu auf diesem Planeten. Es hat sie in so vielen Formen gegeben. Wenn man auf die Geschichte zurückblickt, so sind die meisten Kriege und Tötungen hauptsächlich im Namen der Religion geschehen. Das ist sehr bedauerlich. Die Religionen der Welt, die eigentlich eine Quelle des Friedens sein sollten, sind für die meisten Konflikte verantwortlich. Im Namen der Religion wurden weltweit so viele Menschen getötet und die schrecklichsten Gräueltaten begangen.

Sind wir also auf der Suche nach einem weiteren Flickwerk oder suchen wir nach einer dauerhaften Lösung für den Planeten? Wenn wir im Sinn haben, eine Kultur des Friedens aufzubauen, müssen wir verstehen, dass Kultur nicht

etwas ist, das von heute auf morgen entsteht. Kultur entsteht nicht aufgrund einer Resolution oder weil jemand ein Gesetz erlässt. Kultur wird über einen längeren Zeitraum geschaffen. Wenn eine ganze Generation von Menschen friedlich lebt, dann, und nur dann, kann sich eine Kultur des Friedens auf die nächste Generation ausweiten. Wenn wir eine Kultur des Friedens schaffen wollen, brauchen wir einen langfristigen Ansatz für Frieden, nicht nur eine sofortige Lösung für ein bestehendes Problem. Andernfalls werden wir morgen ein neues Problem haben.

Wenn man es nur an der Oberfläche betrachtet, scheint es verschiedene Ursachen für die Kämpfe und Konflikte auf dem Planeten zu geben. Aber wenn man es wirklich untersucht, ist das grundlegende Problem eines von Geben und Nehmen. Bei jeder Transaktion, die wir miteinander machen, ist das, was mein Gewinn ist, dein Verlust und das, was mein Verlust ist, dein Gewinn. Das ist die Art und Weise, wie jede Transaktion abläuft. Es ist immer ein Geben und Nehmen; der eine macht ein bisschen mehr, der andere ein bisschen weniger. Das ist unvermeidlich. Wenn wir wütend werden und innerlich irritiert sind, wenn wir bei einer Transaktion etwas weniger verdienen, wird Frieden nicht geschehen. Ob innerhalb der Familie oder zwischen Nationen, das ist das Hauptproblem. Man verlangt von uns, etwas zu teilen, was wir nicht bereit sind zu teilen. An der Oberfläche mögen sie es als gut und böse malen. Das ist nicht wahr. Es geht um die Frage, wer mehr bekommt und wer weniger bekommt.

Manchmal müssen wir im Prozess des Lebens auf eine Weise nachgeben, die uns ungerecht erscheinen mag. Wir werden in Momente der Benachteiligung versetzt. Das Ausmaß mag von Mensch zu Mensch je nach seiner Lebenssituation unterschiedlich sein, aber jeder von uns ist einigen Situationen ausgesetzt, die uns ungerecht erscheinen. Wenn wir in uns selbst aufbrausen, wenn diese Dinge geschehen, ist der Konflikt in der Welt eine natürliche Folge. Wenn wir keine friedlichen Menschen auf diesem Planeten haben, ist eine friedliche Welt nur ein Wunschtraum.

Zurzeit sprechen die Nationen der Welt nur dann von Frieden, wenn sie im Nachteil sind. Wenn sie im Vorteil sind, sprechen sie von Krieg und Aggression. Das gilt auch für jeden Einzelnen. Wenn er in einer benachteiligten Position ist, wird er von

Frieden und Kompromissen sprechen. Wenn er in einer vorteilhaften Position ist, wird er davon sprechen, hinzugehen und zu bekommen, was er will.

Es gibt eine schöne Geschichte, die ich euch erzählen muss. Als das heutige Russland noch die Sowjetunion war und der Kommunismus das Gesetz war, waren die Menschen sehr begeistert, weil der Kommunismus eine großartige Idee zu sein schien. Das Grundprinzip des Kommunismus ist, dass die Menschen nach ihren Bedürfnissen und nicht nach ihrer Gier leben. Was später daraus geworden ist, steht auf einem anderen Blatt, aber das Grundprinzip ist, dass alle alles teilen und zusammenleben. Ein Gemeinschaftsgefühl unter vielen Menschen und eine ganze Nation, die wie eine Gemeinschaft lebt, ist die Ideologie dahinter. Die Idee hat einen bestimmten amerikanischen Autor sehr begeistert. Es ist eine fantastische Idee – Teilen als Lebensform. Die Menschen, die mehr haben, geben es an die Armen weiter. Er wollte sich selbst davon überzeugen und besuchte daher das kommunistische Russland. Er ging auf einer Dorfstraße spazieren und sah einen alten Mann mit zwei Hühnern unter dem Arm. Er holte den Mann ein und fragte: „Genosse, stimmt es, dass du, wenn du zwei Häuser hast, ein Haus an jemanden verschenkst, der keines hat?“

Der alte Mann sagte: „Ja, Genosse, natürlich. Wenn ich zwei Häuser habe, werde ich es meinem ärmeren Genossen schenken, der es nicht hat.“

„Das ist erstaunlich“, sagte er. „Das ist wirklich großartig. Wenn du zwei Kutschen hast, gibst du dann eine Kutsche an den ärmeren Genossen ab?“

Der Mann sagte: „Ja, natürlich, wenn ich zwei Kutschen habe, gebe ich eine an den ärmeren Kameraden ab.“

„Das ist großartig. Diese beiden Hühner, würdest du ein Huhn an deinen ärmeren Genossen verschenken?“

„Bist du verrückt?“, antwortete der alte Mann. „Ich habe nur zwei.“

Die Menschen sind bereit zu teilen, was sie nicht haben, nicht was sie haben! Menschen, die nichts haben, reden über Teilen, Kompromisse und Frieden. Menschen, die alles haben, setzen immer nach um zu bekommen, was sie wollen. Mit dieser Einstellung kann man keinen Frieden

schaffen, denn diejenigen, die mächtig sind, werden immer mehr bekommen wollen. Heute befinden sich neunzig Prozent der Ressourcen der Welt in den Händen von fünf Prozent der Menschen. Wenn das die Einstellung ist, ist Frieden schwierig.

Wenn wir Frieden schaffen wollen, wenn wir an eine Kultur des Friedens denken, ist der erste Schritt, den jeder von uns tun muss, bei sich selbst zu beginnen und herauszufinden, wie man diesen einen Menschen zu einem wirklich friedlichen Wesen machen kann.

Ein friedliches Wesen ist nicht gleichbedeutend mit einem passiven Wesen. Besonders die Jugend der Welt neigt dazu, Frieden als Passivität und Gewalt als Aktion zu verstehen. Das ist nicht wahr. Man kann in sich selbst sehr friedlich sein und trotzdem alles tun, was nötig ist. Tatsächlich kann man alles, was nötig ist, nur dann gut machen, wenn man in sich selbst friedlich ist. Wenn Menschen wütend sind, neigen sie dazu, die idiotischsten Dinge mit sich selbst anzustellen. Wenn du wütend bist, funktionierst du dann intelligent oder tust du dir dumme Dinge an? Vielleicht tust du niemand anderem etwas an, aber du schaffst dir selbst Unannehmlichkeiten. Wie würdest du jemanden nennen, der sich selbst Unangenehmes zufügt: einen intelligenten Menschen oder einen Idioten? Es gibt genug Unangenehmes in der Welt um uns herum. Man muss nicht Unangenehmes in sich selbst erzeugen. Aber im Moment ist das die Kultur geworden: Wenn es draußen Unangenehmes gibt, machen wir uns auch unangenehm.

Wenn du lernst, in den schwierigsten Situationen deines Lebens in dir selbst friedlich zu sein, nur dann können wir über einen längeren Zeitraum eine Kultur des Friedens aufbauen. Wenn du dein Gemüt nicht friedlich halten kannst, ist die Frage, wie man die Welt friedlich halten kann, einfach unmöglich. Wenn Menschen, die über den Weltfrieden reden, nicht in der Lage sind, auch nur einen einzigen Moment am Tag friedlich zu bleiben, dann sind sie nur ein Witz, würde ich sagen.

Wie ist es möglich, friedlich zu sein, wenn Ungerechtigkeit geschieht? Wenn wir an einer Lösung interessiert sind, ist es extrem wichtig, dass wir wissen, wie wir unseren Frieden bewahren können, besonders wenn die Dinge um uns herum

schief laufen. Wenn wir daran interessiert sind, zum Problem beizutragen, können wir auch zum Problem werden. Wenn du deinen Frieden verlierst, trägst du definitiv zum Problem bei und nicht zur Lösung.

Es geht hier nicht darum, barmherzig zu sein. Es mag eine Zeit in unserem Leben kommen, in der wir aufstehen und einen Krieg führen müssen. Aber selbst das können wir mit Frieden im Herzen angehen. Wenn wir es so angehen, werden wir nur in dem Maße kämpfen, wie es notwendig ist. Aber wenn wir in Wut und Hass sind, werden wir für eine Ungerechtigkeit eine andere herbeiführen. Das ist, was heute in der Welt geschieht. Eine Gruppe von Menschen fügt einer anderen Gruppe Ungerechtigkeit zu. Dann will die andere Gruppe die erste Gruppe übertrumpfen. Wenn jeder etwas mehr tun will, als der andere getan hat, wird die Ungerechtigkeit kein Ende nehmen.

Aber die Frage ist, wie kann man friedlich sein? Das ist etwas, mit dem sich die meisten Menschen nicht wissenschaftlich auseinandergesetzt haben. Wir denken, wenn alles um uns herum gut ist, werden wir friedlich sein. Das ist nicht wahr. Eine Sache, die wir verstehen müssen, ist, wer auch immer wir sind, wo auch immer wir leben, wie mächtig wir auch sind, selbst wenn wir übermenschlich sind, wir haben keine absolute Kontrolle über die Situationen, in denen wir leben. Wir können niemals hundertprozentige Kontrolle haben. Wir können unsere Situationen nur bis zu einem gewissen Grad kontrollieren. Wenn du also erwartest, dass alles um dich herum gut sein sollte, bevor du friedlich sein kannst, bedeutet das, dass du sagst, dass Frieden unmöglich ist!

Du brauchst keinen Krieg, um wütend zu sein. Eine Kleinigkeit, die in deiner Familie passiert, kann dich zwanzig Jahre lang wütend machen. Niemand muss dich bombardieren oder auf dich schießen, um dich wütend zu machen. Ein einziges Wort, das dir nicht gefallen hat, kann dich zwanzig Jahre lang wütend machen. Wenn du dich danach richtest, bedeutet das, dass du dich entschieden hast, ein Sklave von anderen Menschen zu sein. Wenn andere Menschen über dein inneres Klima entscheiden, bedeutet das definitiv, dass du die schlimmste Art von Sklave für sie bist.

Andere Menschen bestimmen bis zu einem gewissen Grad unsere äußere Atmosphäre. Wir

können es nicht ändern. Die äußere Atmosphäre wird von vielen Kräften bestimmt und nie hundertprozentig von uns. Aber unsere innere Atmosphäre muss von uns bestimmt werden, und nur von uns. Nur dann können wir uns als Menschen bezeichnen. Andernfalls würden wir nur wie Tiere reagieren. Unsere ganze Menschlichkeit würde verloren gehen. Wenn du wütend bist, geht deine Menschlichkeit verloren, nicht wahr? Wenn du deine Menschlichkeit verlierst, nur weil jemand in der Welt etwas Dummes tut, hast du dann dir selbst oder der Welt, in der du lebst, etwas Gutes getan? Die erste und grundlegendste Frage lautet also: Ist es für jeden Menschen nicht extrem wichtig, dass er selbst und nicht jemand anderes entscheidet, was in ihm vorgeht?

Jeder Mensch möchte sein inneres Wesen so bewahren, wie er es will, und nicht so, wie es ihm jemand anderes vorschreibt. Aber im Moment wissen die meisten Menschen nicht, wie sie friedlich sein können. Sie brauchen eine richtige Technologie. Wenn es eine Frage der Technologie ist, dann gibt es eine wunderbare Technik, einen einfachen Prozess, mit dem man in sich selbst friedlich bleiben kann.

Es geht hier nicht um ein Glaubenssystem oder darum, barmherzig mit denen zu sein, die einen foltern, denn das wäre unmöglich. Diese Dinge werden den Menschen seit jeher beigebracht: „Sei freundlich zu deinem Feind.“ Ist das für dich möglich? Du magst es sagen, aber wenn du wirklich gefoltert wirst und Dinge, die du wirklich schätzt, entweiht werden, wirst du rasend vor Wut.

Was wir anbieten, ist Technologie. Wir haben heute gelernt, unser Klima mit moderner Technik zu steuern. Wenn die äußere Atmosphäre kalt ist und unser Körper sie nicht mag, können wir in unseren Räumen eine geeignete Temperatur schaffen, die unserem Körper gefällt. In ähnlicher Weise gibt es eine Wissenschaft und eine Technologie, um unser inneres Klima zu kontrollieren, die wir aber nicht ausreichend angewendet haben. Wir versuchen nur, uns irgendwie Wohlbefinden vorzugaukeln (*engl.*: to bullshit oneself).

Es geschah eines Tages, als ein Bulle auf der Wiese graste und ein Fasan Zecken von dem Bullen pickte. Sie waren Partner. Am Rande des Feldes stand eine große Eiche. Der Fasan schaute wehmütig zu dem Baum hinauf und sagte:

„Ach, es gab eine Zeit, da hatte ich die Kraft, bis zum obersten Ast des Baumes zu fliegen. Heute kann ich nicht einmal bis zum ersten Zweig des Baumes fliegen. Ich habe keine Kraft mehr in meinen Flügeln.“

Der Bulle sagte ganz lässig: „Das ist kein Problem. Friss einfach jeden Tag ein bisschen von meinem Mist. Innerhalb von vierzehn Tagen wirst du den obersten Ast des Baumes erreichen.“

Der Fasan sagte: „Ach, komm schon! Was ist denn das für ein Unsinn?“

Der Bulle antwortete: „Wirklich! Versuch es und sieh selbst. Die ganze Menschheit ist auf dem Trip.“

Sehr zögerlich begann der Fasan, an dem Mist zu picken, und siehe da, schon am ersten Tag flog er zum ersten Zweig. Innerhalb von vierzehn Tagen erreichte er den obersten Ast des Baumes. Er kam und setzte sich auf den höchsten Ast. Gerade als er anfang, sich an der Landschaft zu erfreuen, sah der alte Bauer, der in seinem Schaukelstuhl saß und schaukelte, einen dicken alten Fasan auf der Spitze des Baumes. Er zückte seine Flinte und schoss den Vogel vom Baum. Die Moral von der Geschichte: Auch Mist kann dich nach oben bringen, aber er lässt dich nie dort bleiben.

Im Moment versuchen die Menschen, sich inneres Wohlbefinden vorzugaukeln. Nur einen Moment lang sind sie friedlich und glücklich. Wenn draußen etwas schief läuft, krachen sie zusammen. Wenn jemand anderes entscheidet, was du anziehen sollst, was du essen sollst und wie du sein sollst, nennt man das Sklaverei. Aber in diesem Moment kann so gut wie jeder entscheiden, was in dir vorgeht. Jeder kann in jedem Moment den Frieden in dir rauben und dich wütend und hasserfüllt machen. Jeder kann in dir erzeugen, was er will. Ist das nicht Sklaverei? Dies ist die schlimmste Form der Sklaverei. Solange du dich nicht von dieser Sklaverei befreist, ist Frieden als Kultur in weiter Ferne.

Bevor du dir überlegst, wie die Welt sein sollte, solltest du dir überlegen, wie du in dir selbst sein solltest. Wenn du es nicht schaffst, dich selbst friedlich zu halten, ist die Welt friedlich zu halten nur leeres Gerede. Junge Menschen, die ihr Leben noch vor sich haben, sollten zunächst eine gewisse Zeit in ihr inneres Wohlbefinden investieren. Wie man in sich selbst sein sollte, sollte ein Hauptanliegen sein.

Heute ist es für die Menschen unterhaltsam, über Weltfrieden zu reden. Ich war auf einer Reihe von internationalen Konferenzen, und was ich sehe, ist, dass die Leute einfach nur Spaß am Reden haben, sie nehmen das, was sie tun wollen, nicht ernst. Neunzig Prozent der Leute scheinen froh zu sein, dass sie ein Ticket für eine Reise bekommen haben, dass sie in einem großen Hotel übernachten, und das war's! Ich sehe nicht die Ernsthaftigkeit der Leute – dass sie dort sind, weil sie daran interessiert sind, Frieden zu schaffen.

Das liegt daran, dass Gewalt eine Investition ist und Konflikte einen Nutzen haben. Irgendjemand profitiert von der ganzen Sache und es ist eine Scharade, die aufrechterhalten wird. Viele Menschen haben den Schmerz eines Konfliktes nicht erlebt, sie wissen nicht, was es bedeutet, wirklich von diesen Dingen betroffen zu sein. Sie sehen es nur im Fernsehen, als eine Art Aufregung, wenn Bomben explodieren und Körperteile durch die Gegend fliegen. Diese Art von Filmen ist sehr beliebt. Und jetzt braucht man keine Filme mehr zu schauen, weil es jeden Tag in den Nachrichten kommt. Irgendwie ist es den Menschen nicht ernst mit dem Frieden, außer diejenigen, die wirklich von seinem Fehlen betroffen sind.

Wenn sich dies ändern soll, muss der Mensch als erstes lernen, in sich selbst friedlich zu sein. So wie es eine Wissenschaft und Technologie gibt, um äußeres Wohlbefinden zu schaffen, gibt es auch eine Wissenschaft und Technologie, um inneres Wohlbefinden zu schaffen.

Was bedeutet „innerer Frieden“? Es gibt viele Möglichkeiten, dies zu betrachten. Die einfachste Art es zu betrachten, ist: Nehmen wir an, du verlierst heute deinen Frieden. Was wird dann passieren? Vielleicht wirst du nach Hause gehen und dich mit deinem Mann oder deiner Frau streiten. Als Nächstes wirst du deinen Nachbarn anschreien, und dann gehst du zur Arbeit und schreist deinen Chef an. In dem Moment, in dem du deinen Chef anschreist, wissen die Leute, dass du medizinische Hilfe brauchst. Also bringen sie dich zu einem Arzt, der dir eine Pille gibt. Eine Pille ist nur eine bestimmte Menge an Chemikalien. Wenn du diese kleine chemische Pille in den Körper gibst, wirst du plötzlich friedlich. Vielleicht nur für eine kurze Zeit, aber du wirst friedlich.

Was du als Frieden bezeichnest, ist also eine bestimmte Art von Chemie in dir. In ähnlicher Weise hat das, was du Glück, Elend, Angst, Leiden, Wut und Hass nennst, in dir eine bestimmte chemische Grundlage. Es gibt einfache Methoden, mit denen man die richtige Art von Chemie in sich selbst erzeugen kann. Wenn du gewillt bist, nur ein paar Minuten pro Tag in dein inneres Wohlbefinden zu investieren, wird es in dir zu etwas Natürlichem, friedlich und glücklich zu sein. Wenn die Menschen auf diesem Planeten friedlich sind, muss man nichts mehr tun, um den Planeten friedlich zu machen. Die Welt ist nur deshalb nicht friedlich, weil die Menschen nicht friedlich sind.

Bislang haben wir in der Welt nichts Konkretes unternommen, um den einzelnen Menschen wirklich friedlich zu machen. Wir sprechen immer davon, dass Nationen und Gemeinschaften friedlich sind. Probleme zwischen Nationen, Gemeinschaften oder religiösen Gruppen können als Probleme angegangen werden, wenn die Menschen, die über diese Probleme sprechen, friedlich sind. Wenn die Menschen, die sich dem Frieden annähern, nicht friedlich sind, liegt die Möglichkeit des Friedens in weiter Ferne.

Wir haben genug Unsinn, genug Gewalt und genug Töten erlebt. Wir müssen etwas Langfristiges und Konkretes tun, um eine Kultur des Friedens zu schaffen. Und das ist möglich. Aber es geht nicht von heute auf morgen. Die Menschen sollten gewillt sein, etwas für sich selbst und für die Situation um sie herum zu tun. Überall dort, wo wir mit anderen Menschen in Kontakt kommen, sollten wir bereit sein, bei jeder Aktivität ein kleines bisschen dazu beizutragen, eine Atmosphäre des Friedens in uns und außerhalb von uns zu schaffen.

Wird das die Nationen der Welt dazu bringen, ihre Invasionen zu stoppen? Bitte bedenke, dass die Nationen der Welt alle von Menschen geführt werden, nicht von irgendwelchen Dämonen. Es sind Menschen, die nicht mit ihrer Menschlichkeit identifiziert sind. Menschen sind mit ihren Nationen, ihren Religionen und ihren Gemeinschaften identifiziert, aber nicht mit ihrer Menschlichkeit. Wenn die Menschen mit ihrer Menschlichkeit identifiziert wären, könnten wir uns immer zusammensetzen und miteinander reden und diese Probleme auf irgendeine Weise lösen, denn es muss immer ein Geben und Nehmen geben. Aber im Moment können diese Probleme nicht gelöst

werden, weil wir uns in einem Zustand der Wut und des Hasses befinden. Wir sind unfähig, ein Gefühl des Friedens zu finden. Wenn dies nicht geschieht, wird jedes kleine Problem überproportional aufgeblasen. Wegen jeder Kleinigkeit bekämpfen wir uns schließlich gegenseitig.

Die Welt ist kein Globus. Die Welt sind ihre Menschen. Der Versuch, irgendeine Art von Veränderung in der Welt herbeizuführen, ohne sich um den einzelnen Menschen zu kümmern, hat nur zu mehr Problemen geführt. Wenn man auf die vielen Revolutionen in der Geschichte zurückblickt, wurden sie ausgelöst, weil Menschen bestimmte Umstände als ungerecht empfanden, und ihre Wut entfachte sich. Aus dieser Wut heraus traten sie intensiv in sozialen und nationalen Situationen in Aktion. Im Allgemeinen waren die Situationen, die während der Revolutionen entstanden, viel schrecklicher als die Situationen, die vor den Revolutionen bestanden. Und meistens war alles, was wir erreicht haben, die Ablösung eines Tyrannen durch einen anderen. Was die einzelnen Menschen betraf, so gab es keine grundlegende Veränderung darin, wie sie das Leben in sich selbst erfuhren.

Individuelles Wohlbefinden lässt sich nicht erreichen, indem man die soziale, nationale und wirtschaftliche Situation verändert. Man kann nur eine förderliche Atmosphäre für individuelles Wohlbefinden schaffen. Wenn individuelles Wohlbefinden geschehen soll, müssen wir uns um den einzelnen Menschen kümmern. Wenn jeder Einzelne beginnt, sich selbst als Mensch zu erleben, wenn er seiner Menschlichkeit erlaubt, in ihm aufzublühen, wird es friedliche Menschen und eine friedliche Welt geben. Unser Interesse sollte also den Menschen gelten.

Es geschah einmal, dass der Häuptling eines Kannibalenstammes, Mr. Boomboom, in der Businessklasse eines Lufthansa-Fluges saß. Die Stewardess kam auf ihn zu und fragte: „Sir, möchten Sie Wein trinken: französischen, spanischen, deutschen oder kalifornischen?“ Er verlangte Französisch. Sie holte ein Glas hervor, um es ihm zu servieren. Er sagte: „Kein Glas. Ich will die Flasche.“ Und er trank die ganze Flasche aus.

Die Gastgeberin verdrehte die Augen und fragte: „Sir, möchten Sie die Menükarte sehen?“ Mr.

Boomboom antwortete: „Nein, geben Sie mir die Passagierliste!“

Unser Interesse sollte also den Menschen gelten. Wir müssen verstehen, dass ein Mensch eine enorme Energie und ein enormes Potenzial ist. Wenn er seine Energien nicht zum Ausdruck bringt und sie nicht richtig nutzt und lenkt, wird er unweigerlich Gewalttaten begehen. Gewalt bedeutet nicht unbedingt, dass man loszieht und jemanden umbringt. Du bist wütend, das ist Gewalt. Du bist gereizt, das ist Gewalt. Du kannst nicht stillsitzen, das ist Gewalt. Wenn wir sie nicht von ihrem innersten Kern her ausmerzen, wird es keinen Frieden geben.

Der Grund, warum die Menschheit krank ist, liegt einfach darin, dass sie nicht weiß, wie man still ist. Wenn die Menschen nur wüssten, wie sie still sein können – nicht tot und still, sondern absolut still mit großer Intensität – dann würdest du sehen, wie alle Gewalt einfach vom Planeten verschwinden würde. Die Wissenschaft des Yoga ist genau das: zu lernen, wie man seine Energien in der richtigen Weise nutzt und lenkt, damit das, was man ist, seinen ultimativen Ausdruck findet. Wenn du dieser Energie, die du als Leben bezeichnest, nicht erlaubst, ihren Ausdruck zu finden, versucht sie natürlich, sich auf gewaltsame Weise einen Weg nach draußen zu bahnen.

Wenn man sich die heutige Welt ansieht, wird fast alles gewalttätig. Unsere Musik, unser Tanz, unsere Kultur, die Art und Weise, wie wir uns bewegen und Dinge in unserem Leben tun, wird immer gewalttätiger. Hie und da schwappt es auch auf die Straße über. Das sollte dich nicht überraschen. Betrachte dich als Individuum und sieh dir an, wie viele Momente am Tag du die Person, die neben dir sitzt, nicht ausstehen kannst. Der Versuch, dich zurückzuhalten, wird nur eine gewisse Zeit lang funktionieren. Irgendwo wird es explodieren.

Frieden ist etwas, das die Menschen noch nicht einmal in sich selbst gekostet haben. Welches Recht haben sie, ihn in der Gesellschaft und in der Welt zu erwarten? Vor einem Jahr war ich zufällig auf einem großen Friedenskongress. Alle sprachen über Frieden, und am Ende, weil sie den Fehler gemacht haben, mich einzuladen, habe ich ein paar Dinge aufgewühlt, und irgendwie haben sie ein bisschen in sich selbst gesucht.

Am Ende fragte die Person, die die Veranstaltung leitete: „Wie viele von uns können aufrichtig sagen, dass sie friedlich sind? Heben wir unsere Hände.“ Keine Hand ging hoch.

Irgendwie müssen die einzelnen Menschen friedlich werden. Nur dann gibt es eine Möglichkeit für eine friedliche Gesellschaft auf diesem Planeten. Ist so etwas möglich? Denke nicht an die Zukunft der Welt auf der Grundlage der bestehenden Realitäten. Die bestehenden Realitäten auf dem Planeten könnten in einem Augenblick verändert werden, denn sie berücksichtigen nicht den Willen, den Einsatz und die Liebe der Menschen in ihren Herzen. Die bestehenden Realitäten betrachten nur die Zahl der Menschen, die heute gestorben sind, und die Zahl der Bomben, die es auf dem Planeten gibt. Statistiken und bestehende Realitäten berücksichtigen nicht, was im menschlichen Herzen schlägt. Wenn wir das nur anregen können, wenn wir nur anregen können, was in den einzelnen Herzen vor sich geht, dann ist Frieden definitiv eine Möglichkeit. Wenn wir uns dafür einsetzen, dass dies um uns herum geschieht, können wir erleben, wie sich noch zu unseren Lebzeiten etwas Großartiges und Drastisches auf unserem Planeten ereignet.

„Wenn wir unser Gemüt nicht friedlich halten können, wie kann dann die Welt friedlich sein? Die Welt da draußen ist ein Spiegelbild des menschlichen Geistes.“ – Sadhguru



Fragesteller: *In unseren heutigen Konsumgesellschaften sehen wir eine enorme Verschwendung und einen unverantwortlichen Umgang mit Ressourcen und Materialien. Sollten die Menschen nicht eine gewisse Demut gegenüber den Ressourcen und der Energie, die die Natur zu bieten hat, an den Tag legen?*

Sadhguru: Man braucht keine Demut, um sanft mit dem Planeten umzugehen. Man braucht nur ein wenig mehr Weisheit, ein Verständnis dafür, dass die Ressourcen, die man nutzt, begrenzt sind. Es gibt keine unbegrenzten Ressourcen auf diesem Planeten. Mit der Art von Technologien, die wir heute haben, sind wir in unserer Fähigkeit,

Dinge zu nutzen, so stark befähigt, dass wir den gesamten Planeten in den nächsten 25 Jahren aufbrauchen können. Dazu sind wir in der Lage. Wenn also Macht in unsere Hände kommt, sollte auch Weisheit in unseren Köpfen Einzug halten. Das ist nicht geschehen. Das liegt daran, dass wir wieder einmal nicht an den einzelnen Menschen gearbeitet haben.

So wie die Bildungssysteme aufgebaut sind, geht es nur um Informationen. Bei der gesamten modernen Wissenschaft und Technologie geht es darum, wie wir jedes Lebewesen auf dem Planeten zu unserem Vorteil nutzen können. Wir haben den Planeten in großem Maße genutzt. In den letzten 150 Jahren haben wir zu viele Dinge auf dem Planeten getan. Trotz alledem, sind die Menschen heute glücklicher als sie es vor hundert Jahren waren? Der Komfort ist so groß wie nie zuvor, aber das Wohlbefinden ist es nicht. Noch nie war eine Generation von Menschen so komfortabel oder hatte so viele Annehmlichkeiten, wie wir sie heute kennen. Trotzdem sind die Menschen nicht glücklicher. Sie werden immer verzweifelter. Die Menschheit leidet an psychischen Erkrankungen wie nie zuvor, einfach weil die Menschen nicht glücklich sind.

Die Menschen sind in sich selbst nicht gefestigt, weil wir dieser Dimension keine Aufmerksamkeit geschenkt haben. Wir haben immer geglaubt, dass äußere Umstände zu verbessern unser Leben verbessern wird, aber das ist nicht wahr. Wir müssen auch etwas mit den inneren Situationen tun. Wenn wir ein gewisses Gefühl des Friedens und des Glücks in uns selbst erfahren würden, würden wir tun, was nötig ist.

Die gesamte Menschheit befindet sich heute in einem Streben nach Glück. Wenn man nach Glück strebt, ist man in einem Modus verzweifelter Tätigkeit. Wenn jemand verzweifelt tätig ist, kann man ihm nicht sagen, dass er dies oder jenes nicht tun soll. Er wird krumme Wege finden, es zu tun. Wenn ein Mensch in sich selbst friedlich und freudig ist, wird er genau das tun, was nötig ist, nicht mehr und nicht weniger. Heute tun wir alles im Übermaß, nur weil unser Glück „da draußen“ ist. Wir müssen hingehen und es holen. Unsere Vorstellung von Glück ist, jemand anderem voraus zu sein.

Wenn man sich in einem solchen Rennen befindet, kann man nicht aufhören. Wenn die Leute so

ein Rennen fahren, kann man ihnen nicht sagen: „Rast nicht um die Wette. Das wird die Umwelt zerstören!“ Das ist, was heute in der Welt geschieht. Diejenigen, die mächtig und fähig sind, setzen alle Hebel in Bewegung, aber sie sagen den ärmeren Nationen in der Welt: „Rettet die Umwelt.“ Das ist die Politik, die international verfolgt wird. Dies ist auch die Politik innerhalb der Städte und Gemeinschaften. Diejenigen, die mächtig oder reich sind, haben alles, was sie wollen. Aber sie sagen anderen Menschen, sie sollen mit den Ressourcen des Planeten sparsam umgehen. Das wird nicht funktionieren. Das wird nur Unmut hervorrufen.

Wir sind dabei, die Wirtschaft zum wichtigsten Aspekt des menschlichen Lebens zu machen. Deine Liebe, deine Freude, deine Freiheit, deine Empfindsamkeiten – nichts davon ist jetzt noch wichtig; das Wichtigste ist die Wirtschaft. Wenn man einmal so ist, sind Kämpfe unvermeidlich, denn der Motor der Wirtschaft ist nicht etwas, das man zurückhalten und irgendwo stoppen kann. Er muss weiterlaufen, nur so kann er funktionieren. Wenn wir auf einem Planeten mit begrenzten Ressourcen leben und der Motor der Wirtschaft unser Leben antreibt, ist Krieg unvermeidlich, Frieden ist unmöglich.

Die Wirtschaft ist wichtig, aber wenn sie zur treibenden Kraft in unserem Leben wird, werden wir normalerweise gegenüber allem um uns herum misstrauisch. Man kann dies in der Welt beobachten. Je wohlhabender eine Gesellschaft wird, desto misstrauischer wird sie gegenüber allen anderen auf der Welt. Man kann das bei Einzelpersonen, bei Gemeinschaften und bei Nationen beobachten. Wir trauen unseren Nachbarn nicht mehr. Staatskunst bedeutet, allen Menschen in der Welt gegenüber misstrauisch zu sein.

Einmal geriet ein Soldat hinter die feindlichen Linien und wurde in ein Kriegsgefangenenlager gebracht. Seine Verletzungen infizierten sich, und nach einigen Wochen musste sein Bein amputiert werden. Da bat der Gefangene den Wachmann: „Ich weiß, dass du dieses Wochenende frei hast. Du wirst das Lager verlassen. Sie werden mir das Bein kurz vor dem Wochenende amputieren. Kannst du mein Bein nehmen und per Post in mein Heimatland schicken, damit wenigstens mein Bein in meinem Vaterland begraben werden kann?“ Aus Mitgefühl und einem kleinen Anflug

von Menschlichkeit willigte der Soldat ein, nahm das Bein und schickte es per Post.

Nach ein paar Wochen entzündete sich das andere Bein. Es musste ebenfalls amputiert werden. Wieder wurde dieselbe Bitte gestellt, und das Bein wurde per Post verschickt. Nach und nach lösten sich Teile des Körpers des Gefangenen auf diese Weise. Dann rief der Kommandant etwas und fragte den Wärter: „Was ist hier los?“ Der Wärter erzählte von der Bitte des Gefangenen und wie er seine Körperteile verschickt hatte. Als er dies hörte, brüllte der Kommandant: „Du Idiot! Siehst du das nicht? Er flieht in Teilen!“

Wir sind misstrauisch gegenüber fast allem. Mit einem solchen Misstrauen gegeneinander kann es keinen Frieden geben. Er ist ein Luftschloss. Es gibt kein Fundament dafür. Solange die anderen Dimensionen des Lebens nicht in jedem Einzelnen gestärkt und in sozialen Situationen wertgeschätzt werden, ist Frieden nicht einmal eine Möglichkeit. Wir müssen eine Gesellschaft schaffen, in der unsere Werte auf alle Aspekte des Lebens ausgedehnt werden. Musik, Kunst, Liebe, Fürsorge, all diese Dinge sind genauso wichtig wie die Wirtschaft. Vielleicht würde die Börse nicht die 20.000er Marke erreichen, aber im Allgemeinen würden die Menschen mehr lächeln, ein wenig glücklicher sein, ein wenig liebevoller – das Leben wäre schöner. Wir müssen dafür sorgen, dass dies in unserem eigenen Leben und in der Gesellschaft um uns herum geschieht.



Fragesteller: *Ich würde gerne etwas über dein Konzept von Gott erfahren.*

Sadhguru: Wenn du „Konzept von Gott“ sagst, lass uns zuerst verstehen, was ein Konzept ist. Ein Konzept bedeutet etwas, das Menschen sich ausdenken. Sprichst du also von dem, was Menschen sich ausgedacht haben?

Fragesteller: *Was ist dein Konzept?*

Sadhguru: Und was ist, wenn ich kein Konzept habe? Sag mir, willst du etwas über das Konzept von Gott wissen oder willst du wissen, was die Realität ist?

Fragesteller: *Was für dich Realität ist, ist für mich vielleicht nicht Realität.*

Sadhguru: Es gibt nicht eine Realität für mich oder für dich. Die Wirklichkeit ist eine. Wenn wir

mit ihr in Kontakt wären, gäbe es kein Problem. Das Problem im Moment ist, dass wir an verschiedene Konzepte glauben. Jede Kultur und jede Gruppe hat ihr eigenes Konzept von Gott, und das ist ein grundlegender Konfliktpunkt in der Welt gewesen. Dein Gott ist auf eine Weise, der Gott eines anderen ist auf eine andere Weise, und diese beiden Menschen kämpfen. All die Gottesleute streiten sich ständig. Bedauerlich, nicht wahr? Das liegt einfach daran, dass wir uns Konzepten hingegeben haben, ohne zu verstehen, dass das Wort „Konzept“ so viel wie „erfunden“ bedeutet.

Welche Art von Göttern du dir ausgedacht hast, ist rein kulturell bedingt. Je nachdem, welcher Art von Kultur du ausgesetzt warst, ist das die Art von Gott, von der du sprichst. In Indien gibt es dreihunderttausend Götter – eine sehr reiche Kultur! Es wird dich entsetzlich verwirren. Das ist gut so. Verwirrte Menschen sind besser als Menschen, die falsche Schlüsse gezogen haben, denn Menschen, die falsche Schlüsse gezogen haben, setzen sich mit voller Wucht dafür ein. Verwirrte Menschen zögern, zu kämpfen.

Diese Idee eines „Gotteskonzepts“ ist dir einfach deshalb gekommen, weil Menschen dich seit Ewigkeiten mit Glaubenssystemen gefüttert haben. Was du glaubst, muss nichts mit der Realität zu tun haben. Von dem Tag an, an dem du geboren wurdest, hätten wir dich, wenn wir hart genug an dir gearbeitet hätten, dazu bringen können, so ziemlich jeden Unsinn zu glauben. Wir müssen nur an dir arbeiten, das ist alles. Sieh dir nur die verschiedenen Glaubenssysteme an, die auf der Welt existieren. Das Glaubenssystem eines anderen sieht für dich absolut lächerlich aus, aber auch sie lachen über dein Glaubenssystem. Wir werden von der Art der Kultur beeinflusst, mit der wir aufwachsen. Unser ganzes Denken entwickelt sich um diese Kultur herum. Weitere Konzepte von Gott zu entwickeln, nützt also niemandem, denn es hat weder den Menschen noch der Gesellschaft noch der Welt als Ganzes Frieden gebracht.

Woher stammt deine Idee von Gott? Du wurdest geboren und hast deine Augen geöffnet. Die gesamte Schöpfung war bereits da draußen. Offensichtlich hast du sie nicht erschaffen. Dein logischer Verstand schloss daraus: Wenn es eine Schöpfung gibt, muss es auch einen Schöpfer

geben. Was auch immer für dich kulturell passend war; du hast diese Art von Schöpfer akzeptiert, ohne es zu hinterfragen. Aber im Grunde hast du nur deshalb über den Schöpfer nachgedacht, weil du die Schöpfung erfahren hast. Nehmen wir an, alles wäre eine große Leere und es gäbe keine Schöpfung. Würdest du dann an einen Schöpfer denken? Nur weil du die Schöpfung gesehen hast und keine Erklärung hast, bist du zu der kindlichen Erklärung gelangt, dass ein Schöpfer dort oben im Himmel sitzt und alles macht. Das gilt für verschiedene Kulturen. Wenn man sich mit anderen Kulturen auseinandersetzt, dann macht es Spaß zu sehen, wie viele verschiedene Konzepte es in der Welt über Gott und diese Existenz gibt.

Die Konzepte, an die wir zu glauben gelernt haben, sind nur zu uns gekommen, weil wir die Schöpfung gekostet haben. Wir wollten eine Erklärung für die Schöpfung, also schufen wir einen Schöpfer in unseren Köpfen. Existiert er nun oder nicht? Das stelle ich nicht in Frage. Ich spreche nur über deine Erfahrung. Wenn du etwas erfahren musst, musst du sehen, was dieses Erfahren müssen bedeutet.

Wenn du den Schöpfer erfahren willst, ist das Einzige, was du jetzt hast, der Glaube. Der Konflikt in der heutigen Welt besteht immer zwischen dem Glauben des einen und dem Glauben des anderen. Es geht nicht um Gut und Böse, wie die Menschen es projizieren. Du glaubst an eine Sache, jemand anderes glaubt an etwas anderes. Sofort gibt es einen Konflikt. Anfangs sagen wir vielleicht: „Nein, wir sind alle Brüder.“ Aber morgen, wenn du darauf bestehst, dass das, was du glaubst, richtig ist, und ich darauf bestehe, dass das, was ich glaube, richtig ist, werden wir zwangsläufig kämpfen. Solche Konflikte haben wir auf unserem Planeten schon oft genug erlebt. Aber wir machen immer noch auf dieselbe Weise weiter.

Was du glaubst oder nicht glaubst, hat nichts mit der Realität zu tun. Es hat einfach etwas damit zu tun, wie viel Einfluss jemand auf dich gehabt hat. Was sind dann die Mittel, mit denen wir die Wirklichkeit erfahren können? Wenn ein Gott oben im Himmel sitzt, dann wissen wir nicht, wie wir dorthin kommen. Obwohl Menschen uns versprochen haben, dass sie uns für lange Zeit dorthin bringen werden – in jeder Kultur – hast du niemanden gesehen, der dorthin gegangen und zurückge-

kommen ist und gesagt hat: „Ja, das ist es!“ Sie versprechen den Himmel, weil sie aus diesem Ort eine Hölle machen.

Das einzige, was du in deiner Erfahrung hast, ist das, was „ich“ genannt wird. Du kannst dieses Wesen erfahren. Als du geboren wurdest, warst du so klein. Aber jetzt bist du ziemlich groß geworden. Wie ist das passiert? Du hast keine wöchentlichen Streckübungen gemacht. Dies geschah, weil dich etwas in dir erschafft. Mit anderen Worten, die Quelle der Schöpfung scheint direkt in dir selbst zu wirken. In gewisser Weise funktioniert also das, was du den Schöpfer nennst, aus deinem Inneren heraus.

Wenn du die Wirklichkeit wirklich kennen willst, musst du zusehen, wie du deine Aufmerksamkeit nach innen richtest. Wenn ich sage, nach innen, dann spreche ich nicht über den Körper oder den Verstand. Dein Körper ist etwas, das du im Laufe

der Zeit angesammelt hast. Was du „meinen Körper“ nennst, ist nur ein Haufen Nahrung, den du gegessen hast. Was du „meinen Verstand“ nennst, ist nur ein Haufen von Eindrücken, die du von außen gesammelt hast. Was du ansammelst, kann dein sein, aber es kann niemals du selbst sein. Diese beiden Dinge sind also immer noch außerhalb. Yoga und Meditation sind einfache Wege, um deine Aufmerksamkeit nach innen zu richten und zu erfahren, wie diese Quelle der Schöpfung aus deinem Inneren heraus funktioniert. Wenn diese Erfahrung in die Wahrnehmung eines Menschen gelangt, wird sich alles an ihm ändern. Nicht, weil er sich ändern will, sondern einfach, weil sich die grundlegende Perspektive des Lebens verändert.

CULTURE OF PEACE
© 2013 SADHGURU
FIRST EDITION: SEPTEMBER 2013



Technologien für Wohlbefinden

MIRACLE OF MIND

Angesichts einer von Wissenschaftlern prognostizierten „Pandemie der psychischen Erkrankungen“ soll die von Sadhguru ins Leben gerufene Bewegung „Wunder des Verstands“ Menschen weltweit dazu befähigen, ihr psychisches Wohlbefinden selbst in die Hand zu nehmen. Im Mittelpunkt dieser Bewegung steht die gleichnamige App. Sie bietet eine Vielzahl von Ressourcen zur Schaffung von psychischem Wohlbefinden, darunter eine kraftvolle 7-minütige geführte Meditation, Einsichten von Sadhguru, einfache Werkzeuge für mentale Ausgeglichenheit, und mehr. Hier kann man die [App kostenlos herunterladen](#) und mit ihrer Hilfe auf ein dynamisches und überschwängliches Leben hinwirken.

„Wenn dein Verstand zu einem bewussten Prozess wird, wird er zum größten Wunder in der Existenz.“ – Sadhguru



ISHA KRIYA



In ähnlicher Weise bietet Sadhguru eine geführte Kriya-Meditation online an, die in der zeitlosen Weisheit der yogischen Wissenschaften verwurzelt ist und jedem Menschen dabei helfen kann, ein wenig Distanz zwischen sich und seinen physiologischen und psychologischen Prozess zu bringen. Man kann sie einfach über diese [Video-Anleitung](#) erlernen. Auch Kinder ab 12 Jahren können diese Kriya üben.

INNER ENGINEERING

So wie wir bisher eine Vielzahl von Technologien für äußeres Wohlbefinden geschaffen haben, liegt es Sadhguru am Herzen, Technologien für inneres Wohlbefinden zur Verfügung zu stellen. Der Basiskurs von Isha trägt daher den Namen „[Inner Engineering](#)“, wodurch Menschen befähigt werden, sich auf körperlicher, mentaler, emotionaler und energetischer Ebene selbst zu organisieren und dadurch ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben zu führen.

