

## „Ich bin Er“

– Spirituelle Übungen im Vedānta

*Wer in allen Wesen in gleicher Weise den höchsten Herrn wohnen sieht, der unvergänglich ist, während sie vergehen, dieser sieht in Wahrheit. Denn, da er den Herrn überall in gleicher Weise gegenwärtig sieht, verletzt er sein wahres Selbst nicht durch das Selbst und gelangt so zum höchsten Ziele. (13.27-28)*

Bhagavadgita

Wenn die Sonne auf Millionen von Wassertropfen scheint, sieht man auf jedem einzelnen eine vollkommene Abbildung der Sonne. Genauso scheint die eine Seele, das eine Selbst, die eine Existenz des Universums, die in all den zahllosen Tropfen unterschiedlicher Namen und Formen widergespiegelt wird, mannigfaltig zu sein. Doch sie ist in Wirklichkeit nur EINES. Es gibt kein „Ich“ oder „Du“, sie ist ein Einziges, sie ist entweder ganz „Ich“ oder ganz „Du“. Diese Vorstellung von Dualität, von zwei, ist völlig falsch; und das ganze Universum, so wie wir es für gewöhnlich kennen, ist das Ergebnis dieser falschen Vorstellung. Wenn der Mensch seinen Blick schärft und entdeckt, dass es nicht zwei, sondern nur eins gibt, erkennt er, dass er selbst dieses Universum ist. „Ich bin es, der dieses Universum ist, so wie es jetzt existiert: eine Masse ununterbrochener Veränderung. Und ich bin es, der jenseits aller Veränderung steht, jenseits aller Eigenschaften, das ewig Vollkommene, das ewig Selige.“

Es gibt daher nur einen Atman, ein Selbst, ewig rein, ewig vollkommen, unwandelbar, unverändert; es hat sich nie geändert; und all diese verschiedenen Wandlungen im Universum sind nur Erscheinungen in diesem einen Selbst.

Wenn ein millionstel Teil der Männer und Frauen, die auf dieser Welt leben, sich einfach hinsetzen und einige Minuten lang sagen würde: „Ihr seid alle Gott, o ihr Menschen, ihr Tiere und Lebewesen, ihr seid alle die Manifestationen der einen lebendigen Gottheit!“, dann wäre die ganze Welt in einer halben Stunde verwandelt. Statt dass die Menschen überall schreckliche Bomben von Hass hinausschleudern, statt dass sie Ströme von Eifersucht und schlechten Gedanken aussen-

den, würden sie in jedem Land denken, dass alles ER ist. ER ist alles, was wir sehen und fühlen. Wie kannst du Böses sehen, wenn es in dir kein Böses gibt? Sei gut, und das Böse wird für dich nicht mehr existieren. Auf diese Weise ändert sich das ganze Universum. Das ist der größte Gewinn für die menschliche Gemeinschaft. Das ist der große Gewinn für den menschlichen Organismus. Mit diesen Gedanken beschäftigte man sich im alten Indien. Sie sind die großen Wahrheiten; und wo immer sie gewirkt haben, wurde der Mensch göttlich. Mein ganzes Leben ist durch die Berührung eines dieser göttlichen Menschen verändert worden. Und die Zeit wird kommen, wo sich diese Gedanken über die ganze Welt verbreiten werden. Statt nur in Klöstern zu wirken, statt auf philosophische Bücher, die nur von Gebildeten gelesen werden, beschränkt zu sein, statt ausschließlich im Besitz von Sekten und einigen wenigen Gelehrten zu sein, werden sie über die ganze Welt ausgesät werden, damit sie gemeinsames Eigentum des Heiligen und des Sünders werden können, von Mann, Frau und Kind, von Gebildeten und Ungebildeten. Sie werden dann die Atmosphäre der Welt durchdringen. Und das ganze Universum mit seinen Myriaden von Sonnen und Monden wird durch alles, was spricht, mit einer Stimme sagen: „Du bist DAS.“

SWAMI VIVEKANANDA

AUS: DER WAHRE UND DER SCHEINBARE MENSCH  
COMPLETE WORKS II

ÜBERSETZUNG: DIETLIND KLOPPMANN

Das innere göttliche Licht ist bei den meisten Menschen verhüllt. Es ist wie eine Lampe in einer eisernen Truhe, kein Lichtschein dringt nach außen: Wir können durch Läuterung und Selbstlosigkeit diese Umhüllung immer dünner machen, bis sie schließlich durchsichtig wird wie Glas. In Ramakrishna war die Hülle durchsichtig geworden wie Glas, durch das man das innere Licht erblicken konnte. Wir alle sind auf dem Wege, so durchsichtig zu werden wie Glas. Solange noch eine Hülle vorhanden ist, sind wir an Materie gebunden. Ungeduld führt zu nichts.



Die Vorstellung von Pflicht ist die glühende Sonne des Leids, die die Seele versengt. Trinkt einen Tropfen des Nektars und seid glücklich. „Ich bin nicht der Handelnde“ ist dieser Nektar.

Handelt, agiert, aber ohne zu re-agieren; Handeln ist angenehm, alles Leid entsteht aus der Reaktion. Ein Kind steckt seine Hand in die wärmende Flamme, das macht ihm Vergnügen; aber wenn sein Körper reagiert, stellt sich der Schmerz des Verbrennens ein. Wenn wir Reaktion verhindern können, brauchen wir nichts mehr zu befürchten. Beherrscht euer Gehirn und lasst es nicht zum Ausdruck bringen, was es aufgenommen hat. Seid der Zuschauer und vermeidet Reaktionen; nur so könnt ihr glücklich sein. Die glücklichsten Augenblicke, die wir kennen, sind die, in denen wir uns selbst völlig vergessen. Arbeitet aus freier Entscheidung und nicht aus Pflicht. Wir haben keine Pflichten. Diese Welt ist nur eine Schule, in der wir spielen; unser Leben ist ein ewiger Feiertag.



Die größte Sünde ist, sich für schwach zu halten. Niemand ist größer; erkennt, dass ihr Brahman seid. Nichts hat Macht, es sei denn, ihr gebt sie ihm. Wir sind jenseits der Sonne, der Sterne und des Universums. Verkündet die Göttlichkeit des Menschen. Leugnet das Böse und schafft auch keines. Steht auf und sagt: „Ich bin der Meister,

der Meiser von allen.“ Wir schmieden unsere Ketten, und wir allein können sie zerbrechen.

Kein Tun kann euch Freiheit bringen; nur Erkenntnis kann euch frei machen. Erkenntnis kann man nicht widerstehen. Das Denken kann sie nicht annehmen oder zurückweisen. Wenn sie sich einstellt, muss das Denken sie akzeptieren; sie ist keine Leistung des Denkens, aber sie findet Ausdruck durch das Denken.

Arbeit und Anbetung dienen dazu, euch zu eurem eigenen Wesen zurückzubringen. Den Körper für das Selbst zu halten, ist nichts als Täuschung; aber selbst während wir in diesem Körper leben, können wir frei sein. Der Körper hat nichts mit dem Selbst gemein. Nur Täuschung hält das Wirkliche für unwirklich.



Auch durch Tun kann man Befreiung erlangen, aber man muss ohne Wünsche arbeiten und darf keine Ergebnisse erwarten. Solches Tun führt zur Erkenntnis, die ihrerseits Befreiung bringt. Handlungen aufzugeben, ohne Erkenntnis erlangt zu haben, führt zu Leid. Tätigkeiten für das Selbst schaffen keine Bindung. Begehrt von der Arbeit kein Vergnügen, noch fürchtet, dass sie Schmerz bringen könnte. Körper und Denken sind die Handelnden, nicht das Selbst. Sagt euch das unaufhörlich und verwirklicht es. Versucht, euch nicht dessen bewusst zu sein, dass ihr arbeitet.

Die Religion gibt euch nichts Neues; sie beseitigt nur Hindernisse und lässt euch euer Selbst erkennen. Krankheit ist ein großes Hindernis; ein gesunder Körper ist das beste Instrument. Schwermut ist ein fast unüberwindliches Hindernis. Wenn man Brahman einmal erkannt hat, kann man nie mehr schwermütig sein. Weitere Hindernisse sind mangelnde Ausdauer und Entschlusskraft sowie Zweifel.



Lernt zu helfen, ohne Mitleid zu haben oder zu glauben, dass es irgendein Leid gibt. Lernt, Feinden und Freunden gegenüber derselbe zu sein;

wenn euch das gelingt und ihr keine Wünsche mehr habt, dann ist das Ziel erreicht.

Fällt den Banyan-Baum der Wünsche mit der Axt des Nicht-verhaftet-Seins, und er wird gänzlich verschwinden. Es ist alles Täuschung. „Wer die Täuschung losgeworden ist und sich vom Übel der Bindungen befreit hat, nur der ist frei.“

Persönliche Liebe führt zur Knechtschaft. Liebt alle gleich stark, dann fallen alle Wünsche fort.

Zeit, „die alles verschlingt“, erscheint, und alles muss verschwinden. Warum die Erde verbessern wollen, warum Schmetterlinge malen, wenn alles wieder aufhört? Seid keine bloßen weißen Mäuse in einer Tretmühle, die immer arbeiten und nichts erreichen. Jeder Wunsch, ob gut oder böse, wird von Übel begleitet. Es ist, als ob ein Hund nach einem Fleischstück springt, das immer wieder vor ihm weggezogen wird, bis er schließlich einen Hundetod stirbt. Erliegt nicht einem solchen Schicksal. Rottet alle Wünsche aus.



Völlige Enthaltbarkeit schafft große intellektuelle und spirituelle Kraft. Ein Strebender sollte rein sein in Gedanken, Worten und Taten. Werdet die Körperverhaftung los; reduziert das Körperbewusstsein so weit wie möglich.

Die Körperhaltung muss fest und angenehm sein; das wird dadurch bewirkt, dass man sich unentwegt darin übt, das Denken auf das Unendliche zu richten.

Wird die Aufmerksamkeit fortwährend auf *ein* Objekt gelenkt, wird sie zur Kontemplation.



Es ist unser Privileg, wohlütig sein zu dürfen, denn nur so können wir uns entwickeln. Die Armen leiden, damit uns geholfen wird. Lasst den Geber niederknien und sich bedanken, lasst den Empfänger aufstehen und das zulassen. Seht hinter jedem Wesen Gott und gebt *Ihm*. Wenn wir aufhören, Böses zu sehen, muss die Welt für uns enden, denn uns von diesem Fehler zu befreien, ist ihr einziger Zweck. Zu glauben, es gäbe Un-

vollkommenheit, schafft diese erst. Nur Gedanken an Stärke und Vollkommenheit können uns davon heilen. So viel Gutes ihr auch tun mögt, etwas Schlechtes wird immer daran haften; wenn ihr aber alles selbstlos tut und die Ergebnisse Gott weiht, dann kann weder Gutes noch Böses euch berühren. Arbeiten ist keine Religion, aber Arbeit, richtig vollbracht, führt zur Freiheit. In Wirklichkeit ist alles Mitleid Dunkelheit, denn wen sollte man bemitleiden? Kann man Gott bemitleiden? Und gibt es noch etwas anderes? Dankt Gott dafür, dass Er euch diese Welt als moralische Schule gegeben hat, damit ihr euch entwickeln könnt, aber glaubt nie, ihr könntet der Welt helfen. Seid dem dankbar, der euch beschimpft, denn er gibt euch einen Spiegel, in dem ihr sehen könnt, was Beschimpfung ist; und außerdem gibt er euch die Gelegenheit, Selbstbeherrschung zu üben. Also segnet ihn und seid froh. Ohne Übung entsteht keine Kraft, und ohne Spiegel können wir uns selbst nicht sehen.

Unkeusche Vorstellungen sind genauso schlecht wie unkeusche Handlungen. Beherrschte Wünsche bringen das höchste Ergebnis. Verwandelt sexuelle Energie in spirituelle Energie, aber verweichlicht nicht, das wäre Kraftvergeudung. Je stärker die spirituelle Energie, desto mehr kann man damit erreichen. Nur ein starker Wasserstrom kann etwas fortspülen.

Was wir heute brauchen, das ist, zu erkennen, dass es einen Gott gibt, und dass wir Ihn hier und jetzt sehen und fühlen können.



Lerne die Wahrheit über das Selbst nur von jemandem, der es verwirklicht hat; alle anderen reden nur darüber. Verwirklichung ist jenseits von Tugend und Laster, jenseits von Vergangenheit und Zukunft, jenseits aller Gegensatzpaare. „Der Makellose erkennt das Selbst, und ewiger Friede zieht in seine Seele ein.“ Reden, argumentieren und Bücher lesen, ja selbst der intellektuelle Höhenflug der Veden – sie alle können uns nicht die Erkenntnis des Selbst verschaffen.

Wenn wir das Denken nicht mit den Sinnen verbinden, erhalten wir auch keinen Bericht von Augen, Nase, Ohren usw. Die äußeren Organe werden von der Denkfähigkeit benutzt. Lasst die Sinne nicht nach außen schweifen, dann könnten

ihr vom Körper und damit von der äußeren Welt frei werden.

Das Unbekannte, das wir hier als äußere Welt sehen, das sehen die Verstorbenen als Himmel oder Hölle, ja nach ihrem geistigen Zustand. Das Hier und das Hernach sind zwei Träume, wobei sich der zweite nach dem ersten formt; werdet beide los, alles ist gegenwärtig, alles ist jetzt. Die Natur, Körper und Denken verfallen dem Tod, aber wir nicht; wir kommen nicht und gehen nicht. Der Mensch Vivekananda gehört zur Natur, er wird geboren und stirbt; aber das Selbst, das wir als Vivekananda sehen, wurde nie geboren und wird nie sterben. Es ist die ewige, unwandelbare Wirklichkeit.

Beherrscht das Denken, schaltet die Sinne aus, dann seid ihr ein Yogi; danach ergibt sich alles andere. Weigert euch zu hören, zu sehen, zu riechen und zu schmecken. Zieht die geistige Kraft von den äußeren Organen ab. Ihr tut das dauernd unbewusst, wenn ihr geistesabwesend seid; folglich könnt ihr lernen, es bewusst zu tun. Das Denken kann die Sinne lenken, worauf es will. Werden den fundamentalen Aberglauben los, dass ihr gezwungen seid, durch den Körper zu handeln. Das stimmt nicht. Geht in euer Zimmer und holt die Upanishaden aus eurem eigenen Selbst hervor. Ihr seid das größte Buch, das es je gab oder geben wird, der unbegrenzte Aufbewahrungsort von allem, was ist. Solange der innere Lehrer sich nicht öffnet, sind alle äußeren Lehren umsonst. Es muss dahin kommen, dass das Buch des Herzens sich öffnet; nur das ist von Wert.



Wenn ihr handeln müsst, dann sagt: „Das ist meine Natur“, aber sagt niemals: „Das ist meine Pflicht“.



„Alle Erkenntnis hängt von geistiger Ruhe ab.“  
(Avadhuta Gita)

„Wie soll ich Ihn begrüßen, der das Universum erfüllt und das Selbst meines Selbstes ist?“

Zu wissen, dass der Atman mein Wesen ist, umschließt beides, Erkenntnis und Verwirklichung. „Ich bin Er. Darüber gibt es nicht den geringsten Zweifel.“

„Kein Gedanke, kein Wort, keine Tat kann mich in Knechtschaft bringen. Ich bin jenseits der Sinne, ich bin Erkenntnis und Seligkeit.“

Es gibt weder Sein noch Nicht-Sein, alles ist Atman. Schüttelt alle Vorstellungen von Relativität und jeden Aberglauben ab; lasst Kaste, Geburt und Götter fahren. Warum von Sein und Werden reden? Was soll dieses Gerede über Dualismus und Advaita (Nicht-Zweiheit)? Wann wart ihr zwei, dass ihr über zwei oder eins reden könnt? Das Universum ist das Heilige Eine und ist nur Er. Ihr braucht keinen Yoga, um euch zu läutern; euer Wesen ist Reinheit. Niemand kann euch belehren.

Menschen wie jener, der dieses Lied verfasst hat, halten die Religion lebendig; sie haben sie verwirklicht; sie sorgen sich um nichts, halten sich nicht für den Körper, kümmern sich nicht um Hitze, Kälte oder Gefahr. Sie sitzen gelassen da und genießen die Seligkeit des Atman, während glühende Kohlen ihren Körper verbrennen, ohne dass sie es spüren.

„Wenn die dreifache Bindung an Erkenner, Erkenntnis und Erkanntes aufhört, dann zeigt sich der Atman.“

„Wo die Täuschung von Verhaftung und Freiheit aufhört, da ist der Atman.“

„Was tut es, ob ihr das Denken beherrscht oder nicht? Was bedeutet es, ob ihr Geld besitzt oder nicht? Ihr seid der ewig reine Atman. Sagt: ‚Ich bin Atman. Nichts hat mich je gebunden; ich bin der wandellose Himmel; Wolken des Glaubens mögen über mich hinziehen, aber sie berühren mich nicht.‘“

„Verbrennt die Tugend, verbrennt das Laster. Freiheit ist Kindergeschwätz. Ich bin die ewige Erkenntnis, ich bin die Reinheit selbst.“

„Niemand war je gebunden, niemand war jemals frei. Es gibt niemanden außer mir. Ich bin das Unendliche, ewig Freie. Was kann mich verwandeln, der ich reine Erkenntnis bin? Wer kann belehren, wer kann belehrt werden?“

Werft die Argumente, werft die Philosophie über Bord.

„Nur der Sklave sieht Sklaven, nur der Getäuschte Täuschung, nur der Unreine Unreinheit.“

Zeit, Raum und Kausalität sind alle Täuschung. Es ist eure Krankheit, dass ihr glaubt, ihr seid gebunden und werdet frei werden. Ihr seid das Unwandelbare. Redet nicht. Setzt euch hin und lasst alle Dinge vergehen; sie sind nur Träume. Es gibt keine Unterschiede, keine Verschiedenheit, das ist alles Aberglaube; seid deshalb still und erkennt, was ihr wirklich seid.

„Ich bin die Seligkeit selbst.“ Ihr braucht kein Ideal, ihr seid alles, was ist. Habt keine Furcht, ihr seid das Wesen des Seins. Lebt in Frieden. Stört euch nicht selbst. Ihr wart nie gebunden, nie tugendhaft oder sündig. Lasst all diese Täuschungen fahren und lebt in Frieden. Wen wollt ihr anbeten? Wer betet an? Alles ist der Atman. Denken und sprechen sind Aberglauben. Wiederholt wieder und wieder: „Ich bin Atman!“ „Ich bin Atman!“ Lasst alles andere fahren.



Erst nehmen wir wahr, und danach ergründen wir. Diese Wahrnehmung muss für uns Wirklichkeit werden, die dann Religion genannt wird, Verwirklichung. Es spielt keine Rolle, ob ein Mensch je von einem Glaubensbekenntnis oder einem Propheten oder einem heiligen Buch gehört hat; wenn er diese Verwirklichung erlangt, braucht er nichts weiter. Läutert euer Denken, das ist die ganze Religion; bis wir die Flecken nicht selbst beseitigt haben, können wir die Wirklichkeit nicht sehen, wie sie ist. Das kleine Kind sieht keine Sünde; es hat das Maß dafür noch nicht in sich. Werdet die Fehler in euch selbst los, dann könnt ihr auch draußen keine Fehler mehr sehen. Ein kleines Kind beobachtet einen Diebstahl, aber es bedeutet ihm nichts. Wenn ihr im Vexierbild das verborgene Objekt gefunden habt, dann seht ihr es immer. Wenn ihr einmal frei und fleckenlos geworden seid, seht ihr auch in der Welt nur Freiheit und Reinheit. In dem Augenblick lösen sich alle Knoten des Herzens, alle krummen Wege werden gerade, und diese Welt verschwindet wie ein Traum. Und wenn wir aufgewacht sind, wundern wir uns, wie wir solchen Unsinn jemals träumen konnten.

„Wenn wir Ihn erlangen, haben Berge von Leid keine Macht mehr über unsere Seele.“

Schlagt mit der Axt der Erkenntnis das Lebensrad entzwei, und der Atman wird frei, selbst wenn die alte Schwungkraft das Rad von Körper und Denken noch weiter treibt. Das Rad kann dann nur noch geradeaus laufen, kann nur noch Gutes bewirken. Wenn der Körper dann noch Böses tut, ist der Mensch kein Jivanmukta (ein noch in diesem Körper befreiter), und er lügt, wenn er das behauptet. Aber nur wenn das Rad geradeaus läuft durch die Läuterung des Denkens, kann die Axt angesetzt werden. Alle Läuterungsversuche versetzen bewusst oder unbewusst der Täuschung einen Stoß. Einen anderen einen Sünder zu nennen, ist das Schlimmste, was ihr tun könnt. Auch erkenntnislos Gutes zu tun, hilft bei der Überwindung der Knechtschaft.

Die Sonne mit den Flecken auf dem Objektiv zu identifizieren, ist der grundlegende Irrtum. Erkennt, dass die Sonne, euer wirkliches Selbst, von nichts berührt wird. Bemüht euch deshalb darum, die Flecken zu beiseitigen. Der Mensch ist das größte Wesen, das existiert.



Was ihr nur intellektuell erfasst, kann durch ein neues Argument vertrieben werden, aber was ihr verwirklicht habt, bleibt euer ewiger Besitz. Gerede über Religion bringt wenig. Seht hinter allem – hinter Menschen, Tieren, Nahrung und Arbeit – Gott; macht das zu eurer Gewohnheit.

Ingersoll sagte einmal zu mir: „Ich will das Beste aus dieser Welt herausholen, sie ausquetschen wie eine Apfelsine, denn diese Welt ist das einzige, dessen wir sicher sein können.“ Ich erwiderte: „Ich kenne eine bessere Methode, die Apfelsine dieser Welt auszuquetschen, und bekomme mehr heraus als Sie. Ich weiß, dass ich unsterblich bin und habe deshalb keine Eile. Da ich keine Furcht habe, genieße ich das Ausquetschen. Ich habe keine Pflichten, keine Bindung an Frau, Kinder und Besitz. Ich liebe alle Menschen, jeder ist Gott für mich. Stellen Sie sich die Freude vor, die Menschen als Gott zu lieben! Quetschen Sie die Apfelsine auf diese Weise aus, und Sie erhalten tausendmal mehr. Sie erhalten jeden einzelnen Tropfen.“



Menschen wie Buddha und Christus geben uns nur Gelegenheit, unseren eigenen inneren Kräften Ausdruck zu verleihen, indem wir sie auf jene projizieren. In Wirklichkeit beantworten wir selbst unsere eigenen Gebete.

Es ist Blasphemie zu glauben, dass es für die Menschheit keine Rettung gegeben hätte, wenn Jesus nicht geboren worden wäre. Es ist schrecklich, das Göttliche im menschlichen Wesen auf diese Weise zu vergessen, eine Göttlichkeit, die herauskommen muss. Vergesst nie die Herrlichkeit der menschlichen Natur. Wir sind der größte Gott, der je war oder sein wird. Menschen wie Buddha und Christus sind nur Wellen auf dem unendlichen Ozean, der *ich* bin. Verbeugt euch vor niemandem außer vor eurem eigenen höchsten Selbst.



Die ganze Vedanta-Philosophie ist in der folgenden Geschichte enthalten: Zwei Vögel mit goldenem Gefieder saßen auf demselben Baum; der eine oben, majestätisch, gelassen, in seine eigene Herrlichkeit versunken; der andere unten, ruhelos, ständig von den Früchten des Baumes naschend, die einmal süß, dann wieder bitter waren. Nach einer besonders bitteren Frucht hielt er inne und blickte auf den majestätischen Vogel oben; doch bald vergaß er ihn wieder und fuhr fort, von den Früchten zu essen. Wieder geriet er an eine bittere Frucht, und diesmal hüpfte er ein paar Zweige höher, näher heran an den Vogel auf der Spitze. Dies geschah viele Male, bis der untere Vogel schließlich bis zum oberen vordrang und in ihm aufging. Er entdeckte plötzlich, dass es niemals zwei Vögel gegeben hatte, sondern dass er die ganze Zeit der obere Vogel gewesen war, majestätisch, gelassen und in seine eigene Herrlichkeit versunken.



Der echte Guru verhilft uns zum spirituellen Aufstieg. Er ist der Kanal, durch den der spirituelle Strom auf uns zufließt, die Kette, die uns mit der spirituellen Welt verbindet. Ein zu großer Glaube an eine Persönlichkeit hat die Tendenz, Schwä-

che und Götzenkult zu erzeugen, aber intensive Liebe zum Guru beschleunigt das Wachsen, denn er verbindet uns mit dem inneren Guru. Verehrt euren Guru, wenn echte Wahrheit in ihm steckt; diese Verehrung des Lehrers wird euch schnell zum Höchsten führen.



Freiheit und höchste Liebe müssen Hand in Hand gehen, dann kann keine von ihnen zur Fessel werden. Wir können Gott nichts geben; Er ist es, der uns alles gibt. Er ist der Guru aller Gurus, „die SEELE unserer Seele“, Er ist unser wirkliches Selbst. Kein Wunder, dass wir Ihn lieben, Er ist die Seele unserer Seele; wen oder was sonst können wir lieben? Wir wollen sein wie „die stetige Flamme, die ohne Rauch und Hitze brennt“. Wem könnt ihr Gutes tun, wenn ihr nur Gott seht? Gott könnt ihr nichts Gutes tun! Alle Zweifel verschwinden, alles ist EINS. Wenn ihr überhaupt Gutes tut, dann tut ihr es euch selbst; spürt, dass der Empfänger der Höhere ist. Ihr dient dem anderen, weil ihr unter ihm steht, nicht weil er unten ist und ihr oben seid. Gebt, wie die Rose ihren Duft gibt, weil es zu ihrer Natur gehört und sie sich nicht im geringsten bewusst ist zu geben.



Hingabe an ein Ideal ist der Anfang der Verwirklichung. „Nehmt den Honig von allen Blumen, seid freundlich zu allen, habt Ehrfurcht vor allen, sagt ‚Ja, Bruder‘ zu allen, aber haltet fest an eurem eigenen Weg.“ Sich in einen anderen hineinzuversetzen, ist ein höherer Zustand. Wenn ich alles bin, warum kann ich dann nicht von Herzen mit meinem Bruder mitfühlen und mit seinen Augen sehen? Solange ich schwach bin, muss ich fest bei einem Kurs bleiben; bin ich aber stark, kann ich mit jedem anderen mitempfinden und auf seine Vorstellungen eingehen.



Es lebte einmal eine Hindu-Königin, die so sehr wünschte, dass all ihre Kinder in diesem Leben Befreiung erlangen sollten, dass sie sich persönlich alle Mühe mit ihnen gab; zum Einschlafen sang sie ihnen stets den einen Vers vor: „Tat tvam asi, Tat tvam asi“ (DAS bist du, DAS bist du). Drei von ihnen wurden Sannyasins, aber der vierte wurde woanders erzogen, um ein König zu werden. Als er sein Heim verließ, gab die Mutter ihm einen Brief, den er lesen sollte, wenn er erwachsen sei. Darin stand geschrieben: „Nur Gott ist wahr, alles andere ist falsch. Die Seele tötet nicht und wird nicht getötet. Lebe allein oder in der Gesellschaft von Heiligen.“ Als der junge Prinz das las, entsagte er sofort der Welt und wurde ein Sannyasin.

Gebt auf, entsagt der Welt. Jetzt sind wir wie Hunde, die in eine Küche gelaufen sind, um dort ein Stück Fleisch zu stehlen, und die sich ängstlich umsehen, ob nicht jemand kommt, um sie zu vertreiben. Seid statt dessen ein König und erkennt, dass euch die Welt gehört. Dies geschieht aber nur, wenn ihr die Welt aufgibt und sie euch nicht mehr bindet. Entsaht geistig, wenn es euch materiell nicht möglich ist. Gebt von ganzem Herzen auf, übt Entsagung (Vairagya). Dies ist das wirkliche Opfer, und ohne das ist es unmöglich, Spiritualität zu erlangen. Wünscht euch nichts, denn was ihr euch wünscht, bekommt ihr und geratet in schreckliche Knechtschaft. Wir erlangen nur Freiheit, wenn wir uns bescheiden. „Das Selbst ist der Erlöser des Selbst, kein anderer.“

Lernt, euch in andere Körper zu versetzen, und erkennt, dass wir alle eins sind. Werft allen anderen Unsinn über Bord. Pfeift auf euer böses oder gutes Tun und denkt nicht mehr daran. Was geschehen ist, ist geschehen. Legt den Aberglauben ab. Zeigt selbst angesichts des Todes keine Schwäche. Bereut nichts, brütet nicht über Vergangenem und schwelgt nicht in Erinnerungen an eure guten Taten; seid frei. Die Schwachen, die Ängstlichen, die Erkenntnislosen werden den Atman nie erreichen. Man kann nichts ungeschehen machen, die Wirkung wird kommen; blickt ihr ins Angesicht, aber hütet euch, denselben Fehler noch einmal zu machen.



Fortschritt in der Maya ist ein Kreis, der euch zum Ausgangspunkt zurückbringt, aber ihr beginnt erkenntnislos und endet in voller Erkenntnis. Gottesverehrung, Verehrung der Heiligen, Konzentration und Meditation und selbstloses Handeln sind die Mittel, dem Netz der Maya zu entkommen; aber erst müssen wir den starken Wunsch haben, frei zu werden. Der Lichtstrahl, der die Dunkelheit für uns erhellen wird, ist in uns; es ist die Erkenntnis, die zu unserem Wesen gehört – es gibt kein „Geburtsrecht“, wir sind nie geboren. Alles, was wir tun müssen, ist, die Wolken zu vertreiben, die das Licht verdecken.

Gebt alle Wünsche nach Vergnügen auf Erden oder im Himmel auf. Beherrscht die Sinnesorgane und das Denken. Ertragt jedes Elend, ohne überhaupt zu merken, dass es euch schlecht geht. Denkt nur an Befreiung. Habt Vertrauen zum Guru, zu seinen Belehrungen, und seid überzeugt, dass ihr frei werden könnt. Was auch kommen mag, sagt: „Ich bin Er“, sagt eurem Denken unaufhörlich, dass alles Gesehene gar nicht existiert, dass es nur das Selbst gibt. Ein Aufblitzen, und der Traum ist verschwunden! Denkt Tag und Nacht, dass dieses Universum nur ein Traum ist, dass nur Gott wirklich ist. Habt den starken Wunsch, frei zu werden.



„Den die Unwissenden anbeten, den verkünde ich euch.“

Dieser eine und einzige Gott ist das „Bekannteste“ des Bekannten, Er ist das einzige, was wir überall sehen. Alle kennen ihr eigenes Selbst, alle wissen „Ich bin“, sogar die Tiere. Alles, was wir kennen, ist die Projektion des Selbst. Lehrt dies die Kinder, sie können es verstehen. Jede Religion hat das Selbst verehrt, selbst wenn es unbewusst geschah, denn es gibt nichts anderes.

Dieses unschickliche Hängen am Leben, wie wir es hier sehen, ist die Quelle allen Übels. Es verursacht all dieses Betrügen und Stehlen. Es macht Geld zum Gott, und daraus ergeben sich alle Verbrechen und Ängste. Messt dem Materiellen keinen Wert bei und hängt nicht daran. Wenn ihr an nichts hängt, nicht einmal am Leben, dann gibt es auch keine Furcht mehr. „Der geht von Tod zu Tod, der in dieser Welt Vielheit sieht.“



Das Überbewusste ist Gott, ist jenseits von Denken und Sprache, jenseits des Wachbewusstseins... Es gibt drei Zustände – das Tierische (Tamas), das Menschliche (Rajas) und das Göttliche (Sattva). Die den höchsten Zustand erlangen, sind reines Sein. Pflicht ist für sie gestorben, sie lieben alle und ziehen die anderen an wie ein Magnet. Das ist Freiheit. Für sie gibt es keine moralischen Handlungen mehr, alles, was sie tun, ist moralisch. Der Kenner Gottes steht über allen Göttern. Die Engel kamen, um Jesus zu verehren, als er die Täuschung überwunden hatte und sagte: „Hebe dich hinweg von mir, Satan.“ Niemand kann einem Kenner Gottes helfen, das ganze Universum verbeugt sich vor ihm. Seine Wünsche sind alle erfüllt, er läutert auch andere, deshalb verehrt den Kenner Gottes, wenn ihr das Höchste erlangen wollt. Wenn wir die drei großen „Geschenke Gottes“ besitzen – eine menschliche Geburt, das starke Verlangen nach Befreiung und die Hilfe einer großen Seele, die uns den Weg zeigt –, dann ist uns Befreiung sicher.



Das Denken ist ein Instrument in den Händen des Atman, so wie der Körper ein Instrument in den Händen des Denkens ist. Materie ist die Bewegung außen, Denken ist die Bewegung innen. Jeder Wandel beginnt und endet in der Zeit. Wenn der Atman unwandelbar ist, muss Er vollkommen sein; wenn Er vollkommen ist, muss Er unendlich sein; und ist Er unendlich, dann kann Er nur Eines sein, denn es gibt nicht zwei Unendliche. So ist das Selbst, der Atman, nur Eines, obgleich Er vielfältig zu sein scheint. Wenn ein Mensch auf die Sonne zuginge, dann würde er bei jedem Schritt eine andere Sonne sehen, und doch würde es trotzdem immer dieselbe Sonne sein.

Die „Istheit“ ist die Basis aller Einheit, und sobald diese Basis gefunden ist, stellt sich Vollkommenheit ein. Wenn alle Farben in einer einzigen Farbe aufgelöst werden könnten, würde die Malerei aufhören. Die völlige Einheit ist Ruhe; wir beziehen alle Manifestationen auf ein einziges Sein. Taoisten, Konfuzianisten, Buddhisten,

Hindus, Juden, Moslems und Christen verkünden alle die goldene Regel in fast denselben Worten; aber nur die Hindus gaben eine wohlbegründete Erklärung dafür, weil sie den Grund erkannten: Der Mensch muss alle anderen lieben, weil sie identisch mit ihm sind. Es gibt nur Eines.

Von allen großen religiösen Lehrern dieser Welt sind nur Laotse, Buddha und Jesus über die goldene Regel hinausgegangen und haben gesagt: „Seid gut zu euren Feinden, liebt, die euch hassen.“

Prinzipien existieren; wir schaffen sie nicht, sondern entdecken sie nur... Religion besteht nur aus Verwirklichung. Lehrsätze sind Methoden, aber keine Religion. Die verschiedenen Religionen sind nur Anwendungen der einen Religion, abgestimmt auf die Bedürfnisse der verschiedenen Nationen. Theorien führen nur zu Auseinandersetzungen; so hat der Name Gottes, der Frieden bringen sollte, die Hälfte allen Blutvergießens auf der Welt verursacht. Geht zur Quelle selbst. Fragt Gott, was Er ist. Solange Er nicht geantwortet hat, ist Er auch nicht vorhanden; aber jede Religion lehrt, dass Er antwortet.

Habt selbst etwas zu sagen, wie könnt ihr sonst verstehen, was andere gesagt haben? Klammert euch nicht an alten Aberglauben; seid immer bereit für neue Wahrheiten. „Nur Narren trinken Brackwasser aus einem Brunnen, weil ihre Vorväter ihn gegraben haben, und verweigern das klare Wasser aus den Brunnen anderer.“ Solange wir Gott nicht selbst verwirklicht haben, können wir nichts über Ihn wissen. Jeder Mensch ist seinem Wesen nach vollkommen; Propheten haben diese Vollkommenheit manifestiert, aber die Möglichkeit dazu haben wir alle in uns. Wie können wir verstehen, dass Moses Gott gesehen hat, wenn wir Ihn nicht auch sehen? Wenn Gott jemals jemandem erschienen ist, warum sollte Er nicht auch zu mir kommen? Ich will direkt zu Gott gehen, Er soll mit mir sprechen. Bloßer Glaube ist keine Basis, das ist Atheismus und Blasphemie. Wenn Gott vor zweitausend Jahren in der Wüste zu einem Menschen gesprochen hat, dann kann Er auch heute zu mir sprechen; wie kann ich sonst wissen, dass Er nicht gestorben ist? Kommt zu Gott auf irgendeinem Weg, aber kommt. Doch stoßt niemanden dabei zu Boden.

Der Kenner muss Mitleid mit dem Erkenntnislosen haben. Wer das Letzte erkennt hat, ist bereit, seinen Körper selbst für eine Ameise aufzugeben, weil er weiß, dass der Körper nichts ist.





Lasst einige wenige sich von den anderen fernhalten, nur für Gott leben und der Welt die Religion erhalten. Gebt nicht vor, wie Janaka zu sein, wenn ihr nur „Vorväter“ oder Täuschung seid<sup>1</sup>. Seid ehrlich und sagt: „Ich sehe zwar das Ideal, aber ich kann es noch nicht erreichen.“ Gebt nicht vor, alles aufgegeben zu haben, wenn es nicht stimmt. Wenn ihr aber alles aufgibt, dann seid standhaft. Wenn auch hunderte im Kampf fallen, ergreift die Fahne und tragt sie weiter. Gott bleibt die Wahrheit, ganz gleich, ob jemand versagt. Lasst den, der fällt, die Fahne an einen anderen weitergeben; sie kann nicht sinken.

Wenn ich gewaschen und sauber bin, warum sollte Schmutz an mir haften? Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und gebt alles andere auf. Habt keine Wünsche mehr, seid froh, sie loszuwerden. Gebt auf und seid gewiss, dass der Erfolg sich einstellen wird, auch wenn ihr ihn nie seht. Jesus hinterließ zwölf Jünger, und diese wenigen haben das Römische Reich zersprengt.

Opfert das Reinste und Beste auf Erden Gott. Wer kämpft, ist besser als der, der es nie versucht. Schon der Anblick von jemandem, der alles aufgegeben hat, übt eine läuternde Wirkung aus. Bemüht euch um Gott und lasst die Welt fahren. Geht keine Kompromisse ein. Nur wenn ihr die Welt aufgibt, werdet ihr auch den Körper los. Wenn dieser stirbt, seid ihr frei. Der Tod allein kann uns nicht frei machen. Freiheit muss durch eigene Anstrengungen in diesem Leben erlangt werden; wenn dann der Körper fällt, gibt es für den Freien keine Wiedergeburt mehr.

Wahrheit kann nur durch Wahrheit beurteilt werden. Gutes tun ist kein Beweis für Wahrheit. Die Sonne braucht keine Fackel, um gesehen zu werden. Selbst wenn die Wahrheit das ganze Universum zerstört, bleib sie die Wahrheit; haltet euch daran.



---

<sup>1</sup> Der Name Janaka bedeutet „Vorvater“ und gehörte einem König, der, obgleich er noch um seines Volkes willen sein Königreich regierte, geistig alles aufgegeben hatte

Gut und Böse sind untrennbar miteinander verbunden, eines existiert nicht ohne das andere. Die Gesamtsumme der Energie in diesem Universum gleicht einem See, jeder Wellenberg führt unvermeidlich zu einem entsprechenden Wellental. Die Gesamtsumme bleibt dieselbe; einen Menschen glücklich zu machen, heißt, einen anderen unglücklich zu machen. Äußeres Glück ist materiell, und der Vorrat davon ist begrenzt; so kann kein Mensch auch nur ein einziges Korn bekommen, ohne dass es einem anderen weggenommen wird. Nur Seligkeit jenseits der materiellen Welt kann man ohne Verlust für einen anderen erlangen. Materielles Glück ist nur eine Umwandlung materieller Sorgen.

Die in der Welle geboren werden und dort verbleiben, sehen nicht das Wellental, und was dort vorgeht. Glaubt nie, die Welt besser und glücklicher machen zu können. Der Ochse in der Ölmühle erreicht niemals das Heubündel, das vor ihm aufgehängt ist, er presst nur das Öl aus. Ebenso jagen wir dem Irrlicht des Glücks nach, das sich uns immer wieder entzieht, während wir nur in der Mühle der Natur mahlen, sterben und von neuem anfangen. Könnten wir das Übel loswerden, würden wir niemals einen Schimmer von irgend etwas Höherem erhaschen; wir wären zufrieden und würden nicht darum kämpfen, frei zu werden. Wenn der Mensch herausfindet, dass alle Suche nach Glück in der Materie unsinnig ist, dann beginnt die Religion.



Der Freie ist nie in Bindung geraten; zu fragen, wie er das gemacht hat, ist eine unlogische Frage. Wo es keine Bindung gibt, da gibt es auch keine Ursache und Wirkung. „Ich wurde im Traum zu einem Fuchs, und ein Hund verfolgte mich.“ Wie kann ich da fragen, warum mich der Hund verfolgt hat? Der Fuchs war ein Teil meines Traumes, und der Hund natürlich auch; doch beide gehören nur zum Traum und haben außerhalb von ihm keine Existenz. Wissenschaft und Religion sind beides Versuche, uns aus der Bindung zu befreien; die Religion ist nur viel älter, und wir befinden uns in dem Aberglauben, dass sie heiliger ist. In gewisser Weise ist sie das auch, weil sie Moral zu einem wichtigen Punkt macht, was die Wissenschaft nicht tut.

„Gesegnet sind, die reinen Herzens sind, denn sie werden Gott schauen.“ Dieser Satz allein würde die Menschheit retten, selbst wenn alle Bücher und Propheten verloren gingen. Diese Reinheit des Herzens führt zur Schau Gottes. Sie ist das Thema der ganzen Musik dieses Universums. In Reinheit gibt es keine Bindung. Beseitigt durch Läuterung den Schleier der Nichterkenntnis, dann manifestieren wir uns als das, was wir wirklich sind, und erkennen, dass es nie eine Bindung für uns gegeben hat. Vielheit zu sehen, ist die große Sünde dieser Welt. Seht alles als Selbst und liebt alle; gebt alle Vorstellungen von Getrenntsein auf.

Denken wir auf der relativen Ebene, dann haben wir das Recht zu glauben, dass wir als Körper von relativen Dingen verletzt werden können, und auch, dass uns von ihnen geholfen werden kann. Diese Vorstellungen von Hilfe, abstrakt gesehen, ist, was wir Gott nennen. Die Gesamtsumme aller Vorstellungen von Hilfe ist Gott.

Gott ist die abstrakte Zusammenfassung von allem, was barmherzig, gut und hilfreich ist; das sollte zur wichtigsten Vorstellung werden. Als Atman haben wir keinen Körper; dennoch ist es absurd zu sagen: „Ich bin Gott, und Gift kann mir nichts anhaben.“ Denn solange ein Körper da ist und wir ihn sehen, haben wir Gott nicht verwirklicht. Kann der kleine Strudel zurückbleiben, wenn der Fluss verschwunden ist? Ruft nach Hilfe, und ihr werdet sie erhalten, und schließlich werdet ihr herausfinden, dass der um Hilfe Rufende verschwunden ist, genauso wie der Helfende, und das Spiel aus ist; nur das Selbst bleibt zurück.

Wenn dies einmal erreicht ist, kommt zurück und spielt, wie es euch gefällt. Dieser Körper kann dann nichts Böses mehr tun, denn erst, wenn alles Schlechte verbrannt ist, stellt sich Befreiung ein. Alle Schlacken des Bösen sind dann ausgebrannt, und es bleibt nur „eine Flamme ohne Rauch und Hitze“.

Die frühere Triebkraft treibt den Körper weiter, aber er kann nur noch Gutes tun, denn alles Schlechte ist vergangen, bevor Befreiung sich eingestellt hat. Der sterbende Dieb am Kreuz erntete die Wirkungen seiner früheren Taten. Als Yogi hatte er versagt und musste wiedergeboren werden; wieder glitt er ab und wurde zum Dieb. Doch seine früheren guten Taten trugen Früchte, und der begehrte Jesus, als die Zeit für seine Befreiung reif war, und ein einziges Wort machte ihn frei.

Buddha befreite seinen ärgsten Feind, denn weil dieser Buddha so sehr hasste, musste er ständig an ihn denken; dieser Gedanke läuterte sein Denken, und er wurde reif für die Befreiung. Denkt deshalb unentwegt an Gott, das wird euch läutern und bereit machen für die Befreiung.

SWAMI VIVEKANANDA

Aus: GESPRÄCHE AUF DEN TAUSEND INSELN  
VEDANTA-ZENTRUM WIESBADEN E. V.

ÜBERSETZUNG: KURT FRIEDRICH



Aufgenommen in Thousand Island Park,  
Staat New York, Sommer 1895