

Newsletter zur Bhagavad Gita von Dr. P.V. Nath

Der nachfolgende Text ist die Zusammenstellung der einzelnen Sendungen eines regelmäßigen E-Mail Newsletters, herausgegeben in Englisch von Dr. Pathikonda Viswambara Nath. Er beinhaltet die Original-Verse der Gita und die Übersetzung, Transkription und Kommentare von Dr. Nath, hier wiedergegeben in der deutschen Übersetzung von Dasha A.W. Schöning. Das englische Original kann abgerufen werden unter: "www.TheGita.org"

Copyright an den Kommentaren zur Bhagavad Gita: Dr. P.V. Nath, Großbritannien.
Rückfragen zum Text bitte direkt an Dr. Nath per "snath@btinternet.com" oder in Deutsch an den Übersetzer.

Fragen zur Übersetzung wie auch zur Administration des Newsletters und der Downloads bitte an: "info@diegita.de" (Dasha A.W. Schöning, Deutschland).

Mehr zu Sri Swamiji, den Sadguru, dessen Segen diesen Newsletter ermöglicht, unter "www.dattapeetham.com" und "www.dycgermany.de".

**OM SAHA NAVAVATU SAHA NAU BHUNAKTU
SAHA VEERYAM KARAVAVAHAI
TEJASWI NAVADHEETAMASTU
MAA VID VISHAVAHAI**

**Möge Er uns beschützen (den Lehrer und den Schüler).
Möge Er bewirken, dass wir beide uns (des Höchsten) erfreuen.
Mögen wir beide uns anstrengen (um die wahre innere Bedeutung der Schriften zu entdecken).
Mögen unsere Studien tief greifend sein und Früchte tragen.
Mögen wir uns nie gegenseitig missverstehen.**

Die Gita hat die Form eines Dialoges zwischen Krishna, dem Lehrer, und Arjuna, dem Schüler. Sanjaya, der Berichterstatter an König Dhritarashtra, unterbricht manchmal mit eigenen Kommentaren. Es gibt insgesamt 18 Kapitel mit 701 Versen (Slokas). Jedes der Kapitel hat einen Titel und endet mit dem Wort "Yoga".

Das Wort "**Yoga**" ist hergeleitet aus dem Wort "Yuj", welches "Vereinigen" bedeutet. Das Studium jedes Kapitels hilft dem Sucher dabei, sich mit Gott zu vereinen, und daher wird das Wort "Yoga" benutzt.

Der / Die Sucher(in) ist der/diejenige, der/die eine Vereinigung mit "Parabrahman" anstrebt sowie die Erfahrung "Ewiger Seeligkeit". In Sanskrit ist "Sadhaka" das Wort für "Sucher". Die Bemühungen des Sadhakas sind bekannt als "Sadhana".

Um die Aufgabe anzugehen, muss der/die Sucher(in) "Glauben" und "Hingabe" haben an das Thema, den Lehrer und "Parabrahman".

Kapitel 5: KARMA SANYASA YOGA

Einführung

"Karma": Es bedeutet "Handlungen".

"Sanyasa": Es bedeutet "Verzicht auf alle Handlungen aus Verlangen".

Allen Handlungen zu entsagen, die auf Verlangen ausgerichtet sind, das ist "Karma Sanyasa Yoga".

Dies ist nun eine Fortführung der Prinzipien zu Handeln und Wissen, wie sie in den vorherigen zwei Kapiteln unter den Überschriften "Karma Yoga" und "Jnana Yoga" beschrieben wurden.

Wenn wir darin fortschreiten, uns immer tiefer in das Gebiet dieser spirituellen Erläuterungen hinein zu begeben, die vom Herrn selbst der gesamten Menschheit durch das Medium Arjuna gegeben wurden, wird es einige Verwirrung um die Bedeutung der Worte "Sanyasa und Tyaga" geben. Wir bekommen im Laufe des Dialoges immer wieder Erläuterungen zu diesen beiden Worten, und die endgültige Erklärung werden wir im Kapitel 18 finden.

Lasst uns im jetzigen Moment verstehen, dass:

Sanyasa "Freiheit von Verlangen" und Tyaga "Verzicht auf die Früchte von Handlungen" bedeutet.

In der Ausführung jeglicher Handlungen gibt es eine sequentielle Abfolge von Verlangen, Handeln, und resultierendem Ergebnis.

Es ist eine Tatsache, dass man Handlungen ausführen sollte, um irgendetwas im Leben zu erlangen. Um etwas Höheres zu erreichen, sollte man immer noch Handlungen ausführen, aber man sollte bereit sein sich der niederen Vergnügen zu enthalten.

Den niederen Vergnügen zu entsagen, um "Glückseligkeit" zu erfahren, das ist das Thema dieses Kapitels.

Die niederen Vergnügen starten mit den Vergnügen in diesem Leben und in dieser unserer Welt: "Bhooloka".

Gemäß unserer Schriften sind

Bhuvaha,

Suvaha,

Mahaha,

Janaha,

Tapaha,

Satyam,

die höheren Orte auf Ebenen höher als die Erde, auf der wir leben, die von Devas regiert werden, und in denen uns weitere Vergnügen garantiert sind.

Zunächst müssen wir lernen mehr und mehr Vergnügen zu entsagen, die wir als Ergebnis unserer Handlungen in diesem Leben erhalten, um die höheren Orte zu erreichen.

Schließlich sollten wir lernen bereit zu sein allen Vergnügen zu entsagen, die wir von höheren Orten erwarten, um das schlussendliche Ziel "Moksha" zu erreichen.

Abgesehen von "Moksha" ist unser Aufenthalt an jedem der anderen sechs Orte nur vorübergehend und hat eine begrenzte Aufenthaltsdauer. Wenn wir die Freuden des Aufenthalts an jenen Orten ausgekostet haben, müssen wir wieder auf die Erde herunter kommen und neu beginnen Verdienstpunkte zu sammeln, um wieder die Vergnügen zu genießen.

Wir sollten Handlungen ausführen mit dem Wissen darum, was wir als Ergebnis der Handlungen erhalten werden. Wenn wir uns einmal entschieden haben, was wir gern erreichen würden, hat unse-

re Aufmerksamkeit auf der Handlung selbst zu sein und nicht mehr auf dem Ergebnis. Abhängig von unseren Handlungen wird sich das Ergebnis im Laufe der Zeit von ganz allein einstellen. Die Ergebnisse aus früheren Karmas haben einen Einfluss auf die jetzt erzielten Resultate. Die Handlungen stellen die Gegenwart dar, die Ergebnisse die Zukunft.

Diese Regel lässt sich auf alle Gesellschaftsschichten anwenden und ganz besonders auf die spirituell Suchenden, deren Ziel das Erreichen von "Moksha" ist.

"Die mentale Selbstverleugnung (die Abwesenheit des "Ich"haften in Handlungen) in der Ausführung von Handlungen und bezüglich der Früchte der Handlungen ist "Karma Sanyasa."

Einen Abschluss zu erlangen, ist das Ziel des Studenten, der an einer Universität anfängt. Der nächste Schritt wird sein, mit dem erlangten Wissen Geld zu verdienen und das Leben eines Haushaltsvorstands zu führen. Einmal an der Universität eingeschrieben, hat die Konzentration auf den Studien zu liegen, und zwar nur auf den Studien. Je mehr man die Konzentration auf die Studien fokussiert, desto besser werden die Ergebnisse und die Noten im Abschlussexamen sein. Gute Noten werden dann wiederum dabei helfen eine bessere Beschäftigung zu sichern.

Es ist auch wichtig sich zu erinnern, dass unsere Anstrengungen / unsere Haltung zum Studium in den frühen Jahren des Studierens noch vor der Universität die Ergebnisse im Abschlussjahr der Examen beeinflussen. Derjenige Student, der sich nicht auf die Gegenwart konzentriert und nicht so studiert wie notwendig, der bei der Arbeit vor allem das Leben an der Universität genießt, wird herausfinden, dass die erlebten Vergnügen beschränkt sind. Auch wer eine Menge Zeit damit verschwendet hat das Lernen in den voruniversitären Studien zu vernachlässigen, wird herausfinden, dass seine Haltung zum Studium in den frühen Jahren das Endziel beeinträchtigt. Es wird damit enden, dass er nicht in der Lage ist eine sichere Lebensgrundlage zu finden, und er wird im zukünftigen Leben Mühsal erfahren.

Die Grundregel, der es im Leben zu folgen gilt, ist: "Opfere die Freuden von heute für die Sicherheit von morgen."

Das ist das Thema der Erörterungen in diesem Kapitel. Nachdem uns die Grundlagen zu "Karma und Jnana" in den Kapiteln 3 und 4 gegeben wurden, erhalten wir nun eine höhere Ausbildung in der spirituellen Wissenschaft.

In diesem Kapitel werden wir verstehen, dass es notwendig für uns ist, den von Verlangen angestoßenen Handlungen zu entsagen, weil die uns bei unserem Fortschritt zu spiritueller Reife behindern. Wir werden lernen:

Die Kunst der Entsagung bezüglich des Gefühls, Träger von Handlungen zu sein (Ego), und:

Die Kunst, den Wünschen und Befürchtungen hinsichtlich der Ergebnisse von Handlungen zu entsagen.

Vers 1

Arjuna Uvacha:

**SANYASAM KARMANA KRISHNA PUNARYOGAM CHA SHAMSASI
YAC CHREYAYETAYOR EKAM TANME' BRUHI SUNISCHAYAT.**

Arjuna sprach:

**Oh Krishna, Du preist die Abkehr von Handlungen, und dann wieder den Yoga des Handelns.
Was von diesen beiden ist besser? Sag es mir bitte definitiv.**

Arjuna, der Schüler, der sich zu den Füßen seines Meisters Sri Krishna überantwortete, wünschte das Wissen, mit dem er seine Unwissenheit überwinden könnte. Er war unwissend in Hinsicht auf das, was gut für ihn war. Er war kein unwissender Student der Schriften. Er war in früheren Tagen seines Lebens im Gurukulam gewesen, um die Schriften zu lernen.

In jenen Tagen wurden Kshatriyas nur im Teil "Krama Kanda" der Veden unterrichtet. Sie studierten nicht das "Upasana Kanda und Jnana Kanda" der Veden. Arjuna war keine Ausnahme. Er wird nun verwirrt, ob er sich erheben und kämpfen sollte, oder aber allen Handlungen entsagen.

Der letzte Vers im vorigen Kapitel endete mit dem Befehl von Krishna, aufzustehen und zu kämpfen. Krishna hatte gesagt "Uthishta".

Aber gleichzeitig hatten einige Verse in den vorherigen Kapiteln die Aufgabe aller Handlungen betont. Vers 71 in Kapitel 2 hatte klar gesagt: "Derjenige, der allen Verlangen entsagt, ohne Wunsch danach lebt, ohne Gefühl für Ich und Meins, der erlangt Frieden."

Arjuna wollte Führung von Krishna in Form einer klaren Aussage, welcher Pfad der beste sei. Er zeigte die Qualitäten eines ernsthaften Studenten, indem er um Klärung nachsuchte in dem, was gelehrt wurde. Dies ist eine Lektion für uns alle. Wir müssen unsere Zweifel klären und unseren Weg klar machen in jeglichem Gebiet von Aktivität, und ganz besonders hinsichtlich des spirituellen Pfades.

Vers 34 im letzten Kapitel dreht sich ganz um das Verhalten zum Guru auf der Suche nach Wissen. (Tad viddhi Pranipatena') Indem er fragt, um Zweifel zu klären, folgt er der Botschaft in jenem Vers.

Vers 2

Sri Bhagawan Uvacha:

**SANYASAHA KARMAYOGASCHA NISHREYASAKARAVUBHOU
TAYOSTU KARMASANYASAT KARMAYOGO VISHISHYATE.**

Der Herr antwortete:

Handlungen entsagen oder Yoga des Handelns, beide führen zur höchsten Glückseligkeit. Von diesen beiden aber ist der Yoga des Handelns dem völligen Verzicht auf Handeln überlegen.

Nishreyasakarou: ohne Zweifel, zur höchsten Glückseligkeit führend.

Das Wort schließt "Shreyas" in sich ein.

Wir haben die Bedeutung des Wortes in Vers 7 in Kapitel 2 erörtert.

Shreyas ist das, was zu unserem Wohlergehen ist.

Im Gegensatz dazu ist "Preyas", was bedeutet: "Was uns angenehm erscheint".

Für jedes individuelle Leben auf der Erde ist Shreyas das Erlangen von "Moksha".

Sri Krishna sagt Arjuna, dass beide Pfade von "Karma und Sanyasa" letztlich beide zum Endzustand von "Glückseligkeit" führen.

Dann fügt er die Aussage an, dass "Yoga des Handelns" überlegen ist. Das sagt er in Hinblick auf die gewöhnlichen Männer und Frauen auf dieser Erde. Der "Yoga des Entsagens" ist für die Mehrheit nicht möglich, und daher der Vorzug für den Yoga des Handelns.

Sanyasa bedeutet völligen Verzicht auf jegliches Handeln und vollständige Konzentration auf das Göttliche. Das ist eine sehr schwierige Praxis, und nur sehr wenige können es mit dieser Methode aufnehmen.

Wir leben in einer Welt mit sehr vielen Männern, Frauen, und anderen Formen des Lebens. In unserem täglichen Leben kommen wir mit ganz unterschiedlichen Typen von Menschen zusammen. Wie wir zuvor gelernt haben, ist jedes Individuum ein Repräsentant des Herrn auf dieser Erde. Unglücklicherweise hat für die Mehrheit von uns das Ego die Oberhand, und wir blockieren das Göttliche im Innern. Wenn wir die Kunst lernen, das Ego zu überwinden und es auszulöschen, dann werden wir fähig sein das Göttliche im Innern zum Ausdruck zu bringen. Schlussendlich werden wir durch den Pfad des "Shreyas" Moksha erlangen.

Wir haben zuvor auch schon die Tatsache diskutiert, dass der Herr in ganz verschiedenen Formen erscheint, um uns eine Lektion zu erteilen. Er erscheint uns als gut und schlecht, reich und arm, krank und gesund, stark und schwach, und auf viele sich widersprechende Arten und Weisen. Er kommt in jenen Formen, um uns ein Beispiel dafür zu geben, was das bedeutet.

Indem wir dem Weg des Karma folgen, haben wir eine Gelegenheit ganz vielen verschiedenen Arten im Ausdruck des Lebens zu begegnen. Wir erhalten die Möglichkeit, eine Kommunikation mit der Schöpfung des Herrn zu entwickeln. Der Wunsch des Herrn ist "Loka Kalyana", das Wohlergehen des Lebens auf der Erde. Wir als Menschen sind das Medium, um diesen Wunsch zu erfüllen. Wenn jede(r) von uns für Loka Kalyana arbeiten kann, dann können wir diese Welt zu einem Ort von Frieden und Reichtum machen.

Das ist möglich durch die Befolgung des Weges von "Karma Yoga".

Wer dem Pfad der Entsagung folgt, verpasst die Möglichkeit, diesen Wunsch des Herrn zu erfüllen.

Es ist schon so, dass man Frieden und Stille erfahren kann, wenn man dem Pfad des Sanyasa folgt. Es gibt eine Notwendigkeit für mentale Ausgeglichenheit, und diese wird erfüllt, indem man dem Pfad von Sanyasa folgt. Auf der anderen Seite bringen Handlungen mentale Verwirrung (Sukha, Dukha), was die Konzentration auf Taten für Loka Kalyana stört. Aber am Ende ist Perfektion möglich durch das Praktizieren von Karma Yoga. Wir haben das gelernt, indem wir uns in Kapitel 2 die Qualitäten eines Menschen von beständiger Weisheit angeschaut haben.

Was wir aus diesem Vers verstehen sollten, ist folgendes:

Jnana, das aus der Aufgabe des Egos in allen Handlungen resultiert, und

Karma, das aus Handlungen ohne Verlangen und ohne Anhaftung an die Früchte des Handelns besteht,

Beide führen zur ultimativen Glückseligkeit.

Wenn sich jede(r) dem Pfad des Sanyasa hingibt, wird das Leben auf der Erde zum Stillstand kommen müssen, und Fortschritt wird dann unmöglich sein. Es gibt eine Pflicht, sich um die Bedürfnisse gewöhnlicher Männer und Frauen zu kümmern, und dieser Vers ist an jede Gruppe von Menschen gerichtet.

Entsagung sollte einer Reife des Geistes entspringen. Dafür bedarf es einer langen Zeit, und in vielen Fällen auch vieler Geburten und Tode. Aus Ignoranz oder einem plötzlichen Impuls heraus die Entscheidung zu treffen, ein Sanyasin zu werden, macht das Individuum zu einer verlorenen Seele auf der Erde.

Schließlich richtet sich die Belehrung durch den heiligen Text an Arjuna. Wenn der sich in die Wälder zurückgezogen hätte, statt zu den Waffen zu greifen und unter der Führung von Sri Krishna

den Krieg der Rechtschaffenheit zu kämpfen, dann wäre er eine verlorene Seele in den Wäldern geworden. Das war so, weil Arjuna noch nicht "Mano nasha und Vasana kshaya" erreicht hatte.

Wir müssen die existierenden Vasanas verbrennen (Vasana kshaya), und dürfen keine neuen Vasanas ansammeln (Vasana kshaya). Das ist nur möglich durch ein langes Leben der Hingabe an Handlungen der Art "Begierde-freies Handeln und keine Anhaftung an die Früchte des Handelns" (Vers 47 in Kapitel 2).

Sri Ramanuja gibt eine Klarstellung zum Wort "Sanyasa", wie es in diesem Zusammenhang benutzt wird. Er erklärt, dass "Sanyasa" "Jnana" bedeutet. Während er Teil der Gesellschaft ist, führt der wahre Karma Yogi Nishkama Karma durch und erlangt dadurch das Jnana des Atman. Das ist die spätere Stufe der spirituellen Reife. Darauf beruht die Aussage von Sri Krishna, dass Karma dem Sanyasa überlegen ist.

Vers 3

**JNEYAHA SA NITYA SANYASEE YO NA DWESHTI NA KANKSHATI
NIRDWANDVO'PI MAHABAHU SUKHAM BANDHAT PRAMUCHYATE.**

Oh Arjuna, wer weder etwas hasst noch etwas begehrt, sollte als ein Mensch von Entsagung für alle Ewigkeit bekannt sein. Wer frei ist von den Paaren von Gegensätzen, wird leicht befreit von Gebundenheit.

Sri Krishna macht klar, dass der Akt des Sanyasa auf allen drei Ebenen von "Geist, Sprache und Handeln" vollzogen werden muss. Das ist als "Trikarana Shuddhi" bekannt (Reinheit auf den drei Ebenen). Nur das Tragen ockerfarbener Gewänder und das Leben in den Randbezirken einer Stadt oder im Wald macht einen noch nicht zu einem wahren Sanyasi. Es ist nicht die physische Erscheinung, die jemand zum Sanyasi macht, sondern die geistige Haltung, die das bewirkt.

Wahres Sanyasa kommt nicht dadurch, dass man aufgibt, was man nicht mag, oder sich glücklich fühlt, weil man den auferlegten Pflichten entkommt. Sanyasa ist ein Akt der "Selbstverleugnung". Eigennützigkeit kann ein Individuum nicht zum Sanyasi machen.

Der Akt der Entsagung sollte nicht nur temporär sein sondern muss durch den ganzen Rest des Lebens aufrecht erhalten werden. Der Herr benutzt das Wort "Nitya Sanyasee". In diesem Zusammenhang bedeutet es "ein beständiger Asket", der die Qualitäten eines Sanyasi in all seinen Gedanken, seinen Handlungen und seinem Sprechen zeigt, und das jeden Tag für den Rest des Lebens.

"Wer weder etwas hasst noch etwas begehrt" soll als "Nitya Sanyasee" anerkannt sein, bekräftigt der Herr. Begierden und Ablehnungen können nur entstehen, indem man ein Teil der Gesellschaft und mit ihr verbunden ist - sie können nicht von denjenigen erfahren werden, die sich von der Gesellschaft weg bewegen. Daraus folgt, dass ein Sanyasi nach wie vor sein tägliches Leben als Teil der Gesellschaft führt, und gleichzeitig dem Prinzip von "Nishkama karma and Karma Phala tyaga" folgt. Die Botschaft des Herrn ist: fahre fort darin, das zu tun, wofür Du ausgebildet bist, fahre fort darin, "Nitya Karmas" auszuführen, wie sie von den Schriften vorgegeben sind.

Der Pfad zu "Moksha" ist daher, ein wahrer "Karma Yogi" zu sein, und nicht einfach vor den auferlegten Pflichten davon zu laufen. Man muss Handlungen ausführen, die in "Mano nasha and vasana kshaya" enden (vgl. den vorhergehenden Vers).

Die zweite Hälfte dieses Verses widmet sich dem Thema "Nirdwandva". Man muss frei sein von den Paaren von Gegensätzen im Leben wie "Glück und Leid; Schmerz und Vergnügen; Sieg und

Niederlage; Hitze und Kälte" und dergleichen. Diese entspringen der Verhaftung an die Welt ringsum, und sie sind die Reaktionen des Geistes auf die von den Sinnesorganen empfangenen Impulse. "Gleichmut" gegenüber den empfangenen Stimuli ist eine essentielle Qualität, die es zu entwickeln gilt. Dies ist eine weitere Voraussetzung dafür zum Sanyasi zu werden.

Wenn jemand weder durch Anhaftung noch durch Abneigung an die Welt gebunden ist, wenn er/sie Selbstsüchtigkeit aufgibt, wird er/sie im Lauf der Zeit "Den Frieden im Innern und überall ringsum" erfahren. Solch eine Person kann einen Haushalt führen und alle Pflichten erfüllen.

Das einleitende Wort dieses Verses ist "Jneyaha". Es bedeutet "Sollte bekannt sein". Du sollst wissen, was ich sagen werde, ist die Aussage von Sri Krishna.

Bandhat Pramuchyate: "Bandha" ist Anhaftung und "Pramuchya" bedeutet frei machen. "Nitya Sanyasi" heißt befreit von Anhaftung und dazu befähigt den "Ewigen Frieden" zu erfahren.

"Raga Dwesha": Verlangen und Ablehnungen. Aufgabe der Einflüsse von Ablehnungen und Begierden, welche das Individuum binden.

"Dwandva": Paare von Gegensätzen. Das Aufgeben der Paare von Gegensätzen. Solch ein Individuum, welches es geschafft hat, durch seine Handlungen alle existierenden Vasanas zu verbrennen und keine neuen Vasanas anzusammeln, ist ein wahrer Sanyasi.

Lasst uns erinnern, dass es nicht das Handeln sondern die Haltung ist, die uns an diese Welt binden oder von ihr befreien kann.

Vers 4

SANKHYA YOGOU PRITHAG BAALAHA PRAVADANTI NA PANDITAHA EKAM API ASTHITAH SAMYAK UBHAYOR VINDATE PHALAM

Nur Kinder, nicht die Weisen, sagen, dass Jnana Yoga und Karma Yoga unterschiedlich/eigenständig sind. Wer wirklich fest gegründet in einem von beiden ist, erlangt die Früchte von beiden.

Prithak: unterschiedlich/eigenständig

Baalaha: Kinder

Pravadanti: sprechen

Samyak: wahrlich

Vindate: erlangt

Der Herr benutzt das Wort "Panditaha" im Zusammenhang mit den weisen Personen. Ein gelehrter Mann wird oft "Pandita" genannt. Das ist nicht die wahre Bedeutung des Wortes. Ein Meister in der Theorie muss auch ein Meister der Praxis sein. Wer die Schriften kennt und die Lehren in Praxis umsetzt, der ist ein wahrer Pandita.

Ein echter Jnani führt Handlungen in einem Zustand der Entsagung des Ego aus. Er hat kein Gefühl für "Ich-haftigkeit".

Auf der anderen Seite arbeitet ein wahrer Karma Yogi im Geiste von "Kein Verlangen nach den Früchten der Handlung".

Indem sie in diesem Geiste arbeiten, werden beide das letztliche Ergebnis von "Mano nasha and vasana kshaya" erreichen, welches eine Voraussetzung für Moksha ist. Beide Pfade bringen die Göttlichkeit im Individuum zum Vorschein.

Indem sie die wahre Bedeutung der Schriften nicht verstehen, argumentieren viele gestandene Menschen, dass ihr Weg der beste sei, und sie schauen auf die anderen herab.

Durch diesen Vers schilt Sri Krishna solche Personen nur. Er ist nicht zornig über unsere Fehler. Auf der anderen Seite sagt er uns wie eine Mutter ihrem Kind, dass wir nicht solche Fehler machen sollten. Er sagt, dass nur Kinder solche Fehler machen aber keine Erwachsenen. Es ist übliche Praxis, dass wir die Fehler von Kindern entschuldigen. In ähnlicher Weise sollten wir die Haltung entwickeln, dass wir nicht mit unserem Wissen prahlen oder auf andere herabschauen.

Die meisten von uns sind physisch erwachsen aber spirituell unreif. Diejenigen, die spirituell erwachsen sind, sollten lernen, auf andere mit Mitgefühl und Verständnis zu schauen.

Durch diesen Vers bekommen wir auch einen Hinweis auf den Geist des "adweshta" (kein Hass). Er möchte religiöse Toleranz. Alle Wege führen zum gleichen Ziel, und man sollte niemand hassen, der nicht dem gleichen Pfad folgt. Wir müssen lernen tolerant zu sein gegenüber anderen Glaubensrichtungen, Überzeugungen und Gemeinschaften.

"Samyak asthitaha: Wer wirklich fest gegründet ist". Egal welchem Pfad wir folgen, wir müssen es darin zur Perfektion bringen. Unzureichendes Verständnis führt im Laufe der Zeit zu Schwierigkeiten und Streitereien.

Es ist ohne Belang, ob jemand dem Pfad von "Jnana oder Karma" folgt. Wirklich wichtig ist, dass man das Gefühl transzendieren sollte, persönlich der Tugend zu sein.

Vers 5

**YAT SAMKHYE PRAPYATE STHANAM TAD YOGAIRAPI GAMYATE
EKAM SAMKHYAM CHA YOGAM CHA PASHYATI SA PASHYATI**

Der Zustand, der durch Samkhya erreicht wird, wird auch von Yogis erlangt. Wer die Einheit von Samkhya und Yoga sieht, der sieht wirklich.

Gamya: das letztendliche Ziel

Gamyate: erreicht das letztendliche Ziel

Es sollte so gesehen werden, dass der Herr am Punkt des letzten Zieles steht und die verschiedenen Pfade betrachtet, über die Er erreicht wird. Er sieht zwei Haupt-Wege:

Den Pfad, dem die Samkhyas folgen, und den Pfad, dem die Yogis folgen.

Wie wir im zweiten Kapitel diskutiert haben, bedeutet "Samkhya" das "Vereinigen mit dem Wissen". Es geht einzig und allein um das Wissen um das "Unvergängliche Atman" im Innern und überall ringsum. Wer das "Atman" klar und ganz verstanden hat, ist ein wahrer Jnani. "Samkhyas" sind in diesem Zusammenhang als "Jnanis" zu verstehen.

Das Wort "Yogi" wird mit Bezug auf "Mensch des Handelns" benutzt. Ein wahrer Mensch des Handelns ist ein "Karma Yogi".

In den Kapiteln 3 und 4 geht es um das Erlangen von "Moksha" mittels "Wissen und Handeln". Wir haben hier eine Wiederholung der Tatsache, dass beide Pfade zur letztlichen Vereinigung mit dem "Parabrahman" und zur Erfahrung von "Glückseligkeit" dienen. Die Welt ist voller Menschen mit unterschiedlichen Temperamenten. Die verschiedenen Pfade dienen dazu, dem Temperament

unterschiedlicher Gruppen von Menschen Rechnung zu tragen. Menschen mit Wissen sollten keine Vorliebe für eine spezifische Gruppe zeigen sondern allen gegenüber mitfühlend sein.

Die Veden sagen, dass wer um Brahman weiß, selber zu Brahman wird.
Wir sollten es lesen als: "Ein Jnani wird durch Handeln zu Brahman".
Karma Yoga und Jnana Yoga sind nur die zwei Seiten einer Münze.

Eine Münze hat zwei Seiten mit Beschriftung auf jeder Seite. Für den Umlauf wird sie nur akzeptiert, wenn auf beiden Seiten Beschriftungen sind. Wenn die Beschriftung auf einer Seite fehlt, wird die Münze für den Umlauf ungeeignet.

In ähnlicher Weise sollte die Münze, die zum Erreichen des letztendlichen Zieles nötig ist, die Inschrift von Karma auf der einen und von Jnana auf der anderen Seite haben. Der Sucher nach dem letztendlichen Ziel sollte daher "Wissen im Handeln" zeigen. Der wissende Aspekt des Wissenden ist "Samkhya" und der Aspekt des Werdens ist "Yoga".

Vers 6

SANYASASTU MAHABAHO DUKHAM APTUM AYOGATAHA YOGA YUKTO MUNIR BRAHMA NACHIRENA ADHIGACHATI

Oh Arjuna, Entsagung (Sanyasa) ist aber schwer zu verwirklichen (Dukham aptum) ohne den Yoga des Handelns. Der Weise, der im Yoga in Harmonie ist, gelangt schnell zu Brahman.

Sanyasa ist wunschloses Handeln, und Tyaga ist allen Früchten des Handelns zu entsagen.
Das Ego ist das Zentrum für Begierden und Ablehnungen.
Sanyasa muss daher als Aufgeben des Ego verstanden werden.
Wenn es kein Ego gibt, wird es keine Spur von Verlangen oder Ablehnungen geben.

Viele verstehen und betrachten Sanyasa als das Entsagen allen Besitzes. Sie entscheiden sich, alle ihre Besitztümer hinter sich zu lassen, in ein Zentrum für Pilger zu gehen und ein neues Leben in der Nachbarschaft ihres geliebten Gottes zu beginnen. Es gibt einige, die gern in einen Ashram gehen und dort den Rest ihres Lebens verbringen würden.

Woran wir uns erinnern sollten, ist, dass der wichtigste Besitz, dessen wir entsagen müssen, "Das Ego" ist. Ohne dem Ego zu entsagen, sind alle anderen Handlungen von Entsagung ohne große Bedeutung. Es ist das Ego, was unsere Anhaftung an alle materiellen Besitztümer dieser Welt aufrecht erhält.

Aber um in dieser Welt zu leben, müssen wir Handlungen ausführen und wie ein Karma Yogi arbeiten. Der erste Schritt ist daher Karma Yoga, der zweite Schritt ist Jnana Yoga, und der dritte Schritt ist Vijnana Yoga. "Vijnana" ist in diesem Zusammenhang die Reife, die ein Individuum "Losgelöstheit in der Anhaftung" entwickeln lässt. (Das ist wahres Sanyasa.) Das Endergebnis ist "Moksha".

Das Kind beginnt zunächst damit laufen zu lernen. In diesem Sinn ist Karma Yoga der Versuch laufen zu lernen.

Im Laufe der Zeit, die etwa 2 bis 3 Jahre dauert, erlangt das Kind Kompetenz im Laufen. Das Kind entwickelt das volle Wissen in der Kunst des Gehens. Das ist der Beginn von Jnana Yoga. Indem es den Nutzen und die Gefahren des Laufens realisiert, entwickelt das Kind Weisheit (Vijnana) in Bezug auf das Laufen, die ihm helfen wird das Ziel zu erreichen. Schließlich entwickelt das

Kind die Kompetenz, um das gewünschte Ziel zu erreichen. Andernfalls würde es auf dem Weg zum Ziel abgelenkt und es würde das Ziel vergessen, das es zu erreichen gilt.

Ohne zuerst zu gehen, würde das Kind das letzte Ziel nicht erreicht haben. Um dies Prinzip geht es in diesem Vers.

Ein anderes Beispiel, das viele Gelehrte gern zitieren, ist das von Früchten an einem Baum.

Solange sie nicht reif sind, sind die Früchte nicht süß. Sie werden sauer oder bitter sein. Sie müssen an den Zweigen des Baumes verbleiben, sich allen Witterungsbedingungen aussetzen, die Nahrung durch die Umgebung erhalten, um schließlich reif zu werden. Wenn sie reif sind, verlieren sie langsam die Verbindung zu den Zweigen und fallen ab zum Boden.

Welch herrliches Beispiel. Abzufallen zum Boden bedeutet das Verlieren der Verbindung zur Welt und "Moksha" für die Frucht. Sie wird nur reif, indem sie sich während des Prozesses der Umgebung aussetzt und Teil des Baumes ist.

In ähnlicher Weise sollten wir Teil der Gesellschaft sein, und Sanyasa kommt nach vollständiger Reife und natürlicher Ablösung von allen Anhaftungen. Ein Karma Yogi wird durch die verschiedenen Wechselfälle des Lebens genährt, wird zu einem Jnani, und erlangt schließlich Moksha. Er muss die Fähigkeit entwickeln für das Wohlergehen der Gesellschaft zu arbeiten. Solche Selbstaufgabe, die persönlichen Vergnügen zum Nutzen der Gesellschaft hintan zu stellen, das ist wahres Sanyasa, und das Individuum ist dann ein wahrer "Karma Yogi".

Die Mehrheit von uns gehört zur Kategorie derjenigen, die tägliche Aktivitäten zu erfüllen haben.

"Yoga yukto munir Brahma na chirena adhigachati": ein Muni in Harmonie gelangt schnell zu Brahman.

Ein "Muni" ist derjenige, der auf das Höchste kontempliert. Es heißt "Mounam Charati iti munihi" und bedeutet "Der Muni wandelt auf dem Pfad des Schweigens".

Wer alle täglichen Pflichten ausführt, indem er die Sinnesorgane zum Schweigen bringt und verhindert, dass sie ihn von seinen täglichen Pflichten ablenken, der ist ein "Muni" und "Karma Yogi". Er ist in Harmonie im Yoga.

Diejenigen, die "Moksha" als das letztendliche Ziel ihrer Lebensreise ansehen möchten, sollten die Kunst kennen, alle Handlungen so auszuführen, wie es von den Schriften vorgegeben ist. Der Hauptfokus im Ausführen von Handlungen sollte "Loslösung" sein.

"Loslösung in der Anhaftung" ist der Schlüssel zum Erfolg.

Der einzige permanente Begleiter in unserer Lebensreise ist das "Atman". Alle anderen Begleiter bleiben nur für eine begrenzte Zeit bei uns. Entweder müssen wir uns von ihnen trennen, oder sie müssen sich von uns trennen. Wir können daran nichts ändern. Ein wahrer Sanyasi ist derjenige, der sein Gefühl von Gleichgewicht behält, wenn er sich von seinen Besitztümern trennt. Die mentale Aufgabe von Anhaftungen ist Sanyasa.

Vers 7

**YOGA YUKTO VISHUDDHATMA VIJITATMA JITENDRIYAHA
SARVA BHOOTATMA BHUTATMA KURVANNAPI NA LIPYATE.**

Derjenige, der sich dem Yoga des Handelns widmet, mit gereinigtem Herzen, mit kontrolliertem Geist und unterworfenen Sinnen, wer das eigene "Selbst" als "Selbst" in allen Wesen erkennt, wird nicht verunreinigt, obwohl er handelt.

Im allgemeinen sind die meisten von uns in Handlungen engagiert und finden den Pfad der vollkommenen Entsagung fast unmöglich zu befolgen.

Unter denen, die Handlungen durchführen, gibt es zwei Typen:

Diejenigen, die arbeiten, um ihre Sinne zu befriedigen.

Diejenigen, die arbeiten, um das Atman im Innern zu befriedigen und sich um Befreiung der Seele zu bemühen.

Dieser Vers soll denen helfen, die arbeiten, um ihre Sinne zu befriedigen, damit sie die Art des Arbeitens ändern und dadurch berechtigt werden zur Erlösung.

Wir haben bereits mehrfach erörtert, dass jede Handlung ihre Reaktion bewirkt. Wir handeln auf Grund von Vasana Eindrücken, die aus der Vergangenheit mitgenommen werden. Alle Handlungen aus Verlangen oder Ablehnung bringen wiederum mehr neue Vasanas. Wir müssen wieder und wieder geboren werden, um die neuen Vasanas zu erfüllen, und dafür noch mehr neue Vasanas zu akkumulieren. So gehen wir durch den endlosen Zyklus von Geburten und Toden.

Na Lipyate: Dies ist das letzte Wort des Verses und bedeutet: "Nicht verunreinigt".

"Yoga yukto" ist das erste Wort und bedeutet "mit Handlungen befasst".

Wie man in Handlungen involviert sein kann und doch nicht verunreinigt wird, dafür werden in diesem Vers vier Übungen gegeben:

Es sind dies:

Vishuddhatma

Vijitatma

Jitendriyaha

Sarva bhootatma bhootatma.

Diese vier weisen auf die vier Instrumente in uns hin, durch die wir handeln, und wir sollten alle vier Instrumente in unseren Handlungen benutzen.

Lasst uns diese vier Übungen anschauen:

Vishuddhatma: "Gereinigtes Herz".

Das hier gemeinte Herz ist "Der Intellekt". Der Intellekt, der dem Atman im Innern am nächsten steht, und der die Fähigkeit hat den Geist zu kontrollieren, sollte rein sein. Es ist das Organ, um zwischen falsch und richtig zu unterscheiden.

Wenn dies Instrument mit Unreinheit verdorben wird, drückt das Individuum "Durbuddhi" aus. "Buddhi" ist Intelligenz, und "Durbuddhi" ist pervertierte Intelligenz. Wenn die vorherrscht, dann werden die Handlungen des Individuums selbstsüchtig und schädigen andere.

Wenn dies Instrument rein ist, bringt die Person "Subuddhi" zum Ausdruck, was intelligente Handlungen ohne Eigennützigkeit bedeutet. Solche Handlungen ohne Abneigungen oder Vorlieben bringen friedvolle Ruhe.

Shuddha bedeutet gereinigt, und Vishuddha bedeutet vollkommen gereinigt. Ein vollkommen gereinigter Intellekt ist der erste der vier Punkte, die in diesem Vers zum Ausdruck gebracht werden. Der reine Intellekt, der machtvoll ist, kann dann den Geist kontrollieren, welcher der Anführer für alle körperlichen Handlungen ist.

Dies bringt uns zum nächsten Punkt in der Abfolge der Erörterung. Es ist:

Vijitatma: Selbstkontrolle über den Geist ist Jitatma, und perfekte Selbstkontrolle ist "Vijitatma".

Wie wir wissen, ist der Geist ein sehr großer Gedächtnisspeicher voller gespeicherter Eindrücke aus der Vergangenheit. Außerdem nimmt er permanent Eindrücke aus der äußeren Welt auf. Die Eindrücke der Sinne aus der äußeren Welt sowie das Auftauchen eines der Vasanas (Speicher der Gedanken) verwirren den Geist. Es ist wie bei einem Affen, der beständig von einem Ast zum nächsten springt. Die Kontrolle dieses Affen in uns ist sehr wichtig.

Indem er Wagenlenker für Arjuna war, hat Krishna uns eine großartige Botschaft gegeben. Er sagt, wenn Du mir die Kontrolle über Deinen Geist gibst, kannst Du den Geist weiterhin vermittlest der Organe des Handelns seine Pflichten erfüllen lassen.

Ein perfekt ausgeglichener Geist kann seine Pflichten mit dem Höchstmaß seiner Kapazität erfüllen.

Im berühmten Bild von Gitopadesha, steht Arjuna hinten im Streitwagen und hält Pfeil und Bogen, Krishna steht vorne und hält die Zügel, Arjuna ist der Geist, der seine Pflichten erfüllt, Krishna kontrolliert als Wagenlenker das Schicksal. Er ist der Intellekt, der die Rolle des Senior-Beraters übernimmt und den Geist führt. Arjuna wird als wahrer Karma Yogi gezeigt, der seine Pflichten zum Schutz des Dharma erfüllt.

Ein ernsthafter Sucher, der nicht über persönliches Verlangen motiviert ist, entwickelt mit der Zeit eine Klarheit des Verständnisses bezüglich des endgültigen Zieles. Im Lauf der Zeit lernt er von seinen eigenen persönlichen Fehlern. Wenn seine Vision des letzten Ziels klarer und klarer wird, werden seine Handlungen immer energischer und er zeigt eine Menge an Emsigkeit. Er entwickelt perfekte Selbstkontrolle über seinen wandernden Geist.

Jitendriya: Indriyas sind die Sinne. Sieg über die Sinne ist "Jitendriya".

Lasst uns einen Schritt zurücktreten und auf das Bild von Gitopadesham schauen.

Krishna hält die Zügel der Pferde.

Die Zügel sind die Sinne und die vier Pferde sind "Kama (Verlangen), Krodha (Zorn), Lobha (Gier) und Moha (Verblendung)". Diese ziehen das Individuum vom Weg ab. Wenn die Pferde hierhin und dorthin gehen, schwankt der Wagen von Seite zu Seite und kann sogar in den Graben fallen. Anstatt die Passagiere zum Ziel ihrer Wahl zu bringen, regieren die Pferde und ziehen die Passagiere in die Irre. Das Endergebnis ist nicht nur Misserfolg im Erreichen des Zieles sondern kann sogar bedeuten verletzt zu werden.

Krishna hält die Zügel und lässt die Pferde nicht ihren eigenen Weg gehen. Diese Kontrolle über die Sinne ist Jitendriya.

Wenn der Wagen sich mehr und mehr dem Ziel nähert, wird das Bild des Zieles den Passagieren klarer und klarer.

In ähnlicher Weise ist für die Suchenden am Anfang der Reise das letztendliche Ziel "Moksha" sehr im Nebel. Er macht sich auf den Weg, weil ihm die Älteren und der Guru die Idee von Moksha geben.

"Sarva Bhootatma Bhootatma": Indem er die Qualitäten von "Vishuddhatma und Jitendriya" entwickelt, fängt er in den späteren Stadien seiner spirituellen Reise an eine Vision von Moksha zu ent-

wickeln. Er beginnt, das Atman in sich selbst und in allen Formen des Lebens zu sehen, den bewegten wie den unbewegten.

Aber die ganze Zeit über sollte er "Yoga Yukta" sein. Er sollte hingebungsvoll in seinen Handlungen sein. Perfekte Hingabe an das Höchste, an den Guru, der ihn auf dem spirituellen Pfad führt, unzweifelhafter Glaube an die spirituellen Lehren werden ihm die Kraft zur Hingabe an die Handlungen geben.

Das Wissen um das eine kosmische Bewusstsein, das offenkundig in den verschiedenen Formen der Schöpfung erscheint, ist das Werkzeug, um ein perfekter Yoga Yukta zu sein.

Karma Yoga wird schnell zu "Karma Sanyasa", was der Titel dieses Kapitels ist.

Vers 8 - 9

**NAIVA KINCHIT KAROMI ITS YUKTO MANYETA TATVAVIT
PASHYAN SHRUNVAN SPRUSHAN JIGHRAN ASHMAN GACCHAN SVAPAN SHVASAN**

**PRALAPAN VISRUJAN GHRIHMAN UNMISAN NIMISHAN N API
INDRIYANINDRIYARTHESHU VARTANTA ITI DHARAYAT**

Der Yogi, der in Harmonie ist und die Wahrheit kennt, denkt bei sich: "Ich tue absolut gar nichts", wenn er sieht, denkt, hört, berührt, riecht, isst, sich bewegt, schläft, atmet, seine Augenlider öffnet und schließt. Er ist davon überzeugt, dass sich die Sinne zwischen den Sinnesobjekten bewegen.

Dies ist die Fortsetzung des vorherigen Verses. Es wurde uns gesagt, dass der Yogi, der bei seinen Handlungen in Harmonie ist, erst dann von Handlungen nicht tangiert wird, wenn er vollständige intellektuelle Reinheit erwirbt, dazu Kontrolle des Geistes und Unterwerfung seiner Sinne. Er besiegt die Illusion/Maya und sieht das Atman im Innern und das selbe Atman in allem.

In diesen zwei Versen wird uns eine Aufzählung der verschiedenen willkürlichen und unwillkürlichen Handlungen gegeben, die wir im Laufe eines Tages ausführen. Einige davon sind essentiell für's Überleben, einige um anderen zu gefallen, einige die uns Vergnügen bereiten, und einige als Antwort auf die Impulse, die von den Sinnesorganen aus der umgebenden Welt empfangen werden.

Last uns kurz auf die Worte schauen, die in diesen Versen benutzt werden:

Pashyan: sehen (Augen)

Shrunvan: hören (Ohren)

Sprushan: berühren (Haut)

Jighran: riechen (Nase)

Ashman: essen (Mund)

Gachan: gehen (Beine)

Svapan: schlafen (Geist)

Shvasan: atmen (Lunge)

Pralapan: reden

Visrujan: geben

Grihman: greifen

Unmisan nimishan: öffnen und schließen der Augenlider

So lange wir leben, sind wir technisch gesprochen "Zwei in einem". Wir sind "Das Atman", welches die wahre ewige Entität ist, und "Der physische Körper", der durch Raum, Zeit und Kausalität begrenzt ist.

Das Atman verbleibt als ewiger Zeuge für all unsere Gedanken und Handlungen auf der intellektuellen, mentalen und physischen Ebene. Es ist der "Sakshi" (Zeuge) für die körperlichen Handlungen.

Identifikation mit dem Körper ist bekannt als "Dehatma Buddhi" und Identifikation mit dem Atman ist "Atma Buddhi".

Der Yogi, von dem in diesen Versen die Rede ist, ist jemand, der seine wahre Identität verstanden hat, seine Existenz der Macht im Innern zuschreibt, und zu keinerlei Gedanken/Handlungen des Körpers ein Gefühl von Identifizierung damit hat. Er folgt dem Prinzip von "Nishkama karma und Karma phala tyaga." Botschaften der Sinnesorgane, die ein Verlangen herausfordern, beeinträchtigen nicht die Balance seines Geistes. Er ist sich bewusst, dass er Zeit seines Lebens zu arbeiten hat und ein Mitglied der Gesellschaft sein muss. All seine Handlungen sind darauf gerichtet, ein nützliches Mitglied der Gesellschaft zu sein und über niemand Leid zu bringen, weder wissentlich noch unwissentlich.

Während er irgendeine der oben aufgezählten Handlungen ausführt, ist seine Reaktion darauf "Ich tue gar nichts, ich bin nicht der Handelnde in den Handlungen". Botschaften der Sinnesorgane, die von Begierden ausgelöst werden, werden in seinem Geist nicht registriert. Das sind nicht einfach Worte, sondern es ist die Haltung, die daraus entsteht, ein "Vishuddhatma, Vijitamta und Jitendriya" zu sein. Reinheit in Worten, Gedanken und Sprache ist das Kennzeichen solch eines Yogi.

Wir haben das Beispiel von "Mahatma Gandhi", der ein in Harmonie befindlicher Yogi war. In keiner seiner Handlungen können wir einen Ausdruck von Ego finden.

Der spirituelle Sucher muss sich permanent daran erinnern, dass er nur ein Instrument in den Händen des Herrn ist, und dass er sich schrittweise vom niederen Tamas zum höheren Satva bewegen muss. Wenn der Schleier von Maya vollständig entfernt ist und er in den Zustand von "Suddha Satva" eintritt, erkennt er seine eigene wahre Identität und die wahre Identität von allem. Indem er sich immer bewusst ist, dass er ein ewiger Diener des Herrn ist, werden all seine Handlungen, Gedanken und seine Sprache stets rein sein sowie im Dienste des Wohlergehens des Lebens auf der Erde, und er wird sich nie die Urheberschaft solcher Handlungen zurechnen.

Vers 10

**BRAHMADHYAYA KARMANI SANGAM TYAKTVA KAROTI YAHA
LIPYATE NA SA PAPENA PADMA PATRAM IVAMBHASI**

Wer so handelt, dass er alles Brahman opfert und Anhaftung aufgibt, wird von der Sünde so wenig berührt wie ein Lotusblatt vom Wasser.

Dies ist ein weiteres poetisches Bild der "Doktrin vom Karma". Der Herr hat bereits viele solche Bilder von Karma gezeichnet, und wird es in den noch kommenden Kapiteln noch viele weitere Male tun. Genauso wie ein Künstler, der eine Vielzahl von Bildern auf die Leinwand zeichnet, um seine Vision zum Ausdruck zu bringen, jedes mit minimalen Änderungen im Bild, um die Darstellung zu verbessern und auch, um dem Geschmack verschiedener Kunstliebhaber gerecht zu werden, gibt Krishna uns viele Verse zu diesem Thema.

Im Grund genommen dreht sich alles um "Karma".

Wir werden auf Grund unserer vergangenen Karmas in diesen Ozean von Samsara geboren. Wir werden im Ozean von Samsara durch unsere Handlungen am Leben erhalten. Was über das Morgen, das kommen wird? Werden wir wieder in diese Welt geboren werden, oder werden wir Vereinigung mit dem Brahman erlangen können?

Der Rat, wie zu arbeiten ist, wird uns am Beispiel des Lotusblattes gegeben. Diejenigen, die mit dem Lotus vertraut sind, können das verstehen. Die Lotuspflanze sprießt hervor aus der Erde am Grunde des Wassers im See. Man kann die Wassertropfen auf ihrem Blatt sehen. Die Tropfen bewegen sich mit der Bewegung durch den Wind und das Blatt. Das Blatt hat eine wächserne Oberfläche, die verhindert, dass sich der Tropfen darauf festsetzt. Am Ende ihres Lebens stirbt die Pflanze im Wasser.

Sie wird im Wasser geboren, verbleibt im Wasser, und zur gleichen Zeit werden ihre Blätter durch das Wasser auf der Oberfläche nicht beeinträchtigt.

In ähnlicher Weise sollten unsere Handlungen nicht der Grund für unsere Wiedergeburt sein. Sie werden der Grund für unsere Wiedergeburt sein, wenn wir mit unseren Handlungen und deren Ergebnissen verhaftet sind. Spirituell gesprochen ist jede Handlung, welche der Grund für eine Wiedergeburt ist, eine sündige Handlung.

Indem wir als Diener unseres Herrn arbeiten, die Ergebnisse aller korrekten Handlungen uneigennützig zu Seinen Füßen opfern, werden wir fähig sein, die vorhandenen Vasanas, mit denen wir geboren wurden, auszulöschen, und keine neuen Vasanas zu akkumulieren. So werden wir fähig sein, zum Wohlergehen des Lebens auf der Erde zu handeln und schließlich die Vereinigung mit dem Parabrahman zu erlangen.

Das bedeutet, dass wir immer noch all unsere Nitya Karmas erfüllen müssen:

Pancha Maha Yajnas - Deva, Rishi, Pitru, Nara und Bhoota Yajnas,
Mit Hingabe, zusammen mit Gebeten an den Herrn,
Dienst gegenüber den Eltern, den Älteren und den verehrten Lehrern,
Yajna, Dana und Tapas.

Das Schlüsselwort ist "Brahmany Adhyaya":

Es bedeutet: "In Brahman, immer platziert".

Eine der Bedeutungen des Wortes Brahman ist "Die absolute Wahrheit".

Wir sollten dies lesen als: "Indem wir immer den Intellekt in der Wahrheit platziert und das Absolute Brahman in allem realisiert haben."

Die Botschaft lautet: "Lebe in jedem Moment Deines Lebens die Welt der Wahrheit."

Vers 11

**KAYENA' MANASA BUDDHYA KEVALAIR INDRIYAIR API
YOGINAHA KARMA KURVANTI SANGAM TYAKTVA ATMA SHUDDHAYE.**

Indem sie alle Anhaftungen aufgeben, handeln Yogis für die Selbst-Reinigung mit Körper, Geist, Intellekt, und auch den Sinnen.

Yoginaha: die Yogis: jene, die auf dem Weg zur Einheit mit der Göttlichkeit im Innern und allem ringsum sind. Das bezieht sich auf alle spirituell Suchenden, die in ihren Anstrengungen gute Fortschritte gemacht haben.

Karma kurvanti: führen Handlungen aus;
Wie?

Sangam tyaktva: Anhaftungen aufgebend;

Anhaftungen an was?

Anhaftungen an die Früchte der Handlungen.

Warum sollten sie dann Handlungen ausführen?

"Atma Shuddhaye": zur Reinigung des "selbst".

Das bezieht sich auf das "selbst" mit dem kleinen "s". Das "Selbst", mit großem "S", welches das Atman im Innern ist, ist immer rein.

Das "selbst" mit dem kleinen "s" ist der physische Körper (kayena) mit dem Intellekt (buddhya), dem Geist (manasa) und den Sinnen (indriyair).

Was ist verkehrt mit dem "selbst", und warum braucht es Reinigung?

Im spirituellen Sinne betrachten wir die "Vasanas" als den Schmutz auf dem "selbst".

Es sind die durch die Sinnesorgane hereingebrachten Impulse, im Geist umgewandelt in "Gedankeneindrücke",

"Gedankeneindrücke", die im Geist als "Vasanas" verbleiben, diese sind der Schmutz auf dem "selbst".

Der Sinn der Reise des Suchenden im Leben ist:

das "Gestern" in seinem Leben zu erkennen,

wo er auch ignorant war und Verlangen sowie Abneigungen hatte, und eine Vielzahl von Vasanas akkumuliert hatte;

zu erkennen, dass das "Morgen" in seinem Leben der Tag ist, um "mit dem Brahman zu verschmelzen";

dass er "Heute" Handlungen ausführen muss, um seine Mission des "Verschmelzens mit dem Brahman" zu erfüllen.

Dieser Vers bezieht sich auf die Handlungen für "Heute":

Handlungen, um den Körper zu erhalten, und um ein Instrument des Herrn für das Wohlergehen des Lebens auf der Erde zu sein;

Handlungen, um die Mission für Morgen zu erfüllen: "Moksha". Sie sollten die bestehenden Vasanas auslöschen, und es sollte keinen Raum für neue "Vasanas" geben.

a) Das neu geborene Baby führt ganz viele Handlungen unwillkürlich aus. Das Baby hat keine Verlangen, aber bewegt fortwährend die verschiedenen Teile des Körpers.

In ähnlicher Weise sollen die Handlungen des Yogis ohne Verlangen sein. Das ist "Kaya Karma".

b) Im Traumzustand bewegen wir die Glieder unwillkürlich. Der Traum ist auf der Ebene des Geistes ohne Beteiligung der Sinne.

Der Geist des Yogi wird auf das Atman fixiert sein, und er hat keine willentliche Verbindung zu den Sinnen. Die Sinne führen die Handlungen aus, um den Körper zu erhalten und seine Handlungen zu ermöglichen, um ein Instrument für das Wohlergehen von anderen zu sein, aber sein Geist ist fixiert auf das "Atman" (die Ewige Wahrheit). Das ist "Manasika Karma".

c) Ein Betrunkener, der berauscht ist, weiß nicht, was er tut. Er hat kein Gefühl der Täterschaft in seinen Handlungen. Der Yogi ist nicht betrunken, aber er ist völlig berauscht mit dem Gedanken an das "Atman", dass er nicht weiß, was er mit dem physischen Körper tut. Das ist "Indriya Karma".

So handelt ein Yogi, durch permanente Vereinigung mit dem Atman:

wie ein Baby - unwillkürliche Handlungen ohne Verlangen,

wie ein Träumer - mit dem Geist fixiert auf das Atman,

und er ist berauscht mit dem Gedanken an das Atman.

Vers 12

YUKTAHA KARMAPHALAM TYAKTVA SHANTIM APNOTI NAISHTIKEEM AYUKTAHA KAMA KARENA PHALAM SAKTO NIBHADYATE.

Indem er den Früchten der Handlungen entsagt hat, erlangt der sich in Harmonie befindende Yogi den Ewigen Frieden. Wer nicht in Harmonie ist, ist gebunden, weil er vom Verlangen nach den Früchten der Handlung getrieben ist.

Yuktaha: der sich in Harmonie befindende Yogi,
Karma phalam tyaktva: den Früchten der Handlungen entsagt habend,
Shantim apnoti naishtikeem: erlangt Ewigen Frieden (Naishtikeem: endgültig).

Ayuktaha: der sich nicht in Harmonie befindende,
Kama phalam karena saktto: vom Verlangen nach den Früchten der Handlung getrieben,
Nibhadyate: ist gebunden.

Wir können sehen, dass das verbindende Element bei dem in Harmonie Befindlichen wie dem nicht in Harmonie Befindlichen ist, dass beide Handlungen ausführen.

Der Unterschied besteht in der Haltung zur Arbeit.

Während der Yogi arbeitet, indem er seinen Geist versenkt in das Atman im Innern, taucht der nicht in Harmonie Befindliche ein in die unzähligen Objekte rings um ihn herum. Weil es eine solche Mannigfaltigkeit in der physischen Welt gibt, ändert sich die Reaktion des Geistes sehr häufig, und es gibt keine Konstanz in der Zielsetzung. Der Yogi hat nur eine einzige Idee, in die er sich immerzu versenkt.

Je größer die Wahlmöglichkeit, desto schwieriger wird es für den Geist sich für eine zu entscheiden. Beispielsweise hatte das Fernsehen in den 60-ern und 70-ern sehr wenige Kanäle, und das Radio hatte sehr wenige Stationen für das Publikum. Die Wahl für die Empfänger war begrenzt. Aber heute gibt es hunderte von Kanälen mit einer großen Bandbreite. Oft sehen wir, dass Konsumenten permanent die Kanäle wechseln. Sie werden schnell gelangweilt und schauen sich nach einer anderen Quelle der Unterhaltung um.

Indem er den Geist auf das Atman fixiert, gibt es für den Sucher weniger Angst und Sorge.

Jede Handlung, die durch Verlangen nach Unterhaltung ausgelöst wird, führt zu Bindung.

Der einzige sichere Weg zur Freiheit von Gefangenschaft ist Wunschlosigkeit.

Der einzige sichere Weg zum "Frieden" ist "Nicht-Anhaftung".

Die höhere Beglückung im Atman sticht die niedrigeren Vergnügen aus, die durch materiellen Besitz erreicht werden.

Die Botschaft dieses Verses ist einfach und direkt: "Erlange Befreiung von den Anhaftungen an die niederen vergänglichen Freuden der Welt und konzentriere Deinen Geist auf das Atman, welches auf der höchsten Ebene ist."

Vers 13

SARVA KARMANI MANASA SANYASTASTE' SUKHAM VASHEE NAVADWARE' PURE' DEHI NAIVA KURVAN NA KARAYAN.

Indem er mental allen Handlungen entsagt und sich selbst kontrolliert, ruht der Verkörperte glücklich in der Stadt mit den neun Toren, weder handelnd noch andere zum Handeln bewegend.

Dieser Vers bezieht sich auf zwei Wesen:
den Verkörperten (Dehee) und den Jiva.

Was tut der Verkörperte, und was sollte der Jiva tun - das wird hier erklärt.

Der Jiva führt die Handlungen aus, die zum Leben auf der Erde gehören, und der Verkörperte verbleibt als Zeuge für die Handlungen des Jiva.

Sarva karmani: alle Handlungen

Manasa sanyasaste: mental entsagend

Es bedeutet, dass alle Handlungen, die ausgeführt werden müssen, ohne ein Gefühl von "Ich"-haftigkeit darin ausgeführt werden sollten.

Das bezieht sich sowohl auf die willkürlichen wie die unwillkürlichen Handlungen.

In der Tat haben die unwillkürlichen Handlungen wie Atmen, Kreislauf, Verdauung etc. kein Gefühl von "Ego". Wir alle leben friedlich in Bezug auf solche Handlungen. Technisch gesprochen machen diese unwillkürlichen Handlungen von sich aus weiter. Wir sagen nicht "Ich bin am Atmen", "Mein Herz ist am Schlagen" etc.

Aber als Kontrast dazu haben wir ein großes Gefühl von Ego in den meisten unserer willkürlichen Handlungen.

Es wird uns hier gesagt, dass wir die Kunst lernen sollten, alle willkürlichen Handlungen genauso auszuführen wie die unwillkürlichen Handlungen zum Erhalt unseres Körpers.

Niemand kann sich ganz von der äußeren Welt abkapseln. Es sollte Kontakt mit der Welt geben. Es gibt eine Menge zu lernen von der Natur und vom Leben ringsum. Dafür benötigen wir die Sinne, den Geist und die Sinnesorgane. Was wir wissen müssen, ist, wie sie zu benutzen und wie unter Kontrolle zu halten sind.

Vashee: Das ist das wichtigste Wort, was wir in diesem Vers zu verstehen haben. Es bedeutet: "selbst-kontrolliert". Der Jiva / das Individuum muss die Kunst der Selbst-Kontrolle lernen.

Was sollte kontrolliert werden, das könnte die nächste zu stellende Frage sein.

Wir haben zwei Basisinstrumente:

Die Sinne, welche die Impulse herein bringen,

Und

Den Geist, der die Impulse analysiert, sie speichert und sich nach eigenem Gutdünken mit ihnen beschäftigt, und die Organe des Handelns benutzt, um seine Bedürfnisse zu befriedigen.

Wir müssen sowohl die Sinne wie den Geist kontrollieren. Indem wir den Geist kontrollieren, sollten wir fähig sein die Organe des Handelns zu kontrollieren.

Solange wir nicht lernen, diese beiden vollständig zu kontrollieren, werden wir den "Frieden" nicht erfahren.

Nava Dware Pure': Stadt mit den neun Toren.

Es ist ein schönes Beispiel, welches unsere Schriften gerne dem Sucher geben.

Der physische Körper wird mit einer Stadt mit neun Toren verglichen.

In alter Zeit wurden viele Teile der Welt von Kaisern, Königen und dergleichen regiert. Ihr Hauptquartier war eine große Stadt. Diese Stadt hatte viele Tore, und zum Zweck der Erörterung sagt man sie habe neun Tore. Die Tore hatten zwei Aufgaben:

Eine handfeste Kontrolle über den Verkehr zu haben, der von außen in die Stadt kommen wollte (nur herein zu lassen, was benötigt wurde, und nicht herein zu lassen, was nicht gebraucht wird oder gefährlich ist; nicht solche herein zu lassen, die den Bewohnern schaden könnten, oder die Spione/verkleidete Krieger waren, um den König zu stürzen).

UND

die Bewohner je nach Bedarf hinaus zu lassen (um essentielle Bedürfnisse herein zu bringen, oder für Pilgerschaften, etc.).

Man kann sagen, dass es wie die Zollkontrolle und Sicherheitsüberprüfung an den Grenzübergängen jedes Landes ist.

Die Sicherheit des Königs war davon abhängig, dass kein Feind herein kam. Wie wir wissen, übernimmt der listige Feind langsam die Kontrolle und entthront schließlich den König.

Was sind die neun Tore in unserem Körper:

2 Augen, 2 Ohren, 2 Nasenlöcher, ein Mund, Anus und Harnröhre.

Was immer in den Körper gelangt, muss durch diese neun Tore kommen. Wenn wir kontrollieren können, was durch diese neun Tore herein kommt oder hinaus geht, dann sagt man, dass es uns hilft den Körper gesund zu erhalten, und das wiederum bringt uns Frieden.

Wenn unser Geist lernt, die Kontrolle über sich selbst zu behalten, und weder erregt zu werden noch Hass gegenüber dem zu entwickeln, was ihn durch die neun Tore erreicht, dann wird er Frieden erfahren.

Der Feind, über den wir in diesem Zusammenhang reden, ist "Das Ego". Mit jedem Erfolg wird das Ego mächtiger, und bald vergisst das Individuum das Atman im Innern.

Schließlich das letzte Viertel dieses Verses:

Naiva kurvan na karayan: weder handelnd noch andere zum Handeln bewegend (ruht der Verkörperte glücklich)

Das dient zur Wiederholung der Tatsache, dass das Atman nur ein Zeuge für alle körperlichen Handlungen, emotionalen Gefühle und mentalen Gedanken ist.. Jedem von uns ist die Freiheit gegeben, zu denken und zu handeln und aus unseren eigenen Erfahrungen im Leben zu lernen. Wir müssen durch das Samsara aus einer Serie von Geburten und Toden gehen.

Im angegebenen Beispiel müssen alle Bewohner der Stadt ihre täglichen Aktivitäten ausführen, die Frieden für sie selber, ihr Land und das Wohlergehen für die Gesellschaft sicherstellen. Der Herrscher verbleibt ein Zeuge, ohne persönlich in das Leben der Mehrheit einzugreifen.

In Bezug auf das Atman ist es das am nächsten kommende Beispiel, das wir geben können, aber es ist nicht völlig vergleichbar mit dem Leben des Herrschers.

Derjenige, der sich immer an das Atman im Innern erinnert, der als Diener des Göttlichen handelt, wird permanenten Frieden erfahren. Wer umgekehrt das Atman im Innern vergisst und zum persönlichen Vergnügen lebt, der wird die vergängliche Natur der Vergnügen erfahren und keinen "Frieden" erleben.

Vers 14

**NA KARTRUTVAM NA KARMANI LOKASYA PRABHUHU
NA KARMAPHALA SAMYOGA SVABHAVASTU PRAVARTATE.**

Der Herr kreierte weder Tätigkeiten noch Handlungen noch die Verbindung mit den Früchten von Handlungen. Aber die Natur führt zum Handeln.

Es ist die Meinung vieler, dass, weil Gott in jedem Individuum ist, was immer der Mensch tut, durch Gott getan ist, und dass Gott ihn dies tun ließ. Der amüsante Teil daran ist, dass, wenn gute Dinge passieren, schreibt er es sich selber zu, wenn Schlechtes passiert, schiebt er die Schuld Gott zu. Wenn Mr. X hergeht und jemand umbringt, sagen diese Leute, dass der Gott in ihm ihn dies tun ließ, und dass Mr. X für so eine Handlung nicht verantwortlich gemacht werden kann.

Dieser Vers dient dazu, dies Missverständnis zu klären. Es gibt nur eine Realität. Entweder missverstehen wir sie, oder wir begreifen sie nicht. Nicht-Begreifen beruht auf Ignoranz, Missverständnis auf dem Ego.

Na kartrutvam: keine Tätigkeit. Das Gefühl von "Ich" tat es, ist "Kartrutva bhavana". Es ist eine geistige Haltung. Sie basiert auf dem Ego. Der Herr kreierte keine solche Tätigkeit, und es ist das Individuum, welches ein solches Gefühl in sich selber erzeugt.

Na karamani: keine Handlungen. Jede(r) von uns führt verschiedenste Handlungen aus. Einige sind gut, einige sind schlecht, und einige sind indifferent. Der Herr hat uns zu keinen solcher Handlungen veranlasst.

Na karma phala samyoga: keine Verbindung mit den Früchten von Handlungen. Welche Handlung auch immer ausgeführt wird, sie wird ihre eigenen Ergebnisse zeitigen, seien es gute oder schlechte. Wiederum brachte Gott keine Verbindung mit den Ergebnissen. Gott gab es mir, und es ist alles meins, das sollte nicht die Haltung in Bezug auf den Nutzen aus Handlungen sein. Wenn die Ergebnisse schlecht sind, dann sind viele der Meinung, dass Gott die schlechten Ergebnisse gab.

Alle drei Wahrnehmungen sind falsch, sagt der Herr.

Wir sollten uns daran erinnern, dass "Er" nur ein Zeuge für die Handlungen ist, und nur als Beurteiler fungiert. Der Richter mag eine Person zu lebenslangem Gefängnis verurteilen, aber er war nicht der Grund für die lebenslange Gefängnisstrafe. Es ist ein großer Unterschied zwischen den beiden Sichtweisen.

Das hier benutzte Wort ist "Lokasya Prabhuhu": Er ist der Herr über diese Welt, und als solcher hat er die Rolle des Beurteilers/Richters über die Handlungen übernommen, die von Männern und Frauen ausgeführt werden. Nicht dass Er auf einem hohen Thron sitzen und seine Richtsprüche verkünden würde, aber als Atman im Innern ist er Zeuge aller Handlungen, und als solcher gibt er seine entsprechenden Beurteilungen.

Eine weitere Bedeutung für das hier benutzte Wort "Loka" muss auch analysiert werden. In Sanskrit bedeutet "Loka" die Welt, wie sie von jedem individuellen Geist erzeugt wird. Die mentale/intellektuelle Analyse der durch die Sinnesorgane empfangenen Impulse führt dazu, dass jedes Individuum die eigene Welt kreiert. Der Loka, in dem wir leben, und was wir unsere "Welt" nennen, ist der Konsens der Mehrheit von Männern/Frauen mit den empfangenen und analysierten Impulsen. In diesem Sinne ist das, was unseren Loka erschuf, unser Ego und nicht der Herr.

Na Srujati: kreiert nicht. "Ich habe keine von diesen drei erschaffen" ist die definitive Aussage des Herrn.

Aber was lässt uns unsere Handlungen ausführen?

"Swabhavastu Pravartate" ist die Antwort.

Es bedeutet: "Aber die Natur führt zum Handeln".

Was ist "Natur"?

Es ist nicht die Natur, welche die Welt um uns herum ist. Das Wort "Natur" wird benutzt im Kontext der Art, wie jede(r) von uns handelt.

Wie wir verschiedene Male im Detail erörtert haben, sind unsere Handlungen bedingt durch die Eindrücke der Vasanas in unserem Geist.

Was wir uns von der Welt ringsum nehmen, wie unser Geist darauf reagiert, wie und in welcher Form es in unserem Geist gespeichert wird, wie wir die gespeicherten Vasanas öffnen, die Summe aus all dem macht unsere "Natur" aus.

Wenn wir auf der mentalen Ebene agieren und die gespeicherten Vasanas an Verlangen/Abneigungen aufleuchten lassen, werden unsere Handlungen rajasic oder tamasic sein.

Wenn wir andererseits auf der intellektuellen Ebene agieren, über unsere Gedanken und Handlungen nachdenken, analysieren, ob sie gut oder schlecht sind, nicht nur für uns sondern auch für die uns Nahestehenden und die Gesellschaft, und dann unsere Handlungen ausführen, dann werden wir uns selber helfen unsere gespeicherten Vasanas zu klären, und unsere Handlungen werden sattvic sein.

Wenn wir schließlich Gebrauch machen können vom Bewusstsein im Innern und das Licht des göttlichen Wissens strahlen lassen können, dann werden unsere Handlungen göttlich sein, und man kann sagen, dass wir auf dem Weg zur "Vereinigung mit dem Höchsten" sind, und wir wären fähig die "Ewige Glückseligkeit" zu erfahren.

Vers 15

**NAADATTE' KASCHIT PAPAM NA CHAIVA SUKRUTAM VIBHUHU
AJNANENAVRUTAM JNANAM TENA MUHYANTI JANTAVAHA**

Der Herr empfängt weder das Gute noch das Schlechte von irgendjemand. Das Wissen ist eingehüllt in Ignoranz, und dadurch werden die Wesen in die Irre geführt.

Nachdem Er gesagt hat, dass jedes Individuum für sich selbst agiert und der Herr nur ein neutraler Zeuge ist, bekommen wir nun eine weitere starke Bestätigung von Ihm, dass Er weder das Gute noch das Schlechte aus den Handlungen irgendeines Individuums erhält.

Es ist eine einfache Bestätigung von Tatsachen, dass gute Handlungen zu guten Ergebnissen führen, und schlechte Handlungen in schlechten Ergebnissen resultieren. Wir erhalten die Ergebnisse aller Handlungen, die wir ausführen. Der Herr erhält keinerlei Ergebnis aus den Handlungen.

Was ist dann "Das Wissen", das in Ignoranz gehüllt ist?

Das Wissen, sollten wir uns erinnern, ist, dass jede(r) von uns in Wahrheit "Das Atman" im Innern ist, welches Teil von Parabrahman ist. Jede(r) von uns ist "Tat", so sagt das Mahavakya aus der Chandogya Upanishad, Sama Veda, "Tat Tvam Asi" (Du Bist Das).

Es gibt drei Aspekte von "Ignoranz", welche dies "Wissen" verdecken. Diese sind:

a) Wir schreiben die Ergebnisse einer Vielzahl von Handlungen in unserer Vergangenheit fort, einschließlich derer vergangener Geburten. Wir haben die Ergebnisse nicht in der jeweiligen Geburt erhalten. Das Timing für den Erhalt der Ergebnisse ist "In Seiner Hand". Die Ignoranz ist, dass wir diese Wahrheit nicht erinnern.

In unseren vergangenen Geburten hat jede(r) von uns sowohl gute wie schlechte Taten getan. Dass der Herr die Ergebnisse von Handlungen beschert, ist auch etwas, was uns von den Schriften eingetrichtert wurde.

Der physische Tod in irgendeiner Geburt bedeutet nicht das Ende aller im Geist gespeicherten Vasanas. Wir müssen die Ergebnisse aus Gedanken und Handlungen in dem Leben und in den vorherigen Leben erhalten. Die Ergebnisse werden uns gegeben, sei es in der gegenwärtigen Geburt oder später in den folgenden Geburten, die wir vielleicht noch erleben müssen.

b) Welche Handlungen auch immer wir in diesem Leben ausführen, sie sollten ebenfalls Früchte bringen, und diese mögen je nach Fall süß oder bitter sein.

Einige Früchte schmecken wir in diesem Leben, aber viele müssen noch reifen, und wir wissen nicht, wann sie reifen werden. Wir haben sogar vergessen, dass wir durch unser Handeln die Samen für diese Früchte gesät haben. Nicht nur haben wir die Vergangenheit vergessen, sondern wir realisieren auch nicht, dass unsere jetzigen Handlungen uns zu einem späteren Zeitpunkt Früchte beschere werden, und dass wir die schmecken müssen. Die Ignoranz ist, dass wir auch diese Wahrheit nicht wissen.

c) Schließlich ist die Ignoranz, dass wir unsere wahre Identität mit dem "Atman" vergessen haben.

Die Abwesenheit von Wissen um diese drei Aspekte unseres Lebens ist "Ignoranz". Darauf wird in diesem Vers Bezug genommen mit der Aussage "Das Wissen ist eingehüllt in Ignoranz, und dadurch werden die Wesen in die Irre geführt."

Die "Ignoranz" wird als "Nicht-Begreifen" der Wirklichkeit referenziert, was in Sanskrit "Avarana" ist. Das führt zum "Miss-Verständnis" der Realität, was in Sanskrit "Vikshepa" ist.

Lasst uns erkennen, dass Gott nicht auf einem hohen Podest sitzt, in einem fernen Teil des Universums, und die Jivas damit segnet zum Zeitpunkt des Todes alle Vasanas auszulöschen.

(Vergleiche Vers 38, Kapitel 3: das Feuer ist eingehüllt in Rauch, der Spiegel ist von Staub bedeckt, und der Fötus ist von der Fruchtblase eingehüllt.)

Vers 16

**JNANENA TU TAD AJNANAM ESHAM NASHITAM ATMANAHA
TESHAAM ADITYAVAY AJNANAM PRAKASHAYATI TAT PARAM**

Aber denen, deren Unwissenheit durch das Wissen um das Atman ausgelöscht wurde, enthüllt sich wie im Schein der Sonne das Höchste.

Die Lebensreise ist gemischt mit Glück und Leid. Es ist normal für uns alle. Aber das, was Glück und Leid bringt, unterscheidet sich beachtlich von Individuum zu Individuum.

Wir geben dem Glück mehr Bedeutung, und darin vergessen wir beinahe den Herrn, der uns mit der Erfahrung von Glück gesegnet hat. Wenn wir hingegen im Leid sind, fangen wir an Fragen zu stellen nach dem "warum"? "Warum musste ich leiden?" "Warum war Gott so grausam zu mir?" Weitere ähnliche Fragen tauchen in unserem Geist auf.

Im letzten Vers haben wir verstanden, dass "Wissen von Ignoranz bedeckt ist".

In diesem Vers werden uns die Mittel gegeben, um die Ignoranz zu klären.

"Ignoranz muss durch das Wissen um das Atman beseitigt werden", das ist die einfachste Antwort durch den Herrn an die gesamte Menschheit, unabhängig von Wohlstand, Geschlecht, Glaube, Religion etc.

Wo ist dies "Atman"?

Einige meiner Freunde aus dem Staat Kerala erzählen mir eine schöne Tradition, der sie in ihrer Region folgen, welche die Bewusstheit darum zum Vorschein bringt, dass "das Atman im Innern von uns allen ist".

An ihrem Neujahrstag geht die Tradition so:

Die Mitglieder des Haushalts oder Freunde stellen die Frage:

"Möchtest Du Gott sehen?"

Wenn die Antwort positiv ist, wird das Individuum gebeten die Augen zu schließen, und er/sie wird in einen Raum geführt. Innerhalb dieses Raums wird er/sie gebeten die Augen zu öffnen. Er/sie wurde zuvor dazu gebracht sich auf einen Stuhl gegenüber einem Spiegel zu setzen.

Sobald er/sie die Augen öffnet, wird er/sie das eigene Spiegelbild sehen.

Das symbolisiert die Tatsache, dass der Herr in Dir ist, und indem Du das Auge des Wissens öffnest, kannst Du das Atman im Innern sehen.

Die zweite Hälfte dieses Verses gibt das schöne Beispiel von Sonne und Wolken.

Die Sonne scheint immer am Himmel, wenn es Tag ist. Oft kann sie nicht gesehen werden, weil dunkle Wolken am Himmel sie verdecken. Sogar eine kleine Wolke kann die Sicht der Sonne verhindern. Es bedeutet nicht, dass die Sonne nicht da ist, sondern es bedeutet nur, dass die Wolke die Sonne verdeckt, und dass wegen der Wolke nicht der Nutzen der Sonne erlangt werden kann.

Sobald sich die Wolke verzieht, scheint die Sonne in ihrer Brillanz hervor. Es war nicht so, dass die Sonne nicht da war. Aber sie war verdeckt von den dunklen Wolken.

Die Sonne musste sich nicht fort bewegen, aber die Wolken mussten sich auflösen.

Die Sonne muss als Beispiel für das "Atman" angesehen werden.

Die Wolken sind die "Ignoranz".

Die Sonne, leuchtend aus sich selbst, wird hervor scheinen, und das Atman, leuchtend aus sich selbst, scheint hervor.

Lasst uns auf das Idol des Herrn im inneren Sanktorum eines Tempels schauen. Die Tradition besagt, dass das innere Sanktorum ein dunkler Raum ist, mit der Statue des Herrn darin. An beiden Seiten des Idols sind Lampen angebracht. Sobald die Lampen angezündet werden, scheint das Idol hervor.

Das ist nicht das perfekte Beispiel.

Das beste Beispiel ist ein Gegenstand, der aus Radium gemacht ist. Wie wir wissen ist Radium "selbstleuchtend". Wenn dieser Gegenstand in einem dunklen Raum mit einem Tuch darüber platziert wird, wird der Gegenstand nicht gesehen. Der Besitzer wird weiter nach dem Gegenstand suchen.

Sobald er das Tuch über dem Gegenstand entfernt, scheint der Gegenstand hervor, sogar in einem dunklen Raum, weil er diese selbstleuchtende Eigenschaft hat.

"Das Atman" im Innern ist selbstleuchtend. Es wird von der Ignoranz verhüllt, die als "Ego" bekannt ist. Wenn wir die Maske des Ego entfernen, leuchtet das Atman hervor in seiner ganzen Brillanz.

"Sei still und wisse, dass Ich Gott bin", sagt die Bibel.

Das wichtige Wort ist "sei still". es bedeutet "bewege Dich nicht".

Es ist nicht die physische Bewegung, auf die sich das bezieht.

Es ist das Gefühl von "Ich bewege mich" mit der Betonung auf der "Ich-haftigkeit" darin.

Der Körper, der Geist und die Sinne müssen ihre weltlichen Pflichten ohne das Gefühl von Ego erledigen.

Das ist der perfekte Zustand von "totaler, intensiver Meditation".

Dies ist der Zustand, wo wir Gott im Innern und überall ringsum sehen können.

Vers 17

TADBUDDHAYAS TADATMA TANNISHTA TATPARAYANAHA GACHYANTYA PUNARAVRTTIM JNANA NIRDHOOSHA KALMASHAHA.

Der Intellekt absorbiert im "Das", das Selbst "Das" seiend, verwirklicht im "Das", indem "Das" das höchste Ziel ist, gehen sie dorthin, von wo es kein Wiederkommen gibt, und ihre Sünden sind aufgelöst durch Wissen.

Tad Buddhaya: Buddhi/Intellekt absorbiert im "Das":

Intelligenz/Intellekt ist Gottes Gabe und Privileg für die Menschheit. Es ist wichtig, dass wir die Kunst erlernen, angemessenen Gebrauch von dieser speziellen Gabe zu machen. Was immer Gutes wir in der Vergangenheit getan haben mögen, wir sind dafür gesegnet mit der Geburt als Menschen. Wir müssen emporsteigen von der Ebene des "Stein-Menschen zum Tier-Menschen", vom "Tier-Menschen zum Mensch-Menschen", vom "Mensch-Menschen zum Gott-Menschen". Das ist möglich, wenn unser Intellekt völlig absorbiert ist im "Das". Die Rolle des Intellektes in unserem Körper ist die "Fähigkeit zum logischen Denken".

Die Fähigkeit zum logischen Denken kann entweder gut oder schlecht sein. Wenn sie schlecht ist, liegt es am Ego/Ahamkara, und sie ist dann bekannt als "Durbuddhi". Selbstüchtigkeit herrscht in allen Gedankengängen vor.

Wenn sie gut ist, bezieht sie sich in allen Gedankengängen auf das Atman im Innern. Das wird dann das Individuum vorwärts bringen auf dem aufsteigenden Pfad im spirituellen Fortschritt. Solch ein Buddhi, der kein Ego in sich trägt, ist "Subuddhi". "Der Intellekt absorbiert im "Das" bezieht sich auf "Subuddhi".

Es bedeutet nicht, dass wir unsere Rolle in der Gesellschaft vergessen. Jede Handlung, die wir ausführen, muss im Geiste von "Arbeiten für unseren Meister" sein. Wir sollten darin fortfahren unsere Pflichten zu erfüllen, um unsere Schuld gegenüber der Gesellschaft zurückzuzahlen, und gleichzeitig demütige Diener des Göttlichen Meisters sein. "Der Intellekt absorbiert im "Das" schließt ein, sich dieses Rates der spirituellen Meister zu erinnern.

"Tad Atmanaha": ihr Selbst "Das" seiend:

Das bezieht sich auf den "Geist". Es ist nicht das Atman sondern "Jivatma". Das Jivatma ist das Atman, welches Kontakt zur äußeren Welt aufgenommen hat und seine wahre Identität vergessen hat. "Tadatmanaha" bedeutet, dass der Geist seine Verbindung mit dem Atman erinnern muss, welches für immer rein und in konstanter Seligkeit ist. Die wahre Identität von einem selbst im Gedächtnis zu behalten, das ist "Tadatmanaha". Es bedeutet ganz schlicht, dass man weder in Gedanken noch Handlungen noch Sprache das "Ego" haben sollte.

"Tan Nishtaha": verwirklicht im "Das":

Es bezieht sich auf den Status des Geistes in Bezug zu den von den Sinnesorganen empfangenen Impulsen. Trotz der verschiedenen Impulse, die er von der Welt ringsum empfängt, sollte der Geist seinen Bund mit dem Atman im Innern nie vergessen.

Der Scheinwerfer des Geistes, der extern durch die Sinnesorgane fokussiert wird, sollte auf das Atman im Innern gerichtet sein, und

Gleichzeitig muss sich der Geist daran erinnern, dass er unter der Kontrolle des Intellektes stehen sollte.

Wenn diese beiden Bedingungen erfüllt sind, dann ist es "Tan Nishtaha".

Tat Parayanaha: "Das" das höchste Ziel seiend.

Dies bezieht sich auf die Praxis der "Meditation".

Die Schriften raten uns, dass "die Verwirklichung Gottes" das Ziel des Lebens sein sollte. "Verwirklichung Gottes" bedeutet, die Gegenwart Gottes in allem zu erkennen und Gott in allem zu respektieren.

Gachyanti Apanaravruttim: Sie gehen dorthin, von wo es kein Wiederkommen gibt.

In der materiellen Welt, in der wir leben, absorbiert vom Ansammeln materieller Gewinne, bringen wir unsere Zeit damit zu unsere Wünsche und Träume zu erfüllen. Es gibt Beispiele von Geschäftsleuten, Industriellen, Politikern, die in ihren Anstrengungen Erfolg hatten, indem sie vollständig darin absorbiert und ganz auf dies Ziel ausgerichtet waren. Der in der materiellen Welt erzielte Gewinn ist gebunden an Zeit, Raum und Ursache. Das durch ein Erlangen dieses Erfolges erzielte Glück ist nicht von Dauer.

Auf der anderen Seite sind "Friede und Glückseligkeit", erfahren durch die Vereinigung mit dem Parabrahman, das Ende der spirituellen Reise. Es ist die Vereinigung mit dem "Höchsten". Wenn es keine angesammelten Vasanas mehr im Geist gibt, und wenn der Geist keine neuen Vasanas mehr aufnimmt, sagt man, dass es die idealen Bedingungen zur Vereinigung mit dem Brahman seien.

Dies kann nur passieren, wenn die Sünden durch Wissen aufgelöst wurden. Die "Sünden", von denen hier gesprochen wird, sind die "Vasanas". Die gespeicherten Vasanas im Geist zu löschen und keine neuen Vasanas im Geist zuzulassen, kommt vom "Wissen". Das höchste Wissen, von dem die Schriften möchten, dass wir es entwickeln, ist ein Verständnis des Mahavakya "TatTvam Asi".

Lasst uns alle für einen Moment auf unserem Weg innehalten, darüber kontemplieren, welchen Fortschritt wir gemacht haben und welches unsere zukünftigen Handlungen in Bezug auf das Ziel des Lebens sein sollen, eine kritische Selbstanalyse unserer Handlungen in Bezug zu unserem Leben vornehmen, und es ist gewiss, dass wir Erfolg haben und "Sat Chit Ananda" erfahren werden.

Das führt uns sehr schön weiter zum nächsten Vers, der da lautet:

Vers 18

**VIDYA VINAYA SAMPANNE BRAHMANE' GAVI HASTINI
SHUNI CHAIVA SHWAPAKE' PANDITAH SAMADARSHINAH.**

Die Weisen schauen in der gleichen Art und Weise auf einen Brahmanen, der mit Wissen und Demut ausgestattet ist, wie auf eine Kuh, einen Elefanten, einen Hund, oder einen Ausgestoßenen, der sich vom Fleisch des Hundes ernährt.

Der Weise, auf den sich dieser Vers bezieht, ist der Sucher, der die Essenz des letzten Verses in die Praxis umgesetzt hat, und er wird als wahrer Pandita anerkannt. Die Doktrin von der "Universellen Liebe" ist das Markenzeichen der Gita, und das wird in diesem Vers besonders betont. Es ist nicht nur die Doktrin der Bruder-/Schwesterschaft der Menschen sondern Liebe und Mitgefühl für alle Formen des Lebens.

Im letzten Vers haben wir gelernt, dass durch diese Praxis die Suchenden Erfolg darin haben werden, ihre Sünden durch den Erwerb von Wissen abzulegen. Das höchste Wissen, das gelernt werden kann, ist "Samatvam". "Gleiche Sicht" ist "Samatvam". Es bedeutet, in allem das selbe "Atman" zu sehen. Es ist das wahre Wissen, und wer diese Philosophie in die Praxis umsetzt, ist ein Pandita.

Ein Sucher, der sich in der materiellen Welt bewegt, trifft ganz natürlich auf eine Vielfalt des Lebens. Dieser Vers hebt einige Aspekte des Lebens hervor, die solch ein Sucher beobachtet.

Für die Hindus ist die höchste soziale Stufe ein Brahmane, und die niedrigste ist ein Sudra, der als Ausgestoßener angesehen wird. Der gelehrte Weise sieht in beiden das selbe Atman, und erweist dem die Ehre.

Sri Krishna betont, dass Brahmana nicht der Titel ist, der durch das Geburtsrecht erworben wird in eine Brahmanen Familie geboren zu sein, sondern durch den Erwerb von Wissen und durch gezeigte Demut.

Der Brahmane, Mensch des Wissens, wohl gelehrt in den Schriften, muss die Theorie in die Praxis umsetzen. Eine der Haupteigenschaften, die er entwickeln muss, ist die Qualität der "Demut". Ein gelehrter Mensch ohne Demut ist ein arroganter Mensch. Es macht keinen Unterschied, welchen Zweig der Wissenschaft man dafür nimmt. Wer keine Demut entwickelt, den wird das Ego im Lauf der Zeit zerstören. Es ist wohlbekannt, das niemand je wissen wird, was morgen geschehen wird. Es ist auch wichtig sich zu erinnern, das das erworbene Wissen nur möglich war durch den Nutzen, den man in verschiedener Form aus verschiedenen Bereichen der Gesellschaft gezogen hat. Die Mitglieder der Gesellschaft zu respektieren, dankbar zu sein für das, was man von der Gesellschaft empfangen hat, das wird in unseren Schriften sehr stark betont.

Als anderes Extrem ist uns das Beispiel eines Ausgestoßenen gegeben worden, der auf der niedrigsten sozialen Stufe steht. Ein Ausgestoßener ist jemand, der mit schmutzigen Gewohnheiten lebt, und deshalb die Aussage "er lebt vom Fleisch des Hundes". (Es ist nur eine bildhafte Sprache.)

Ungeachtet der Tatsache, dass die Schriften sagen, dass "Kshama" (Vergebung) eine göttliche Qualität ist und in die Praxis umgesetzt werden muss, wird dies Prinzip vergessen, wenn es ums praktische Leben geht. Der Pandita, der die Schriften gemeistert hat, erinnert sich daran das Prinzip der Vergebung in die Praxis umzusetzen. Er hat die göttliche Qualität des Mitgefühls entwickelt und zeigt gegenüber keiner Klasse von Leuten weder Missvergnügen noch Missachtung.

Wie wir schon zuvor diskutiert haben,
Lasst uns lernen,

Uns von der Ebene des Dehadrishti (dem Schauen auf die Ebene des physischen Körpers),
Auf die Ebene des Manodrishti (Schauen von der mentalen Ebene), dann
Auf die Ebene des Atmadrishti (spirituelle Ebene) zu bewegen, und
Das selbe Atman in allem zu sehen.

Das "samatvam" sollte sich auf alle Formen des Lebens beziehen, und daher haben wir die Beispiele von Kuh, Elefant und Hund.

Für eine Kuh hat der Hindu die größte Verehrung. Sie ernährt sich von Gras und gibt die beste Nahrung für alle. "Sarvopanishado gavo doghdha Gopala nandanha" sagen unsere gelehrten Älteren. All die Upanishaden sind die Kühe, und Sri Krishna ist der Kuhhirte, sagen sie. Unter den Tieren nimmt die Kuh den höchsten Platz ein, und daher hier die Referenz darauf. Der Elefant muss für seine gewaltige Kraft bewundert werden, obwohl er ein strikter Vegetarier ist. Hunde waren in alter Zeit nicht die Schoßhündchen von heute sondern vor allem wilde Hunde.

Ein Pandita ist daher jemand, der die selbe Liebe und Mitgefühl für alle Sorten von Menschen und die ganze Vielfalt der Tiere zeigt.

Vers 19

**IHAIVA TAIR JITAHA SARGO' YESHAM SAAMYE' STHITAH MANAHA
NIRDESHAHA HI SAMAM BRAHMATASMAAD BRAHMANI TE' STHITAH.**

Sogar hier werden Geburt und Tod überwunden durch diejenigen, deren Geist in Gleichmut verwurzelt ist. Brahman ist frei vom Bösen und im Gleichgewicht, und daher sind sie alle in Brahman verwurzelt.

Der Weg zum Erreichen von Moksha ist die Vereinigung mit dem "Atman" im Innern und des "Atman mit dem Paramatman". Die Erfahrung von "Ananda" durch die Verwirklichung dieser "Wahrheit" ist das "Jnana" (Sat Chit Ananda). "Verwurzelung in Brahman" ist zu verstehen als "Permanente Vereinigung mit dem Atman".

Solange man nicht die Kunst lernt, völlig in dem aufzugehen, was man tut, ist es nicht möglich die besten Resultate aus solchen Handlungen herauszuholen. Das trifft auf jeden Aspekt des Lebens zu.

Völlige Konzentration auf jeden Aspekt des Kochens in Verbindung mit dem angemessenen Wissen über das Kochen wird dazu führen, dass der Koch das bestmögliche Gericht bereitet. In diesem Beispiel haben wir:

- a) Liebe zum Kochen - Bhakti
- b) Wissen vom Kochen - Jnana
- c) Handlung des Kochens - Karma
- d) Konzentration auf alle Aspekte des Kochens - Dhyana.

Dieser Vers hebt den vierten Aspekt hervor, die "Konzentration auf das Höchste".

Die erste Hälfte des Verses sagt, dass Geburt und Tod überwunden werden durch diejenigen, deren Geist verwurzelt ist in "Gleichmut". Auf "Brahman" wird Bezug genommen als "Gleichmut". Lasst uns zunächst auf diesen Abschnitt schauen.

Der Geist ist das Instrument für entweder Gefangenschaft oder Befreiung.

Durch Verbindung mit der äußeren physischen Welt führt er uns zur Gefangenschaft.

Durch Verbindung mit dem Atman im Innern führt er uns zur Befreiung.

Ein ausgeglichener Geist ist derjenige, der permanent im selben Zustand/Gefühl verbleibt.

Welche Wellen auch immer aus der physischen Welt kommen, sie stören nicht die Balance des Geistes.

Die Waage ist im Gleichgewicht, wenn das Gewicht auf jeder Seite das gleiche ist, und es auf keiner Seite eine Zunahme oder Abnahme des Gewichtes gibt. In unserem Leben sind die Inhalte der beiden Seiten der Waage "Glück und Leid, Sieg/Niederlage, Gewinn/Verlust". Entstehen und Vergehen dieser Dwandvas sind unausweichlich für diejenigen, die mit weltlichen Angelegenheiten

beschäftigt sind, und wenn es ein Element der "Täterschaft in ihren Handlungen" gibt. Diese Paare von Gegensätzen bringen die Waage aus der Balance und es gibt keine Gleichmäßigkeit.

Der Fall in den Zyklus von Geburten und Toden, auf den die Schriften als "Samsara" Bezug nehmen, wird in diesem Vers als "das Böse" beschrieben. Indem wir die "Täterschaft" aufrecht erhalten und in dieser Welt leben, sind wir permanent dem Bösen ausgesetzt. Wir müssen durch viele Zyklen von Geburten und Toden gehen.

Der Einzige, der frei ist von diesem Bösen, ist "Brahman". Er hat kein Gefühl von Täterschaft und ist in einem konstanten Zustand von "Glückseligkeit".

Diejenigen Suchenden, die im "Atman" verwurzelt sind, können einen ausgeglichenen Geist aufrecht erhalten, und sie werden nicht durch die Zyklen von Geburten und Toden gehen. Diese Menschen sind die "Jivanmuktas" und die "Sthitaprajnas". Es ist unausweichlich, dass sie Befreiung nicht erreichen werden, solange ihre gespeicherten Vasanas nicht ausgelöscht sind. Durch den Zustand des Geistes, den sie entwickelt haben, haben sie nicht das Gefühl die Paare von Gegensätzen zu erleben. Sie nehmen alles an als "Gottes Gnade" und halten einen konstant ausgeglichenen Geist aufrecht. Der Herr sagt, dass sie in "Brahman" verwurzelt sind.

Es ist eine wohlbekannte Tatsache, dass gleichartige Dinge sich vermischen während unterschiedliche Dinge sich nicht vermengen.

Milch in Milch oder Öl in Milch zu gießen können wir als Beispiel nehmen.

Milch mischt sich leicht mit Milch aber nie mit Öl.

Das Atman ist wie die Milch und die physische Welt ist wie das Öl.

Um sich mit dem Atman zu vereinigen, sollte der Geist, so wie die Milch, die Qualitäten des Atman entwickeln.

Um das zu tun, sollten wir Gleichmut und Reinheit entwickeln.

Durch das Erlernen und Praktizieren von "Atma Dharma" verwirklicht der Mensch "Brahman" sogar in diesem Leben.

Vers 20

**NA PRAHYUSHYET PRIYAM PRAPYA NODWIJET PRAPYA CHAPRIYAM
STHIRABUDDHIR ASAMMUDHO BRAHMAVID BRAHMANI STHITHAHA**

Der Mensch mit gleich bleibendem Intellekt (Sthira buddhi), nicht irregeführt (Asammudhaha), wissend um Brahman, sollte nicht freudig erregt werden, wenn er etwas Angenehmes erlangt hat, und sollte nicht besorgt werden, wenn er etwas Unangenehmes erhalten hat.

Wie wir gelernt haben, ist ein perfekter Jnani jemand, der:
einen gleich bleibendem Intellekt (Sthira buddhi) hat,
nicht irregeführt (Asammudhaha) ist, und
der durch das Praktizieren der spirituellen Lehren der Schriften mittels des Sadguru weiß, was Brahman ist.

Was solch ein Jnani tun sollte, während er seine täglichen Pflichten in der Welt erledigt, in der er lebt, wird in diesem Vers mitgeteilt.

Wir haben außerdem gelernt, dass angenehme und unangenehme Situationen ein wesentlicher Bestandteil des Lebens sind.

"Du solltest nicht freudig erregt werden, wenn Du etwas Angenehmes erlangst, und Du solltest nicht niedergedrückt werden, wenn Du etwas Unangenehmes erhältst" - das ist die Botschaft des Herrn für den Jnani.

Es wiederholt die Tatsache, dass der Herr vom Jnani erwartet, dass er nach dem Erwerb des Wissens fortfährt seine Pflichten gegenüber der Gesellschaft zu erfüllen. Lasst uns nicht vergessen, dass dies Kapitel heißt "Karma Sanyasa Yoga". "Führe die Handlungen aus, aber lass die Ergebnisse der Handlungen nicht die Ausgeglichenheit Deines Geistes stören" - das sagt Sri Krishna dem Gebildeten.

Lasst uns außerdem den subtilen Hinweis des Herrn an die Menschheit durch die Gita wahrnehmen. Er hat nicht gesagt: "strebe nicht nach Vergnügen". Was Er möchte, ist, dass wir verstehen, dass wenn wir nach Vergnügen streben, wir auch nach Schmerzen streben. Das ist das Gesetz der Natur. Glück endet irgendwann in Leid, und Leid wird im Lauf der Zeit abgelöst durch Glück aus der einen oder anderen Quelle. Das Leben ist eine Wippe aus Vergnügen und Schmerz. Wenn das Brett der Wippe gerade ist und sich nicht auf oder nieder bewegt, werden wir von dem Spiel gelangweilt. Wir wollen es genießen nach oben zu gehen, was darin endet nach unten zu gehen. Wir arbeiten daran wieder hoch zu kommen. Wir bekommen einen Nervenkitzel aus diesem Spiel. Wenn wir nicht hinter dem Schmerz her sein wollen, sollten wir nicht hinter dem Vergnügen her sein.

Gewöhnlich sind unsere Reaktionen auf die äußere Welt abhängig von unserem mentalen Kontakt mit jedem spezifischen Ereignis. Wir sehen und hören von Krankheiten, die eine Anzahl von Leuten betreffen. Wir sind traurig nur, wenn diese Krankheit uns selbst, unsere Angehörigen oder Freunde betrifft. Andernfalls sind wir nicht verstört.

In ähnlicher Weise sind wir freudig erregt, wenn uns oder unseren Angehörigen gute Dinge zustoßen. Wir feiern Erfolg, wenn er für unsere Angehörigen oder uns selbst ist. Wir reagieren nicht bzw. nehmen nicht einmal Notiz vom Erfolg für den Rest der Millionen auf dieser Welt.

Wir sollten lernen:

uns am Erfolg anderer zu freuen, und für das Ende der Schmerzen von anderen zu beten.

Lasst uns auch lernen, nicht nur mit Gleichmut auf das Auf und Ab des Lebens zu reagieren, sondern auch

lernen, die gleiche Liebe zu entwickeln für die, die gut zu uns sind, wie auch die, die nicht gut zu uns sind.

Dies ist die Philosophie der Gita, die es gilt im Leben zu praktizieren.

Indem wir uns fest im "Das" gründen, werden wir fähig sein im "Ewigen Frieden" zu leben.

Indem wir das Atman im Innern erkennen und das Atman im allem rings um uns sehen, sollten wir "Atma drishti" entwickeln und nicht "Deha drishti".

Vers 21

**BAHYA SPARSHESU ASAKTATMA VINDATI ATMANI YAT SUKHAM
SA BRAHMAYOGA-YUKTATMA SUKHAM AKSAYAM ASNUTE**

Mit dem Selbst nicht an den externen Objekten haftend, findet er Glück im Selbst. Mit dem Selbst vereinigt mit Brahman in der Meditation, erfreut er sich an unvergänglichem Glück.

Was wir hier vorfinden, ist der Zustand des Geistes eines Suchenden, der sich in Sprüngen in seinem Sadhana entwickelt hat. Das kommt nicht über Nacht. Spirituelle Reife bringt diesen Level einer Akzeptanz der "Wahrheit" mit sich, wie er als "Glückseligkeit" in den Schriften beschrieben

wird. Jeder Mensch muss erwachsen werden und die Lektionen des Lebens lernen. Theorie hat im spirituellen Fortschritt keinen Platz. Die praktische Erfahrung, verbunden mit dem Studium der Schriften, dem Segen des Guru und des Herrn, verhilft einem dazu diese "Glückseligkeit" zu verwirklichen. Der Suchende benötigt die zwei wichtigen Vorbedingungen von "Hingabe und Wissen". Mit diesen beiden als Werkzeug sollte er Handlungen ausführen. Die aus den Handlungen gelernten Lektionen werden zu Wegweisern für den Fortschritt.

Er wird im Leben zu Erfahrungen kommen, die auf Anhaftung an Objekten beruhen und Glück bringen. Er wird lernen, dass ein solcher Zustand von Glück an die Theorie von "Zeit, Raum, Ursache und Wirkung" gebunden ist. Das selbe Prinzip lässt sich auch auf die Erfahrung von Schmerz anwenden.

Das hier zitierte "Selbst" ist das Atman, das mit der äußeren Welt durch das Medium des Intellekts und des Geistes in Kontakt tritt. Es ist das "Jivatma".

Durch Loslösung von der Anhaftung an die externen Objekte ist er frei von den gegensätzlichen Paaren von Glück und Leid. Dies ist der negative Zustand von Glück, "Shoonya". Es ist ein leerer Zustand, wo nichts ist. Der Herr fügt hinzu, dass der Jivatma gleichzeitig praktizieren sollte seine Aufmerksamkeit darauf zu lenken sich mit seiner wahren Identität des Atman zu vereinigen, welche nichts anderes als ein Funken von "Parabrahman" ist. Das ereignet sich nur, wenn er die Übung meistert, das selbe Atman in jedem Individuum und jeder Form des Lebens zu sehen, und allem den gebührenden Respekt erweist (Vers 18 - viya vinaya sampanne).

Dieser Zustand von Glück ist das wahre "Ananda", auf das sich die Schriften beziehen. Es ist nicht nur "Ananda" sondern "Paramananda" (der höchste Zustand von Glück). Und nicht nur das, es ist auch "unvergänglich". Es ist eine andauernde Erfahrung von Glückseligkeit. Es ist jenseits jeder Beschreibung. Der in diesem Vers benutzte Ausdruck ist "Sukham Akshayam Asnute". "Akshaya" bezieht sich auf etwas, was nicht vergeht.

Liebe um der Liebe willen, und nicht um etwas zurück zu bekommen, ist die höchste Form der Liebe, und das ist wahre "Hingabe". Diese Liebe zum Herrn gibt uns die Erfahrung von "Glückseligkeit". Jede Erfahrung im Leben verschwindet im Laufe der Zeit. Die einzige Erfahrung, die nicht verschwindet, kommt aus der Vereinigung mit dem Brahman. Die Schriften befürworten die Übung von "Ne'ti", was bedeutet "nicht dies". Durch die Kunst der Verneinung in Bezug auf die Welt der Objekte bewegt man sich aufwärts, bis man sich mit dem Atman im Innern vereinigt. Meditation ist die Methode, um diese Vereinigung zu erreichen. Die größte Quelle der "Liebe" ist in jedem von uns. Sie ist unerschöpflich und unbeschreiblich. Je mehr man sie berührt, desto größer wird die Erfahrung von "Frieden" sein. Das nächste Kapitel ist "Dhyana Yoga", welches sich exklusiv und detailliert mit der "Meditation" beschäftigt. Dies ist ein Vorspiel für das nächste Kapitel.

Man kann nicht wirklich sagen, dass es überhaupt eine Erfahrung ist, denn es kommt nur, wenn man seine begrenzte Identität verliert. Alle Erfahrungen sind kurzlebig und resultieren aus der Aufrechterhaltung der "Individualität". Wir benutzen die Wendung "Ich habe es erlebt", um die Gefühle zu beschreiben. Um im spirituellen Fortschritt die "Höchste Wahrheit" zu verwirklichen, muss man seine Identität verlieren.

Der heilige Text lehrt uns die Lektion: " Gib das Niedrigere für das Höhere auf, das Vergängliche für das Ewige".

Vers 22

**YE HI SAMSPARSHAJA BHOGAA DUKHAYONAYA EVE TE'
ADYANTAVANTAHA KOUNTEYA NA TESHU RAMATE' BUDHAHA**

Die Vergnügen, die aus dem Kontakt mit externen Objekten entspringen, sind in Wahrheit nur die Quelle von Schmerz. Sie haben einen Anfang und ein Ende. Die Weisen erfreuen sich nicht daran, oh Arjuna.

Das Wort, was es in diesem Vers zu beachten gilt, ist "Dukha yonaya". Es bedeutet den Schoß von Schmerz. "Yoni" bedeutet "Schoß / Mutterleib".

Die Vergnügen, die man aus dem Kontakt mit den Objekten der materiellen Welt erhält, werden mit dem Schoß verglichen. Die Saat des Schmerzes ist im Mutterleib enthalten und wächst im Lauf der Zeit und gebiert den Schmerz.

Die Vergnügen, die man erfährt, sind von kurzer Dauer, und die Leiden des Schmerzes dauern länger.

In der modernen Welt, in der wir leben, treffen wir auf das Problem der Abhängigkeit von Drogen, Alkohol und dergleichen. Die Euphorie beim Erfahren des Vergnügens durch das Einnehmen der stimulierenden Drogen dauert nur eine kurze Weile. Das Individuum ohne dieses Wissen findet, dass das Vergnügen beim ersten Einnehmen der Droge ganz herrlich war, und er/sie mag die Leere nicht, die er/sie erfährt, wenn der Effekt der Droge nachlässt. Er/sie wird sofort nach der zweiten Dosis und weiteren verlangen. Er/sie vergisst die Welt, in der er/sie lebt, und die Umgebung. Er/sie vergisst seine/ihre Pflichten und Verantwortlichkeiten. Sehr bald schon wird er/sie sich versteckt in einer Ecke des Hauses wieder finden, mit der Droge in seinem/ihrer System und völlig abgeschnitten von der Welt. Wenn er/sie im Lauf der Zeit medizinische Probleme bekommt, findet er/sie heraus, dass eine Lösung für das Problem nicht einfach ist, und dass der durch die Angewohnheit entstandene Schaden irreparabel ist.

Eine ähnliche Situation entsteht durch das Rauchen von Zigaretten. Die Mediziner beschreiben den Effekt des Rauchens folgendermaßen: Nikotin stimuliert die Freisetzung von Dopamin im Gehirn durch Rezeptoren, und das erzeugt ein Gefühl des Wohlbefindens. Das dauert eine sehr kurze Zeit, und der Pegel an Dopamin fällt schnell ab. Das führt dazu, dass das Individuum eine schlechte Stimmung empfindet und daher danach verlangt eine weitere Zigarette zu rauchen. Rauchen vermehrt die Rezeptoren für Nikotin im Gehirn um 300%. Wir alle wissen, wie das Rauchen zu unzähligen Gesundheitsproblemen führt, und diese wiederum zu einer hohen Krankheitsziffer und Sterblichkeit.

So können wir sehen, dass die Vergnügen, die wir erfahren, nur Tropfen sind, aber die Leiden, denen wir unterworfen werden, sind riesige Berge.

Das zweite zu beachtende Wort ist "Bhoga". Es bedeutet "Vergnügen/Genuss". Es gibt eine enorme Vielfalt in dieser Welt, und die Versuche, daraus Vergnügen zu ziehen, sind endlos. Es ist wichtig sich zu erinnern, dass das Glück nicht in den Objekten selber liegt sondern in der Reaktion des Individuums auf das fragliche Objekt, und auch Zeit und Ursache unterworfen ist. Es variiert daher von Individuum zu Individuum, und im selben Individuum von einer Zeitperiode zur anderen, und auch abhängig von der Stimmung. Es gibt ein Sprichwort, das sagt: "Ein Bhogi wird zum Rogi." (Der sich Vergnügende endet als Patient.)

Ein weiteres zu beachtendes Wort ist "Rama". (Bitte beachtet, dass es hier nicht "Raama" ist, die Inkarnation Vishnus, die den Dämonen Ravana tötete.) "Rama" bedeutet wörtlich "Ewige Entzückung". Wir haben diese Ewige Entzückung bereits als "Ozean der Glückseligkeit" erörtert, der in jedem Individuum angelegt ist.

Ein Jnani erkennt daher diese Wahrheit und folgt dem Prinzip von "Karma Sanyasa", was der Titel dieses Kapitels ist. Er erwirbt das Wissen und benutzt das Wissen, um in dieser Welt zu leben und

gleichzeitig als "Jivanmukta" zu verbleiben. Er wird zu einem "Sthitaprajna". Er verlangt ihn nicht nach kurzzeitigen sinnlichen Vergnügungen.

Vers 23

**SHAKNOTI'HAIVA YAHA SODUM PRAK SHAREERA VIMOKSHANAAAT
KAMA KRODODHBHAVAM VEGAM SA YUKTAHA SA SUKHEE NARAHA**

Wer fähig ist, den Impulsen von Verlangen und Zorn sogar in dieser Welt, vor dem Verfall des Körpers, zu widerstehen (sie auszuhalten), der/die ist ein Mensch in Harmonie und ist glücklich.

Ihaiva: sogar hier (in dieser Welt, in dieser Geburt)

Wir werden aufgefordert, den Impulsen von Verlangen und Zorn in dieser Welt zu widerstehen, sogar vor dem Verfall des Körpers.

Das Wort "sogar" muss klar verstanden werden.

Was bedeutet es?

Um das zu verstehen, müssen wir den Glauben der durchschnittlichen Hindus und die Lehren der heiligen Texte kennen.

Die Hindus glauben an den Zyklus von Geburten und Toden. Nach dem physischen Tod geht unser subtiler Körper zu einem der 14 Lokas. Die Länge des Aufenthaltes in den Lokas hängt ab von den Punkten von Verdiensten oder Fehlverhalten, die wir durch unsere Handlungen in dieser Geburt angesammelt haben. Paramatma, der Höchste Herr, ist der Richter, der entscheidet, wohin wir gehen, und wie lange wir in diesen Lokas verbleiben.

Die Schriften beschreiben die 14 Lokas, inklusive der Erde, sechs oberhalb und 7 unterhalb.

Devas, Erleuchtete, residieren in den höheren Lokas. Das sind die Orte, um das Glück zu erfahren. Die niederen Lokas unterhalb der Erde sind Plätze, um Schmerz und Leid zu erfahren (als Konsequenz, dass man a-dharmische Handlungen ausgeführt hat).

Der Punkt, den es zu erinnern gilt, ist, dass die Praxis des rechtschaffenen Lebens und Ansammelns von Verdienstpunkten oder von Fehlverhaltenspunkten wegen unrechtschaffenen Lebens nur auf dies Leben auf der Erde anzuwenden ist. Darum wird die Erde "Karma Bhoomi" genannt. Wir sammeln nur in diesem Leben Punkte für jeden Gedanken und jede Handlung, und unsere zukünftige Geburt nach dem Tod hängt von diesen Punkten ab. Dieser Vers verlangt vom ernsthaften Sucher, den Impulsen von Verlangen und Zorn in diesem Leben zu widerstehen. Wenn wir das Boot verpassen und den Versuchungen nachgeben, müssen wir weitere Geburten erleiden.

Der Aufenthalt in anderen Lokas dient nur dazu, die Ergebnisse aus den Handlungen auf der Erde zu erleben. Während des Aufenthaltes in diesen Lokas sammelt man keine Punkte an. Nach dem Ende des Aufenthaltes in diesen Lokas werden wir wieder auf die Erde zurückgeschickt. Der Zyklus setzt sich unaufhörlich fort, bis das Wissen dämmert. Statt nach Glück aus unseren Handlungen zu suchen, sollten wir lernen rechtschaffene Handlungen auszuführen und die Ergebnisse aus solchen Handlungen an den Füßen des Herrn darzubringen.

Es ist eine Tatsache des Lebens, dass wir unser ganzes Leben hindurch nach Glück streben. Durch einige Handlungen werden wir glücklich, durch einige andere erhalten wir kein Glück. Die stören die Ausgeglichenheit unsere Geistes, und als Konsequenz wird es keinen Frieden geben.

In den höheren Lokas, in die wir nach unserem Tod je nach unseren Verdienstpunkten geschickt werden, wird es keine Handlungen geben, die zu Reaktionen führen, und der Aufenthalt dient nur dazu, die Früchte für unsere guten Handlungen auf der Erde zu genießen.

In ähnlicher Weise wird es in den niederen Lokas, in die wir eventuell gehen müssen, keine Handlungen geben, die zu Reaktionen führen, und der Aufenthalt dient nur dazu, für die falschen Handlungen auf der Erde zu zahlen.

Die Erde ist der einzige Ort, wo sich die Ergebnisse aus Handlungen anhäufen.

Der/Die Suchende, der/die das versteht, und mit einem ausgeglichenen Geist lebt, wird "Den Frieden" erfahren, sogar bevor der Körper zerfällt, und man sagt, er/sie sei in Harmonie.

Ein ausgeglichener Geist resultiert nur aus dem Aushalten der Impulse von Verlangen und Zorn während des Aufenthaltes in dieser Welt in diesem Leben. In den anderen Lokas wird es keine Impulse von Verlangen und Zorn geben.

Schließlich gibt es einen weiteren beachtenswerten Punkt in diesem Vers. Es ist die Benutzung des Wortes "Vegam". "Kama krodod bhavam vegam sa yuktaha sa sukhee naraha" heißt es in der zweiten Hälfte des Verses.

"Vegam", so wie es in diesem Zusammenhang benutzt wird, bedeutet "Impuls".

Verlangen und Zorn führen dazu, dass wir Handlungen impulsiv ausführen. Der Sucher, der durch spirituelle Übungen die Macht entwickelt hat, um die aus Verlangen und Zorn aufsteigenden Impulse zu kontrollieren, ist ein Yogi, so sagt der Herr.

Vers 24

YO ANTAH SUKHO ANTARAARAMAS TATHA ANTAH JYOTIR EVA CHA SA YOGI BRAHMA NIRVANAM BRAHMA BHUTODHIGACCHATI

Wer glücklich im Innern ist, wer im Innern entzückt ist, wer im Innern erleuchtet ist, dieser Yogi erlangt Moksha, indem er zu Brahman wird.

Wir werden langsam hingeführt zum nächsten Kapitel "Dhyana Yoga", in dem es ganz um Meditation geht, um die Einheit mit dem Brahman zu erlangen.

Wir werden aufgefordert, diese drei Qualitäten zu praktizieren:

- a) Antah sukho: glücklich sein im Innern;
- b) Antar arama: wer im Innern entzückt ist;
- c) Antar jyothir: wer im Innern erleuchtet ist.

Indem er diese drei Qualitäten meistert, heißt es vom Suchenden, dass er/sie:

Bahma Bhootaha: zu Brahman wird, und
Brahma Nirvanam: Freiheit des Brahman
Adhi Gachati: erlangt.

Antaha sukhaha: wir sollten lernen, glücklich im Innern zu sein.

Nachdem uns gesagt wurde, dass die Impulse von der externen Welt einen Zustand der Unausgeglichenheit des Geistes mit sich bringen, werden wir aufgefordert, für Glück nach innen zu schauen. "Oh, törichter Mensch, geht in der Suche nach Glück nicht nach außen", heißt es in den Schriften.

Ja, jeder Mensch möchte glücklich sein, aber die Mehrheit strebt nicht nach wirklichem Glück sondern nach vergänglichem Glück, das zu Leid führt. Wir suchen immer wieder am falschen Platz nach dem "Ewigen Glück".

Es gibt eine nette Geschichte von einer alten Frau, die in einer Hütte lebte, und eines Tages im Tageslicht außerhalb ihres Hauses nach einer Anstecknadel suchte. Ein Asket kommt zur Tür und fragt: "Wonach suchst Du?"

Sie sagt, dass sie nach einer Anstecknadel sucht, die sie in der Nacht zuvor im Haus verloren hat. Der Asket lacht sie aus und fragt, wie sie eine Nadel finden könne, die innerhalb des Hauses niedergefallen war.

Als Antwort stellt die alte Dame dem Asketen eine Gegenfrage. Sie sagt: "Was suchst Du, indem Du von Haus zu Haus gehst?"

Der Asket erwidert, dass er in der Suche nach Gott unterwegs sei.

Daraufhin lacht die alte Dame nun ihn aus und bemerkt:

"Wenn der Herr in Dir ist, warum gehst Du in dieser Form nach außen, um Ihn zu suchen?"

Der Herr als Atman im Innern ist die Quelle von Glück, und nicht die materiellen Objekte aus der äußeren Welt. Das ist die Erklärung und Bedeutung des Satzes: "Anta sukhee". "Sei glücklich" und versuche nicht "glücklich zu werden". "Glücklich zu werden" indem man materielle Besitztümer erlangt, ist nicht permanentes Glück, und "Glücklich zu sein" mit der Ewigen Quelle von Glück aus dem Inneren heraus ist der Weg zum Glück.

"Antar arama":

"Erfreue Dich von innen heraus." Anstatt nach außen zu gehen, um etwas zu bekommen, an dem Du Dich erfreust, lerne Dich daran zu erfreuen, dass Du mit dem "Brahman im Innern" bist - so lautet die Botschaft. "Dhaya Yoga", die Praxis der Meditation, sollte keine ermüdende Anstrengung sondern eine entspannende Erfahrung sein.

"Antar Jyothir":

"Das Licht im Innern" ist das "Licht von Brahman". Was immer wir mit unseren Augen sehen, einschließlich Sonne und Mond, ist in Wirklichkeit nur reflektiertes Licht.

Wir sehen Objekte bei Tageslicht und nicht in Dunkelheit. Wir sagen, dass wir das Licht der Sonnenstrahlen haben, das uns hilft zu sehen. Wir denken, die Sonne sei der Quell des Lichts. Betrachtet für einen Moment einen toten Körper. Der tote Körper kann keinerlei Objekte sehen. Wenn die Sonne alles erleuchten würde, sollte der tote Körper auch fähig sein zu sehen.

Ich kann die Sonne sehen, aber der tote Körper kann die Sonne nicht sehen. Es muss etwas geben, was mich lebendig machte und mich die Sonne sehen ließ, ebenso wie die Objekte ringsum. Dieses etwas ist das "Licht des Bewusstseins im Innern". Diese Macht des "Atman" ist so strahlend, dass sie alles erleuchtet.

In einem dunklen Raum sagen wir, dass wir sehen könnten, wenn es eine Lichtquelle gäbe. Aber sogar bei vollem Tageslicht - wenn in einem Haus alle Vorhänge zugezogen sind, alle Türen und Fenster geschlossen, dann kann man nicht hinein sehen. Der Sonnenschein wäre außen immer noch präsent, aber wir haben sein Eintreten durch das Schließen der Fenster und Türen blockiert.

In ähnlicher Weise blockieren wir aus der Macht des "Maya" heraus, das als "Unwissen" fungiert, die Vision des "Atman" im Innern und "leben daher in Dunkelheit".

Um es in einfachen Worten zu sagen:

Das Auge wird erleuchtet durch den Geist, der Geist durch den Intellekt, und der Intellekt durch das Atman. Der Yogi sucht nach dieser Quelle des Lichts für die ganze Welt.

Wir streben nach "Bahir sukha", was "externe Quelle von Glück" bedeutet, und nach "Bahir jyothi", was externe Quelle von Licht bedeutet.

Durch die Praxis des "Vyavasayatmika buddhi" (Vers 41 in Kapitel 2) können wir den Suchscheinwerfer des Geistes neu ausrichten.

Die gesamten heiligen Schriften dienen dazu, dass wir dies "Licht des Brahman im Innern und überall ringsum" erkennen und die "Glückseligkeit" daraus erfahren. Die "Glückseligkeit", über die sie reden, und das "sich erfreuen", das sie empfehlen, ist "Brahman", und der Yogi erlangt diesen Zustand, der "Brahma Nirvanam" ist.

Wenn dieser Zustand einmal erlangt ist, gibt es nichts mehr von:

"Genießer und was man genießen kann",

"Subjekt und Objekt",

"Wissender und was man wissen kann".

Nichts davon existiert mehr, wenn man sich vollständig mit dem "Atman im Innern" vereinigt. Es gibt keinen Ärger über die Vergangenheit mehr, und keine Angst vor der Zukunft.

Vers 25

**LABHANTE BRAHMA NIRVANAM RISHAYAHA KSHEENA KALMASHAHA
CHINNADVAIDHA YATATMANAHA SARVA BHOOTAHITE RATAHA**

Rishis, deren Sünden zerstört sind, deren Dualitäten sich der Zerschlagung ergeben haben, die selbstkontrolliert sind, und die sich am Wohlergehen anderer erfreuen, diese erlangen Vereinigung mit Brahman.

Zwei Punkte sind es wert, in diesem Vers beachtet zu werden.

Wer ist ein "Rishi"?

Das Wort "Rishi" wird oft benutzt, und wir müssen seine Qualitäten kennen. Vier umfassende Qualitäten eines Rishi werden in diesem Vers angegeben. Wer diese vier Qualitäten erfüllt, ist ein Rishi.

Wie erlangt man Vereinigung mit Brahman?

"Entwickle die vier Qualitäten, werde ein wahrer Rishi, und Du wirst Moksha erlangen", das ist der Ratschlag des Herrn für die ernsthaft Suchenden.

a) Dessen Sünden zerstört sind: Ksheena Kalmashaha:

Wie wir schon mehrmals erörtert haben, sind die Sünden die Vasanas im Geist. Die Vasanas sind die drei grundlegenden Qualitäten von Satva, Rajas und Tamas in unseren Gedanken, die im Geist gespeichert sind.

- Den Zustand der Faulheit zu verlassen, um aktiv und leidenschaftlich in der Welt zu werden,
- Von der Leidenschaft zu reinen Handlungen zu wechseln,
- Und sich schließlich (durch Ablegung des Ego) umzustellen von Handlungen für die persönliche Erlösung hin zu Handlungen für das Wohlergehen des Lebens auf der Erde,
- Das wird die Sünden zerstören.

Es ist "Mano Nasha und Vasana Kshaya" (Zerstörung von Geist/Ego und völlige Auflösung der Vasanas).

b) Chinna dwaidha: dessen Dualitäten entzwei gerissen sind:

Es sollte keine Hochstimmung in Bezug auf Angenehmes und keine Niedergeschlagenheit in Bezug auf Unangenehmes geben. (Vers 38 in Kapitel 2 - sukha dukhe same' krutva)

"Dwaidha" bedeutet auch "Unsicherheit". Derjenige, dessen Unsicherheit entzwei gerissen ist, ist "Chinna Dwaidha". Liebe zum spirituellen Wissen zu entwickeln, Arbeit, um das spirituelle Wissen aus den Schriften und vom Guru zu erlangen, das sollte helfen, um die Zweifel am Thema zu klären. Wenn wir sicher sind, dass das, was wir tun, korrekt ist, und wenn es in Einklang mit den vorgeschriebenen/anerkannten Texten ist, werden wir keinen Raum mehr für Zweifel haben, und das wird uns helfen, schnelle Schritte vorwärts zu machen in Richtung auf die Vereinigung mit dem Brahman. Das bedeutet, dass es keinen Zweifel bezüglich des "Atman" im Innern und überall ringsum sowie Seiner Qualitäten von "Sat, Chit und Ananda" geben sollte.

c) Yatatanaha: Wer selbstkontrolliert ist.

Es gibt eine starke Notwendigkeit, das "selbst", welches das "Ego" ist, zu kontrollieren, und die Vorherrschaft des "Selbst", welches "Göttlichkeit" ist, zum Vorschein zu bringen.

Die Sinne sollten durch des Geist kontrolliert sein, der Geist durch den Intellekt, und der Intellekt durch das innere Bewusstsein (Verse 42, 43 in Kapitel 3).

d) Sarva Bhoota hite Rataha." "Sich erfreuen am Wohlergehen anderer".

Es ist nicht genug nur für das Wohlergehen anderer zu beten, sondern man sollte sich auch an ihrem Wohlergehen erfreuen.

Wer sind "die Anderen"?

In der Reihenfolge des Vorzugs sind unsere Bezugspunkte:

- Zuvorderst wir selbst,
- Unsere nahen Familienangehörigen,
- Unsere erweiterte Familie, und schließlich,
- Unsere Freunde.

In anderen Worten "alle, die uns nahe stehen".

Diejenigen, die nicht zu den obigen vier Kategorien gehören, sind "die anderen".

In die Liste der anderen nehmen wir auch Tiere auf.

Das Kriterium ist nicht "mein Glück" sondern das "Glück von anderen".

Man sollte nicht eifersüchtig sein auf das Glück von anderen, und kein Leid für andere wünschen. Indem man sich selbst vergisst in der Freude anderer, erfüllt man die Rolle des Mensch seins (Adhikara), wie sie vom Herrn gegeben wurde. Wenn wir diese Anderen mit einschließen in das "Sich erfreuen am Wohlergehen von", dann haben wir das von Sri Krishna vorgegebene Kriterium erfüllt, und er heißt uns an Seinem Wohnsitz willkommen.

"Rishi" ist wie ein Rangabzeichen, das man erlangen kann, indem man die obigen vier Kriterien erfüllt. Der Richter, der über die Verleihung des Titels entscheidet, ist "Der Herr" selber.

Es ist möglich, sogar in dieser Geburt unsere Leben neu auszurichten, und es ist in unseren eigenen Händen.

Anders herum gesehen, bedeutet dieser Vers auch, dass der Rishi von heute ein Sünder in der Vergangenheit gewesen sein mag, der auf Vergnügen für sich selber aus war, der keine Selbstkontrolle hatte und selbstsüchtig war. Aber durch Sadhana in mehreren Geburten kann man doch ein "Rishi" werden. Es gibt für niemand ein Hindernis, um ein Rishi zu werden und den Segen des Herrn zu empfangen.

Die letzte Qualität, "Wohlergehen von anderen", schließt ein, dass ein Mensch des Wissens ein Mensch der Tat werden und das Wissen im Handeln zeigen sollte.

Vers 26

**KAMA KRODHA VIYUKTANAAM YATEENAAM YATACHETASAAM
ABHITO BRAHMA NIRVANAM VARTATE VIDITATMANAAM**

Für die Weisen mit Selbstkontrolle, die frei sind von Verlangen und Zorn, die ihre Gedanken unter Kontrolle haben und das Selbst realisiert haben, existiert absolute Freiheit nach allen Seiten.

Yateenaam: für die Asketen mit Selbstkontrolle.

Yati ist die Definition eines Asketen, der seine Leidenschaften kontrolliert hat.

Lasst uns für einen Moment zurück gehen zu Kapitel 2 und auf die Qualitäten eines "Sthita Prajna" schauen:

Vers 62 sagt da: "Indem er über die Objekte der Sinne grübelt, entwickelt der Mensch Anhaftung daran, aus Anhaftung kommt Verlangen, aus Verlangen entspringt Zorn."

Wenn wir die Geschichte der Wut verfolgen, die das Grundübel der Zerstörung von Individuum, Familie und Gesellschaft ist, werden wir erkennen, dass

Verlangen,
Anhaftung, und
Grübeln über die Objekte der Sinne
zur schließlichen Zerstörung führen.

Objekt der Sinne:

Normalerweise bezieht man sich auf die Welt der Objekte als Quelle der Objekte der Sinne. Das ist teilweise richtig. Durch tief gehende Analyse müssen wir verstehen, dass wenn wir wahrhaftig das "Atman" im Innern sind mit einem physischen Körper drum herum, dass dann sogar der physische Körper ein Objekt der Sinne wird, wenn wir uns selbst mit dem Atman identifizieren.

Wir entwickeln zuerst eine tief wurzelnde Anhaftung an unseren eigenen Körper, und mit diesem Körper an die Objekte um uns herum.

Yati ist derjenige, der eine perfekte Kontrolle über seinen Körper entwickelt hat. Was in diesem Vers beschrieben wird, ist eine Fortsetzung des vorhergehenden Verses. Wir sollten es als weitere Qualitäten eines Rishi auffassen.

Der Geist wird als Bandleader in unserem Körper angesehen. Er ist das Zentrum für alle Aktivitäten. Der Geist ist das Zentrum für das zum Ausdruck bringen des "Ego". Wir sind das "selbst" mit dem kleinen "s" und das "Atman" ist das "Selbst" mit dem großen "S".

Der Yati kontrolliert das "selbst", indem er sich mit dem Atman identifiziert.

Indem er die Sinne kontrolliert, welche die Impulse von der äußeren Welt herein bringen,

Indem er sich dem Intellekt unterwirft, der seinerseits dem "Antaratma" im Innern zu Diensten ist, Meistert er die Kunst des frei seins von "Verlangen und Zorn".

Das resultiert aus permanenter Wachsamkeit gegenüber den Gedanken, die im Geist entstehen.

Durch ernsthafte Praxis hat er erreicht:

"Vasana kshaya" - den Geist von allen gespeicherten Vasanas zu reinigen, und

"Mano nasha" - den Geist zu zerstören, der das "selbst" mit dem kleinen "s" war. Das ist gleichbedeutend mit der Zerstörung des "Ego".

Indem er diese zwei Dinge erreicht hat, entwickelt er wahres Wissen um das "Parabrahman" und verwirklicht "Sat-Chit-Ananda". Das ist es, was die Schriften als "Tatva Jnana" beschreiben. Das Wissen um die "Wahrheit" dämmert und erblüht im Suchenden und er ist bereit dazu als "Yati" angesprochen zu werden.

Leicht vereinigt er sich mit dem "Parabrahman", das im Innern und überall ringsum und "Brahma Nirvanam" ist.

Um zusammen zu fassen:

Kama krodha viyuktanam: frei von Verlangen und Zorn,

Yata chetasaam: durch Kontrollieren der Gedanken,

Viditatmanam: das Selbst verwirklichend,

Brahma nirvana Abhitaha vartate: existiert Freiheit nach allen Seiten.

Vers 27

SPARSHAAN KRITVA BAHIR BHAHYAMS CHAKSUSCIAVANTARE' BHUVOHO PRANAPANOU SAMO' KRUTVA NASABHYANTARACHARINE'

Vers 28

YATENDRIYA MANO' BUDDHIR MOKSHA PARAYANAH VIGATECHHA BHAYA KRODHA YAH SADA MUKTA EVA CHA.

Ein Weiser, der alle externen Fühlungen ausgesperrt hat, der seinen Blick starr auf das Zentrum der Augenbrauen fixiert hat, der den eingehenden und ausgehenden Atem kontrolliert,

Der Sinne, Geist und Intellekt unter Kontrolle hat, der frei ist von Verlangen und Zorn, der Befreiung als sein Ziel hat, der erfreut sich immer während der Freiheit.

Diese beiden Verse sind die Basis für die Praxis des "Dhyana". "Dhyana" ist die Meditation auf ein erwünschtes Objekt, und in der spirituellen Wissenschaft ist das "Moksha". Im nächsten Kapitel bekommen wir eine detaillierte Beschreibung der Praxis der Meditation.

Sie wird durchgeführt von den "Moksha Parayanas", denen die nach Moksha verlangen.

Die erste Voraussetzung sollte ein tief verwurzeltes Verlangen nach "Befreiung" sein.

Als Kindern wird uns von unseren Eltern, Verwandten und Lehrern gesagt, dass wir gebildet sein sollten. Wenn wir erwachsen werden, verstehen wir, was sie mit "gebildet" meinten. Für einen Ungebildeten ist das Leben in dieser Welt sehr hart.

Wir müssen erst die Grundausbildung durchlaufen. Zum Ende der Grundausbildung hin erfahren wir etwas über die verschiedenen Spezialitäten im Bereich von Wissenschaft und Kunst, und wir entscheiden uns für einen Wissenszweig, um unsere Studien fortzusetzen. Zu diesem Zeitpunkt sollten wir ein tief verwurzelt Verlangen entwickeln, das Ziel zu erreichen. Wenn wir erst einmal tief in das gewählte Thema eintauchen und uns dem Ende des Lehrgangs nähern, muss das tief wurzelnde Verlangen verschwinden. Bis zu diesem Zeitpunkt sollten wir automatisch geleitet sein mit unseren Studien fortzufahren und nicht abgelenkt zu werden.

Das selbe Prinzip lässt sich auf die spirituelle Wissenschaft anwenden. Während wir in unserer spirituellen Reife wachsen, sollten wir zunächst ein tief wurzelndes Verlangen nach "Moksha" entwickeln. Später werden wir lernen, dass wir keinerlei Verlangen haben sollte, inklusive dem Verlangen nach "Moksha". Abhängig davon, wie wir unser Sadhana ausführen, werden wir fähig sein das Verlangen nach Moksha abzulegen. Das mag im aktuellen Leben geschehen, oder auch in zukünftigen Geburten, und alles hängt von unseren Vasanas ab.

Was sollte ein Suchender tun, der ein Verlangen nach Moksha hat?

Diese Frage wird in diesen zwei Versen beantwortet. Im ersten Vers geht es um Kontrolle des physischen Körpers, und im zweiten Vers geht es um Kontrolle des subtilen Körpers.

Bahyan sparshan: Eindrücke, die aus der externen Welt kommen,
Bahih krutva: ausgeschaltet haben.

Dies ist der erste Schritt. Die fünf Sinnesorgane senden permanent Eindrücke von der äußeren Welt an den Geist. Wir werden aufgefordert die Kunst zu lernen, die Eindrücke nicht herein zu lassen. "Schmeiße sie hinaus", wird uns gesagt. Was meinen wir mit diesem Ausdruck?

Es bedeutet, dass wir als unsere eigenen "Türwächter" handeln sollten. Wir müssen die Kunst erlernen, hinein zu lassen, was gut ist, und nicht herein zu lassen, was nicht gut ist.

Das Reich der Aktivität der Sinne ist die Welt um uns herum. Die Kunst zu entwickeln, den Zugang der Impulse aus der Welt zu kontrollieren, ist essentiell. Darum sind im "Ashtanga Yoga" von Patanjali die ersten zwei Übungen "Yama und Niyama" (Verse 27, 28 in Kapitel 4). Yama ist die Beschränkung der Sinne, und Niyama ist reguläres Üben der spirituellen Regeln. Das wird der erste Schritt sein, um die Eindrücke, die von der externen Welt kommen, hinaus zu werfen. Man könnte sagen, dass der Suchende blind und taub sein sollte gegenüber sinnlichen Ablenkungen.

> Yatendriya mano buddhir: mit Sinnen, Geist und Intellekt unter Kontrolle,
> Prana panou samou krutva nasabhyantara charinou: den ausgehenden und den eingehenden Atem innerhalb der Nasenlöcher gleich gemacht habend.

Nachdem er den Zutritt der Eindrücke von der Welt kontrolliert hat, muss der Suchende die Kunst erlernen, den Geist und den Intellekt zu kontrollieren.

Kontrolle des Geistes: dieser Aspekt bezieht sich auf:

- a) die Reaktion des Geistes bezüglich der empfangenen Impulse,
- b) das Verweilen des Geistes auf gespeicherten Eindrücken der Vergangenheit (keine Tagträumerei).

Kontrolle des Intellekts:

Wie wir zuvor erörtert haben, ist der Intellekt die Fähigkeit zum logischen Denken. Das "Ego" reduziert diese Fähigkeit des Intellekts. Vom Intellekt wird erwartet, dass es mit "Subuddhi" und nicht mit "Durbuddhi" agiert. Wenn die Reaktion gut ist, ist es Subuddhi, und wenn sie selbstsüchtig und schlecht ist, ist es Durbuddhi.

Das Ego abzulegen würde dabei helfen das Licht des "Antaratma" auf den Intellekt scheinen zu lassen, damit er mit dem reagiert, was im spirituellen Sinn gut für das Individuum ist.

Für den Suchenden ist es gut zu lernen, die Angewohnheit zu entwickeln, eine Pause zu lassen zwischen dem Empfangen von Impulsen und der Reaktion auf die empfangenen Impulse. Mit reinem Geist und Intellekt sollte sich die Reaktion als gut für den Suchenden und die Gesellschaft herausstellen.

Pranapanou samou krutva:

Den durch die Nasenlöcher eingehenden und ausgehenden Atem regulieren.

Im Ashtanga Yoga ist nach Yama und Niyama der dritte Schritt "Asana" (korrekte Haltung), und der vierte Schritt ist "Pranayama".

Die spirituellen Mediziner empfehlen den Suchenden die Atmung zu kontrollieren. Der Akt des Atmens ist normalerweise eine unwillkürliche Handlung. In der Regel ist diese weder rhythmisch noch ausgeglichen. Zufuhr von Sauerstoff und Ausatmen von Kohlendioxid sind die Aufgabe des Atmungssystems. Es sollte keine Ansammlung von Kohlendioxid in unserem System geben, weil es schädlich ist. Es schläfert den Geist ein und reduziert seine Fähigkeit die körperlichen Funktionen zu regulieren.

Die Kunst, die Atmung rhythmisch und ausgeglichen zu machen, ist eine essentielle Voraussetzung in der spirituellen Praxis. Sie ist gut für die Gesundheit und für die Konzentration des Geistes. Atmung und Geist sind eng miteinander verbunden. Das eine zu kontrollieren, wird das andere kontrollieren. Um den Geist zu kontrollieren, ist es essentiell die Atmung zu kontrollieren.

Der nächste Schritt ist:

Chakshuh bhruvor antara eva krutva:

Um die Praxis einer Kontrolle über Sinne, Geist und Intellekt zu erleichtern, haben die Meister empfohlen, dass der Suchende seinen Blick auf einen Punkt in der Mitte zwischen den beiden Augenbrauen konzentrieren solle. Technisch ist das bekannt als "Kechari Mudra".

Wenn die Augen ganz geöffnet sind, gibt es eine Möglichkeit für zu viele Impulse, in den Geist einzutreten.

Wenn andererseits die Augen geschlossen sind, würde der Suchende leicht in Schlaf fallen.

In der Mitte dazwischen ist es, den Blick auf das Zentrum zwischen den beiden Augenbrauen zu richten.

Der Punkt, auf den es sich zu konzentrieren gilt, ist als "Ajna Chakra" bekannt.

Es gibt einige, die den Blick auf die Nasenspitze richten.

Jede der beiden Methoden kann befolgt werden.

Vigatechha Bhaya krodho:

Frei von Verlangen, Angst und Zorn.

(vgl. Verse 62, 63 in Kapitel 2)

Anhaftung an die Objekte der Welt führt zu Verlangen, und das wiederum zieht Furcht und Zorn nach sich. Das sind die Feinde, die den Suchenden vom spirituellen Pfad weg bringen. Sri Krishna betont dies mehrere Male die ganze Gita hindurch.

Von solch einem Suchenden heißt es, er lebe
Sada mukta eva saha: in immerwährender Freiheit.

Derjenige ist ein wahrer Weiser, der diese Schritte praktiziert und die Kunst der Selbstkontrolle meistert. Er hat keine Angst vom spirituellen Pfad herab zu fallen, und er lebt in permanenter "Glückseligkeit". Er ist ein "Sadananda".

Vers 29

BHOKTARAM YAJNA TAPASAA SARVA LOKA MAHESHWARAM SUHRUDAM SARVA BHOOTANAAM JNATVA MAAM SHANTIMRUCHATI

Indem er "Mich" als denjenigen erkennt, der sich aller Opfer und Entbehrungen erfreut, als den Herrn und Aufseher über alle Welten, und als den Freund aller Wesen, erlangt der Mensch Frieden.

Drei Aspekte des Herrn thematisiert Sri Krishna in diesem Vers. Wir sollten nicht annehmen, dass Er über sich selber prahlt, sondern dass Er drei Facetten seines Selbst angibt.

a) Bhoktaram Yajna Tapasa:
Ich erfreue mich an allen Opfern und Entbehrungen.

Yajna ist eine hingebungsvolle Handlung, und Tapas ist eine Handlung zur Reinigung von Geist, Körper und Sprache. Beide bringen nützliche Ergebnisse. Der Herr sagt, dass Er sich dieser Handlungen erfreut. Er weiß, dass das Ergebnis all solcher Handlungen zum Wohlergehen des Lebens auf der Erde ist. Schließlich ist das gesamte Leben von Ihm erschaffen, und wer immer sich um das Leben auf der Erde kümmert, wird zum/zur Geliebten des Herrn, und der Herr erfreut sich an dem, was sie tun.

b) Sarva Loka Maheshwaram:
Ich bin der Herr aller Welten.

Wir haben die Bedeutung des Wortes "Loka" bereits erörtert. "Loka" ist die Welt, die wir für uns selbst erschaffen durch die von den Sinnesorganen empfangenen Impulse und deren Interpretation durch den Geist. Jedes Sinnesorgan hat eine zugeordnete Gottheit: die "Sonne" für die Augen, den "Raum" für die Ohren, die "Luft" für die Haut, das "Wasser" für die Zunge, und die "Erde" für die Nase. Da der Geist das Hauptquartier für alle Sinnesorgane ist, ist er als Herr der Sinnesorgane bekannt, als "Iswara".

"Maheswara", wie es im Vers benutzt wird, bezieht sich auf den Geist der Individuen. "Sarva Loka Maheshwara" bezieht sich auf die Gesamtheit des Geistes aller Männer und Frauen auf der Erde.

Er ist nicht nur der Herr sondern auch der Aufseher über alle Welten. "Der Geist regiert" in all unseren täglichen Handlungen. Und der Geist ist lebendig durch die "Lebenskraft" darin.

c) Suhrudam sarva bhootanaam:
Freund aller Wesen.

Nachdem Er bekräftigt hat, dass Er der Herr und Aufseher ist, sagt er sofort, dass Er der Freund von allen und jedem ist. Ob Er uns leiden lässt oder Vergnügen verschafft, Er ist immer unser Freund. Was auch immer wir durchmachen, ist das Ergebnis unsers eigenen Karmas, und Er hilft uns, unsere Verlangen oder Abneigungen zu erfüllen und dadurch unsere gespeicherten Vasanas zu verbrennen. Indem Er uns lebendig erhält, hilft Er uns, "Mano nasha und Vasana kshaya" zu erlangen.

Ein wahrer Freund ist jemand, der Gutes tut und keine Wohltaten als Gegenleistung erwartet. In ähnlicher Weise erwartet der Herr keine Wohltaten als Gegenleistung von uns, aber Er bleibt bei uns als die individuelle Seele durch all unsere Geburten und Tode, bis wir die endgültige Vereinigung mit dem Parabrahman erreichen. Er ist unser bester Freund.

Es ist wie die Liebe und Zuneigung einer Mutter zu ihrem Kind. Es wird von ihr erwartet, dass sie ihr ganzes Leben hindurch die beste Freundin des Kindes bleibt, "in Kindheit, Jugend, und nach der Heirat". Das Kind freut sich darauf, zur Mutter zu kommen und den Kopf in den Schoß der geliebten Mama zu legen.

Das beste Geschenk, dass Er der Menschheit insgesamt gegeben hat, ist die "Gita", um uns in unserem Leben zu führen.

Als letztes wird uns gesagt:

Jnatvaa Maam shantimruchati:

Indem er Mich als solches erkennt, erlangt der Mensch Frieden.

Jede(r) von uns führt Handlungen aus, hat Handlungen ausgeführt, und wird in Zukunft weiterhin Handlungen ausführen. Als Konsequenz davon erfahren wir die Ergebnisse. Entweder gefallen uns die Ergebnisse, oder sie regen uns auf. Wir werden freudig erregt oder niedergedrückt, wenn wir die Ergebnisse unserer Handlungen erhalten. Die Ergebnisse, die wir erhalten, beruhen nicht nur auf Handlungen, die wir wissentlich/unwissentlich aktuell getan haben, sondern auch auf dem, was wir in der Vergangenheit bewusst oder unbewusst getan haben. Außerdem ist es so, dass wir die Ergebnisse nicht dann bekommen, wenn wir das möchten, sondern wenn es dem Herrn richtig erscheint, sie uns zukommen zu lassen.

Diejenigen, die Handlungen ausführen im Geiste von "Krishnarpanamastu", und die dem Prinzip von "Karmanye vadhikaraste" folgen, erkennen auch, dass Er der Herr und Aufseher aller Welten ist sowie ein Freund von allen, und dadurch leben sie in permanentem "Frieden". Sie schreiben alle guten Ergebnisse Ihm zu und bringen Ihm die Nutzen dar, aber sie übernehmen selber Verantwortung für das Negative in ihrem Leben und klagen nicht den Herrn dafür an. Dies ist das Geheimnis der Erfahrung von "Frieden".

Es ist nicht so, dass die Suchenden den Herrn zu sehen bekommen, aber sie erfahren "den Frieden", welcher eine nicht deskriptive Form des Herrn ist.

So endet das fünfte Kapitel, "Karma Sanyasa Yoga", in der Srimad Bhagavadgita, welche eine Upanishad ist, Brahma Vidya und Yoga Shastra, in der Form eines Dialoges zwischen Sri Krishna und Arjuna.