

Inhalt

Vorwort vii

TEIL I: Schlüssel zum Verständnis der Weisheit in der Gita

1. Einführung in den »Gesang des GEISTES« 3
Weisheit aus einem alten, höheren Zeitalter der Zivilisation
Den Code der yogischen Symbolik in der Gita entschlüsseln
Bhagavan Krishna, Herr des Yoga: der heilige Lehrer in der Gita
2. Die geistige Schlacht des täglichen Lebens 16
Die Kraft der Innenschau für ein siegreiches Leben benutzen
Das geistige Schlachtfeld von Körper und Geist des Menschen
Materielles Bewusstsein gegenüber dem geistigen Bewusstsein
Stellung beziehen im Krieg zwischen Gut und Böse
Die Seele im Gegensatz zum Ego
3. Yoga: die Methode, die zum Sieg führt 30
Die Kräfte der Seele durch Meditation erwecken
Geistige Auswirkungen der Yoga-Praxis
Das achttufige Wesen des Yoga im eigenen Innern entfalten
4. Die psychologischen Kräfte, die der Seele entgegenstehen . . . 48
Egoismus (symbolisiert durch Bhishma)
Kama (Wollust), symbolisiert durch Duryodhana (Materielle Begierde)
Der gute und der schlechte Einfluss von Gewohnheiten (symbolisiert durch Drona)
5. Der Triumph der Seele durch das Üben des Yoga 58
Raja-Yoga – der höchste Weg
Äußere Entsagung, Studium der heiligen Schriften und dienendes Handeln sind Nebenwege
Raja-Yoga ist der wahre Gipfel aller religiösen Praktiken
Kriya-Yoga – die bedeutendste Technik des Raja-Yoga
Die Herrschaft von Königin Seele im vergeistigten körperlichen Reich

TEIL 2: DIE BHAGAVAD-GITA (Übersetzung des Urtextes von Paramahansa Yogananda)

I.	Arjunas Mutlosigkeit	71
II.	Sankhya und Yoga: Kosmische Weisheit und die Methode, die zu ihr führt	78
III.	Karma-Yoga: Der Weg geistigen Handelns	90
IV.	Die höchste Wissenschaft der Gotteserkenntnis	98
V.	Freiheit durch innere Entsagung	105
VI.	Dauerhafte Zuflucht im GEIST durch Yoga-Meditation	111
VII.	Die Natur des GEISTES und der GEIST der Natur	118
VIII.	Das unvergängliche Absolute: jenseits der Zyklen von Schöpfung und Auflösung	123
IX.	Das Königliche Wissen, das Königliche Mysterium	128
X.	Die unendlichen Manifestationen des unmanifestierten GEISTES	133
XI.	Die Vision der Visionen: Der Herr offenbart Seine kosmische Gestalt	139
XII.	Bhakti-Yoga: Vereinigung durch Hingabe	151
XIII.	Das Schlachtfeld und der Kenner des Schlachtfeldes	154
XIV.	Sich über die Gunas erheben	160
XV.	Purushottama: Das Höchste Wesen	164
XVI.	Das Göttliche erfassen und das Dämonische meiden	167
XVII.	Drei Arten des Glaubens	171
XVIII.	»Wahrlich, Ich verspreche dir: du sollst zu Mir gelangen«	175
	Epilog: »Erhebe dich! Vor dir liegt der königliche Weg!«	186
	Über den Verfasser	191
	Register	204

KAPITEL 1

Einführung in den »Gesang des GEISTES«

Die Bhagavad-Gita ist die beliebteste heilige Schrift Indiens, ein Buch der Bücher. Sie kann als das heilige Testament der Hindus, als ihre Bibel bezeichnet werden – als das eine Buch, auf das sich alle Meister berufen, weil sie es als die höchste Quelle sämtlicher geistigen Schriften betrachten. *Bhagavad-Gita* bedeutet »Lied des GEISTES«, göttliche Zwiesprache zwischen Mensch und Schöpfer über die Erkenntnis der Wahrheit – die Lehren, die der GEIST der Seele vermittelt und die immer wieder vorgetragen werden sollten. ...

Das ganze Wissen vom Kosmos ist in die Gita hineingepackt worden. Ihre Sprache ist von solcher Tiefe und Einfachheit und vermittelt gleichzeitig so viele Offenbarungen, so viel Trost und Schönheit, dass alle Bereiche menschlichen und geistigen Strebens mit einbezogen werden; so gewährt sie einem weiten Kreis verschiedener Menschentypen Zuflucht und befriedigt deren Bedürfnisse. Wo sich ein Mensch auf seinem Rückweg zu Gott auch befinden mag, die Gita wird diesen Teil seiner Reise mit ihrem Licht erhellen.

Weisheit aus einem alten, höheren Zeitalter der Zivilisation

Indiens hoch entwickelte Zivilisation wird durch seine Literatur bezeugt, die bis in das glorreiche Goldene Zeitalter zurückreicht. Beginnend mit der nicht mehr zu ermittelnden Vorzeit, in der die Veden entstanden sind, bis zur prachtvollen Entfaltung von Dichtung und Prosa haben die Hindus ihre Zivilisation nicht in Monolithen oder vergänglichen Gebäuden, sondern in einer Architektur ornamentenreicher Schriften hinterlassen, die in der wohl lautenden Sanskritsprache gemeißelt wurden. Schon die Struktur der Bhagavad-Gita – ihre Rhetorik, Alliteration,

Ausdrucksweise, ihr Stil und ihre Klangfülle – zeigt, dass Indien die Stadien materiellen und intellektuellen Wachstums lange hinter sich gelassen und einen Höhepunkt der Geistigkeit erreicht hatte.



Die Strophen der Gita befinden sich im sechsten von achtzehn Büchern, aus denen das große Epos *Mahabharata* besteht. ... Dieses ehrwürdige Epos – vielleicht das längste in der ganzen Welt – erzählt die Geschichte der Nachkommen König Bharatas: der Pandavas und Kauravas. Sie waren Vettern, und ihr Streit um das Königreich war die Ursache des verheerenden Krieges von Kurukshetra. Die Bhagavad-Gita ist ein heiliges Zwiegespräch über Yoga, das angeblich am Vorabend dieses schrecklichen Krieges stattfand, und zwar zwischen Bhagavan Krishna – der ein weltlicher König und zugleich eine Inkarnation Gottes war – und seinem großen Jünger, dem Pandava-Prinzen Arjuna.

Als Verfasser des *Mahabharata*, einschließlich der Gita, gilt von jeher

Die zeitlose Weisheit Indiens

Das Vermächtnis der heiligen Schriften der Hindus zeigt, dass Indiens Zivilisation viel weiter zurückgeht, als die neuzeitlichen westlichen Historiker annehmen. Swami Sri Yukteswar hat in seinem Buch *Die Heilige Wissenschaft* [Los Angeles: *Self-Realization Fellowship*] errechnet, dass das Goldene Zeitalter, in dem Indiens geistige und materielle Zivilisation ihren Höhepunkt erreichte, gegen 6700 v.Chr. endete und schon Jahrtausende davor seine Blütezeit hatte. In der geistigen Literatur Indiens werden viele Generationen von Königen und Weisen erwähnt, die vor der Zeit lebten, deren Ereignisse im *Mahabharata* beschrieben werden. In der Gita selbst beschreibt Krishna den langsamen Niedergang der geistigen Kultur Indiens vom Goldenen Zeitalter bis zu der Epoche, in der er lebte, als das Wissen über den Yoga allmählich verloren ging. »Die meisten Anthropologen nehmen an, dass die Menschheit vor 10 000 Jahren in einem barbarischen Steinzeitalter lebte, und lehnen daher die weitverbreitete Überlieferung, die von einer uralten Kultur in Lemuria, Atlantis, Indien, China, Japan, Ägypten, Mexiko und vielen anderen Ländern berichtet, kurzerhand als ›Mythos‹ ab«, heißt es in der *Autobiographie eines Yogi*. Letzthin haben wissenschaftliche Untersuchungen die in den alten Chroniken enthaltenen Wahrheiten neu zu bewerten begonnen. (*Anmerkung des Herausgebers*)

der erleuchtete Weise Vyasa, dessen Geburtsjahr nicht genau bekannt ist. ... Nach alten Überlieferungen hat Vyasa viele literarische Werke verfasst, hauptsächlich als Bearbeiter der vier Veden, was ihm den Namen Vedavyasa einbrachte; ferner hat er die *Puranas* zusammengestellt – heilige Bücher, die das vedische Wissen durch historische und legendäre Erzählungen über die Avatare, Heiligen, Weisen, Könige und Helden des alten Indiens erläutern. Und er gilt als Autor des Epos *Mahabharata*, das er angeblich ununterbrochen in zweieinhalb Jahren schrieb, und zwar gegen Ende seines Lebens, nachdem er sich in den Himalaja zurückgezogen hatte.

Den Code der yogischen Symbolik in der Gita entschlüsseln

Die heiligen Schriften des Altertums unterscheiden nicht klar zwischen Geschichte und Symbolik; oft verweben sie sogar beides miteinander, wie es der Tradition geistiger Offenbarungen entspricht. Die Propheten pflegten Begebenheiten des täglichen Lebens und Ereignisse ihrer Zeit als Gleichnisse zu benutzen, um subtile geistige Wahrheiten auszudrücken. Der Durchschnittsmensch würde tiefgründige geistige Wahrheiten nicht verstehen, wenn man sie ihm nicht in geläufiger Sprache darböte. Wenn die in den heiligen Schriften erwähnten Propheten oft schwer verständliche Metaphern und Allegorien verwendeten, so nur deshalb, um die tiefsten geistigen Offenbarungen vor unwissenden und geistig unreifen Menschen zu verschleiern. Und so verfasste der Weise Vyasa die Bhagavad-Gita klugerweise in einer Sprache von Gleichnissen, Metaphern und Allegorien, die historische Tatsachen mit psychologischen und geistigen Wahrheiten verwob und damit ein Wortgemälde der stürmischen inneren Kämpfe schuf, die sowohl der materiell gesinnte als auch der geistige Mensch in sich ausfechten muss. Er verbarg in der harten Schale der Symbolik tiefgeistige Deutungen, um sie vor dem verderblichen Einfluss der Unwissenheit im Dunklen Zeitalter zu schützen; denn in dieses sank die Zivilisation langsam hinab, während Sri Krishnas Inkarnation auf Erden zu Ende ging.

Vom historischen Standpunkt aus ist es sehr unwahrscheinlich, dass kurz vor einem solch schrecklichen Krieg, wie er im *Mahabharata* beschrieben wird, Krishna und Arjuna ihre Streitwagen in Kurukshetra auf

ein offenes Feld zwischen die beiden gegnerischen Heere lenkten und sich dort auf ein langes Streitgespräch über Yoga einließen. Gewiss gehen viele der wichtigen Ereignisse und Personen in dem umfangreichen *Mahabharata* auf historische Tatsachen zurück, doch ihre poetische Darstellung im Epos ist so praktisch und sinnvoll (und im Teil der Bhagavad-Gita erstaunlich kurz zusammengefasst), weil sie hauptsächlich dem Zweck dienen soll, den Kern des *Sanatana-Dharma*, der Ewigen Religion Indiens, zu erläutern.

Wer die heiligen Schriften auslegt, darf also nicht die historischen Tatsachen ignorieren, in welche die Wahrheit eingebettet liegt. Er muss zwischen der üblichen Beschreibung einer sittlichen Lehre oder eines geistigen Phänomens und dem tieferen esoterischen Gehalt unterscheiden können. Er muss die Berührungspunkte zwischen physischen Erläuterungen und geistigen Lehren erkennen, ohne gewaltsam zu versuchen, in allem und jedem eine verborgene Bedeutung zu sehen. Er muss die Hinweise und Erklärungen des Autors intuitiv erfassen und darf niemals irgendwelche Bedeutungen hineinlegen, die nicht beabsichtigt waren; das heißt, er darf sich nicht von seiner Begeisterung und Einbildungskraft hinreißen lassen, aus jedem Wort und jeder Aussage eine geistige Bedeutung herauszupressen.

Man versteht die heiligen Schriften am besten durch Intuition, indem man sich innerlich auf die Wahrheit einstellt. ... Durch die Hilfe eines in Gott erwachten Gurus lernt man, den Nussknacker intuitiver Wahrnehmung zu gebrauchen und die harte Schale der Sprache und der Doppeldeutigkeit aufzubrechen, um an den Kern der Wahrheit zu gelangen, der sich in den Aussagen der heiligen Schriften verbirgt.

Mein Guru Swami Sri Yukteswar erlaubte mir nie, irgendeine Strophe der Bhagavad-Gita (oder aus den Aphorismen des Patanjali, des größten Yoga-Interpreten Indiens) aus rein theoretischem Interesse zu lesen. Der Meister ließ mich über die Wahrheit der heiligen Schriften meditieren, bis ich eins mit ihr wurde; dann pflegte er mit mir darüber zu sprechen. ... Auf diese Weise gab mir der Meister während jener wertvollen Jahre, die ich in seiner Gegenwart verbringen durfte, den Schlüssel, der mir den Zugang zum Geheimnis der heiligen Schriften öffnete.



Die Erzählung des *Mahabharata* beginnt drei Generationen vor Krishna und Arjuna, als König Shantanu regierte. ...

Die genealogische Herkunft der Kurus und Pandus von Shantanu verläuft analog zum stufenweisen Abstieg des Universums und des Menschen aus dem GEIST in die Materie. Das Zwiegespräch der Gita behandelt die Methode, durch die man diesen Abstieg in einen Aufstieg verwandeln kann, so dass der Mensch aus dem begrenzten Bewusstsein, ein sterbliches Wesen zu sein, wieder zum unsterblichen Bewusstsein seines wahren SELBST, seiner Seele, erwacht und sich mit dem unendlichen GEIST vereinigt.

Die Geschlechter-Folge ist in [*Gott spricht mit Arjuna – Die Bhagavad-Gita*] in Form eines Stammbaums graphisch dargestellt und erklärt die geistige Bedeutung der verschiedenen Charaktere, so wie Lahiri Mahasaya sie uns hinterlassen hat. Diese esoterische Deutung ist nicht willkürlich. Will man den inneren Sinn der Wörter und Namen erklären, so findet man nach eifrigem Suchen den wichtigsten Schlüssel dafür in den ursprünglichen Sanskritwurzeln. Grobe Fehler werden in der Definition von Sanskritbegriffen gemacht, wenn man nicht die intuitive Fähigkeit besitzt, die richtige Wurzel ausfindig zu machen und den korrekten Sinn aus dieser Wurzel herauszulesen – so wie das Wort zur Zeit seiner Entstehung gebraucht wurde. Wenn die richtige Grundlage da ist, kann man auch einen Sinn aus den verschiedenen Quellen herauslesen, die sich sowohl auf die allgemeine Bedeutung der Wörter als auch auf ihren speziellen Gebrauch beziehen und so eine überzeugende Gedankenverbindung herstellen.

Bemerkenswert ist es, wie der Autor dieser herrlichen Bhagavad-Gita jede psychologische Neigung oder Fähigkeit sowie viele metaphysische Grundsätze mit einem passenden Namen versehen hat. Und wie wunderschön ist jedes Wort! Jedes entspringt einer Sanskritwurzel! Viele Seiten an Erläuterungen brauchte man, um voll und ganz in das Sanskrit einzutauchen, das den Metaphern zugrunde liegt. ...

Nachdem der Leser die Kommentare zu den Anfangsstrophen im ersten Kapitel aufmerksam durchgelesen hat, wird er feststellen, dass der geschichtliche Hintergrund einer Schlacht und der beiden Kriegsparteien