

Die Bhagavad Gita – kein Aufruf zum Krieg sondern ein Aufruf zu innerer Wandlung - Teil 1

Von Andreas Buhr Yogalehrer BDY/EYU

Die Gita, ein Text, der uns an Wendepunkten unseres Lebens begleiten kann, uns etwas über die Mehrdimensionalität des Lebens lehrt und uns mit den eigenen Widersprüchlichkeiten konfrontiert. Ein Werk, das von Humboldt als das schönste Gedicht der ihm bekannten Literatur bezeichnet wurde, das Thoreau las, der in „Walden“ zu einem naturnahen und achtsamen Leben aufrief, aber auch ein Werk, das von Himmler in seinen Reden missbräuchlich interpretiert und im Sinne der Nationalsozialistischen Propaganda umgedeutet wurde. Viele Kommentatoren verstehen seinen Inhalt als Analogie, mit Symbolcharakter, manche berufen sich auf den tatsächlichen historischen Kontext.

Bei so viel scheinbarer Widersprüchlichkeit entsteht die Frage, was steckt hinter der vordergründigen Geschichte, die in der Gita erzählt wird und was könnte die oder eine Botschaft der Gita für uns sein?

Mir begegnete die Gita als junger Mann, als ich zum ersten Mal in Indien war und eine deutsche Ausgabe mit einem Kommentar von Bede Griffiths las. Ich wurde von ihrer Eindringlichkeit, Schönheit und Tiefe in meinem Innersten berührt. In ihr las ich Fragen, die mich bewegten und hörte Antworten die mir damals neu aber auch irgendwie vertraut erschienen. Vor allem zeigte ihre Botschaft eine unmittelbare Wirkung in mir. Sie wies mich auf innere Widersprüche und Unvereinbarkeiten hin. In Kapitel II Vers 47 las ich „Du bist zuständig allein für das Tun, niemals aber für die Früchte des Handelns. Dein Motiv soll nie die Frucht des Handelns sein, haften aber auch nicht an der Vorstellung vom Nicht-Handeln an.“^{vi} Was für ein grandioser Leitsatz für einen jungen Mann voller Ideale. Schon kurz nach dem Lesen dieser Textstelle wurde ich mit meinen Idealen und Motiven konfrontiert. Wie sollte ich mit der mir begegnenden Armut in den Städten Indiens umgehen währenddessen ich, fasziniert von der Fülle und Reichhaltigkeit, die mir als Tourist in den Geschäften begegnete, kaufen konnte wonach mir war? Was bewog mich Almosen zu geben? Wollte ich mein Gewissen beruhigen, wollte ich mich „frei kaufen“, wollte ich meine Ruhe haben, wollte ich mich - unbewusst überheblich - besser fühlen? Wollte ich das Gefühl haben, etwas Gutes zu tun, die Welt zu einem besseren Ort zu machen, etwas bewirken zu können? Ich wurde mit den Motiven und Früchten meines Handelns konfrontiert und damit auf direktem Wege mit meinen eigenen inneren Widersprüchen und Selbstlügen. Diese Konfrontation war für mich ein Wendepunkt in meinem Leben und der Beginn einer inneren Reise mit der Bhagavad Gita. Ich begann die Gita zu „studieren“, mit ihr zu praktizieren und später in meinen Seminaren zu lehren.

Auf meiner eigenen Forschungsreise begegnete mir der Kommentar Sri Aurobindos „Essays über die Gita“. Im Kapitel „Die Botschaft der Gita“ schreibt er: „ Es gibt ein inneres Gesetz und einen inneren Zweck aller Dinge, abhängig von der höchsten Natur des Selbsts wie auch von seiner manifestierten Natur. Dort liegt die wahre Wahrheit des Wirkens. In den äußeren Erscheinungen des Mentals und seines Wirkens kann sie nur beiläufig, unvollkommen und durch die Unwissenheit verkleidet dargestellt werden. Darum ist es höchstes, fehlerloses und umfassendstes Gesetz des Handelns, die Wahrheit unseres eigenen höchsten und innersten Daseins herauszufinden und in ihr zu leben.“^{vii}

Die Gita möchte uns offensichtlich eindringlich zu einem inneren Wandel auffordern. Schon zu Beginn hören wir wie Krishna eindringlich zu Arjuna in Kap. II, V 2 spricht: „Warum überkommst dich, Arjuna, solche Verzweiflung in einem schlechten Moment, dem Edlen nicht ziemlich, kein Weg in den Himmel und Grund zur Schande?“ⁱⁱⁱ Was war passiert? Arjuna muss sich einem Erbfolgekonflikt stellen, der ihn und seine Brüder nach etlichen Bemühungen um eine friedliche Lösung an den Beginn eines Krieges geführt hat. Er ist aufgefordert für das Recht seines und seiner Brüder Erbe einzustehen und dafür gegen seine Verwandten und Lehrer zu kämpfen. Dieser Konflikt fordert von ihm, sich seinen Werten, Vorstellungen, Gefühlen und Pflichten zu stellen und sich neu auszurichten. Viele Kommentatoren so z.B. Ghandi, Bede Griffiths oder auch Sri Aurobindo sehen diesen Konflikt als eine Metapher für einen inneren Konflikt. Einen Konflikt zwischen vertrauten Meinungen und Einstellungen (die auf vergangenen Erfahrungen basieren), Gewohnheiten, Begierden, Mustern und Sinnestäuschung. Ein innerer Krieg von in uns widerstrebender Stimmen und Anteilen. Ein innerer Konflikt, der uns an eine Kreuzung, an einen inneren Wendepunkt führt. Der eine Entscheidung von uns einfordert, uns nicht weiter von längst abgelaufenen Denk- und Gefühlsmustern lenken zu lassen, sondern uns auf unsere höchste innere Wahrheit, unser eigentliches Wesensinnere, auszurichten. An dieser Wegkreuzung können wir erkennen, dass uns unser Mental, unser Denken und die damit verbundene Weltsicht nur bis zu einem bestimmten Punkt in unserem Leben hilfreich sein kann, uns aber ein Hindernis darstellt, wenn es darum geht in Kontakt mit unserem wahren Wesen (und der Frage: „wer bin ich in meiner Einzigartigkeit WIRKLICH?“) zu kommen. Dies können wir auch in der Übersetzung Sri Aurobindos in folgendem Vers lesen. „... nicht vom Himmel hernieder ist diese Stimmung zu dir gekommen, und sie kann dich auch nicht empor zum Himmel tragen...“^{iv} Diese Stimmung ist das Ergebnis unseres Festhaltens an der nach Außen gerichteten Perspektive unseres Alltagsbewusstseins. Wie getrieben sucht dieser Teil von uns nach Anerkennung, Bestätigung, Zugehörigkeit und unreflektierter Befriedigung von Sinnen. Wie oft steht die Angst vor Konflikten wichtigen, wegweisenden und lebensverändernden Entscheidungen im Wege? Wie oft passen wir uns an und verlieren dabei den Kontakt zu unserem Innersten? Wie oft leben wir unreflektiert unsere Wünsche aus ohne zu hinterfragen, ob sie dem Leben dienen? Die Gita ruft uns dazu auf, uns von dem ausschließlich nach Außen gerichteten Blick zurückzuziehen und der eigenen inneren Wahrheit anzuvertrauen, um uns statt dessen von dort führen zu lassen. Leicht gesagt und doch so unendlich schwierig. Unser Handeln wird von unserer Ausrichtung bestimmt. Nähren wir das „Ich-hafte“ Bestreben, die Ausrichtung auf den ahamkara – den Ich-Macher und seine Instrumente – oder richten wir unser Sein und Handeln auf den Höchsten inneren Anteil in uns aus?

Eine erste wesentliche Voraussetzung um diesen Weg des Wandels zu begehen lesen wir im Kap. 1 Vers 24,25 „ So angeredet von Gudakesha ..., brachte Hrishikesha jenen besten der Streitwagen zwischen den beiden Heeren zum Stehen, gegenüber von Bhisma, Drona und all den Fürsten der Erde, und sprach: ` **Schau hin**, o Partha, auf diese versammelten Kurus!`“^v Schau hin! Das ist eine der ersten Botschaften der Gita. Es könnte wie eine persönliche Botschaft gedeutet werden: Weiche nicht aus, lenke Dich nicht ab und zerstreue Dich nicht. Stelle und öffne Dich deinen Themen, Deinen Ängsten, Deinen Widersprüchen. Dich von ihnen abzulenken, darauf zu hoffen, dass sich die Dinge schon von alleine regeln, wird dich nicht weiter bringen. Genau auf dieser Wegkreuzung auf der du stehst, halte inne und setze dich ernsthaft und aufrichtig mit dir selber auseinander. Aber nicht auf die dir gewohnte

Weise des Denkens und Fühlens, sondern auf eine vollkommen neue Art. In einem kleinen, aber wichtigen Nebensatz lesen wir im Kap. II V 9 „Gudakesha, der Schrecken seiner Feinde, der so zu Hrishikesha geredet hatte, sagte noch: `Ich will nicht kämpfen! ` **Dann schwieg er.**“ Wenn wir unserem Innersten begegnen wollen, dann braucht es die Fähigkeit des Innehaltens, des Schweigens, des „nicht-eingreifenden-Gewahrseins“. Auf diesem Weg nach Innen werden wir, wie auch Arjuna, altbekannten „Verwandten“ in Form von („geerbten“, übernommenen und internalisierten) Gedanken, Emotionen, Begehren und Körperempfindungen begegnen. Diesem inneren Sturm gilt es zu begegnen und daraus im alltäglichen Leben entsprechende integrierende Schlüsse zu ziehen und gleichzeitig immer weiter dem Unbekannten in uns zu „lauschen und zu spüren“. Ausgehend von der Frage: Was ist JETZT WIRKLICH!

Im reinen Denken und in unseren Emotionen können wir die Widersprüche des Lebens nicht lösen. Dort drehen sich die Themen und Konflikte im Kreis und wir können die um unsere Wahrheit wissende Stimme nicht vernehmen. Kap. II V 66 – 68 „Für den, der nicht im Yoga gegründet ist, gibt es keine Einsicht und keine Konzentration des Denkens. Ohne Konzentration gibt es für ihn keinen Frieden. Wie kann der Friedlose glücklich sein? Schweifende Sinne, denen das Bewusstsein folgt, reißen den Verstand mit sich fort, so wie die Winde ein Schiff auf See mit sich forttragen. Darum, o Starkarmiger, ruht bei demjenigen, der bis zum äußersten die Erregung der Sinne durch deren Gegenstände gezügelt hat, die Einsicht fest gegründet in der ruhigen Erkenntnis des Selbst.“^{vi} In diesen Versen wird deutlich, dass der Weg, den die Gita vorschlägt uns alles abverlangt. Es geht um nichts weniger, als in Kontakt mit dem eigenen höchsten Selbst zu treten und von dort die Wandlung einzuleiten, sodass wir aus einer inneren Führung, so lesen wir später, den eigenen Lebensweg, die eigene Lebensaufgabe schrittweise entdecken und zunehmend leben.

Zu Beginn zeigt die Gita auf, wie sehr wir uns durch unsere Außenperspektive anpassen und was geschieht, wenn wir von unserer tiefsten innersten Wahrheit abweichen. Der Konflikt ist unvermeidlich, gerade deshalb, da sich unsere vertraute Außenperspektive wie eine zweite Haut anfühlt. Unsere Anpassungsprozesse haben uns vergessen lassen, dass unsere derzeitige Art und Weise das Leben zu sehen in großen Teilen nichts anderes ist als unsere Antwort auf unsere frühere Umgebung, mit all dem was uns vermittelt wurde, wir gelernt und unreflektiert übernommen haben. Hier gilt es sich einem inneren Transformationsprozess zu überlassen, sich zu „häuten“, so dass unser wahres Wesen ganz allmählich zum Vorschein kommen kann. Johannes Tauler, ein christlicher Mystiker benennt es in einem seiner Verse so beschreibend: „Wenn der Mensch in der Übung der inneren Einkehr steht, hat das menschliche Ich für sich selbst nichts. Das Ich hätte gerne etwas, und es wüsste gerne etwas und es wollte gerne etwas. Bis dieses dreifache „etwas“ in ihm stirbt, kommt es dem Menschen gar sauer an. Das geht nicht an einem Tag und auch nicht in kurzer Zeit. Man muss dabei aushalten, dann wird es zulässt leicht und lustvoll.“ Ein wichtiger Schritt dabei ist, sich in seinem Leben auf sattvische Qualitäten auszurichten und durch eine sattvische Lebensweise in seinem Denken, Fühlen und Erfassen klarer zu werden.

Dieser Weg der Wandlung, wie er in der Gita beschrieben wird, führt uns von unserer Außenorientierung hin zu unserer einzigartigen inneren Wahrheit, zu unserem innersten Wesen. Die Gita nennt dies unser svabhava. Dieses svabhava zeigt sich in unserem äußeren Leben, in unserem svadharma, aus. Jeder Mensch besitzt in seinem Innersten etwas ihm ganz Eigenes. Eine eingeborene Macht des Seins, eine ihm entsprechende Note, eine ihm entsprechenden Wesensart. Diese drückt sich in vielen Menschen bereits in winzigen, aber deutlich erkennbaren Anteilen trotz des Alltagsbewusstseins aus. Es sucht sich seinen Weg durch all die Widerstände unserer Muster und Gewohnheiten hindurch. Und doch ist der innere Fluss oftmals blockiert, wir zweifeln und hadern, sind ohne Vertrauen und leiden an einem nicht wirklich gelebten Leben. Wir kämpfen mit uns selber, mit dem wer wir eigentlich sind. Solange wir nicht bewusst unser svadharma, unsere Lebensaufgabe, zum Ausdruck bringen, diese sozusagen nicht bewusst in „Besitz“ nehmen, ist sie verzerrt und entspricht nicht der tiefen Wahrheit in uns. Wir sind dann unzufrieden und stehen nicht in unserer vollen Kraft. Gerade deshalb werden wir immer wieder, wie auch Arjuna, an Kreuzungspunkte geführt, um inne zu halten, um unserem Innersten zu begegnen und zu überprüfen, ob wir noch im Einklang mit unserem svabhava, mit uns(erem) SELBST, leben.

Seiner eigenen Wesensnatur und Lebensaufgabe im Innersten zu begegnen und dieser im Leben Ausdruck zu geben, das ist laut der Gita unsere eigentliche Aufgabe und bedeutet, seinen Platz und sein Wesen zu kennen und sein Wesen und die damit verbundene Aufgabe anzunehmen – sie in Besitz zu nehmen! An Wendepunkten des Lebens nicht zu verharren, sondern gesammelt dem nächsten Schritt zu lauschen und ihn dann mutig und aus innerer Führung (ggf unterstützt von einer entsprechenden LehrerInnen-Begleitung) zu gehen. Dabei dient dies nicht einer narzistischen Icherhöhung, sondern muss eingebettet sein in ein größeres Wesensgesetz, dem sogenannten lokasamgraha. „Allein durch Handeln haben Könige wie Janaka Vollkommenheit erlangt. Indem du nur die Harmonie der Welt im Auge hast, sollst also auch du handeln.“ Kap. III, V 20^{vii}

Dieses „Gesetz der Liebe“ wird Gegenstand eines weiteren Artikels sein.

ⁱ Bede Griffiths, Bhagavad Gita, Kösel, 1993, S.55

ⁱⁱ Sri Aurobindo, Essays über die Gita, Verlag Hinder + Deelmann, 1977, S. 559

ⁱⁱⁱ Bede Griffiths, Bhagavad Gita, Kösel, 1993, S.33

^{iv} Sri Aurobindo, Bhagavadgita, Verlag Hinder + Deelmann 2005, S. 13

^v ebenda S. 10

^{vi} ebenda S. 22

^{vii} Bede Griffiths, Bhagavad Gita, Kösel, 1993, S.55