



ananda-dham.com
radhe.ch



Liebevolle Einladung an den eigenen Tod

Freiwillig angenommene Todesnähe
als das Fundament eines erfüllten Lebens

Krishna Chandra

INHALT

Einleitung	<i>Seite 8</i>
Eintreten in die umfassende Gegenwart des Todes – Heilung der Todes-Leugnung	<i>Seite 21</i>
Weg des Verlustes	<i>Seite 41</i>
Allgegenwart des Todes	<i>Seite 63</i>
Scheinpermanenz	<i>Seite 75</i>
Was ist der Tod?	<i>Seite 87</i>
Warum gibt es den Tod?	<i>Seite 97</i>
Schmerzen und Leiden	<i>Seite 109</i>
Begegnung mit dem Tod	<i>Seite 137</i>
Orpheus und Eurydike	<i>Seite 161</i>
Naciketa – Eine Erzählung aus der Katha Upanishad	<i>Seite 166</i>
Gedankenanstöße zur Reflexion	<i>Seite 177</i>
Verse zur Reflexion über den Tod	<i>Seite 259</i>

Der eigene Tod	<i>Seite 275</i>
Vollkommener Tod	<i>Seite 307</i>
Nachgedanken	<i>Seite 320</i>
 <i>Anhang:</i>	
Krank-sein – über die innere Auseinandersetzung mit unserem körperlichen Zerfall	<i>Seite 333</i>
 Dank (Impressum)	 <i>Seite 366</i>



„Nicht die Rose nur allein,

Ich schenke dir

den ganzen Garten!“

Einleitung

Stell dir vor, du lässt beim Arzt eine Generaluntersuchung machen und dieser verkündet dir eine erschreckende Diagnose. Du hast dir ein Virus eingefangen, das bereits alle Menschen infiziert hat und ausnahmslos alle töten wird.

Das Virus mutiert so häufig, dass der Krankheitsverlauf völlig unvorhersehbar ist. Vielleicht wirst du jahre- oder jahrzehntelang dahinsiechen; vielleicht tötet dich das Virus auch bereits in der kommenden Minute.

Es kann Herzinfarkt hervorrufen, Schlaganfall, unzählige Formen von Krebs, Demenz... tatsächlich scheinen im Endstadium alle Krankheiten möglich zu sein.

Keinerlei Prävention, keine Diät, kein Gesundheitsplan und keine strenge Bettruhe wird dir helfen können. Impfungen sind gänzlich unmöglich und keinerlei Therapie ist absehbar.

Du musst davon ausgehen, dass, selbst wenn du dein Leben auf keinen anderen Zweck mehr ausrichtest als das Virus in Schach zu halten, du dennoch sterben wirst.

Sicher würden die meisten eine solche Diagnose tatsächlich als schlechte Neuigkeit empfinden. Doch eigentlich ist es keine Neuigkeit.

Entspricht die Unausweichlichkeit und Unvermeidbarkeit des Todes nicht genau dieser Prognose?

*Morgens ging ich in den Garten, eine Rose mir zu pflücken
Heimlich und in Furcht, der Gärtner könnte mich dabei
erblicken*

Doch es waren seine Worte köstlich über mein Erwarten:

„Nicht die Rose nur allein,

Ich schenke dir den ganzen Garten!“

Rumi

Das ist die wundersame Überraschung auf dem inneren Weg: Die Erfahrung zu machen, in einer Welt zu leben, deren Urheber es weit über unsere Vorstellung hinaus gut mit uns meint.

Dieses Erleben schenkt das Grundvertrauen, sich freudvoll einem Abbauprozess der äusseren Persönlichkeit auszusetzen, was sonst jedes Ich als gigantische Anmassung empfinden würde.

*

Ich hatte die Ehre, am Sterbebett vieler Menschen anwesend zu sein; bei Jungen und Alten, Müttern und Vätern kleiner Kinder, bei Mönchen und Familieneingebetteten. Schon ganz zu Beginn meines Ashramlebens bin ich häufig gerufen worden, Sterbende in diesem Prozess zu begleiten. Dieser tiefe Ernst

und die fast heilige Achtung in solchen Momenten waren für mich eine ganz wichtige Initiationserfahrung.

Sie haben mir den Zugang zur inneren Dringlichkeit geschenkt.

Wir sind ja allesamt verlassene Geschöpfe, die von allen Seiten nur Bedrohungen und Gefahr ausgesetzt sind – auch dann, wenn die Schicht der Zivilisation und der Gedanke an Freunde, Familie und Partner, die einen grossen emotionalen Sog entwickeln können, diese Einsicht zeitweilig vertuschen können.

Diese Scheingeborgenheit ist eine verkappte und unwillige Form der Abwehr von dem Tod.

Doch die Bereitschaft, den Tod wirklich einzuladen, wird alles verändern. Diesem dankbaren und freudvollen Hinzugehen auf den Tod wohnt eine Liebe inne, die nie wieder mit den Verhaftungsformen, die sich als Liebe präsentierten, verwechselt werden kann.

*

In der Auseinandersetzung mit dem Tod, mit der Wahrheit, mit Gott, dreht es sich nicht mehr um „meine Bedingungen“.

Es dreht sich nun nicht mehr um ‚Ich‘, der oder die sagt, wie es zu verlaufen habe. Das ‚Ich‘ kann darin nun wirklich nicht mehr seine Bedingungen stellen.

Man will festlegen, was nun noch zumutbar ist; die Dosis des Sterbeprozesses selber bestimmen. Es sind Versuche, die

Kontrolle gewinnen zu wollen über einen Prozess, der seinem Wesen nach unkontrollierbar ist.

Ist man sich schon bewusst geworden, wie sehr man genau in diesem sinnlosen Versuch, Eigenbedingungen stellen zu wollen, eigentlich leidet?

Das Aufgeben des Todeswiderstandes erzeugt einen ganz neuen Erlebnisraum.

*

Der Tod ist der Moment, in dem alle Haltungen, die man im Leben aufrecht erhalten hat, daraufhin überprüft werden, ob sie der Realität auch angemessen sind.

kriyatam yadi kuto `pi labhyate

Rupa Goswami, Padyavali, Vers 14

„Bin ich bereit, wirklich jeden Preis zu bezahlen für diesen Weg zu Radha-Krishna?“

Das, was ich nicht verlieren möchte, ist der Preis, den ich nicht zu zahlen bereit bin.

Auf der materiellen, äusserlichen Ebene alles herzugeben ist ja noch das Einfachste.

Der Geist ist der Referenzpunkt zur äusseren Welt hin, welcher die Abgegrenztheit und die kleine Eigenheit aufrechterhält. Gerade diesen Punkt gilt es zu überschreiten.

Wenn man mit einer solchen Einladung konfrontiert wird, nehmen die Zahlungsbereitschaft und der eigene Einsatz bereits merklich ab.

Die Frage, die immer vor uns leuchtet, ist: „Welchen Preis bin ich zu zahlen bereit?“

Wenn aus tiefstem Herzen nicht: „Alles!“ als Antwort kommt, heisst das, dass man sich mit Vorläufigem abspeisen lassen möchte.

Die Zunahme der Risikobereitschaft ist Annäherung, denn es geht um einen vollkommenen Einsatz. Alles andere ist nur das jämmerliche Aushandeln von Schonfristen und Umzäunungen, in denen sich die alte Persönlichkeitsstruktur noch auskennt.

Diesen Verhandlungs-Marathon darf man aber nicht mit dem inneren Weg gleichsetzen.

Wenn man denkt: „Jetzt geht es um Leben und Tod“, hat man von der Intensität her vielleicht erst einmal die Vorhalle betreten.

Es geht um viel mehr. Es geht um Radha und Krishna.

*sa hanis tan mahat chidram
sa mohah sa ca vibhramah
yan-muhurtam kshanam vapi
vasudevam na cintayet*

„Es gibt keinen grösseren Fehler, den man begehen könnte, keine grössere Täuschung, keine grössere Anomalie und

keinen grösseren Verlust, als nur einen einzigen Augenblick nicht an Vasudeva, Sri Krishna, zu denken.“

Vishnu Purana

Dies ist die brennende Dringlichkeit, die ein Pilger zur Wahrheit hin in sich tragen darf.

*

Ich sitze auf einer ganz kleinen Kugel, auf einem Staubkörnchen irgendwo in der Milchstrasse, und umkreise darauf die Sonne.

Wenn man sich dies einmal bewusstwerden lässt und entspannt sitzt, fällt einem auf, dass seltsamerweise alles, worauf man sein Bewusstsein richtet, in Wandlung und konstanter Veränderung ist. Der Fluss von Gedanken, die Gefühle, die Wahrnehmungen der Aussenwelt, die Empfindungen des Körpers, die Erlebnisse im Umgang mit dieser Wandelwelt...

Nicht nur ist das alles ständig in Veränderung, sondern man bemerkt auch, dass all dies nicht von mir allein regierbar und kontrollierbar ist.

Denn den Versuch, ständig Einfluss und Lenkung auf die vor mir fluktuierende und oszillierende Welt haben zu wollen, erkennt das erwachende Bewusstsein als Leidensquelle.

Wir sind hier umgeben vom Fluss der Erfahrungen, die sich vor unseren Augen entfalten. Das stille Bezeugen derer schafft erst die Würde der geheimnisvollen menschlichen Inkarnation.

Dann taucht mitten in aller Veränderlichkeit nicht nur Gemütsruhe und Gelassenheit, sondern sogar Sammlung auf Radha-Krishna in uns auf.

Das Srimad Bhagavatam nennt das Phänomen, Bewusstseinsenergie für die Kommentierung des Vorbeiziehenden aufzuwenden, die grösste Zeitverschwendung im menschlichen Dasein.

Aus der Sterbebett-Perspektive, aus der Sichtweise, dass dieses Leben nur ein kurzer Bühnenauftritt ist, sieht vieles so anders aus. Erstaunlicherweise hat diese Perspektive für mich in meinem Dasein einen tieferen Wert geschenkt. Die extreme Begrenztheit unserer Lebenserfahrung macht sie dermassen wertvoll. Das Annehmen der effektiven Zerbrechlichkeit allen Lebens führte mich in ein vor Intensität pochendes Lebensgrundgefühl, wofür ich einfach nur dankbar bin.

Das Sterben, das man bereits in das jetzige Leben hineinverlegt, habe ich bereits als viel tiefergehende Heilung empfunden als jegliche körperliche Heilung. Denn es geht dabei nicht mehr um Linderung eines unangenehmen Zustandes, sondern um die Freiheit selbst.

Als ich aus einer solchen Berührtheit heraus dann natürlicherweise auch oft das Thema der eigenen Sterblichkeit in meiner sozialen Umgebung ansprach, da bemerkte ich erst, mit welcher Wucht sich die meisten Menschen dem Sterben entgegenstellen. Die Angst vor dem Tod ist so stark, dass man ihn sogar noch verleugnen will, nachdem er

eingetreten ist: Man schminkt die Toten und kleidet sie noch schön ein, bevor man sie beerdigt.

So habe ich die Sterbenden immer ermutigt, nun nicht auch noch die Sterbens-Angst der Umgebung mittragen zu müssen. Da es wirklich um das Sterben geht, musste ich die vor mir liegenden sterbenden Menschen erst einmal entflechten von Genesungshoffnung und auch der bewusstseinsverstopfenden Auseinandersetzung mit Träumen von Heilungsmöglichkeiten.

Dieser wesentliche Prozess kann erst in der totalen Ernüchterung gegenüber jedem Heilungswunsch einsetzen.

Ich sagte ihnen dann oft, dass mich die Chronologie des Aussetzens ihrer Organe und körperlichen Funktionsmöglichkeiten an diesem Punkt überhaupt nicht mehr interessiere. Denn man könnte die kurze, kostbare, einem verbleibende Zeit gänzlich mit solchen sinnlosen Gesprächen füllen.

In all den Sterbebegleitungen in der westlichen Welt habe ich nur ganz wenige Menschen erlebt, die wirklich bereit waren, zu sterben. Denn um sie herum zogen all die Dinge, die sie noch nicht erledigt oder erlebt hatten. Auch die Trauer über das erstaunliche Mass an Selbstbetrug, den man sich in der lebenslangen Sterbeverdrängung leistete und die Leere des materiellen, gesellschaftlichen Status waren regelmässige Gesprächsthemen. Ein anderes waren all die Jahre, in denen man sich Sorgen um unwichtige Dinge gemacht hat. Zudem gab es noch viele Sterbende, die so des Lebens überdrüssig waren, dass sie einfach nur noch weg wollten aus der

schwerfälligen Erfahrung dieses Lebens. Da erfuhr ich sehr klar, wie die morbide Sterbesehnsucht auch nicht einen Pfad in die Lebendigkeit darstellt oder nur schon in ein leichteres Sterben hineinführt.

Für mich waren diese Begleitungen ein praktischer Anschauungsunterricht, inwiefern eigentlich Leben gelingt. Dadurch, dass ich so oft vom Tod umgeben war, stellte sich in mir eine seltsame Gemütsruhe ein. Aus dieser kam mir vieles sehr unreal vor, was man in der Welt erlebte: Viele Ambitionen und kindliche Erfahrungswünsche lösten sich in dieser Nachdenklichkeit auf. Die gedankenlose Unruhe ins Nichts hat schon etwas Absurdes. Es gibt ein indisches Sprichwort, an das ich öfters dachte: „Dein Kopf steckt schon im Maul des Tigers“.

Vor einiger Zeit las ich einen Artikel von einem Journalisten, in dem er sein im Vorfeld bereits abgemachtes Treffen mit einem Heiligen in Indien beschrieb. Er musste lange warten, um einen Termin bei ihm zu bekommen und weit reisen, um zu ihm zu kommen. Als er sich allerdings seinem Haus näherte, überkam ihn eine tiefe Angst und er drehte sich um und ging wieder zurück in seine Heimat. Er war sich klar darüber geworden, dass sein Leben nach diesem Treffen nicht mehr dasselbe sein würde und dass er für eine grundsätzliche Veränderung von solchem Ausmass nicht bereit war.

Seine Aufrichtigkeit hat mich ebenso gerührt wie seine Präsenz im Augenblick, die ihn dazu brachte, sich seiner Wahrheit entsprechend zu verhalten.

Vielleicht bedarf es im anfänglichen Sterbeprozess erst einmal, sich seiner Angst vor dem Tod als bewusste Emotion gewahr zu werden.

Selbst für viele, die sich bereits auf dem inneren Pfad befinden, ist alles, was sie bisher gelernt haben, im Angesicht des Todes ziemlich unbrauchbar. Die Meditationstechniken erscheinen dann plötzlich weit weg und oft auch nicht mehr unterstützend. Der vermeintliche spirituelle Fortschritt war ein Fuchteln mit einem Papierschwert – und hat angesichts der Dramatik des eigenen Sterbens die Anwendbarkeit verloren.

Auch die Illusion des Glaubens, doch nun bereits wesentliche Schritte aus der Verwirrtheit gegangen zu sein, kann in der effektiven Todesnähe zerschlagen werden. Das ist doch enorm heilend.

Als ich Fakir Mohan Prabhu, einen ganz erstaunlichen Sadhu aus Orissa, auf unseren gemeinsamen Reisen in Indien auf seinen eigenen Tod ansprach, sagte er mir: „Sterben tut man – es geschieht nicht.“

Das Verb ‚töten‘ existiert auch im Passiv, aber ‚sterben‘ gibt es nur als aktive Form.

*

Wie kann ein Mensch, der einen Grossteil seiner Kraft darauf verwendet, sich den Tod, also auch den Abschied und

das Loslassen von geliebten Menschen, vom Leib zu halten, jemals in eine Intimität mit dem Tod treten?

An der Art und Weise, wie man beim Verlust von geliebten Menschen reagiert, ist unsere eigene Beziehung zum Tod, also zum letztlichen Abschied, ablesbar.

In jede Beziehung darf man den Tod miteinladen.

Die höhere Oktave der Liebschaft ist die Weggefährtschaft.

Der Tod ist in jedem einzelnen Augenblick eingeladen. Wenn diese Einladung ausgeblendet wird, ist Angst die Folge. Angst zu verlieren, Angst verlassen zu werden, Angst, unterzugehen, Angst vernachlässigt zu werden...

Der konsequent beschrittene innere Weg lehrt einen die tiefe und aufrichtige Zuneigung zu anderen Mitgeschöpfen im Gewahrsein des Todes. Der Tod ist praktisch der Regulator, welcher auch den Liebesaustausch mit den Mitmenschen gesund hält und vor dieser persönlichen Verhaftung bewahrt, die unserem ewigen und glückseligen Wesen als Seele eigentlich zutiefst widerspricht.

*

Und schließlich:

Jede psychische Transformation ist immer auch ein Todesprozess.

Die Festigkeit des Schutzwalls, den wir ein Leben lang aufbauen, dient dazu, eine Konstanz und Kontrolle zu

bewahren, welche es ja gar nicht gibt, und erst im Verzicht auf diese Mauer werden gleichzeitig auch viele unnötige emotionale Zustände geheilt.

Die Kraft wird nun nicht mehr ins Verstecken, Verhüllen, Verhindern, Verbergen investiert, sondern in Entdecken, Enthüllen, Entwickeln, Entlarven. Die Entwicklung vom *Ver-* zum *Ent-* ist die psychische Transformation, die notwendig wird, wenn man wirklich eine Ahnung von der Seele erhält.

*

Diese Sterbereflexionen dürfen dir vielleicht als eine kleine philosophische Begleitung auf deinem eigenen Sterbeweg dienen. In unserer Gesellschaft haben wir erstaunliche Möglichkeiten entwickelt, den Tod ein wenig hinauszuzögern. Das nennen wir dann medizinischen Fortschritt.

Nur ganz wenige Menschen verstehen ihren Auftritt auf der Lebensbühne als eine konkrete Schulung zum Sterben hin.

In der Natur gilt der erste Hauptsatz der Thermodynamik: „Energie wird im gesamten Kosmos weder vermehrt noch vermindert.“

Für das Energie-Erhaltungsgesetz sind wir Teil eines Nullsummenspiels. An einer bestimmten Stelle verdichtet sich die Betriebsenergie, bringt vorübergehend in bestimmten Strukturen Leben hervor und löst sich dann wieder auf, um irgendwo anders neu zu beginnen. Eine Welle hebt sich, eine

andere senkt sich. Am Bestand des Meeres verändert sich gar nichts.

Wir aber kommen und gehen und fragen: „Wohin?“, „Wozu?“

Wir sind auf dieser kleinen Erde, diesem Staubkörnchen an einem Zipfel von 200 Milliarden Sonnen in der Milchstrasse die einzige Lebensform, die nicht nur mit dem Tode leben muss, sondern im Angesicht des Todes jeden einzelnen Augenblick dieses Lebens vollziehen darf. Denn: Wir sind uns als menschliche Spezies unseres kommenden Todes bewusst.

Durch die Schau, die Kenntnis der Endlichkeit werden wir in eine Dringlichkeit verwiesen. Erst dann berühren wir die wesentlichen Fragen und verschwenden dieses fragile Dasein nicht noch mit sinnlosem Beiwerk und Bagatellen.

*Eintreten in die
umfassende Gegenwart des Todes
Heilung der Todes-Leugnung*



*„Es ist nicht nur natürlich, sondern
kreatürlich, Angst vor dem Tod zu
haben; das Ungesunde ist nur, sie zu
ignorieren.*

*In der widerstandslosen Begegnung
mit der unmaskierten Grausamkeit
des Todes taucht gleichzeitig auch
seine Milde wieder auf. Der Tod ist
eben nicht nur ein Wegnehmer
sämtlicher Lebensumstände und von
allem, was einem lieb war.*

*Er ist auch Sinngeber, nämlich dann,
wenn man mit dieser*

*Unvermeidlichkeit, dem Ende unserer
hiesigen Existenz, in eine ernsthafte
Beziehung tritt.“*

Es sind nicht viele Menschen bereit, in der ständigen Anwesenheit des Todes zu leben. Die Missverständnisse und Fehlkonzepte, die sich auf eine solche Weigerung aufbauen, sind ungemein vielfältig.

Nur in der vollständigen Einladung des Todes vermag man die gesamte Bewusstseinskraft aufzubringen, die für den inneren Weg notwendig ist und einem in den endlosen Verzettelungen sonst immer nur partiell zur Verfügung steht.

Es geht also nicht um die Vorbereitung auf den Tod in irgendeiner Zukunft, sondern um die Anwesenheit des Todes jetzt in diesem Augenblick.

Das Leben beginnt mit dem ersten grossen Einatmen nach der Geburt – und endet mit einem ganz stillen, letzten Ausatmen. Dazwischen tun wir ein paar wesentliche Dinge, aber auch sehr viel Unwichtiges und Nebensächliches.

Jeder Mensch, der nicht nur an Freiheit glaubt, sondern in sich auch den tiefen und aufrichtigen Wunsch nach ihr verspürt, hat die Möglichkeit und das Recht, wirklich frei zu sein. Auf einem solchen Freiheitsweg kommt er an der Begegnung mit dem Tod nicht vorbei. Denn der Tod ist ein wundersamer Lehrer.

Wir stellen so viele vermeintliche Wichtigkeiten vor den Tod. Und genau dadurch wird der Geist zu einem Angriffsfeld für das Geschehen an der Oberfläche – und veranlasst uns dazu, Umwege zu gehen, Rückwege und Auswege.

Jeder innere Weg ist deshalb immer ein Begegnungspfad mit dem Tod und hierbei zunächst vor allem ein Weg zu den inneren Widerständen, die man ihm gegenüber vorgelebt und eingepägt bekam.

Eine Gesellschaft, die in der Lage ist, Menschen auf den Mond zu schicken und wieder zurückzubringen, hat noch nie den Versuch unternommen, den menschlichen Tod exakt zu definieren. Ist das nicht merkwürdig?

Sterben wird auch aus dem Alltag evakuiert. Es geschieht ja schon lange nicht mehr mehrheitlich zu Hause, sondern in extra dafür angefertigten Institutionen wie einem Altersheim oder einem Hospiz. Wenige Menschen nur verbringen noch längere Zeit mit Sterbenden und lernen in diesem Spiegel ihre eigene Sterblichkeit wirklich anzunehmen.

Menschen in allen vergangenen Kulturen haben sich des Sterbethemas, der eigenen Sterblichkeit, mit grossem Interesse angenommen und sich damit wirklich auseinandergesetzt. Sokrates meinte sogar, dass der Philosoph das Sterben zu seinem Beruf mache. Und Heraklit schrieb bereits zwei Generationen vor Sokrates: „Wann ist der Tod nicht in uns?“

Die Integration des Todes ins Leben hinein macht ihn zu unserem Freund und Lehrer.

Tod ist nicht das Gegenteil von Leben. Leben hat kein Gegenteil. Das Gegenteil von Tod ist Geburt. Das Leben selber ist unvergänglich. „Kein Tod berührt des Geistes Reich.“

(Bhagavad Gita 2.12). Nie entstand, was ewig währt, und nie verschwindet, was gar nie war.

So stark wie im Schatten Indiens die Lebensverachtung wohnt, so stark haust im Westen die Todesverachtung.

Das Ich ist in einer Zwickmühle, die darin besteht, dass es diesen Körper einerseits als seinen Aufenthaltsort identifiziert und dass dieser Körper andererseits auch der Wohnort des Todes ist. Das Ich hat also einen Ort als seine Heimat gewählt, der gleichzeitig und unwiderruflich dem Tod anheim fallen wird.

Hedonismus, die aus Tiefenmangel heraus geborene Haltung, nur noch das Bequeme in der Welt zu suchen, ist eine erste Folge dieser Todesverachtung. Der Geist versucht, über die Sinne viel von der Welt aufzunehmen und glaubt, dadurch echte Substanz im Leben erschaffen zu können, um dieser Situation der gefühlten Sinnlosigkeit, die sich aus der Unbeständigkeit aller Phänomene ergibt, zu entkommen. Und so wird die Materie zu einer Kompensationssubstanz, die Realität und Todesabwesenheit vortäuscht – also Ewigkeit zu imitieren versucht.

Es gibt aber in uns einen Ort, an dem wir um diese Lüge wissen. Dass Materie und die Freude im Umgang mit ihr keine andauernde Substanz zu vermitteln vermögen, haben alle schon einmal erfahren. Aber man leugnet die absolute Konsequenz dieser Erfahrung in dem Versuch, weiterhin von der Oberfläche her genährt zu werden. Es ist ein Griff nach

Identität im Äusseren, da man in der Struktur seines Geistes nicht an die Wesentlichkeit der Seele glaubt. Nicht an eine Identität jenseits der Materie. So braucht man die Materie als eine künstliche Kompensation von Identität. Wenn man diese Greifbewegung klar wahrnimmt und die Anstrengung, die es einen kostet, kontinuierlich über viele Leben lang eine Ich-Inszenierung an der Oberfläche aufrecht zu erhalten, beginnen sich die Verfestigungen dieser Rollenspiele zu lösen.

Solange man aber durch Bequemlichkeit und aufgrund diffuser Furcht der Intensität und der Erregung des Sterbemomentes ausweicht, erfährt man diesen Augenblick nur im Schlaf des Bewusstseins und nicht in klarer Wahrnehmung.

Genau diese angstbefreite Betrachtung des eigenen Todes, frei von jeglicher Abwehr, wäre aber notwendig, um die Kostbarkeit und das Transformationspotenzial dieses Momentes aufzunehmen.

Alle Bedrohlichkeit, aufgrund derer man ja nicht hinschauen wollte, zerfällt dann augenblicklich.

Für die Begegnung mit dem Sterbemoment muss man nicht einmal den Zerfall des Körpers abwarten – denn sie ist jederzeit möglich. Ich brauche nicht die nächste Gefährdung des körperlichen Lebens abzuwarten, um in die innere Intensität zu gelangen.

Die konstante Anwesenheit des Todes lässt einen das Leben wesentlicher leben.

Das menschliche Leben dauert, wie Friedrich Schlegel meint, nur einen „Wimpernschlag der Weltgeschichte“ lang an. Dennoch ist es so kostbar. Der Ruf aller Veden ist daher:

utthistata jagrata prapta varan nibodhata

Katha Upanishad 1.3.14

„Steh auf, wach auf und nutze die Möglichkeit, welche dir in dieser menschlichen Lebensform angeboten wurde.“

Als Kind fühlte man sich bei den Eltern und beim Spielen in der Natur geborgen, weil man noch kein Bewusstsein des Todes hatte. Dann befällt einen mit der eintretenden Sterberkenntnis diese Verunsicherung – das Gefühl, dass alle erlebte Geborgenheit in dieser Welt eigentlich unecht und unwirklich ist und auf Vergessen und Ausblendung beruht.

Die Friedhöfe der Welt sind voll von unzähligen Menschen, die in unzähligen Sprachen immer und immer wieder beteuert und in vollster Überzeugung gelebt haben, dass sie niemals sterben würden.

Die Religionen liefern ihren Gläubigen oft oberflächliche Tröstungen (naive Jenseits-Verheissungen) und zudem auch noch Angst- und Schuldgefühle in Verbindung mit dem Tod, statt ihnen Erkenntniswege aufzuzeigen und Mittel ins Gemüt zu schenken, sich mit ihm zu vertragen und zu verständigen.

In der widerstandslosen Begegnung mit der unmaskierten Grausamkeit des Todes taucht gleichzeitig auch seine Milde

wieder auf. Aber zur Erfahrung dieser tiefsten existenziellen Sanftheit muss man dem Tod in aller Klarheit begegnen.

Und aller Trost ist trübe.

Die offene Auseinandersetzung mit diesem Ende wird deswegen so gefürchtet, weil in ihr so viele in einem noch offene Fragen auftauchen. Wofür ist diese provisorische und zeitweilige Existenz hier da? Weshalb soll ich mich so mit dem Leben verkleben? Wofür mich um Güteranhäufung bemühen? Warum diese zeitweilige Existenz so verbissen zu stabilisieren versuchen? Es vergeht gar nicht viel Zeit - wahrscheinlich nur zwei bis drei Generationen - und niemand wird sich an mich erinnern oder nur schon meinen Namen noch kennen.

Aus diesem Ungemach heraus will man den Tod aus seinem Aufmerksamkeitsbereich herausstreichen. Genau dadurch limitiert man sein Bewusstsein, denn man kreierte Wunden, auf die man nicht hinschauen darf. So wird der Tod zum Tabu.

Für die Aufrechterhaltung dieser Ausgrenzung wird so viel Lebensenergie investiert. Doch die Lebenskraft, die man für die Verdrängung der Todesanzeichen investiert, wird einem zum Leben fehlen... Nicht der Tod ist das Leiden, sondern nur die paranoide Flucht vor ihm.

Es ist nicht nur natürlich, sondern kreatürlich, Angst vor dem Tode zu haben; das Ungesunde ist nur, sie zu ignorieren. Es ist ein Paradoxon, dass man für ihre Überwindung ihr wirklich ganz begegnen muss.

Aus der Rebellion gegen die Oberflächlichkeit des Lebens wird eine Frage im Innersten wieder zugelassen:

Was ist die Bedeutung dieses kurzen Lebens?

Die erste Reaktion, die einem auf der Hand liegt, ist: Es ist limitiert - wir sterben. Unsere Romanze mit dem Tod beginnt...

Die Erkenntnis, dass dieses Leben schon bald wieder vorbei ist, gibt dem Lebensverständnis hier, dem Streben nach innerweltlichen Errungenschaften, eine gewisse Bedeutungs- und Sinnlosigkeit. Alles wird wie Stroh umgehauen und erscheint darum vergeblich.

Der Tod ist aber nicht nur ein Wegnehmer sämtlicher Lebensumstände und von allem, was einem lieb war. Er ist auch Sinngeber, nämlich dann, wenn man mit dieser Unvermeidlichkeit, dem Ende unserer hiesigen Existenz, in eine ernsthafte Beziehung tritt. Darin wird man zu einer ganz neuen Lebendigkeit erweckt.

Mit einer ‚deadline‘ lernt man viel besser. Im Alltagsleben kennen wir das: Wo lange nichts geschieht, wird plötzlich viel in Bewegung gesetzt, wenn wir eine ‚deadline‘ bekommen.

Der Tod erscheint als Grenze in unserem Leben, um innere Prozesse zu beschleunigen, uns aus der Banalität des Alltäglichen herauszuschälen und in Beziehung zu dem zu setzen, was durch keinen Tod je bedroht wird.

Jede Anhaftung, jedes innere Abstützen und alle Identitätsstiftung, die man an Dinge, an den Körper oder an

Gedanken und Gefühle knüpft, führt zwangsläufig zu irgendeiner Art von Leere und Enttäuschung. Menschen verbringen viele Leben in diesem mentalen Muster, ihre Eigenständigkeit von den Phänomenen her zu definieren. Sie leben in der Vergänglichkeit und tun so, als sei der Tod in weiter Ferne, obwohl er jederzeit greifbar nahe ist.

Ich las einen Bericht eines Schiffbrüchigen, der auf der Fähre war, die im Winter 1994 mit 900 Leuten in der Ostsee unterging.

Er beschrieb, wie er im eisigen Wasser trieb. Um ihn herum war eine einzige Tragödie. Da schwammen viele Menschen, die in panischer Angst ums Überleben kämpften. Es schien alles dem Ende zuzugehen.

Zunächst beschrieb er in sich ein Aufbäumen und eine Verkrampfung in jeder einzelnen Zelle. Es war ein riesengrosses „Nein, ich will nicht untergehen“. Eine gewaltige Verweigerung gegen den Tod. Er beschrieb später, dass er in diesem Todeskampf selbst eine Unerträglichkeit wahrgenommen hatte. Er war letztlich schwerer zu tragen als das Dahinwelken selbst.

Dann gab es einen Moment, in dem eine Gnade intervenierte und sein Geist plötzlich vollkommen losliess.

Es war keine Idee des Überlebens mehr in ihm. Es blieb nur noch eine Bereitschaft für alles, was zu geschehen hat, übrig.

Auch für den Untergang des Körpers.

In dieser gänzlichen Bereitwilligkeit dem körperlichen Ende gegenüber war aller Schrecken gewichen. Er beschrieb, wie sich durch dieses gänzliche Einverstandensein sein ganzes

psychisches System veränderte und eine Glückseligkeit in jede Zelle drang. In dem Moment war Frieden.

Dass dieser Untergehende dann schliesslich noch gerettet wurde, ist für sein Erleben gar nicht mehr relevant.

Alles veränderte sich, als der Geist sich von seiner Vorstellung des unbedingten Überlebens löste.

Die Aufgabe dieser Todesverkrampfung liess nur noch überwältigendes Glück übrig. Und dieses überwand vollkommen den Schmerz des kalten Wassers und all den Terror um ihn herum. Das war der Moment, in dem er vollkommen bereit war, zu sterben.

Der Geist macht uns auf sehr glaubwürdige Weise vor, dass etwas Schreckliches, etwas Grauenhaftes passieren würde, wenn der Körper aufgegeben wird und alles zusammenbricht.

Das ist aber das grosse Paradox:

Dass das Leben einzig aus der Bereitschaft zu sterben voll und ganz erfahren werden kann.

Es kostet einen eine ununterbrochene Anspannung, eine ständige Verkrampfung, sich gegen das zwangsläufige Sterben zu behaupten und zu wehren. Doch in der vollkommenen Bereitschaft, den Tod wirklich einzuladen, liegt ein Tor. Das ist der Moment, in dem es einem aus dem Wunsch zur Erkenntnis heraus gleichgültig wird, ob man lebt oder stirbt.

Man hat nun tiefere Existenz erahnt, die unberührt bleibt, selbst wenn alles zusammenfällt - die unvergängliche Seele.

Man könnte das vielleicht mit der Erfahrung beim Tauchen in Küstennähe vergleichen. Aus einigen Metern Tiefe schaut man zur Wasseroberfläche hinauf und sieht, wie die Wellen brechen, Gischt entsteht und alles hin und her rollt. Doch hier unten bewegen sich nicht einmal mehr die Sandkörnchen.

Albert Camus beschreibt in seinem Roman ‚Der Fremde‘, wie Meursault zum Tode verurteilt wird. In der Todeszelle erfährt er die „zärtliche Gleichgültigkeit der Welt“.

In diesem Ausdruck liegt eine tiefe Erkenntnis: Dass dem inneren Ausklinken aus den emotionalen Freudenprogrammen und Leidvorstellungen eine unvergängliche Freude innewohnt, welche sich nicht mehr an vergehende Umstände bindet.

Diese innere Verankerung ist keine Handlung; sie bedeutet nur aufzuwachen, die Aufmerksamkeit vom Unwirklichen zurückzunehmen und sie wieder dahin zu richten, wo sie natürlicherweise hingehören würde – auf Radha-Krishna; auf Gott.

In der Bhagavad Gita (2.52) sagt Krishna:

„Wenn deine Intelligenz aus dem dichten Wald der Täuschung herausgetreten ist, wirst du gegenüber allem, was gehört worden ist, und allem, was noch zu hören ist, gleichmütig werden.“

Alle Geschichten der Unwesentlichkeit verblassen augenblicklich.

In der Todesnähe pulsiert das Leben – enthoben aller Trivialität – in unglaublicher Intensität. Ein gewaltiges Mass an Kleinlichkeit fällt in der willkommen geheissenen Todeskonfrontation von einem weg.

Wer aufrichtig an einem inneren Weg interessiert ist, kommt nicht darum herum, sich mit diesem wundervollen Lehrer des Todes anzufreunden. In der christlichen Mystik nennt man dies ‚das Nacherleben des Mysteriums der Kreuzigung und der Auferstehung‘.

In der Bhagavad Gita sagt Krishna liebevoll, dass Er Selbst der Tod sei, der Wegnehmer des Unwesentlichen (10.34).

Bei so vielen Menschen, die ich im Abschieds- und Sterbeprozess begleitet habe, beobachtete ich, wie die genaue Betrachtung der Vergänglichkeit und die Verankerung in der individuellen Seele und ihrer Gottesbeziehung ungemein viel heilender wirkt als das ‚Widerstand-Leisten‘, das sich in Genesungswünschen und speziell im ‚Wiedersehen-Wollen‘ (in dieser oder einer jenseitigen Welt) ausdrückt.

Wenn ich irgendeine Seele als meinen Partner, meine Mutter, meinen Vater, meinen Geliebten oder mein Kind betrachte, dann sehe ich mit Sicherheit nicht ihre wahre Natur, sondern meine eigene Hoffnung und Projektion, die ich auf dieses Gegenüber übertragen habe.

Gemäss allen Yogatexten beginnt echte Liebe in *samatva* – in der ‚Sicht der Gleichheit‘ aller Seelen, die man ohne

Bevorzugungen einfach nur liebt. Wenn man Wasser auf eine Fläche ausschüttet, dann bilden sich auch nicht einfach Erhöhungen an einigen Stellen. Es verteilt sich gleichmässig überallhin. Wenn man die Nähe und die Gemeinschaft einer bestimmten Person ersehnt, dann stellt dies eine solche künstliche Erhöhung eines ‚Wasserberges‘ dar. Dies ist dann nicht ‚Liebe‘, wie sie überall genannt wird, sondern eine Folge der Verhaftung.

Das aufrichtige, bewusst gewählte Eintreten in die Todesnähe löst diese Anhaftungsstrukturen allmählich auf. Daraus erfolgt nicht ein lieb- und trostloses Leben, sondern die Ausdehnung der Zuneigung auf alle Mitgeschöpfe, was die Grundlage für wirkliche spirituelle Liebe darstellt.

„Die Weisen sehen das Gleiche in einem wissenden und demütigen *brahmana*, in einer Kuh, im Elefanten, in einem Hund und in einem Hundesser.“

Bhagavad Gita 5.18

Die meisten Menschen haben aufgrund der angewöhnten Ausschliessung und geradezu Evakuierung des Todes aus dem Alltagsbewusstsein einen Abwehrmechanismus gegen den Tod entwickelt.

Eine Kultur, die den Tod aus dem Bewusstsein zu evakuieren versucht, wird unweigerlich hohl und oberflächlich, weil sie sich nur mit den äusseren Erscheinungsformen befasst.

Wenn der Tod gelegnet wird, verliert das Leben seine Tiefe und pulsierende Substanz. Dann werden wir in unserem

Leben der Möglichkeit beraubt, in Erfahrung zu bringen, wer wir jenseits von Name und Form im Eigentlichsten sind und die Dimension des Transzendenten wird ausgeklammert.

Abschied

Die Menschen sind im Allgemeinen ein wenig bedrückt, wenn etwas zu Ende geht, denn jeder Abschied ist ein kleiner Tod. Darum sagen wir beim Abschied „Auf Wiedersehen“.

Wenn man lernt, Abschiede bewusst zu akzeptieren und sogar willkommen zu heissen, wird man merken, dass sich das Gefühl der Leere, das einem anfänglich so unangenehm war und einen die Verdrängung bevorzugen liess, in ein Gefühl innerer Weite und Freiheit verwandelt, das zutiefst friedvoll ist.

Wenn man der Tatsache, dass der Körper und alles um einen herum vergänglich ist und sich jeden Augenblick auflöst, ganz bewusst und genau ins Auge blickt, wird die Identifikation mit der physischen und psychischen Form, der scheinbaren und nur angenommenen Identität, aufgehoben oder zumindest geschwächt.

Sobald man den Vorläufigkeitscharakter von allem, was wir hier tun, erkennt und ganz tief akzeptiert, überkommt einen ein wunderbares Gefühl von Frieden.

Wir haben kein natürliches Verhältnis zum Tod. Wir respektieren ihn nicht. Und deshalb erkennen wir ihn nicht

mehr als den wahren Meister, der die Schwelle, der Eintritt, die Offenbarung des Endes ist. Und dieser wirkliche Tod – damit ist nicht das körperliche Ableben gemeint, das wir Leben für Leben durchgehen, sondern das freiwillige Zurückziehen meiner Identifikation aus der kleinlichen Vorstellungswelt – ist das Ende des Leidens. Das Ende der persönlichen Geschichte. Und das Ende der kleinlichen Identität desjenigen, der sich als Bürger dieser Welt fühlte.

Angst

Man ist ständig auf der Flucht vor der Angst. Das ist, was Menschen ‚Leben‘ nennen. Sie ist eine Antreiberin im Leben, die Anlass gibt zu endlosen Geschichten in der Welt des Geistes.

Die Geschichten, die darin erzählt werden, müssen einen doch irgendwann einmal anöden?! Die große Ernsthaftigkeit mit sich selbst ist gefragt. Dann wendet man sich in Einfachheit dieser ständig latenten Angst zu. Man lädt sie ein, findet sie, stellt sich ihr und taucht in sie ein.

Man braucht keine Angst vor der Angst zu haben, denn diese ist nur ein Knäuel gebündelter Lebensenergie. Wenn man Angst wirklich loslässt, verwandelt sie sich in Erregung. Es gibt keine Bedrohung in ihr. Sie kann ganz zugelassen werden.

Durch die Berufung auf die innige Herzenssehnsucht darf man vom Diktat der Funktionalität in der äusseren Welt, das

den Alltagsmenschen bestimmt, Abschied nehmen. Denn dieser gerät in Panik, wenn er Rückschläge im Überlebenskampf hinnehmen muss.

Doch die Widerstandslosigkeit gegenüber diesem Diktat der Funktionalität, der Kontrolle und der vermeintlichen Oberhand des Ichs erweckt die Gewährwerdung, dass man auf ein viel tieferes und beständigeres Getragensein zählen kann.

Darin verwandelt sich die Angst in Erregung und von dort in die Stille selbst. Daraus erst erwacht *ananda* – der ununterbrochene Enthusiasmus, welcher der Seele entspringt.

Vergänglichkeit betrachten

„Bis der Geist ganz fixiert ist in spiritueller Zufriedenheit, sollte man analytisch die zeitweilige Natur aller materiellen Objekte studieren, sowohl kosmisch, irdisch, als auch atomisch.

Man sollte konstant den Vorgang der Schöpfung durch die progressive schöpferische Funktion und den Vorgang der Auflösung durch die regressive Funktion beobachten.“

Srimad Bhagavatam 11.20.22

Wenn der aufmerksame Mensch wirklich das ständige kosmische Geschehen vom Entstehen und Vergehen, von der Zelle bis hin zu den Atemzügen Maha Vishnus, genau

betrachtet, wird er selbst von diesem Geschehen abgelöst. Da er plötzlich die verwirklichte Einsicht hat, dass diese gewaltige Veränderlichkeit der materiellen Natur nicht von ihm gemacht wird, taucht die Ahnung auf, auch darin tatsächlich Gottes Wirken schauen lernen zu dürfen.

*Weg
des Verlustes*



„Wir haben kein positives Verhältnis zum Moment des Verlustes. Wir haben den Wert dieses Momentes nie zu schätzen und zu lieben gelernt.“

Was bist du nicht bereit, zu verlieren?

Wenn jegliche reflexartige Schutzbemühung vor dem Tod eingestellt wird, erfährt man exakt das Aufgehobensein, das man sich in der Bemühung um Beschütztsein erhofft und gesucht hatte.

Dies ist kein Zustand von Passivität, sondern von brennender Aufmerksamkeit.

Erkenntnisweg ist immer ein Weg des bewussten und ganz akzeptierten Verlierens.“

*Die Blätter fallen, fallen wie von weit,
Als welken in den Himmeln ferne Gärten;
Sie fallen mit verneigender Gebärde.
Und in den Nächten fällt die schwere Erde
Aus allen Sternen in die Einsamkeit.*

*Wir alle fallen. Diese Hand da fällt.
Und sieh dir andere an: Es ist in allen.
Und doch ist Einer, welcher dieses Fallen
Unendlich sanft in seinen Händen hält.*

Rainer Maria Rilke

Es ist wundervoll, dass unsere Hinfälligkeit bereits eine Einladung in die Hingabe sein darf.

“In dieser Welt können wir sehen, dass Töpfe, Puppen und andere Gegenstände, die aus Erde hergestellt werden, erscheinen, entzweigen und daraufhin verschwinden, indem sie sich mit der Erde vermischen.

In ähnlicher Weise werden die Körper aller bedingten Lebewesen vernichtet, doch die Lebewesen selbst bleiben wie die Erde unverändert und werden niemals zerstört.

Wer die wesenseigene Position des Körpers und der Seele nicht versteht, wird zu sehr in die körperliche Lebensauffassung verstrickt.

Dies führt dazu, dass er aufgrund von Anhaftung an den Körper und dessen Nebenprodukte beeinflusst wird, wenn er mit seiner Familie, Gesellschaft und Nation vereint oder von ihnen getrennt ist.

So lange dies so bleibt, geht auch sein materielles Leben weiter.“

Srimad Bhagavatam 10.4.19-20

Wir lenken unsere Aufmerksamkeit auf die Veränderungen der Dinge und verlieren gerade dadurch die Perspektive – auf IHN.

Ein Kind hat eine Knetmasse und schöpft vielerlei Figuren. Doch dann werden sie wieder eingestampft, um aus der gleichen Tonmasse ganz neue Ausformungen entstehen zu lassen.

Exakt dies geschieht in jedem Augenblick. Alle Erscheinungen dieser Welt bleiben keine Sekunde bestehen und formen sich in jedem Moment neu.

Bereitschaft zum vollkommenen Verlust

Der Vorgang des Festhaltens ist eine Funktion im Auftrag der Ich-Idee: Formen von Kontinuität, Nachhaltigkeit und Verlässlichkeit zu schaffen.

Anstatt als Seele den Weg der wesensgemäßen, also natürlichen Verbindung mit Gott, Radha-Krishna, einzugehen, versucht eine abgewandte Struktur künstlich, den Gottes-Ersatz zu schaffen. Von da kommt die seltsame Idee, durch Festhalten Beständigkeit und Substantialität generieren zu können. Sie will einen Fels in der Brandung der Vergänglichkeit bilden.

Ich als Seele bin bereits ein Kontinuum ausserhalb von Zeit. Die Identifikationsstruktur will sich aber ewig machen und versucht, sich mit all ihren fluktuierenden Inhalten ewig zu sprechen. Das ist der naive Selbsterhaltungstrieb des Ichs.

So ist aus der Tiefe der spirituellen Sicht der Akt des Festhaltens eigentlich als eine Haltung zu verstehen, welche Tod und Erstarrung generiert: Denn dieser Akt ist überhaupt nicht der Realität gewidmet und kreiert bloß Scheinwelten, die unaufhaltsam wieder vergehen. Eben sterben.

Was bist du nicht bereit, zu verlieren?

Wenn nun Antworten kommen, wie „mein Kind“, „meine Partnerin“ und so weiter, dann ist das noch nicht die eigentliche Antwort. Denn diese genannten ‚Elemente‘ sind letztlich nur Symbole für Weltanschauungen und Glaubenssätze in der Welt des Geistes. Alles, was aufgegeben

werden muss, ist allein dort zu verorten – ist also letztlich eine Mentalität.

Wenn es nun noch irgendetwas gibt, was ich nicht bereit bin zu verlieren, dann hat genau dies das Potenzial einer Gottesverdunkelung.

Der Weg in die Tiefen des eigenen Widerstandes, in die Befürchtungen hinein, erfordert die Bereitschaft zu verlieren, was man bereits glaubte, gewonnen zu haben. Viele Menschen, die begonnen haben, einen inneren Weg zu gehen, glauben immer noch, dass dieser Weg ein Weg sei, auf dem wir unsere innere Trophäensammlung erweitern können. Auf dem wir überhaupt irgendetwas dazugewinnen könnten, was wir nicht haben – Freiheit, Glück, Frieden, Stille.

Doch darf man alles verlieren.

Alles aufzugeben ohne einen Gegenwert? Dies ist schwer zu verstehen für den Geist. Denn Verlust ist mit dem Schmerz des Abschieds behaftet, mit dem Schmerz des ungewollten Verlierens und auch: des Verlorenseins – des Verlustes der Identität, die ja gerade aus diesen Dingen entstanden ist, an denen wir festhalten und uns orientieren.

Der spirituelle Weg und die Begleitung auf diesem Weg ist tatsächlich eine Begleitung in den Tod hinein und in die Widerstände gegen den Tod und in die Befürchtungen, die der Geist bisher vor den Tod gestellt hat. Es braucht die

Bereitschaft zu verlieren, was wir glauben, bereits gewonnen zu haben.

Wir haben kein positives Verhältnis zum Moment des Verlustes. Wir haben den Wert dieses Moments nie zu schätzen und zu lieben gelernt.

Wir sind wie Bettler, die an ihrem letzten Hemd festhalten, in Wirklichkeit aber in einem Königreich der Fülle stehen, das wir nicht erkennen können, weil wir so beschäftigt sind, um unser letztes Hemd zu kämpfen.

So muss dieser Moment neu erkundet werden.

Er bringt nichts als Entlastung mit sich.

Erkenntnisweg ist immer ein Weg des bewussten und ganz akzeptierten Verlierens. Ein Weg des Aufgebens und Nichts-dafür-Bekommens; kein Geld, keinen Liebespartner, keine Macht und Anerkennung oder Ruhm.

Wir haben den Wert des Verlustes nicht erlernt, sodass wir diesen Wert innerlich erst neu erfahren müssen – die Öffnung, die Befreiung und im wahrsten Sinne des Wortes die Entlastung erfahren müssen, die innerer Verlust von Verhaftung, von Bindung, von Identifikation mit sich bringt.

Und man bekommt etwas, das nicht mehr in Worte zu fassen ist – *svarupa-jnana*, die ewige Form der Seele, beginnt durchzuscheinen.

Erkenntnis, Seele zu sein

Die Frage, „wer ich wirklich bin“, ist die Antriebsfrage jeglicher menschlichen Suche. Dieser Frage Raum zu geben, ist der Zweck der Inkarnation in meinem menschlichen Körper.

Denn was macht alles für einen Sinn, wenn man in Unkenntnis über seine wesentliche Identität ist und nicht weiss, wohin man eigentlich gehört?

Die Perspektive des freudvollen Verlierens ist eine Sichtweise, die nicht eingenommen werden kann, solange ein Ich versucht, sie einzunehmen. Sie ist nur im Tod des kleinen, übergestülpten Identifikationsgefühls, eben des Ichs, erfahrbar.

Die Bereitschaft, alles zu verlieren, ist nichts Äusserliches. Das wäre eine Verharmlosung. Kinder aufzugeben, Partner, Wohnort, sämtlichen Besitz, den Beruf und alle Sicherheiten – das ist noch nicht einmal der Vorhof des inneren Verlustes, um den es wesentlich geht.

Es ist der Verlust all dessen, was man als ‚Ich‘ kennt und als ‚Ich‘ angenommen hat. Das ist die alte Welt, die Menschen nicht bereit zu verlassen sind, weil sie den alten Lehrern ‚Angst‘ und ‚Drang nach Sicherheit‘ folgen.

Es ist die Angst vor der unendlichen Leere, die sich gemäss dem Glauben dieses Ichs auftun würde, wenn diese Ich-Identität nicht mehr wäre.

Die Erfahrung von Verlust ist schmerzlich, im Moment. Aber mache ich nachträglich wirklich die Erfahrung, etwas verloren zu haben?

Und spüre ich die Verkrampfung, die darin besteht, Angst zu haben, etwas zu verlieren?

Wie wäre es, wenn ich alles verlieren würde, in einem Moment? Jetzt.

Wie wäre es, wenn ich bereit wäre, die Erfahrung zu machen, alles freiwillig aufzugeben und dann ganz still zum eigenen Erstaunen zu beobachten, dass ich darin nicht weniger geworden bin?

Da wird man einsehen, dass Jahrtausende des Ankämpfens gegen den Verlust sich als sinnlos und überflüssig erwiesen haben.

Wir sind dem Gedanken, alles zu verlieren, nicht sehr zugetan. Wir werden ohnehin alles verlieren, woran man glaubte, sich festhalten zu können.

Wenn man sich mit dem Verlieren nicht angefreundet hat, ist ein langsames Dahinsiechen die Folge, in welchem man sich an den bisherigen Wertesystemen seines Lebens festzuhalten versucht. Man sieht mit an, wie alles Kämpfen vergeblich wird und scheitert kläglich. Allen Widerstandsbemühungen zum Trotz steht man als Verlierer da.

Jemand, der den Weg des Verlustes bewusst und frei einwilligend begeht, erlebt das bewusste Sterben. Das ist die *ars moriendi*, die Kunst zu sterben, deren Meisterschaft man nicht von Menschen erwarten kann, die sie während des Lebens nie gelernt haben. Es ist eine freudvolle Entkrampfung.

Das Wirkliche bleibt.

Aus diesem eingewilligten Prozess des Verlierens wird ganz neu eine innere Dringlichkeit geboren.

„Ich bin durch Tausende von Leben hindurchgegangen. Ich habe unzählige Male das Altern und den Tod erlitten. Ich war Gras und Strauch, Ranke und Baum; ich lebte zwischen Vieh und wilden Tieren. Viele tausende Male bin ich ein Gelehrter, eine Frau und ein Mann gewesen. Ich kostete von der Seligkeit in den Himmelswelten, wo man sich fast für unsterblich hielt. Selbst unter den übermenschlichen Wesen gibt es keines, dessen Form ich nicht schon oft angenommen hätte.

Auch durch dunkle Welten bin ich gewandelt; war Titan, Kobold und in den Körpern verschiedenster Geisterwesen. Ich war auch die Verkörperungen der Elemente und dann auf einmal wieder ein Mensch.

Jedes Mal, wenn der Kosmos sich auflöste, um wieder ins Unmanifestierte zu gehen, verschwand auch ich. Und wenn das All wieder hervortrat, kehrte auch ich zum Dasein zurück, um andere Reihen von Wiedergeburten zu durchleben.

Wieder und wieder bin ich den Täuschungen des Daseins zum Opfer gefallen...

*Nun reserviere ich dieses eine Leben,
um ganz aufzuwachen.“*

Auf einen idealeren Moment zur Hingabe als *jetzt* zu warten, wäre nur ein Trick des Geistes, der auf Verzögerung und letztlich Verwässerung des wesentlichen Rufes geeicht ist.

Man braucht nicht in Beziehung mit hereinbrechenden Gedanken und Empfindungen zu treten. Es sind nur kurz auftauchende Sinneseindrücke. Als Seele brauche ich nicht die Ambition, „Jemand“ zu werden, und auch nicht die Genugtuung, die man in ‚erfolgreich‘ gestaltetem Handeln zu finden glaubt.

Möge dieses Leben ein Leben für die Freiheit werden. Ins Ungebundene gerichtet.

Gesegnet ist, wessen Leben ein Zeugnis und eine Bekundung der Wahrheit ist.

Ich als ewig individuelle Seele werde nie geboren und sterbe nie.

Doch in der Gleichgültigkeit, welche der Beginn der Abkehr von mir selbst und meiner natürlich angelegten Gottesbeziehung ist, taucht augenblicklich Ersatzidentität auf: Identifikation mit endlosen Umhüllungen. Unterschiedliche Personenrollen in Lichtwelten bis hinab in grobstoffliche Sphären. Inmitten all solcher Lebenssituationen existiert eine unumkehrbare Inkompatibilität zwischen der Seele, die ewig ist, und ihrer vergänglichen und begrenzten Umgebung.

Somit setzt sinnlose Bemühung ein, indem man die intrinsische Freude, die man im Seelenbewusstsein konstant

erleben würde, in die Umhüllungsbereiche der Identifikationsobjekte hinüberzuziehen versucht.

Darin bleiben Glück und Erfüllung natürlich unerreichbare Phantomgebilde.

Da man dann auch noch die der Seele inhärente Ewigkeit als Beständigkeitssehnsucht in die Welt überträgt, muss man sich nicht wundern, dass Leiden einen Grundzustand der materiellen Welt darstellt.

Die Erkenntnis, dass Leiden eben nicht dem Verlust von geliebten Menschen oder aller angenehmen Lebensumstände innewohnt, sondern wirklich aus dieser Übertragung der ewigen Wünsche der Seele auf die vergängliche Welt entspringt, stellt eine kostbare Grundlage des inneren Weges dar.

Ein Filmemacher ist vor einiger Zeit zu uns in den Ashram gekommen. Mühselig hat er seine Ausrüstung den Berg hinaufgeschleppt, um eine gesamte Nacht lang die klaren Sterne ohne Lichtverschmutzung zu filmen. Für uns hat er dies dann beschleunigt in weniger als einer Minute abspielen lassen. Eine ganze Nacht war dann kondensiert in diese wenigen Momente. Da sieht man, wie alle Gestirne über den Nachthimmel flitzen – ausser einem einzigen Stern, der sich nicht bewegt. Der Nordstern.

Tief in uns drin ist dieser Nordstern – der Punkt der Unbeweglichkeit inmitten des Spektakels der Veränderlichkeit. Es ist der letztlich Betrachtende, der sich nie wandelt. Wir stehen mit keinem der sich wandelnden Phänomene, die seit

Anbeginn der Welt bis zum heutigen Zeitpunkt aufgetreten sind, in Berührung. Was für eine ungeheure Erleichterung...

Da das Alltagsbewusstsein normalerweise weit weg von dieser Erfahrung rangiert, bedarf es des Eindringens einer speziellen Gnade, die Krishna jeder Seele erweisen will.

„Wenn Ich jemanden speziell segne, dann entziehe Ich ihm allmählich alle Besitztümer. Schrittweise wird er dann von Verwandten und Freunden verlassen. Dann wird er das Leid der Trennung zu Mir in aller Klarheit, unbedeckt erfahren und gänzliche Zuflucht bei Mir nehmen.“

Srimad Bhagavatam 10.88.8-9

Dem Verlieren wohnt tatsächlich eine ausserordentliche Gnade inne.

Volksreligion versteht jedoch Gott immer nur als den Gebenden, als den Garant der Sicherung von Eigenvorstellungen. Da Gesicherheit auch mit der ‚Schützenhilfe‘ Gottes immer wieder zerbrechen wird, hat sich der moderne Mensch von der Gottesbeziehung enttäuscht abgewendet.

Ein reifer innerer Weg stellt hingegen die Ich-zentrierte Weltanschauung in Frage, welche die eigentliche Ursache unserer existentiellen Schwere ist.

Egozentrische Schwere

Innerhalb des Zustandes der Wirrnis glaubte man, bestimmte äussere Zustände seien besser als andere. Je mehr man seine eigenen Bevorzugungen oder Ablehnungen auf vorbeiziehende Zustände der materiellen Energie legt, umso fester wird man an sie gebunden und vermag die dahinterliegende Wirklichkeit aufgrund seiner Einlullung von der Materie nicht mehr zu sehen.

In der Volksreligiosität geht es primär um eine Markt-orientierung: Die Religion ist gut, wenn sie materielle Vorteile bringt. Der Calvinismus behauptet sogar, dass ein Zusammenhang zwischen Wohlstand oder Wohlergehen und Gotteshingabe bestehe; dass Ersteres bei einem Menschen ein sichtbares Anzeichen für Letzteres sei.

Am Beginn des echten inneren Weges erkennt man jedoch die Dissoziation dieser beiden.

Der Gotteszugang misst sich in vergrösserter Sehnsucht, Leben für Leben motivlos zu dienen, und niemals an greifbarem (so genannten) Erfolg.

Sri Krishna legt ein unverrückbares Vertrauen ins Herz Seiner Geweihten, sodass sie in allen Umständen ihre Aufmerksamkeit nur Ihm zuwerfen.

Gottes Sein ist für die Freiheit zuständig und nicht für Annehmlichkeiten innerhalb der Beschränktheit der materiellen Existenz.

Im Srimad Bhagavatam (10.87.40) beten die Veden in Person:

bhavad uttha subhasubhayoh

„Ein Mensch, der die Transzendenz sucht, erkennt im oberflächlichen Erscheinen von guten und schlechten Bedingungen, mit welchen sein Leben konfrontiert wird, die zarte Hand und weise Führung seines ewiglich wohlmeinenden Herrn.“

Es ist verständlich, dass sich ein Kind ins Leben hinein bewegen möchte und vom Tod wegstrebt... Das naive Denken glaubt, dass das Leben sein Gewinn sei und der Tod der Verlust.

So beginnt man, sich eine Haltung anzutrainieren, dass der Tod unter allen Umständen gemieden werden muss. Das Bewusstsein des Kindes ist weit weg von der Kraft des Todes.

Dieses eingeschränkte Bewusstsein, dessen Aufrechterhaltung eine grosse Kraftanstrengung darstellt, tragen auch die meisten Erwachsenen noch in sich. Dieses immense Missverständnis will nicht aufgedeckt werden und so reproduziert sich die kindliche Haltung durch das gesamte Leben und durch eine lange Kette von unzähligen Geburten und Toden hindurch...

Die Angst vor dem Verlust ist gross; die Sehnsucht nach Bekommen und Auffüllung auch.

Wenn man nun bereit wird, die Heilkraft des Verlustes freiwillig und freudig zuzulassen, weitet sich die Lebensperspektive aus der Enge heraus – und erst da wird die eigentliche Seelen-Identität erfahrbar.

Aus einer veräusserlichten Lebensperspektive erscheint Gewinn ganz selbstverständlich als erstrebenswerter als der Verlust.

Hat man die Bereitschaft, alles zu verlassen? Die Beziehungen zu verlassen, die Anhaftungen zu verlassen, das Schöne in der Welt zu verlassen, das Vertraute zu verlassen, die gesamte Welt zu verlassen?

Was macht denn die Nicht-Bereitschaft aus?

Ist es ein Glaube, dass dann ja nichts mehr übrig bliebe? Dass es dann ja keine Begründung für die Lebensfreude mehr gäbe?

Es ist genau diese Anschauung, die bereits jetzt, da wir von all dem Liebenswürdigen noch umgeben sind, ihren kühlen Schatten wirft.

Der uneingeschränkten und nicht erzwungenen Bereitschaft, alles zu verlieren, wohnt jener Friede inne, welcher wesentlich zu uns gehört.

In der aufrichtigen und widerstandslosen Bereitschaft, alles zu verlassen, erscheint alles nur noch im Licht der Leichtigkeit und Freude.

Dieses verleugnet das kleine Glück der Welt nicht, sondern überstrahlt es einfach nur.

Auf dem Weg zu Radha-Krishna tauchen in der Seele schnell angenehme Gefühle von Geborgenheit und Freiheit auf, die eine Gottesannäherung einfach mit sich bringt. Damit einhergehend existiert die Versuchung, bei diesen stehen zu bleiben.

Der innerste Ruf aber fordert auf, auch dies nicht festzuhalten, sondern all die schönen Gefühle auch noch loszulassen. Denn sonst gibt man sich mit dem Rauch anstatt mit dem Feuer zufrieden. Krishna aber ist das Feuer der unbegreiflichen Liebe, welches alle Vorstellungen verbrennt. Es geht um die ständige Inklinaton, Ihm Freude zu bereiten und nicht einmal um die überschwängliche Freude, die dem innewohnt.

Mit „Gott als Lenkendem“ und „Gott als Erhalter“ ist nicht gemeint, dass Er für die Verbesserung der vergänglichen, fluktuierenden Umstände zuständig wäre. Die Würde der Seele will nicht die Dekorierung ihrer Gefängniszelle, sondern sucht ungebundene Freiheit.

Es ist ein ganz tiefes Getragenwerden, auch wenn alles scheinbar Bestehende zerfällt. Es ist Krishna und nicht Seine Gabe, was man liebt, und deshalb ist Er als Wegnehmer genauso willkommen und geliebt wie als Geber.

Die Schutzwälle durchbrechen

Immer wieder taucht am Wege die wesentliche Frage auf: Was bin ich in der materiellen Welt nicht bereit, gerade jetzt zu verlieren? Denn exakt darin wohnt unsere Tendenz zur Erdschwere, Sorge und Angst.

Man mag einwenden, dass man doch noch jung sei und einen solchen Lebenshunger habe, dass man die Welt, ihre Menschen und seine Lieben nicht aufgeben wolle... Dieser Lebenshunger ist nur eine Verschleierung der Anhaftung. Er schafft eine kurzfristige Form der Befriedigung. Und daraus nährt sich immer auch gleich die Tendenz der Habsucht.

Gewinn ist für den Anfänger, Verlust für den Fortgeschrittenen – eben für den, der wahres Interesse an wirklicher Identität hat.

Das Problem ist, dass die meisten zu viel zu verlieren haben.

Je weniger man aber zu verlieren hat, desto radikaler ist man bereit, klar zu schauen.

Je mehr man zu verlieren hat, desto mehr bewegt man sich in seiner engen Welt von feigen Absicherungsversuchen.

Was ist das für eine Kraft, die einen den Moment lehrt, in welchem man nichts mehr zu verlieren hat? Es ist der Tod.

Wer sich in Entfernung vom Tod aufhält, hat viel zu verlieren. Und dementsprechend viel zu leiden.

Selbst Menschen, die von Weisheitslehren nichts wissen, machen alle in der Nähe des Todes die Erfahrung, dass

Kümmernisse und Sorgen ihres Lebens verblassen. Darin fragen sie sich, wie einen die Belanglosigkeit angesichts der Endgültigkeit des Todes ein Leben lang so beschäftigen konnte.

Im Angesicht des Todes zu leben bedeutet nicht nur, sich seiner Allgegenwart immer bewusst zu sein, dass er also jederzeit eintreten darf, sondern auch, dass man in seiner Gegenwart nichts mehr zu verlieren hat.

Dazu bedarf es nur der gänzlichen Bereitschaft, in jedem Moment alles aufzugeben – Freunde, Kinder, Bekannte, Beziehung, Körper, Welt, Geist, Ich...

Und wenn man nichts mehr zu verlieren hat, eröffnen sich bisher ungeahnte Lebensmöglichkeiten.

Dann ist man erkenntnisbereit.

Das Ich stellt sich immer Alpträume, Horrorvisionen und riesige Schreckgespenster vor, was einen erwarten würde, wenn man ein wenig über die eigene Grenze hinausginge. Der Kontrollverlust ist aber ein ganz wesentliches Durchgangstor. Bei vollstem Bewusstsein darf man das schier Unmögliche tun:

Getrost einen Schritt weiter gehen.

Man widersetzt sich, weil die Angst zu gross ist und weil man Widerwillen hat und weil man den Geschichten mehr glaubt als der Hand, die einem gereicht wird.

Wenn man den Begriff des inneren Nacktseins in die Sprache des denkenden Geistes übersetzt, heisst es dann plötzlich: „ungeschützt“.

Vor was glaubt man denn eigentlich, sich schützen zu müssen?

Warum lebt eine ewige Seele in einer Trance, in welcher sie sich ständig zu schützen bemüht?

Durch die Identifikation mit Vergänglichem möchte man sich eine Bedeutung verleihen. Genau dadurch wird eine Seinsform zementiert, die Erkenntnisse verunmöglicht. Das Bemühen um die Bewahrung der alten Welt und seiner alteingewohnten Perspektive ist also gleichzusetzen mit dem Wunsch, weiter leiden zu wollen. Der Ichschutz ist das Konservieren-Wollen des Leidens.

Wer so viel Kraft in die Erhaltung des Leidens investiert, ist nicht bereit, etwas Neues zu erfahren und in sich eindringen zu lassen. Das Ich schützt nur seine kleine Welt vor der Wahrheit, vor der Freiheit, vor Gott.

Es ist die Komik und die Tragik des Selbstschutz-Versuches, dass jemand, der in der Vorstellung lebt, irgendwie vor dem Vergehen bewahrt werden zu wollen, gerade dadurch die Bindung an das Vergängliche massiv stärkt.

Wenn jegliche Schutzbemühung und aller reflexartiger Selbstschutz vor dem Tod eingestellt wird, erfährt man exakt das Aufgehobensein, das man sich in der Bemühung um Beschütztsein erhoffte und suchte.

Dies ist kein Zustand von Passivität, sondern von brennender Aufmerksamkeit.

Schöpfungs- und Zerstörungskräfte des Lebens sind nie die

Meinen, sondern sind beide Gottes Wirken. Wenn ich diese genau als Sein wundervolles Wirken erkenne, entschwindet die eigene Wertung in ihnen, die das Ich in diese hinein geheftet hat.

Dann wird Leichtigkeit zur eigenen Lebenserfahrung. Diese wiederum ist die Voraussetzung für bedingungslose Gotteszuwendung – denn ein leidendes Ich wird Gott immer für sich instrumentalisieren wollen.

*Allgegenwart
des Todes*



*„Mit dem Tod zu leben heisst
auch, bewusst und ganz in der
Gegenwart zu leben, zu spüren,
was Leben im Letzten ist:
Jeder Moment, jeder Atemzug
ist Geschenk.
Es kommt nicht auf unsere
Leistung an. Lebendige Zeit
gelingt dem, der den Tod
wahrnimmt.“*

Das Thema des Todes wirkt auf die meisten Menschen beunruhigend. Der Tod stellt alle unsere Idealvorstellungen in Frage. Auch die vermeintlichen Überzeugungen werden da stark geprüft und einiges, das wir jetzt für integriert halten, wird in der Todesnähe plötzlich als ein unverwirklichtes und nur übernommenes Gedankenkonzept erscheinen.

Was hat alle Anstrengung für einen Wert, wenn uns zuletzt doch der Tod erwartet und all diese Anstrengungen zunichte macht?

Die Wirklichkeit des Todes muss in jeden Moment, in jedes Handeln miteinbezogen werden, um unser Bemühen und all unsere Anstrengungen reif werden zu lassen.

Die Zeit für alles, was ich hier tue, ist begrenzt durch den Tod.

Auch wenn ich weiss, dass die Seele ewig ist, ich immer weiter existiere, so muss ich den Tod doch erst einmal als das annehmen, was er ist:

Die Beendigung dieser Lebenszeit. Das Ende dieser Lebenssequenz.

Er ist die letztliche Bedrohung. Mitten im Leben sind wir vom Tod umfassen.

Die Bhagavad Gita (13.9) meint, dass man die eigene Sterblichkeit stets in Erinnerung halten soll.

Die Heiligen Schriften raten heilsam, uns täglich, in jedem Moment, den Tod vor Augen zu halten, im Gedenken der eigenen Sterblichkeit zu leben und diesem Gedanken nie auszuweichen...

Die Tendenz, vom Tagesgeschehen gänzlich in Anspruch genommen zu werden, ist sicherlich die Folge der Todesverdrängung. Bereits bei der sorgfältigen Betrachtung der Veranlagungen anzusetzen, die einen zur Verdrängung dieses Gedankens bewegen möchten, ist wesentlich.

Das Wissen um den jederzeit möglichen Tod hat Konsequenzen.

Denke tief darüber nach, was du anderes tun würdest, hättest du die Gewissheit, nur noch ein paar Wochen zu leben.

Die anschliessende Frage ist natürlich, warum man diese Konsequenzen nicht bereits jetzt Wirklichkeit werden lässt – denn was gibt einem schon die Gewissheit, mehr als diese paar Wochen zu leben?

Es ist bereits naiv, zu denken, dass man diese wenigen Wochen des Überlebens sicher habe.

In einem solch ausserordentlichen Bewusstseinszustand erkennt man die Kostbarkeit jedes Augenblicks. Alles Leben ist kostbar. Zu dieser Erkenntnis hin will eine innere Praxis erziehen.

Ein Astronaut, der die Erde verliess, hat diese Wahrheit ebenfalls entdeckt:

„Ich nahm kleine Fische für Forschungszwecke mit in die Raumstation. Drei Monate sollte ich dort verbringen. Nach etwa drei Wochen begannen die Fische zu sterben. Wie Leid sie mir taten! Ich stellte alles an, um sie irgendwie zu retten! Auf der Erde hatte mir das Fischen viel Spass gemacht, aber wenn man ganz allein im Raum ist und weit weg von allen Dingen der Erde, dann liegt einem alles Lebendige besonders am Herzen. Man sieht einfach, wie kostbar Leben ist.“

Die spirituelle Praxis (*sadhana*) führt zu diesem Gewahrsein, auch ohne dass man ins Weltall fliegen muss. In dem Masse, in dem die Eigenschaft von ‚Gegenwärtigsein‘ und ‚Einfachheit‘ unser Leben immer mehr durchdringt, beginnt unsere Liebe für alle Wesen in der Welt ihren Ausdruck zu finden und haucht unserem inneren Weg Leben ein.

In all dem Alltagsbemühen um Stabilisierung des äusseren Lebens und all der Komplexität unseres Lebens vergessen wir zu oft unsere tiefsten Bedürfnisse. Doch wenn die Menschen das Ende ihres Lebens erreichen und zurückschauen, ist die häufigste Frage, die man sich stellt, nicht etwa: „Wieviel ist auf meinem Bankkonto?“ oder „Wie viele Bücher habe ich geschrieben?“ „Was habe ich aufgebaut?“ „Wie viele Stunden habe ich am Arbeitsplatz verbracht?“ ...

Wenn man das Glück hat, mit einem Menschen zusammen zu sein, der sich bewusst ist, dass die Zeit seines Todes gekommen ist, wird man feststellen, dass die Frage ganz einfach lautet:

„Habe ich ganz gelebt? Habe ich gelernt loszulassen?“

Habe ich gelernt, Veränderungen mit Abstand, Weisheit und Mitgefühl zu erleben?

Habe ich gelernt zu vergeben und mich von der Inspiration des Herzens anstatt vom Geist des Urteilens lenken zu lassen?

Bin ich frei vom Impuls, Besitztum haben zu wollen?

Und vor allem: Ist in diesem Leben meine Liebe für Radha und Krishna gewachsen?“

Wenn ich bereits jetzt über diese Fragen nachdenke, kann ich erkennen, wie meine Ängste und Abhängigkeiten um das Kleinliche eigentlich überflüssig sind.

„Wenn das ewige Lebewesen denkt, es sei Teil dieser Welt und ein Produkt der Materie, leidet es unnötigerweise im Einflussbereich der äusseren Energie.“

Srimad Bhagavatam 1.7.5-6

Unser Problem ist, dass wir glauben, wir hätten noch so viel Zeit. Es ist ungewiss. Wie wäre es wohl, mit dem Wissen zu leben, dass dies unser letztes Jahr, unsere letzte Woche, unser letzter Tag ist?

Vor einiger Zeit besuchte ich in einem Spital einen Mann, der noch nicht vierzig war, aber bereits sehr reich.

Er besitzt eine Baugesellschaft, ein Segelboot und ein Ferienhaus. Eines Tages hatte er am Steuer seines Autos einen ‚Blackout‘. Die Untersuchung ergab, dass er an einem bösartigen, schnell wachsenden Gehirntumor litt. Der Arzt hatte zu ihm gesagt: „Wir möchten operieren, aber ich muss

Sie warnen. Der Tumor befindet sich im Sprachzentrum. Wenn wir den Tumor entfernen, kann es sein, dass Sie damit die Fähigkeit verlieren, zu lesen, zu sprechen, zu schreiben und irgendeine Sprache zu verstehen. Wenn wir jedoch nicht operieren, haben Sie wahrscheinlich nur noch zwei Monate zu leben. Bitte überlegen Sie es sich. Die Operation ist für morgen früh angesetzt. Sagen Sie bis dahin Bescheid.“

Ich besuchte den Mann an diesem Abend. Er war sehr still und nachdenklich und befand sich in einem aussergewöhnlichen Bewusstseinszustand.

Solch ein Erwachen wird manchmal durch die spirituelle Praxis ausgelöst, doch bei ihm entstand es durch die besonderen Umstände. Als wir miteinander redeten, sprach der Mann nicht über sein Ferienhaus, sein Segelboot oder Geld. An jenen Ort, der ihn erwartete, nimmt man keine Banknoten oder Autos mit. Alles, was in Zeiten grosser Veränderung zählt, ist die Währung des Herzens, die Einsichten und Verwirklichungen und das Mass der Liebe.

Zwanzig Jahre zurück hatte er einmal über Reinkarnation gelesen und Yoga praktiziert und in der Situation, der er sich nun ausgesetzt sah, waren es jene Erfahrungen, an die er wieder anknüpfen wollte – über sein spirituelles Leben und sein Verständnis von Geburt und Tod.

Am Schluss sagte er mir: „Heute Abend erscheint mir alles so kostbar. Einfach nur ein Glas Wasser zu trinken oder den Tauben zuzuschauen, die von der Fensterbank ins Freie

hinausfliegen. Sie erscheinen mir so wunderschön. Es ist ein Wunder, einen Vogel fliegen zu sehen.“

Im aussergewöhnlichen Bewusstseinszustand der Todesnähe erscheint alles von dieser Heiligen Intensität durchdrungen.

*kim pramattasya bahubhih
parokshair hayanair iha
varam muhurtam viditam
ghathate shreyase yatah*

„Welchen Wert hat ein langes Leben, das verschwendet wird, indem man aus den vielen Jahren in dieser Welt keine Verwirklichungen mitnimmt?

Besser ist nur ein Augenblick bei vollem Bewusstsein, denn er gibt den Anstoss dafür, nach dem höchsten Eigeninteresse zu forschen.“

Srimad Bhagavatam 2.1.12

Dieses Annehmen des Endes, das in jeden Moment hineingewoben ist, bedeutet nicht, dass der Tod, der wie ein Damoklesschwert über dem Leben hängt, uns morbide werden lassen soll. Es soll nie zu einem Zusammensinken der Lebensfreude kommen, sodass man nur noch düster vor sich hin darbt und den Tod ersehnt. Todessehnsucht oder die morbide Lebensabneigung bilden den Schatten jener freudvollen Todesbegegnung, von der hier die Rede ist.

Das versöhnte Akzeptieren der ständigen Gegenwart des Todes ist als Einladung zur ausgerichteten Lebendigkeit gemeint.

Im Erkennen der Begrenztheit des eigenen Lebens und auch dessen Provisoriums muss auch nicht der Drang auftauchen, jetzt möglichst viel zu tun und das Erdendasein noch möglichst vollstopfen zu wollen. Der Gedanke an den Tod und das freiwillige Betreten seiner Allpräsenz sollen nicht den Druck erzeugen, noch so vieles erledigen zu wollen.

Das Geheimnis des Lebens besteht darin, sich in Radha-Krishnas Hände hineinzubegeben, und liegt ja gar nicht in der Erledigung aller Dinge. Man könnte sich endlos betätigen und Dinge bewegen, doch es gibt keinen Endpunkt und nie ein Ankommen in allem errungenen, innerweltlichen Erfolg.

Das Rückbesinnen auf unsere Kernaufgabe als Seele, wohin uns der Lehrer der Todespräsenz führt, schenkt unzerstörbare Freiheit und Gelassenheit.

Im Laufe der Zeit hat sich in mir das Verständnis vertieft, dass kein Mensch, der einen tiefen und aufrichtigen Wunsch nach Freiheit in sich verspürt, an dieser Begegnung mit dem Tod vorbeikommt. Meister aller Traditionen haben immer wieder den Satz gesprochen: „Stirb, bevor du stirbst.“

Dies ist kein theoretisches Konzept, sondern Ausdruck einer unzweifelhaften Erfahrung: Im vollen Bewusstsein des allgegenwärtigen Todes zu leben heisst, in jedem Moment zu sterben – und neu zu erstehen. Dies ist größtmögliche Lebendigkeit innerhalb dieser Sphäre des Zeitlichen.

Alle versuchen, die Zeit totzuschlagen, und dennoch will keiner sterben. Es ist paradox. Aber indem wir die Zeit totschiagen, wollen wir dem Tod selbst aus dem Weg gehen, um ihm nicht begegnen zu müssen.

Der eine schlägt die Zeit tot, indem er Lebenszeit vor dem Fernseher verbringt; die andere, indem sie ihre Zeit mit leeren Aktivitäten vollstopft oder durch den Beruf, die Identifikation mit einer Tätigkeit, ihre existenzielle Leere überdeckt; andere wiederum in der Beschäftigung des Körpererhaltens. Der eine weicht der Zeit aus, indem er sich dem Gerede hingibt und mit Belanglosigkeiten das Loch zu stopfen versucht und andere, indem sie sich an Temporärbegegnungen klammern – an Partner, Kinder oder Freunde.

Man möchte die Zeit nicht spüren, weil man mit der Zeit auch ihre Begrenzung wahrnehmen würde – und in dieser Begrenzung schaut der Tod in unsere Zeit hinein. Er ist die eigentliche Grenze für unsere Zeit. Wir schlagen lieber die Zeit tot, als uns mit dem Tod zu konfrontieren, als ihm in die Augen zu schauen.

Doch nur wer sich dem Tod stellt, wird die Zeit bewusst wahrnehmen und erleben. Erst in dieser Begegnung kann Zeitlosigkeit, Ewigkeit in den Bereich der Zeit hineinbrechen.

Und erst das ist Kontakt mit dem wirklichen Leben.

Der Tod weist uns also darauf hin, worauf es wirklich ankommt. Wir können nichts mitnehmen, weder unseren Erfolg noch unseren Besitz, noch die Menschen, die wir lieben.

Wir können nur unsere leeren Hände ausstrecken und uns in seine liebenden Arme fallen lassen. Im Angesicht des Todes können wir gelassen leben, das heisst, im richtigen Abstand zu den Dingen und nicht mehr bestimmt von tausend Nebensächlichkeiten; und nicht mehr gedrängt von den Dringlichkeiten der Welt.

Unsere Arbeit, unser Besitz, die Menschen um uns herum – alles erhält sein richtiges Mass. Mit dem Tod zu leben heisst auch, bewusst und ganz in der Gegenwart zu leben, zu spüren, was Leben im Letzten ist:

Jeder Moment, jeder Atemzug ist Geschenk.

Es kommt nicht auf unsere Leistung an. Lebendige Zeit gelingt dem, der den Tod wahrnimmt.

Tot wird die Zeit, wenn der Tod verdrängt wird.

Zeit wird zur tötenden Macht (*kalo'smi loka kshaya krit* – Bhagavad Gita 11.32), wenn wir nur die Zeit totzuschlagen versuchen.

Scheinpermanenz



*„Ich bin ein Winzling in einem
gigantischen Strom, der durch die
Zeiten fließt.*

*In jeder Sekunde entstehen und
vergehen Zehntausende von Sternen.*

*In jedem Körper ist das Material
von Tausenden von explodierten
Sonnen. Das Universum mit seinem
dramatischen Werden und Vergehen
ist in unserem Körper gegenwärtig.
Es ist praktisch eine Einladung, die
gewaltige Vergänglichkeit
mitzufeiern.“*

Vergänglichkeit ist wunderbar.

So, wie die Jahreszeiten im ständigen Fluss sind, Winter zu Frühling, Frühling zu Sommer und Sommer zu Herbst wird, so wie der Tag zur Nacht, Hell zu Dunkel und wieder zu Hell wird, so befindet sich alles in ständigem Wandel.

Vergänglichkeit ist die Natur dieser Welt.

Vergänglichkeit ist Begegnung und Trennung. Vergänglichkeit ist ‚sich verlieben‘ und die ‚Liebe‘ wieder verlieren. Vergänglichkeit ist bittersüß... man kauft sich ein neues Hemd und findet es Jahre später als Teil einer Patchwork-Decke wieder.

Die meisten Menschen haben keinen Respekt vor der Vergänglichkeit. Das heisst, man freut sich nicht an ihr, sondern beginnt, mit der Kraft der Zeit in einen Kampf zu treten.

Dann erlebt man sie als Schmerz und versucht, sich ihr zu widersetzen. Das ist die verzweifelte Bemühung um Beständigkeit inmitten des Flusses von Vergehen.

Irgendwann in diesem Prozess des Leugnens der Tatsache, dass sich alle Dinge und Konstellationen in der materiellen Welt in einem unaufhaltbaren Wandel befinden, verlieren wir die Wahrnehmung für das Heilige: die ewige Seele und ihre Beziehung zu Radhe-Syam.

Ein heilender Ansatz wäre, sich der Vergänglichkeit gegenüber nicht mehr zur Wehr zu setzen. Dann harmoniert man mit ihr.

Dann ist es das Feiern der Übergänge... von der Geburt zum Tod. Alte Kulturen hatten dafür Zeremonien. Dies war das Anerkennen, Achten und Liebenlernen der Vergänglichkeit.

König Pururava wurde von seiner Frau, einem himmlischen Wesen, verlassen. In der Agonie des Trennungsschmerzes weinte er und begann sich zu besinnen:

„Wie könnte ich sie (oder irgendeine Lebenssituation) rügen, ihr Vorwürfe machen oder ihr Verantwortung zuschieben für die eigene Schwernis, wenn ich doch selber in Unkenntnis über meine eigene spirituelle Natur war.

Ich habe ein harmloses Seil am Boden in der Dunkelheit für eine Schlange gehalten (ein vedisches Bild für die Vorspiegelung der *maya*, Substanzloses für Wirkliches zu halten und sein eigenes Wohlbefinden an vorbeiziehende Zustände der materiellen Energie zu heften).

Als Folge dieser Fehlidentifizierung der ewigen Seele mit Materie haben mich die Sinne wie Aufmerksamkeitskanäle in die Aussenwelt gedrückt.“

Srimad Bhagavatam 11.26.17

Hermann Hesse vermag die Vergänglichkeit wertzuschätzen, da er in ihr den Impuls zum Ewigen wahrnimmt:

Vergänglichkeit

*Wie eine Welle, die vom Schaum gekränzt
Aus blauer Flut sich voll Verlangen reckt
Und müd und schön im grossen Meer verglänzt –*

*Wie eine Wolke, die im leisen Wind
Hinsegelnd aller Pilger Sehnsucht weckt
Und blass und silbern in den Tag verrinnt –*

*Und wie ein Lied am heissen Strassenrand
Fremdtönig klingt mit wunderlichem Reim
Und dir das Herz entführt weit über Land –*

*So weht mein Leben flüchtig durch die Zeit,
ist bald vertönt und mündet doch geheim
Ins Reich der Sehnsucht und der Ewigkeit.*

Wir alle kennen die kindliche Vorstellung: „Alles soll immer bei mir bleiben. Die Mami soll immer bei mir bleiben. Alles, was ich lieb gewonnen habe, soll für immer bei mir bleiben.“

Diese naive Vorstellung hat keine Ahnung vom Leben – und vor allem nicht vom Tod.

Diese Absicht ist aber verständlich aus der Perspektive eines Menschen, der sich selber verloren hat und somit Identitätsgefühl in die Objekte überträgt, die ihn umgeben.

Das Kind, das an der Mutterbrust hängt, hat kein Bewusstsein seiner selbst. Und weil es nicht zutiefst in sich selbst gründet, in einem wahrgenommenen Eigenwert, bietet sich ihm das Nahestehende, das am nächsten liegende Objekt im Aussen an: Der Körper der Mutter.

Diese Mentalität der frühen Entwicklungsgeschichte dieses Körpers hängt uns an.

Diese Kompensierung, die Suche im Aussen aufgrund mangelnder Verankerung in der eigenen Identität, ist legitim im Babystadium des Menschseins, wirkt aber grotesk, wenn sie bis ins Erwachsenenalter hineingetragen wird.

Doch genau dies ist die Grundbefindlichkeit einer säkularen Gesellschaft.

Eigentlich sucht man nach der Beziehung zu Gott, nach Beständigkeit, nach Frieden und Einkehr, aber man lebt noch in der Veräusserlichung des Kindes und will noch immer Identitätsgefühl aus den Dingen (auch Personen) und den Umständen gewinnen.

Es ist die gelebte Nicht-Respektierung des Todes, denn im Bewusstsein des Kleinkindes existiert er noch nicht.

Allerdings taucht schon ganz zu Anfang der Existenz in der Tiefe das Gefühl nicht vollständiger Geborgenheit auf –

beginnend zum Beispiel in der körperlichen Abwesenheit der Mutter.

Aber Mutter und Vater sind ja nur ein Symbol für den Greifimpuls nach aussen: Im unerleuchteten Zustand des Kindes haben wir ihn uns angewöhnt und internalisiert. Man schnappt sich, was in der Aussenwelt gerade erhältlich ist, und haftet sich daran fest, weil man denkt, es schenke einem Identität. Später wird es der Beruf, die Wohnung, Gegenstände, die einen umgeben, die ‚eigenen‘ Kinder, Partner, Überzeugungen und Eigenschaften... für jeden Menschen ist es etwas Anderes, was er nicht verlieren möchte, was er in diesem Augenblick nicht bereit zu verlassen ist und was in seiner Welt nicht sterben dürfte.

Der Schritt aus dem Kleinkind-Bewusstsein heraus besteht wiederum darin, bewusst die Bereitschaft zum Verlieren aufzubringen. Man schaut ganz tief in die potenziellen Verlustobjekte hinein, streift sie von sich ab – und bemerkt, dass man ja gar nicht weniger geworden ist.

Die latente Grundangst existiert ja gerade, WEIL man sich an den Dingen festgemacht hat.

Wie kann man glücklich und zufrieden leben, wenn man so viel zu verlieren hat? Und wie frei und unbeschwert lebt es sich auf der anderen Seite in einem Zustand, in welchem man nichts mehr zu verlieren hat... Nicht, weil man nichts mehr hat, sondern, weil die Bereitschaft zum Verlieren im Bewusstsein erwacht ist, hat eine tiefgreifende Freude Einzug gehalten.

Ich bin ein Winzling in einem gigantischen Strom, der durch die Zeiten fließt.

In jeder Sekunde entstehen und vergehen Zehntausende von Sternen.

Die Bestandteile unseres Körpers bestehen aus der Asche von vielen Sternengenerationen. Er besteht aus Sternenstaub.

In jedem Körper ist also das Material von Tausenden von explodierten Sonnen. Das Universum mit seinem dramatischen Werden und Vergehen ist in unserem Körper gegenwärtig. Es ist praktisch eine Einladung, die gewaltige Vergänglichkeit mitzufeiern.

Wenn der Akt des Festhaltens abgelegt wird, entsteht ein Fluidum: Die Elemente fließen natürlich durch den Rahmen dieses Körpers hindurch. In dieser inneren Wahrnehmung wird der Versuch eingestellt, diesen Fluss in eine bestimmte Richtung zu lenken oder ihn zu fixieren.

„Obwohl die Flamme einer Kerze als gleichbleibend erscheint, sind es doch unzählige Lichtstrahlen, die unentwegt Schöpfung und erneute Zerstörung durchlaufen. Wenn jemand diese Kerze für einige Zeit betrachtet, wäre es falsch zu sagen, dass *dies* das Licht der Kerze sei.

Wenn man an einem Fluss sitzt, so fließen immer neue Wassermassen an einem vorbei und ziehen dann unwiderruflich in die weite Ferne. Man kann nicht sagen, dass *dies* das Wasser des Flusses sei.

In ähnlicher Weise unterzieht sich der menschliche Körper in jedem Moment vielen Transformationen und man kann in

keinem Lebensstadium sagen, dass dies seine eigentliche Identität sei.“

„Materielle Körper durchlaufen aufgrund des Gewalteinflusses der Zeit konstant die Veränderungsphasen von Schöpfung und Zerstörung. Aufgrund des subtilen Wirkens der Zeit, die eine Kraft Gottes ist, nimmt dies niemand wahr und so betrachtet man seine körperliche und mentale Existenz inmitten des Spektakels der Veränderlichkeit als konstant und Substanz innehabend.“

Srimad Bhagavatam 11.22.45 & 43

Das Srimad Bhagavatam skizziert das klare Bewusstsein, das ohne die verstrickende Nähe der Identifikation die Geschehnisse in der Welt betrachtet (11.22.50):

„Die Geburt eines eigenen Kindes wird einen aus diesem wachen Zeugenstand ebenso wenig berühren, wie wenn jemand den Samen eines Baumes setzt und dieser dann spriesst.

Und wenn ein geliebter Mensch stirbt, so empfindet die wache Seele dies so, wie wenn man gerade dem Absterben eines Baumes im Walde beiwohnen würde.“

Ich mag mich noch gut erinnern, wie ich über die Transzendenz-Perspektive des Srimad Bhagavatam freudig gestaunt habe, als ich diese Verse das erste Mal las. Auch heute erschüttern sie mich noch immer.

Der Regelfall der Ich-Struktur glaubt, dass Schwäche in jeder Form abgelegt werden müsse. So wird sie dann überlagert mit falschen Formen von ‚Stärke‘. Doch eine Stärke, die durch den Akt inneren Festhaltens gespeist ist, ist eigentlich keine Manifestation von Kraft, sondern nur Verzweiflung.

Schwäche führt in die Todesnähe; das weiss die Ich-Struktur nur zu gut und deshalb wird ein Leben lang dagegen gekämpft.

So viel Lebensenergie wird in solchem Streben gebunden...

Wenn wir in aller Schwäche diese Todesnähe voller Bewusstheit und ohne Abwehr aufsuchen, tut sich ein ganz anderes Bild auf – nämlich die dankbare Freude des Aufgehobenseins.

Kein kämpfendes Ich hätte eine solche je generieren können.

Was ist der Tod?



*„Der Tod kann nicht in
„meinem Leben“ Einzug halten.
Er kann „mein Leben“ nur
zerstören, damit es nicht mehr
„mein Leben“ ist, sondern
aufgebrochen wird für die
Wirklichkeit Gottes.*

*Für eine Liebe, für die all diese
Weltgefäße zu eng waren.“*

„Geburt ist nach Auffassung des inneren Weges nicht der Prozess, sich aus dem Mutterleib herauszuwinden, sondern die totale Identifikation mit dem neuen Körper. Diesen neuen Körper betrachtet man genauso missverständlich als sein Selbst, wie wenn man die Erlebnisse, die man in einem Traum durchlebt, für wirklich hielte.

Während man träumt, erinnert man sich nicht mehr an vergangene Träume. Die Absorption in angenehm genussvolle und leidvolle Sinnesempfindungen schränkt die Wahrnehmung des reinen Bewusstseins ein und man vergisst vorangegangene Wirkungskreise. Obwohl man bereits vor der Berührung mit diesem gegenwärtigen Körper existierte, denkt man, man sei erst durch den Prozess der Geburt zum Individuum geworden.“

Srimad Bhagavatam 11.22.39-40

Wenn nun jemand zu glauben beginnt, er würde geboren werden, taucht als dualistischer Gegenpol auch das Erleben des Todes auf. Der Tod ist also nur die Folge dieser Identifikation.

Alle Erfahrungen im weltlichen Leben, alle Glücksgefühle und alle Tragik stehen nie in Berührung mit der ewigen Seele.

Wer erfährt dann Glück und Leid? Die Indifferenz gegenüber dem liebevollen Dienst zu Radha-Krishna erzeugt *ahankara* (Sanskrit. ‚Ich-Macher‘), d.h. die Möglichkeit, sich mit einer Traumwelt zu identifizieren. Man glaubt nun, in Bezug mit dem Geschehen im Traum zu stehen.

„So, wie ein Traum nur eine Kreation im feinstofflichen Körper darstellt und keine eigentliche Substanz innehat, so ist auch alle weltliche Lamentation, Glück und Leid, sowie der Glaube, man würde einen materiellen Körper annehmen oder sterben, nur eine Manifestation der verblendenden Kraft Gottes.

Mit anderen Worten besitzt weltliche Existenz keinen essentiellen Realitätsgehalt.“

Srimad Bhagavatam 11.11.2

„Jemand, der den Mond auf der Wasseroberfläche gespiegelt betrachtet, sieht ihn zittern, weil er nicht auf den Mond, sondern nur auf die Spiegelung in den sich bewegenden Wellen schaut.

Wenn sich jemand von der Seele abwendet und auf die äussere Spiegelung der materiellen Natur schaut, nimmt er unterschiedlichste Körper wahr, Männer, Frauen, Alte Kranke, Schöne und Junge. Wenn die Aufmerksamkeit wieder auf die Seele selbst gerichtet ist, vergehen diese Zitterungen der Oberfläche.“

Srimad Bhagavatam 3.7.11

Alle körperlichen Zustände (auch die psychischen als Teil des feinstofflichen Körpers) sind nur solche Zitterbewegungen der Oberfläche. Jegliche Veränderung im körperlichen Dasein, auch Geburt und Tod, hat keinen Bestand mehr, wenn man auf die Seele selbst schaut.

„Eine Seele, der Freiheit nicht einfach nur ein theoretisches Wort ist, sondern die sie wirklich zu leben gedenkt, soll in ihrem Haus genau wie ein Gast leben. Das bedeutet, ohne ein Eigentumsrecht oder Besitzanspruch und ohne ein Identitätsgefühl darin. Auf diese Weise wird sie nie gebunden von häuslichen Angelegenheiten.“

Srimad Bhagavatam 11.17.54

Es ist ein Status der Aufrichtigkeit und Wahrhaftigkeit, sich nicht mehr zu identifizieren als permanenter Bewohner der materiellen Welt. Es ist ein Bewusstseinszustand, welcher gänzlich unabhängig vom Zivilstand ist. Die Gelöstheit von der Verhaftungsgewohnheit des Geistes schenkt einem diese Ungebundenheit und damit Leidlosigkeit, die für *bhakti* die Grundlage darstellt.

Würde die Gotteszuwendung vor diesem „Sich-Einsinken-Lassen“ in die Leidensfreiheit geschehen, würde man Gott nur für die Eigeninteressen instrumentalisieren.

Im Srimad Bhagavatam heisst es dann (11.17.53):

„Die Gemeinschaft mit Kindern, Partnern, Verwandten und Freunden soll man genau wie die kurzfristige Begegnung von Reisenden an einer Oase oder in einer Gaststätte betrachten. Mit jedem Körperwechsel ist man von den vermeintlichen Angehörigen wieder getrennt, genauso wie ein Träumender die ihn während des Traumes umgebenden Dinge beim Aufwachen verliert.“

Die eigene Hoffnung, von der unmittelbaren Umgebung – insbesondere den Menschen darin – genährt zu werden, zielt ins Leere. Solange man diese Perspektive, die das Srimad Bhagavatam hier schenkt, nicht wirklich ins Herz schliesst, schafft man sich nicht nur ein Leidenspotenzial, sondern wird auch den heiligen Zufluchtspfad nie wirklich begehen können.

Interessant dabei ist, dass diese Unterweisungen an Menschen gerichtet sind, die im Familienleben stehen. (Das 17. Kapitel im 11. Canto des Srimad Bhagavatam umschreibt die Pflichten von Menschen, die in der Gesellschaft und inmitten des Familienlebens stehen).

Auch Jesus lehrt in der Bibel genau diese Lebensperspektive der tiefen Verbundenheit als Seelen.

„Als die Familienangehörigen Jesu zu dem Haus kamen, in dem er unterrichtete, liess Jesus sie nicht eintreten und sagte, während er auf seine Jünger verwies:

„Meine Mutter und meine Brüder sind alle, die den Willen Gottes tun.’ “

Markus 3,31-35,

Lukas 8,19-21

Tod ist also das Festhalten an der eigenen Vorliebe: Das Festhalten an meinen kleinen Bevorzungen und Ideen, wie sich die äussere Lebensspur zu gestalten habe.

Integrierter Tod ist die Erinnerung an die Möglichkeit, die jederzeit eintreten darf,

dass mir wertvolle Beziehungen enden,

dass Positionen, die ich innehatte, sich auflösen,
dass Errungenschaften, die ich erworben habe, vergehen,
dass Sicherheit zerstört wird,
dass alles, auf was ich mein Leben gestützt habe, bis in die
Grundfesten erschüttert wird.

All dies darf geschehen und ich beobachte es aus Entfernung
ohne Widerstand zu leisten und ohne zu meinen, intervenieren
zu müssen.

Darin liegt tiefere Erfülltheit als in der Verklebung mit der
Oberfläche des Lebens.

Der Mensch weiss um seinen Tod. Hat ihn, wenn er nicht
verdrängt wird, immer vor Augen.

Es ist nicht irgendein Ereignis des menschlichen Lebens.

Sondern: All das, was man im Alltagsbewusstsein als „mein
Leben“ bezeichnete, wird durch ihn *GANZ VERSCHWINDEN*.

Krankheit, Leid, Unwissenheit, Unvermögen, Ohnmacht –
all das sind Erfahrungen, die uns die Endlichkeit dieses Lebens
verdeutlichen.

Tod ist das sichtbarste Zeichen menschlicher Begrenztheit.

Der Tod stellt den Menschen in all seinem Tun in Frage.
Erst in der Begegnung mit ihm zeigt sich, ob das Leben gelingt
oder nicht, ob man einen Inhalt lebt, der auch im Moment des
Todes Gültigkeit behält.

Im Vergessen der Seele betrachtet man das Geborenwerden
und Sterben seines Körpers als sein eigenes Geborenwerden
und Sterben.

Und so werden plötzlich irgendeine Frau und irgendein Mann als meine Eltern betrachtet... Irgendein Landstrich als meine Heimat... oder irgendwelche Menschen als meine Familie...

Es ist immer wieder erstaunlich, in welche Geschichten einen das Vergessen Radha-Krishnas zu verwickeln vermag.

*Warum gibt es
den Tod?*



„Dem Tod ergeht es tatsächlich
so:

*Den normalen Menschen muss er
holen.*

*Nur der verinnerlichte Mensch
lädt ihn ein.“*

Er ist das Anzeichen, dass wir nicht im Wirklichen leben.

Die Angst, welche als Todesangst das gesamte Leben überschattet, hat nur so lange ihren Bestand, wie wir sie nicht berühren und ihr nicht begegnen. Denn da erkennt man, dass man auch im Sterben gar nichts verlieren wird. All das, was man meint, zu verlieren, hat einem gar nie gehört und man hat frecherweise nur Besitzanspruch darauf erhoben und darunter gelitten.

Wenn der Tod an die Türe klopft, verriegeln viele die Tür. Schliessen die Fensterläden zu. Sitzen zitternd und ängstlich irgendwo im Zimmer.

Dann werden sie noch wütend und schlagen von innen gegen die Türe: „Ich mach dich fertig!“ Man wollte dem Tod entkommen – und genau dieser Versuch hat Totes erzeugt: die innere Stumpfheit.

Aufgrund dieser Todesverdrängung entsteht eine Lebensverdrängung. Mit anderen Worten blockiert diese Wunde der Sterbeverneinung das eigentliche Leben.

Dem Tod ergeht es tatsächlich so:
Den normalen Menschen muss er holen.

Nur der verinnerlichte Mensch lädt ihn ein.

Doch der verbissene Überlebenstrieb verbietet die Möglichkeit, dass man dem Tod auch die Türe öffnen könnte. Denn die Identifikation mit körperlichen und mentalen Welten

glaubt, den Tod einzulassen wäre das Schlimmste, was überhaupt passieren könnte.

Wenn Leben auf einer substanzielleren Ebene erkannt wird, als Ewige Seele, in welcher die Gottesbeziehung kreatürlich angelegt ist, wird man in der Umarmung des Todes nie geringer oder weniger. Vielmehr haben endlose Lasten und Ängste sich erübrigt.

Die Leichtigkeit, die der Natur unseres Wesens zugehörig ist, wird in diesem gelösten Todesbezug beständig erfahrbar.

Umarmung der Endlichkeit

Das Leben eines normalen Menschen kann umschrieben werden als der Versuch, der gefühlten Leere zu entkommen und sie immer wieder durch Beschäftigung oder Geschäftigkeit, durch Emotionen, Gedanken und gewohnheitsmäßige Ausweichbewegungen mittels unzähliger Stimulanzen, mit denen man sich ein Leben lang vollstopft, zu füllen.

Das grosse Geschenk bleibt unerkannt verborgen, während man sich mit kleinsten Trostfreuden zufriedengibt.

Naiv glauben wir daran, dass wir uns absichern könnten und dass wir selbst durch Anhäufung von spirituellem Wissen oder durch das Erlangen von paranormalen Kräften die Fähigkeit erlangen würden, uns vom menschlichen Leid abzusetzen und das Ich in ein Reich jenseits davon hineinzuretten. Das ist eine

Form von Magie, mit der man das Alltagsbewusstsein scheinbar zu sprengen versucht.

Aber es ist nur eine Technik, welche das Leiden verlängert und niemals die Grenzen des Ichs überwindet. Man möchte damit nur die Möglichkeiten des Ichs erweitern.

Das Leben der Menschen ist der konstante Versuch, sich über Wasser zu halten, um nicht zu ertrinken. Darin wird die Energie investiert, die einem dann fehlt, dem Tod zu begegnen.

Wenn der wirkliche Tod – nicht das Sterben eines erneuten Fleischsacks – an die Türe klopft, soll er einfach willkommen geheissen werden wie ein Gast. Es ist ein Eintauchen in eine unendliche Stille. Jeder Kampf und jeder Krampf werden überflüssig, wenn ich vor ihnen nicht mehr davonlaufen muss. Dann steht man Angesicht zu Angesicht mit dem Tod in vollkommener Gegenwart. Von da kann man das betrachten, was man „sein Leben“ nennt.

Die Arbeit, die Beziehung zu den Vorgesetzten, zum Partner, zu den Kindern, zur Familie. Den Kampf. Die Angst. Den Geltungsdrang. Das künstliche Aufblähen, die Inflation des Ichs, gefolgt von diesem niederschmetternden Zusammenfallen von all dem.

Alles Leid ist Ausdruck dieses einen Kampfes „jemand“ zu sein. Es ist der Kampf, sich an der Oberfläche halten zu müssen.

Ich habe nicht nur die Pflicht, physische Körper abzulegen, sondern auch das Recht, wirklich zu sterben und die Freiheit und die Freude dabei zu erfahren.

Das ist die totale Bereitschaft für das Ende. Die Achterbahn der Zeit, die Menschen für ihr Leben halten, ist der Traum, der beendet werden kann.

Jedes „Ich“ hält sich für einen kleinen Gott und versucht hinten herum, die Unendlichkeit, das ewige Sein, für sich zu gewinnen. Und während es dies probiert, beobachtet es in zunehmender Hilflosigkeit die Offensichtlichkeit des Verfalls dieses Organismus.

Ein junger Mensch in der Blüte seines Egos hält sich zunächst für unsterblich. Doch dann, wenn der Zahn der Zeit beginnt, seine Arbeit immer offensichtlicher zu tun, kann er irgendwann nicht mehr umhin, dem Verfall ins Auge zu sehen.

Aber es gibt Menschen, die sterben, ohne dem Tod jemals freiwillig ins Auge geblickt zu haben – und dies ist wahrscheinlich die Mehrzahl.

Der Tod kann nicht in „meinem Leben“ Einzug halten. Er kann „mein Leben“ nur zerstören, damit es nicht mehr „mein Leben“ ist, sondern eben aufgebrochen wird für die Wirklichkeit Gottes.

Für eine Liebe, für die all diese Weltgefäße zu eng waren.

Eine Rose, eine Wolke, ein Mensch, ein alter Baum – sie alle sind im Prozess der Auflösung. Alles durchläuft die Stadien von Geburt, Dauer, Verwandlung und Verschwinden. Wer

mit Meditation beginnt, sollte diese Unbeständigkeit aller Dinge ganz genau beobachten.

Einige denken, dass diese Betrachtung einen zu einer pessimistischen Lebenshaltung führe und dass sie einem die Liebe zum und Freude am Leben nehmen werde.

Die Wirklichkeit ist jedoch immer heilend und befreiend. Man wird einfach der Begrenztheit enthoben, an die man sich selber geklammert hatte. Die Isolierung des Selbst von der Wirklichkeit hat Namen wie „mein Haus“, „mein Partner“, „meine Kinder“, „mein Besitz“, „mein Reich“...

Wenn man diese Selbstbegrenzungen ablegt, erkennt man, dass der Verfall der Erscheinungen das Leben selbst, die ewige Seele, gar nicht berühren kann. Dass das Entstehen und Vergehen der Welle das Wasser nicht beeinflusst.

Beobachtet man die Erscheinungen auf diese Weise und erhellt ihren Verfall, so bleibt man gleichmütig angesichts von Leben und Tod und erlebt sogleich eine stille, tiefe Freude, einen Frieden, der durch Verlust nicht weniger und durch Gewinn nicht angereichert wird.

Gewöhnlich fürchtet man, die Dinge zu verlieren, wenn man loslässt. Aber in der präzisen Beobachtung erkennt man das genaue Gegenteil. Je mehr man loslässt, desto freier wird man.

Loslassen bedeutet also, Vorstellungen über sich selbst (das Selbstbild) und die Lebensspanne zu überwinden. Man denkt, das Leben beginne an dem Tag, an dem man durch die Mutter

geboren wird und ende mit der Ausstellung des Totenscheins. Das ist jedoch nur die Limitation auf einen Körper.

Wirklichkeit bleibt dabei unberührt.

Bereitschaft für das Ende bedingt Vertrauen zum Ende, dass nicht ich selber zu Ende bin, dass nicht die *svarupa*, die ewige Identität als Seele zu Ende ist, sondern nur, dass das, was man bisher für das Leben hielt, zu Ende gehen darf.

Zeit hinauszögern

In einer Zen-Geschichte fragt der Schüler den Meister:

„Was ist der Unterschied zwischen einem Erleuchteten und einem gewöhnlichen Menschen?“

– „Der Meister weiss, dass er stirbt.“

Wer diesen Koan tief erkennt, weiss, was es bedeutet, angesichts des Todes zu leben. Der Tod ist der Moment, in dem es keine Zukunft mehr gibt. Der weise Mensch lebt in jedem Moment angesichts dieser Vergänglichkeit, im Anerkennen der provisorischen Natur all dessen, was einen umgibt.

Es ist paradox, dass erst in dieser Gleich-Gültigkeit dem Leben und dem Tod gegenüber die vollkommene Fülle und die Tiefe des Lebens erst verfügbar wird. Wenn der Tod plötzlich und unvermittelt nahe kommt, verspürt man eine unglaubliche

Intensität, die alles Wühlen an der Oberfläche ausblendet. Es ist eine Tiefe des Erlebens, die in der Trivialität des Alltagsbewusstseins verloren gegangen ist.

Wir denken, wir hätten viel Zeit. Doch in Wirklichkeit haben wir keine Zeit. Alle sprechen von einer Welt, welche sich immer schneller dreht, immer ruheloser, ungestümer und übereilt wird. Und dennoch hängen wir erstaunlicherweise an einer Einstellung, noch sehr viel Zeit zu haben bis zum Tod, bis zur endgültigen Ernsthaftigkeit. Bis hin zur Hinwendung zum effektiven Leben, hin zur Hingabe an Radha-Krishna.

Immer sind wir am Hinauszögern. Wie lange noch?

Wir haben keine Zeit.

Wenn ich einmal eine Chance bekomme, muss ich sie nutzen. Wer weiss, ob ich noch einmal eine Chance bekomme.

Ein *sadhu* sagte mir als jungem Mönch einmal:

„Das ist deine Chance. Vielleicht kommt sie nie wieder.

Du musst sie ergreifen.“

In diesem Bewusstsein der einen Chance liegt eine Haltung von Radikalität und das Wissen, dass nichts im gesamten Universum wichtiger ist als diese Chance wirklich zu nutzen.

Ich hatte die Chance nicht gesehen. Kein normaler Mensch sieht diese Chance zu vollkommener Befreiung, weil sie in der Beschränkung des denkenden Geistes gar nicht existiert.

Der Gedanke „ich bin bereit, für die Freiheit alles zu geben“ ist der seltenste aller Gedanken.

In uns taucht dann aber eine Würde auf, ein Appell des Innersten. Will man es denn zulassen, so viele Chancen verpasst zu haben? So viele erstaunliche Möglichkeiten zwar angeboten bekommen zu haben, aber sie einfach verstreichen gelassen zu haben... Die Reue, nicht wirklich gelebt zu haben, so viele Hinweise geschenkt bekommen zu haben und dennoch so indifferent gegenüber Krishna geblieben zu sein, brennt dann schon fast.

Wir alle kennen den weisen Vers aus dem Mahabharata, der vom Verstand, der sich im Zeitweiligen niedergelassen hat, nicht verstanden werden kann:

„Lebe jeden Moment mit dieser vollkommenen Intensität, als sei er dein letzter.“

Und in Wahrheit auch nachzufühlen:

„Es ist mein letzter.“

Denn jeder Moment, von dem man glaubt, dass er noch kommen wird, existiert nur im Verstand, in irrationalen Hoffnungen, deren Inkongruenz mit den Umständen der Welt als Leid wahrgenommen wird.

Die Wahrheit ist, dass der Tod in diesem Moment ist und nicht irgendwann in der Zukunft. Es ist der zugelassene Moment, in dem es kein Verschieben auf ein „später“ mehr gibt. In diesem Moment findet vollständige Berührung statt. Und die ist es genau, vor welcher der Verstand davonläuft, weil er annimmt, die Intensität dieser vollkommenen, nackten Berührung nicht auszuhalten. Dann schafft er sich die Flucht im Gedenken, es hätte ja noch Zeit.

Schmerzen und Leiden



*„Ich gebe alles auf – sogar
das Wissen über mich selbst –
und gebe mich dem Unbekannten
hin.“*

*Dieser Akt erfordert Demut und
die Bereitschaft, etwas Kleines,
das sich ‚ich‘ nennt, sterben zu
lassen für das Grosse,
für Gott.“*

In der Gesellschaft, die unter Transzendenzverlust leidet, wird angenommen, Gesundheit sei das höchste Gut des Menschen. Es mag der höchste Wert für einen Menschen sein, der nichts anderes kennt – und somit steht die körperliche, die materielle Welt gänzlich im Zentrum seiner Aufmerksamkeit.

Ein Mensch, dessen Bewusstsein auf diese Weise begrenzt ist, wird von einem sehr simplen Denkmuster geprägt: „Wenn diese körperliche Gesundheit bedroht ist, dann beginnt der Leidensweg, denn dann ist diese Identität bedroht.“

Gesundheit ist aus tieferer Sicht betrachtet nie das höchste Gut. Nur in der Ausblendung von Wesentlichkeit erscheint dies so.

Worin liegt der Wert in der Vorstellung, durch schulmedizinische Massnahmen Zeit zu gewinnen und das Ende dieses Körpers noch ein wenig hinauszuzögern?

Zeuge zu sein, wie eine schwere Krankheit den Körper befällt, mag manchmal schmerzhaft sein, hat aber keinen wesentlichen Einfluss auf meine Befindlichkeit und meine Zufriedenheit.

Kann denn ein Mensch, der schwer krank ist, tatsächlich glücklich sein?

Wenn Gesundheit nicht mehr als das höchste Gut betrachtet wird, dann ist dies sicherlich möglich.

Wenn man ganz normale Menschen nach dem grössten Glück und der grössten Zufriedenheit fragt, werden sie als eine der ersten Antworten wahrscheinlich eben die „körperliche Gesundheit“ nennen.

Das eigentliche Leiden des Menschen entsteht aber nicht im Körper und ist auch nie körperlicher Natur. Es entsteht im Geist. Es ist die geistige Tendenz zur Identifikation mit Dingen, an die wir uns zwar gewöhnt haben, die wir aber nicht sind.

Manchmal werden wir Zeuge und sind berührt, wenn Menschen, die körperlich ein schweres Schicksal erlitten haben, dennoch die Möglichkeit aufzeigen, tiefes Lebensglück zu empfinden. Glück und Leiden sind nicht körperlicher Natur. Wenn das geistige Leiden, die Involvierung der Aufmerksamkeit ins Geschehen, zum Ende kommt, mag man unter Umständen noch immer grosse Schmerzen und körperliche Beeinträchtigung haben, doch sie haben ihren Einfluss auf die klare Wahrnehmung, also ihre Bedeckungs- und Vernebelungskraft, verloren.

Wenn wir das Verständnis von Glück und Leiden auf den Körper projizieren, haben wir noch nicht wirklich begriffen, was deren eigentliche Ursachen sind.

Körperliche Gesundheit ist nicht das höchste Gut und körperliche Aggregatzustände sind auch nicht dafür verantwortlich, ob ich glücklich oder traurig bin. Eine solche Anschauung stellt eine der grundlegenden Täuschungen des Lebens dar.

Der Körper wird älter und spätestens damit zerfließt auch körperliche Intaktheit immer mehr. Dieser Körper ist dem Tod ausgesetzt. Körperliche Gesundheit ist somit ein ganz und gar relatives Gut. Dauerhaftes körperliches Wohlbefinden kann es nicht geben.

Wir dürfen also aufhören, das Verständnis inneren Friedens, innerer Erfüllung oder Harmonie an vorbeiziehende, körperliche Zustände zu heften.

Natürlich sind körperliche Schmerzen anfänglich unangenehmer als körperliche Glücksgefühle. Aber wenn wir die Welt nicht mehr aus dem kindlichen Bewusstsein heraus betrachten, in dem äussere Bequemlichkeit die Glücksskala dominiert, dann vermag jede Situation, der man ausgesetzt ist, eine Chance und einen Weckruf darzustellen, die Perspektive grundlegend zu verändern.

Es geht hierbei allerdings nie darum, körperliche Schmerzen oder Unwohlsein zu verharmlosen oder gar zu verleugnen. Auch nicht um die verblendete Beschönigung, dass alles immer nur wunderbar und freudvoll sei.

Aber man darf das gesamte Bild betrachten.

Bei einer schweren Krankheit ist es eigentlich der Tod, der anklopft mit der Mitteilung: „Hier bin ich... Ausgegrenzt aus deinem Bewusstsein, verleugnet und nicht wahrgenommen. Jetzt dränge ich mich in dein Leben und zeige dir, dass das, was du bisher als Leben verstanden hast, nicht das Leben ist.

Und auch nicht *dein* Leben.“

Das Leiden ändert seine Struktur, wenn man aufhört, dagegen anzukämpfen. Es sublimiert sich, wenn man die Verkrampfung einstellt, sich dem Schmerz zu widersetzen.

Schmerzen offenbaren einem einfach das eigene Verhaftet-Sein mit bestimmten Vorstellungen.

Ramana Maharshi verbrachte die letzten Monate seines Lebens unter grossen Schmerzen. Er hatte Krebs im Endstadium und litt so fest, dass er nachts oft laut schrie und die gesamte Nachbarschaft aufweckte. Viele seiner Schüler wussten nicht, wie sie das einordnen sollten. Ein erleuchteter Meister wie er, so dachten sie, wird doch keine Schmerzen empfinden...

Einer seiner Studenten befragte ihn dann darauf: „Leidest du auch am Schmerz?“

Ramanas Antwort war aufschlussreich:

„Die Schmerzen sind da, aber kein Leiden.“

Er empfand auch den Schmerz, der ja ein Indikator des Körpers ist, dass etwas mit ihm nicht stimmt. Dieser wird in dem Masse wahrgenommen, wie Identifikation mit dem Körper existiert. Und doch sagte Ramana: „Das ist kein Leiden.“

Das Schmerzliche, das dem Körper widerfährt – das kann ich aus eigener Erfahrung sagen, denn ich habe viel körperlichen Schmerz erhalten – darf einen zur Aufgabe des Kampfes um das Überleben an der Oberfläche einladen.

Diese Aufgabe des Kampfes wird dem Innersten Substanz verliehen, denn in der Identifikation mit körperlicher Kraft ging diese Substanz gänzlich verloren.

Wer kann erfahren, dass Schmerz nicht schmerzhaft ist? Nur der, der ohne Beziehung zu diesem Schmerz lebt.

Ohne meinen gierigen, habsüchtigen, alles verschlingenden und gefräßigen Griff nach der äusseren Welt im Versuch, mir alles um mich herum einzuverleiben, bleibt Schmerz eine Peripher-Erfahrung ohne substanziellen Einfluss auf das eigene Gemüt. Dann bleibt er leidloser Schmerz. Auf dem Pfad des Nicht-Eingreifens verliert der Schmerz den Leidensaspekt. Da zerschmilzt die Vorliebe für bestimmte Zustände.

Zustände bestimmen niemals die Erkenntnisfähigkeit, denn diese liegt viel tiefer. Jedes Leid des Menschen kann nur in der Unbewusstheit überleben. Es vermag im Lichte der durch klare Aufmerksamkeit gewonnenen Erkenntnis keinen Staub mehr aufzuwirbeln und das Bewusstsein niemals mehr zu trüben.

Erkenntnis durch Gleichmut

Spiritualität erfordert einen Gleichmut gegenüber den Gegensätzen des Lebens. Dieser eröffnet die Möglichkeit, über diese Gegensätze hinaus aufzusteigen. Denn sonst ist man darin gefangen.

Habe ich innerlich ein Gleichgewicht von Leben und Tod ohne Vorliebe für die eine Seite? Und selbst wenn man dies nicht hat – kann man sich solch einen Zustand zumindest vorstellen?

Einen Zustand, in dem wir dem Leben und dem Tod gleichmütig gegenüberstehen – einfach dadurch, dass man eine Wirklichkeit spürt, welche diese beiden bei weitem übersteigt...

Alle Angst kommt letztlich daher, dass dieses Gleichgewicht in einem gestört ist.

Man kann die gleiche Gültigkeit dieser zwei Seiten – Leben und Tod – entdecken, wenn man für diese beiden Seiten auch in genau gleicher Weise bereit ist.

Man hat den Wert einer jeden Seite gekostet, erlebt und verinnerlicht und sich dann durch genaues Beobachten davon gelöst. Dann wird Gleichmut nicht nur ein leeres Konzept.

Wenn die Lebenslust, die Daseinsfreude, die sich dadurch ausdrückt, an diesem Leben zu hängen, nicht *gleich gültig* wie die andere Seite, der tödliche Abbau, ist, bleibt sie sehr begrenzt.

Man darf hier wirklich ganz tief verstehen:

Das hartnäckige Festhalten an körperlicher Intaktheit (und vollständiger: an psychischen Zuständen, Überzeugungen, tief sitzenden Glaubenssätzen und Verhaltensmustern, Reaktionen; letztlich: der gesamten ‚Persönlichkeit‘) ist ein Akt, der gegen einen selbst gerichtet ist: Ein Akt gegen das Sein und gegen jede Weisheitslehre. Und wenn man sich dessen bewusst wird,

darf man sich fragen, ob man diesen machtvollen Akt gegen das Sein weiter aufrechterhalten möchte?

Wenn wir den Ruf des Innersten zu hören beginnen, müssen wir ihn ernst nehmen. Wir scheitern zu oft an der Inkonsequenz und der eigenen Kompromisshaftigkeit...

Wir haben jetzt die Chance, den Akt gegen uns selbst einzustellen. Es gibt keine Zeit, die besser oder günstiger wäre, und auch keinen körperlichen Zustand, der dafür förderlicher oder hinderlicher wäre.

Die Frage ist nur, ob man es wirklich will und ob man bereit ist für die Konsequenzen, die jede Einwilligung auf dem inneren Weg zur Folge hat.

Was ist der Unterschied zwischen Leiden und Schmerzen?

Die Wurzel des Leidens liegt im mentalen Bereich. Man leidet, weil man im Bewusstsein, im Denken, an bestimmten Vorstellungen hängt, wie das Leben zu sein habe. Alles soll auf bestimmte Weise ablaufen – nämlich so, wie es sich gemäss der momentanen Selbstplatzierung im Zeitweiligen gut anfühlt.

Die durch Meditation eingeübte Innenschau lässt einen in losgelöster Klarheit die Diskrepanz zwischen „dem, was ist“ und „dem, wie es eigentlich gemäss den Vorstellungen des momentanen Ichs sein *sollte*“, urteilslos wahrnehmen.

Schmerzen mögen in einem solchen Zustand noch immer wahrgenommen werden, aber es gibt kein Leid, da der Geist nicht mit an den Schmerz geknüpften Geschichten involviert zu werden braucht.

Das Verhaftet-Sein mit der selbst produzierten Vorstellung, wie das Leben sein sollte, ist die Ursache alles Leidens. Von da weitet sich das Leiden auf alle Aspekte unserer Erfahrung aus. Man empfindet emotionalen Schmerz, weil man mit dem Leben, wie es ist, nicht zufrieden ist. Man reagiert auf diesen Schmerz dann vielleicht sogar noch körperlich – mit Stress, Geschwüren, Herzkrankheiten...

Aber die Wurzel des Leidens findet im Denken statt, in der fixen Vorstellung, dass die Dinge anders sein sollten als sie es nun einmal gemäss dem karmischen Fluss gerade sind.

Ramana Maharshi fühlte die Schmerzen, die mit dem Krebs einhergingen. Dennoch konnte er aufrichtig behaupten, dass er nicht leide, weil er keiner Vorstellung nachhing, dass sein Leben anders zu sein habe, als es in dem Moment tatsächlich war.

Er war nicht dem kleinlichen Wohlbehagen, dem Wohlfühlprogramm eines körperidentifizierten Menschen erlegen.

Jedes Wesen in der Welt wird Formen von Beschwerden und Durchkreuzungen der eigenen Lebensvorstellung ausgesetzt – körperlich und emotionell. Daraus resultieren dann unendlich viele Widerstands-Arrangements gegen diese

Unannehmlichkeiten, aus der Überzeugung heraus, das Leiden dadurch lindern zu können.

Das Srimad Bhagavatam beschreibt die Biographien von Menschen, welche dies versuchen, in Kurzform (11.3.18):

„Konstant sind sie mit Bemühungen beschäftigt, ihr Unglück zu eliminieren und die Wonne zu steigern. Aber in klarer Beobachtung darf man erkennen, dass man dabei unweigerlich und zwangsläufig exakt das gegenteilige Resultat erlangt.“

Das scheint die Ironie der materiellen Welt zu sein.

In der Zweiten Edlen Wahrheit lehrt Buddha, dass das geistige Verhaftet-Sein die Ursache des Leidens sei. Man klebt sich an eine Idee, wie das Leben auszusehen habe, und leidet dann daran, dass der Lebensstrom nicht kongruent damit ist.

Buddha lehrt, dass die Beendigung des Leidens in der Loslösung der Vorstellung des kleinen Ichs liegt, welches sich gerade in der Welt platziert. Es produziert ein Idealbild, dem die äussere Welt aber nie zu entsprechen hat.

In theistischen Traditionen geschieht genau dieses Ablösen von der Eigenvorstellung in der Auslieferung an den Willen Gottes.

Identifikation und Identität

Eine Mutter schrieb mir, dass sie, als ihre Kinder plötzlich ausgezogen waren, im Verlust ihrer Mutterrolle an ihrer Identität zweifelte.

Da wird ihr auf einmal ein sehr grosser Freiraum geschenkt, aber sie ist verunsichert.

Das Ich sucht Identität in Rollen, Bildern, Konzepten. Zumeist eben im Altbekannten.

Diese Suche nach Identität ist jedoch legitim und essenziell.

Übersetzt heisst sie, dass man wissen möchte, wer man ist.

Für diese Forschungsarbeit sind wir ja hier auf Erden inkarniert.

Nur ist man sich zu oft nicht bewusst, dass man die Identität am falschen Ort sucht, und die Identitätssuche im Zeitweiligen führt paradoxerweise nicht zur Weitung des Bewusstseins, sondern in eine ungeheure Verengung.

Wer bin ich, wenn ich nicht mehr nach Strohhalmen der Identifikation suche? Nicht mehr nach alten Rollen? Wird man hysterisch und durchlebt eine Panikattacke und greift zurück zum Altvertrauten?

Oder hält man diesen Moment ohne Befürchtungen, den Verstand zu verlieren, aus?

Fühlt man die Bereitschaft, alles abzustreifen? Der Freiheit den Dank zu zollen?

Der Moment, in dem alles bisherige Identifikationsmaterial wegfällt, der Riss in der alten Struktur erfolgt, ist ein

hochgradig kostbarer Augenblick, vorausgesetzt, man versteht es, in Stille darin zu verweilen und zuzuschauen. Diese Regungslosigkeit ist notwendig, um das Schauen scharf zu halten. Denn normalerweise werden in einem solchen Moment grosse Ängste generiert, welche diese Transformationsmöglichkeit sogleich erstarren lassen.

In solchen Gnadenmomenten einer stillen Betrachtung des Risses in der bisherigen Ich-Rolle kann die wirkliche Forschung nach Identität beginnen.

Nicht mehr zu wissen, wer man ist, ist aus Sicht der Weisheitslehre der alles entscheidende Augenblick, da vertiefte Selbstsuche beginnt. Das ist genau der Yoga-Pfad des ersten Kapitels der Bhagavad Gita, das den Namen *vishada-yoga*, ‚Yoga der Erschütterung‘ trägt.

Selbst wenn man allerdings einmal einen Moment erlebt, in dem sämtliche Identifikationen wegfallen, verliert man jedoch noch nicht beständig und nachhaltig die alteingeübte Tendenz, das Identitätsgefühl aus dem äusseren Rollenspiel zu beziehen.

Der Identifikationsverlust ist kein Moment der Anfüllung oder des Wissenserwerbs mehr, sondern ein befreiendes Moment der Entleerung. Davor hat der Verstand Angst, da er bisher nur das Prinzip der Auffüllung kannte. Das diffuse Herumgeirre in der Aussenwelt führt nirgendwohin. Viele Menschen glauben noch immer, viele Sinnesreize wahrzunehmen sei ein lebendigerer Zustand als nichts wahrzunehmen. Das könnte eine fundamentale Täuschung

sein. Denn das ist der Moment, da man in Versuchung gerät, irgendetwas zu produzieren... was nur eine erneute Aufwühlung im Geist generiert. Und je aufgewühlter der Geist ist, desto mehr drückt es ihn an die Oberfläche. Und in dem Masse wiederum verliert er die Erkenntnisfähigkeit.

Entleerung interpretiert der Verstand aber sofort als Mangel und Verarmung seiner Selbst.

Dass diese Interpretation selbst sehr begrenzt ist, kann er nicht sehen.

„Ich gebe alles auf – sogar das Wissen über mich selbst – und gebe mich dem Unbekannten hin.“

Dieser Akt erfordert Demut und die Bereitschaft, etwas Kleines, das sich ‚ich‘ nennt, sterben zu lassen für das Grosse, für Gott.

Wenn diese Bereitschaft da ist, folgt man ihr und es erwächst zunehmende Wertschätzung für den Prozess dieses Abbaus von Ich-Mustern.

Die Entleerung nimmt ihren Lauf und treibt uns den Armen des Unbekannten entgegen.

Wer das körperliche Vergehen auf diese Weise annimmt, wird tief bereichert sein in seiner Lebens- und Todeserfahrung und wird das klare und bewusste Erleben der letzten Stunde nicht missen wollen.

In dieser völligen Bejahung werden selbst physische Schmerzen ertragbar, denn erst der Kampf mit ihnen verbindet und verknüpft einen mit ihnen.

Der innere Weg fragt da genau nach, wer denn nun effektiv leide. Durch diese akribische Betrachtung erfährt man sich als Wahrnehmenden von unendlich variierenden Zuständen, zu denen man werden könnte, wenn man den Beobachterstatus vergessen und mit dem Betrachteten verschmelzen würde.

Natürlich fühlen die Nervenenden des körperlichen Apparats Schmerzen und man erlebt auch unangenehme Zustände. Das ist ein gegebener Umstand.

Doch in der Fehlidentifikation mit dem Körper, ermöglicht durch die Verblendungskraft Gottes (*maya*), glaubt das Lebewesen, weil man Schmerzen beobachte, *sei* man in einem schmerzvollen Zustand.

Avidya, Unwissenheit, ist die eigentliche Wurzel allen Leidens. Es braucht diese grundlegende Dunkelheit, damit die Seele ihren Ursprung zu vergessen vermag und sich dadurch als Bestandteil einer materiellen Welt fühlen kann. Unwissenheit bedeutet immer, nicht wissen wollen; die innere Gleichgültigkeit der Seele zum liebenden Dienst an Radha-Krishna.

„Unwissenheit bedeutet, das Zeitweilige für das Ewige zu halten, den Nicht-*atma* für den *atma* (das, was nicht das Selbst ist für das Selbst zu halten – zum Beispiel manchmal das Gefühl zu haben, eine Frau/ein Mann zu sein; die Seele hat kein Geschlecht innerhalb der Dualität), und das Elend für Glück zu halten (die Ursache von Leid für die Ursache von Glück zu halten).“

Yoga Sutra 2.5

Im Yoga Sutra (2.6) heisst es weiter:

„*Asmita* (,Ichsein', Identitätsgefühl ausserhalb der Seele zu haben) ist die Vereinheitlichung, die Verschmelzung der Kraft des Bewusstseins des Sehenden mit dem Instrument des Sehens.“

Drg-shakti, die Kraft, welche wahrnimmt, wird mit dem wahrnehmenden Werkzeug und den gesehenen Dingen gleichgesetzt: Das Wahrgenommene hält sich selbst für den Wahrnehmenden.

Dies ist ein Empfinden von Einheit zwischen dem Seher und der Kraft des Sehens, zwischen dem Riecher und der Kraft des Riechens, zwischen dem Bewegter und der Kraft des Bewegens...

Es ist das substanzlose Konzept der unterschiedslosen Übereinstimmung zwischen der Sinnestätigkeit und dem ,Ich'.

Wenn die bedingte Seele ,ich' denkt, meint sie, ,ich' sei die Kulmination aller gemachten Erfahrungen. (Ich ging in diese Schule, habe diese Ausbildung gemacht, diese Person geheiratet und dies gearbeitet...). Identität wird dann zu einer Collage der Sinneswahrnehmungen.

Aber die Sinneserfahrung und ihr Erleber sind zweierlei. Die Verwechslung, dass der Erleber sich für das Erlebte hält, heisst auf Sanskrit eben *asmita*.

Das Wort *asmita* leitet sich ab von *asmi* (,ich bin'). Wenn das reine Wahrnehmungsvermögen der Seele mit der Materie verstrickt ist und durch die Kraft der *maya* (der verblendenden Energie Gottes) die Erkenntnis ihrer wirklichen Natur verloren

hat, wandelt sich das reine „ich bin ein Diener Krishnas, ewig Ihm zugehörig“ in „ich bin der Wirkende, unabhängig und isoliert von der Absicht Gottes.“

Das ursprüngliche Bewusstsein, ein Diener des Höchsten Herrn zu sein, wandelt sich also um in den Anspruch, Geniesser und Kontrollierender der äusseren Welt zu sein. Die feinsten Lichtkörper der Devas bis hin zu einer grobstofflichen Hülle sind alle von *asmita* beeinflusst. Die beiden Vorgänge – der Verlust des Gewahrseins meiner wirklichen Natur und die Identifizierung mit Körpern – finden gleichzeitig statt, so, wie die Absenz von Licht sofort Dunkelheit generiert.

Ein weiterer Aspekt des Identifizierungsvorgangs ist das Einbeziehen anderer Begleiterscheinungen meiner Anhaftung in das „mein“. Der identifizierte Körper, ob grob oder fein, wird zu einem Mittelpunkt, um den sich eine Anzahl Objekte versammeln, die in geringerem oder stärkerem Masse Teile des ‚Ich‘ werden. Es ist eine Übertragung, eine Erweiterung des Ichs: Seine Aufblähung in weitere wesensfremde Elemente hinein.

Diese Objekte können lebendig oder leblos sein, wie ein anderer Körper, der aus meinem Körper geboren wurde, der dann zu *meinem* Kind wird. Das Haus, das diese Körper beherbergt, wird zu *meinem* Haus. So bildet sich um die von *asmita* mit dem Körper geschaffene Umbra (Totalschatten) eine Penumbra (Teilschatten), die all jene Gegenstände und Personen umfasst, die vermeintlich zu dem durch den Körper wirkenden ‚Ich‘ gehören und die Einstellung der Imagination des „mein“ herbeiführen.

Jeder nachdenkliche Mensch vermag sich in Gedanken von seinem physischen Körper zu trennen und zu erkennen, dass er nicht das Bündel aus Fleisch, Knochen und Mark ist, mit dessen Hilfe er in Interaktion mit der physischen Welt treten kann.

Doch nur wenige sind imstande, sich auch von ihrem Intellekt zu trennen und zu erkennen, dass ihre Meinungen und Ideen lediglich von ihrem Verstand geschaffene Denkmuster sind.

Der Grund, warum wir unsere Meinungen, Interpretationen und subjektiven Wahrnehmungen so interessant und wichtig finden, liegt in der Tatsache, dass wir uns mit unserem Intellekt identifizieren, der zum feinstofflichen Körper gehört.

Unsere Gedanken, Gefühle, Meinungen, Vorurteile und Vorlieben sind Teil unseres mentalen Besitzes; sind Kinder unseres Verstandes, uns scheinbar ganz nah, und deshalb schenken wir ihnen so übermässige und liebevolle Beachtung. Jedwede Verhaftung wirkt jedoch immer einschränkend auf die Wahrnehmung des Ganzen.

Die reine Seele aber bleibt immer unberührt von allen Erlebnissen und Erfahrungen, die man in der materiellen Welt beobachtet und welche eigentlich nur peripher an einem vorbeiziehen. Nur durch die Identifikation mit dem Beobachteten glaubt man, man würde es erleben.

Diese durch klares Bewusstsein ausgelöste Desidentifikation ist nicht ein kühler, dissoziierter Lebenszustand, sondern man bleibt einfach unberührt in seiner intrinsischen, inhärenten Glückseligkeit als ewige Seele.

Das beobachtete Ungemach der grobstofflichen und emotionalen Hülle erscheint einem nun komplett unbedeutend. Die Interpretationen des Geistes und die dadurch gestrickten Geschichten vermögen nicht mehr auf einen einzuwirken. Der Geist etikettierte, kategorisierte, evaluierte und konservierte das Erlebte. Daraus ergaben sich Reaktionsmuster. Im reinen Beobachten zerfallen diese.

Wenn dieser Identifikationsgedanke, die Verklebung mit den Aufzeichnungen im Geist, sich zum Leitgedanken meiner Existenz erhebt, wird ungeheures Leiden geboren...

Dies ist auch dann der Fall, wenn das äusserlich Erlebte vom Geist gerade als angenehm empfunden wird.

Das Ich-Gefühl, welches erst im Vergessen der Beziehung zu Krishna auftauchen konnte, war ja nur eine Imitation der Seelenidentität.

Leiden wird auch nicht durch das Handeln eines anderen Menschen verursacht, sicherlich aber können dadurch Schmerzen entstehen.

Leiden ist eine innere Angelegenheit und vollkommen unabhängig davon, was in der äusseren Welt geschieht und wie Menschen miteinander umgehen, wie sie sich zueinander verhalten.

Leiden ist die Abtrennung von meiner Beziehung zu Krishna.

Wenn ich denke, dass irgendein Beschwernis oder Leid, das ich in *samsara*, dem Kreislauf der Geburten und Tode, durchlebte, eine andere Ursache habe, als meine Isolation von Gott, so ist das die perfekte Definition von *maya* (dem, was eben nicht ist).

Den Kern des Leidens zu entdecken, ist eine sehr fortgeschrittene, reife Erkenntnis, die nicht vielen zuteil wird:

Leiden hat nichts damit zu tun, ob es dir gut oder schlecht geht. Das ist das normale Verständnis. Ein Mensch glaubt, er leide, wenn es dem Körper oder der Psyche gerade nicht gut geht; und wenn es nur der bedingten Persönlichkeit besser ginge, würde er nicht mehr leiden...

Es ist Ignoranz, das zu glauben, und ein äusserst begrenztes Verständnis von Leiden.

Jeder normale Mensch denkt, Leiden sei das, was ihn unglücklich mache und was die Unversehrtheit der Oberfläche bedrohe.

Leiden ist jedoch jede angenommene Identität ausserhalb der Seele.

Die Begrenzung des Ichs ausserhalb der Seele ist zu unserer Heimat geworden. Man hat sie lieb gewonnen. Die innere Radikalität aufzubringen, diese zu zerstören, ist sicher schmerzvoll – aber glücklich.

Und es ist das, was alle Leiden ein für alle Mal letztgültig auflöst.

Leiden ist die Vernachlässigung von Wesentlichkeit

Ein Fuchs gerät mit einem Fuss in eine Falle und hängt fest.

Er denkt: „Wäre ich doch da nicht hineingekommen!“;
„Vorher war mein Leben so schön!“; „Es tut so weh hier!“;
„Warum kommt mir niemand zu Hilfe?“; „Es ist so gemein,
solche Fallen aufzustellen!“; „Warum gerade ich?“; „Sehr bald
kommt der Jäger (der Tod) und holt mich!“ – und er erzittert
vor Angst...

Das ist leere Lamentation – eigentlich Zeitverschwendung.

Es gibt in diesem Moment nur eines: Den Fuss abbeissen!

Der Fokus darf in diesem Moment nur noch in gänzlicher
Wesentlichkeit liegen.

Aber man wartet lieber, bis man geschwächt auf dem
Sterbebett liegt. Man schläft einfach ein und tut so, als sei man
nicht in der Falle. Unser Käfig ist unsichtbar – ein ätherischer
Zaun der Angst.

In uns steckt die Sehnsucht, aus dem Larvenstadium
herauszuwachsen. Das erfordert allerdings bewusste Teilnahme
an der Wahrheit.

Aber meistens will man einfach getröstet werden, will
Sicherheit und Bequemlichkeit. Aber ist ein angenehmer
Traum denn erstrebenswerter als ein Alptraum? Warum nicht
aufwachen wollen?

Es fordert die Einkehr, in welcher man sich einmal wirklich Zeit nimmt und sich der Frage stellt:

Was ist das, was ich wirklich will?

Das ist ein Riesenprojekt, denn es geht gegen den Schwung der angewöhnten Bedingtheit.

Wofür ist man bereit zu sterben? Dann kann man den Tod einladen, denn dann hat das Wahre Bestand.

Es gibt tiefe Momente im Leben, in denen die Zeit stehen bleibt. Ewigkeit. Kennst du diese? Ich mag mich gut erinnern, als ich dies das erste Mal hatte. Ich war etwa acht Jahre alt und stiess ein anderes Kind aus Versehen um, dass es blutete. Da war plötzlich Ewigkeit, bis es dann zu schreien anfang.

In diesen Momenten schaut man hinter den Schleier der Phänomene und weiss ganz genau: Ich will keine Karriere, ich will nicht Reichtum, ich will nicht Bequemlichkeit und Konvention... Das Wachsein brennt – und mit grosser Klarheit betrachtet man im Gegensatz dazu die irrealen Welt der Phänomene mit den endlosen, willkürlich daran gehefteten Gefühlslebnissen.

Doch die meisten Menschen haben dann wieder Phasen, in denen man lieber schlafwandelt, in denen man so sein möchte, wie die anderen. Doch irgendwann erwacht die Sehnsucht wieder: „Ich will die Wahrheit und nichts Anderes!“

Alle Menschen haben Momente des Aufwachens – und sind äusserlich wieder erfolgreich im Zudecken. Man hat über lange Zeit gelernt, dass Leben bedeute, an der Oberfläche nach

Glück zu suchen. Immer wieder ereignet sich dann Berufs-Glück, Erfolgs-Glück, Reise-Glück, Sex-Glück, Erfolgs-Glück, Religionszugehörigkeits-Glück, Befriedigungs-Glück – alle diese sind aber nur Strategien, um die Maske aufrecht zu erhalten.

Fühlt man den Schrei nach ungebundener Freiheit?

Unendliche Freiheit – und nicht die verbürgerlichte Version davon?

In dieser wachsenden Dringlichkeit wird man mit der Aufrichtigkeit des Herzens Radha-Krishnas liebevolle Führung und erstaunliche Fügungen nicht nur im Innersten seines Wesens wahrnehmen, sondern in der gesamten Schöpfung.

Diese Sichtweise ist so essenziell, denn dank ihr verschwindet der Kampf ums Dasein und um die Selbstbehauptung des ständig Mangel leidenden ‚ich-Systems‘.

Wenn wir auf Ihre göttliche Führung und auf die Wendungen unseres Lebensstromes, welche von Radha-Krishna eingeleitet werden, achten, wird unser Gemüt ständig von grosser Freude erfüllt, sodass sogar das spezifische Geschenk, das Sie uns gerade jetzt in diesem Augenblick geben, aus der Perspektive fällt: Es geht nur noch um die Gebenden selbst.

Wir werden dann stets exakt die gleiche glückselige Erfülltheit erfahren, auch wenn Sie uns das Geschenk von Krebs im Körper oder die gänzliche Auflösung unserer kleinen Schöpfung – der Dinge in der Umgebung, welche uns lieb

geworden sind – offerieren. Das ist die Unabhängigkeit von dem spezifischen Geschenk, die für den inneren Weg eine Notwendigkeit darstellt. Denn die Beurteilung des Geschenks nach unseren eigenen Kategorien und Wertungen würde nur den Forderungen des Ichs entspringen, das aus nichts anderem besteht.

Im Lebenseintritt, der Geburt, sehen wir als zutiefst konditionierte Wesen nur das Freudige und das Sterben hingegen betrachten wir als einen unerwünschten Prozess. Die alte Gewohnheit im Menschen sieht im Moment des Todes Schmerz und glaubt effektiv an diesen, wie sie auch an die Substanzhaftigkeit der Freude bei der Geburt glaubt. Deshalb kondolieren wir anderen beim Sterben und gratulieren zur Geburt.

Der übende Yogi beginnt, auch im Moment des Allerschönsten in dieser ambivalenten Welt das Dunkle mit einzubeziehen, und im Tode, im Abschied und in den vermeintlich unerträglichen Gemütszuständen eine erstaunliche und schon fast liebliche Leichtigkeit zu erschauen.

Der Geist als ‚Engmacher‘ der Wahrnehmung sieht im Moment des Verlustes eine Tragik. Mit diesem einen Akt geschieht jedoch eine Spaltung, die bewirkt, das vermeintlich Angenehme verlängern und festhalten zu wollen, und in die Abwehr dessen zu gehen, was diese Interpretationslinse gerade als bedrohlich empfindet.

Solange man diese Struktur lebt, fällt man aus allen Wolken, wenn es dann zu Ende ist.

Und es wird zu Ende sein.

Alles, was einen Anfang hatte, wird wieder ein Ende haben.

Das Streben nach Glück der meisten Menschen ist vollständig auf die Vergänglichkeit ausgerichtet: Man sucht das Glück nur in dem, was stirbt. Das ist natürlicherweise eine Einladung zum Leiden. Die Suche ist nicht gerichtet auf das Ewige, das sich *hinter* der Sinnenwelt verbirgt.

Diese Wirklichkeit wäre würdig genug, dass man ihr alle Aufmerksamkeit schenkt.

Im ewigen Wandel des Geschehens ist der Tod einfach nur eine Intensivierungsphase und stellt eine Schwächung der verblendeten Welt der angenommenen Rolle(n) dar.

In der Psychotherapie werden gewaltige Anstrengungen unternommen, das Ich wieder erstarren zu lassen.

Der innere Weg ist nur an fundamentaler Heilung durch Transformation interessiert, im Vertrauen, dass der Gotteszugang durch keine einzige Turbulenzphase wie die vielen Tode, die wir durchlebt haben, aufgehalten oder verzögert werden könnte.

Man ist als ewige Seele nur entfernter Zeuge der Wandlungsphasen im Aussen.

Wer an dieser Wesentlichkeit des Gottesbezuges interessiert ist, akzeptiert alle Schwächung nicht nur, sondern beginnt sie zu lieben.

*Begegnung
mit dem Tod*



*„Der wirkliche Tod ist
Eintritt in ein
unvergängliches, ewiges
Bewusstsein, das keinen
Anfang und kein Ende kennt.*

*Die Gewährwerdung der
Seele.“*

Sicherheit wird nötig, wenn man den Tod nicht vollkommen akzeptieren kann. Wenn Tod und Leben vom Innersten her nicht gleichwertig betrachtet werden, dann muss man nach Sicherheit streben. Wenn man den Tod genauso akzeptieren würde wie das, was man für „sein Leben“ hält, wozu bräuchte es dann noch Sicherheit?

Wenn man jede Sicherheit, nach der man gesucht hat, zurückführt auf ihre Essenz, stellt man fest, dass es immer ein Versuch war, dem dem Tode zu entfliehen.

Der Tod klopft jeden Augenblick an, aber man will es nicht hören und wahrhaben. Somit wird er ausgeblendet und auf später verschoben. Genau in dieser Illusion gelingt es einem, sich weiszumachen, dass Sicherheit möglich sei. Sicher sein kann man nur so lange, wie der allgegenwärtige Tod ausgeblendet wird.

Das heisst, das Sicherheitsgefühl bedarf der Bedeckung im Bewusstsein. Aber das ganze Gebäude von Scheinsicherheit wird zusammenfallen.

Wer nicht bereit ist zu sterben, wird diese tiefe Lebensfreude nicht erfahren können. Wird der Tod aber anerkannt, respektiert und damit vollkommen eingeladen – körperlicher Tod, emotionaler Tod, geistiger Tod – was ist dann die Sicherheit Wert, nach der man so lange gesucht hat und um die man so bemüht war?

Wer oder was sollte dann vor dem Tod noch gesichert werden?

„Das, was wirklich ist, erfährt keine Veränderung
und das Zeitweilige hat nie Bestand.“

Bhagavad Gita 2.16

In der Seins-Taubheit (Srimad Bhagavatam 2.1.4) existiert einfach kein Gefühl für die Heilige Dimension. In der aufrichtigen Begegnung mit dem Tod bricht wieder eine ungeheure Wachsamkeit ins menschliche Sein.

Aber das ganze Gebäude von vermeintlicher Sicherheit darf zusammenfallen. Darin liegt tiefste Lebensfreude.

Der Tod kommt unweigerlich... alles stirbt. Wo ist da Sicherheit?

Erst wenn die Seele von Krishnas Nähe berührt wird, zerbröckelt das uralte Streben nach Sicherheit. Darin versuchte man die ja inhärente, doch nicht wahrgenommene Ewigkeit des Seins zu kompensieren.

Der vergebliche Schonraum, der künstlich geschaffene Abstandsraum des Sicherheitskonzeptes, vermag nur schale Erfahrungen zu schenken, niemals aber die pochende Lebensintensität.

Absolute Sicherheit ist ein Aberglaube. Sie wird weder von der Natur noch von irgendeiner Kultur geboten. Letzten Endes ist es genauso gefährlich, der Gefahr auszuweichen, wie sich ihr auszusetzen. Das Leben ist entweder ein gewagtes Abenteuer – oder nichts.

Bevor die Menschen dem Tod begegnen, sind alle arrogant. Man eignet sich Dinge an, die einem nicht gehören und sammelt Wissen, das nicht wirklich mit der Seele in Berührung steht, sondern nur eine Ansammlung von Information über die Welt ist. Arroganz ist die Identifikation mit geistigen und materiellen Besitztümern und auch das Resultat des Ausweichens vor der grundlegenden Angst, sterben zu müssen.

Menschen denken, wenn sie einen toten Körper sehen, was in unserer westlichen Gesellschaft ja schon zu einer Rarität geworden ist, sei dies bereits Begegnung mit dem Tod. Es geht aber nicht um die Begegnung mit toten Körpern, sondern mit dem Tod selbst. Der Tod als Eintritt in ein unvergängliches, ewiges Bewusstsein, das keinen Anfang und kein Ende kennt.

Die Gewährwerdung der Seele.

Wir brauchen auch die Gnade, dass die Erfahrung nicht von vorübergehender Natur bleibt, sondern eine unauslöschliche Erkenntnis wird. In der Ausgrenzung des Todes fängt die falsche Ich-Identität an aufzuleben, zu wuchern wie ein Krebsgeschwür und sich für das ewige Leben selbst zu halten. Die Arroganz, an der die westliche Gesellschaft krankt, ist im Wesentlichen genau darauf zurückzuführen, dass es ein tiefes Unwissen und gleichzeitig eine Respektlosigkeit gegenüber dem Tod gibt. Panische Angst hat das kleine Ich vor dieser Begegnung und gleichzeitig verachtet es den Tod, verleugnet ihn und hebt sich so über ihn.

Liebe zum Tod zu entwickeln, ist eine heilsame Demütigung für die Arroganz der Ich-Rolle. Und es ist zugleich ein grosser Schritt hin zur Befreiung.

Das Wagnis wagen

Das Ich stirbt in der Realität, die es sich geschaffen hat. Es stirbt nur als getrenntes Wesen, das sich zu etwas Anderem gemacht hat als das Leben selbst.

Der Tod bedeutet nicht einfach nur das erneute Ablegen eines physischen Leibes. Er bedeutet den bewussten Eintritt in eine Wandlung, die geschieht, wenn ein Mensch bereit ist, für diesen einen Moment alles aufzugeben, an keiner Gewohnheit festzuhalten und sich vollkommen Radha-Krishna anzuvertrauen.

Im Tod geht es darum, die Ausgrenzung zu beenden. Man erfährt paradoxerweise erst in der unmittelbaren Begegnung mit dem Tod, was Leben wirklich ist.

Dieser Tod des Ichs ist das, wovor wir am meisten Angst haben und wonach wir uns gleichzeitig am meisten sehnen. Es ist unbegreiflich, dass wir vor dem am meisten Angst haben, was uns glücklich macht.

Es ist immer wieder die Angst, die uns zurückweichen lässt vor dieser totalen Begegnung. Die gänzliche Hingabe an

Radha-Krishna, wovon der Tod nur eine erste kleine Pforte ist, liegt ausserhalb der Kontrolle des denkenden Verstandes.

Das Erstaunliche ist, dass der Verstand tatsächlich jeden Moment unter seiner Kontrolle zu haben meint – ausser diesem.

Im Grössenwahn seiner eigenen Unsterblichkeit ist dem kleinen Ich, welches an der Welt festhalten will, Frieden verwehrt. Doch angesichts des freiwillig eingeladenen und zugelassenen Todes verschwinden alle Sorgen, aller Kummer und alles, was die eigene Gefangenschaft ausmacht. Es ist der einzige Moment von Wesentlichkeit. Aber man muss ihn konfrontieren und aushalten können, ohne nur das geringste Ausweichmanöver.

Endgültige Treue

Was macht denn das Leben eigentlich unsicher? Wenn wir unserer Unsicherheit auf den Grund gehen, dann erkennen wir, dass es eine einzige Kraft gibt, die das Leben effektiv unsicher macht. Das ist der Tod.

Der Tod macht also sämtliche erlebte Geborgenheit und Aufgehobenheit in dieser Welt unwirklich, brüchig und instabil. Und damit unwesentlich.

Als Kind hat man sich geborgen gefühlt bei den Eltern und beim Spielen in der Natur, weil man noch kein Bewusstsein des Todes hatte. Man ahnte seine verwandelnde Kraft noch nicht.

Doch dann befällt einen früher oder später diese Verunsicherung – das Gefühl, dass alle erlebte Geborgenheit in dieser Welt nur ein leeres Konstrukt auf wackeligem Grund ist und zudem auf Vergessen und Ausblendung beruht.

Therapeutisch wird dann der Grund der Verunsicherung bei den Eltern, in der Kindheit, bei der Erziehung gesucht, bei den Lebensumständen und Traumata der Vergangenheit. Aber diese Reise geht nicht tief genug. Würden wir tiefer forschen, würden wir nicht die Eltern oder Lebensumstände finden, sondern immer den Tod. Wir würden diesen Urkonflikt des Ichs mit dem Tod finden. Das ist eine grundsätzliche Haltung aus Angst, Widerstand und dem Versuch der Missachtung und des Übersehens. Dieser Urkonflikt in uns selbst lässt ausgerechnet diese grundlegende Geborgenheit, nach der wir uns so sehnen, nie zu.

Wenn man dann reif genug geworden ist und bereit, der Seins-Verunsicherung zu begegnen, dann begibt man sich auf einen inneren Weg. Das ist eine ganz seltene Wahl. Dann eröffnet sich die Chance, diesen Urkonflikt in ein Erleben inneren Friedens zu verwandeln, der vorerst nur ganz flüchtig auftaucht, sich dann aber immer tiefer verankert und beständig alles Erleben durchdringt.

Da stellt sich der Kampf, dass doch noch einmal etwas aus einem wird, also die Selbstbestätigung durch äussere Ambition, ein. Wer hätte das gedacht, dass sich in diesem Mühen, etwas zu werden, es zu etwas zu bringen, eigentlich auch nur die

äusserlich kompensierte Todesangst verbirgt. Wer weiss davon, dass in den übermenschlichen Willensanstrengungen, die Menschen unternehmen, um irgendetwas zu werden, einfach nur der Fluchtversuch vor der Begegnung mit dem Tod steckt...

Man darf den Tod nicht in dem eingeschränkten Verständnis verstehen, wie es unser Alltagsbewusstsein tut, und glauben, der Tod sei die Kraft, die den Körper holt. Das ist nur eine Nebenwirkung des Todes und die anderen werden meistens nicht gekannt und folglich auch nicht gesehen.

Tod, die Kraft der Verunsicherung, ist Ausblendung Gottes.

Deshalb sind dann die Ängste und Befürchtungen endlos und werden mit keiner Therapie wirklich behoben und mit keiner Bemühung in der Welt beendet.

Vor dem Tod sterben

Stirb, bevor du stirbst. Aber dies soll nicht wieder zu einem Konzept werden, sondern zu einer zweifelsfreien Erfahrung.

In einer ersten Phase geschieht die Abkehr von der Welt. Aber die Welt und das Menschsein kehren zurück und setzen sich wieder neu zusammen. Es fordert konstante Wachsamkeit, alles Erlernte und Angehäufte, womit man sich identifiziert,

wieder aufzulösen und loszulassen. Nur so kann die eigentliche Menschwerdung geschehen.

Die Wunde im Menschen, welche durch die Ausblendung und Verdrängung des Todes generiert wird, wird mit Phantasien über den Tod überpflastert. Das ist es, was das Ich immer dann tut, wenn es mit seinem Latein am Ende ist, wenn es Gefahr läuft, sich seine hilflose Unwissenheit eingestehen zu müssen.

Das innere Loch wird mit Einbildungen, Meinungen, Konzepten und vor allem mit Hoffnungen gefüllt, über die man sich meistens nicht einmal bewusst ist. In diesen Bildern, die tief in der menschlichen Geschichte zurückreichen, ist der Tod zu einem Gegenspieler des Lebens, zu einem Feind der Lebendigkeit ernannt worden – anstatt zu einem Verbündeten.

Es ist dieses bewusste Annehmen des Endes, das uns den Respekt und die Ehrfurcht vor dem Grossen wieder lehren könnte. Natürlich glauben wir zu wissen, dass wir sterben. Aber in Wirklichkeit lehnen wir es ab. Das jämmerliche Dasein des Stemmens gegen das Unvermeidliche nennen wir dann „Leben“.

Alles, was wir vom Tod wissen, ist lediglich eine Ansammlung von Bildern, die wir zum Teil aus dem religiösen Kollektiv, zum Teil von anderen Lehrern der Vergangenheit wie Eltern usw. übernommen haben. Und zum Teil sind sie

eben das Produkt unserer Phantasie, unserer Ängste, unseres Festhaltens am Leben.

Wenn der Mensch frei ist von jeglicher Selbstplatzierung innerhalb des Vergänglichen, sogar frei von dem Wunsch, überhaupt zu überleben, dann ist ein Zustand inneren Friedens erreicht, der bleibt und der von den Schwierigkeiten des äusseren Lebens unberührt ist.

Unzählige Generationen von Menschen haben auf den Tod gewartet in der Hoffnung auf Erlösung. Zu warten, bis der Körper stirbt, lohnt sich nicht. Weil die Erlösung nach dem Tod eine leere Hoffnung des unwissenden Menschen ist, die sich nie erfüllen wird.

Die Hoffnung verlagert die Aufmerksamkeit in die Zukunft und das ist eine Abtrünnigkeit der Aufmerksamkeit, denn es ist die Verleugnung des kostbaren Augenblicks jetzt. Abwarten wäre eine Form der Untreue gegenüber diesem Heiligen Augenblick. Aber alles, was man nicht während Lebzeiten erkannt hat, wird man auch „*post mortem*“ nicht schauen.

„Die Erlösung findet vor dem Tod statt“, schreibt Kabir.

In einem wundervollen Vers aus einem bengalischen Lied von einem Gefährten Sri Caitanyas heisst es:

*sadhane ekhane, siddhi o ekhane
bhaver gocar sei, ekhani jadi ta
dekhila na pao, marile dekhibe ke?*

aus dem Padyavali
von Paramananda

„*Sadhana* (spirituelle Übung) wird in dieser Welt ausgeführt. *Siddhi* (die Perfektion – nämlich die direkte Begegnung mit dem geliebten Herrn, die klare Erkenntnis meiner Beziehung zu Ihm und die Schau meiner ewigen Gestalt der Seele) muss ebenso noch im materiellen Körper in dieser Welt geschehen.

Wenn wir alle spirituellen Zustände und die Begegnung mit Radha-Krishna nicht jetzt in dieser Welt erlangen, glaubt man dann, man würde dies einfach durch das Sterben erhalten?“

Dann würde man das Sterben zu einer spirituellen Übung machen. Wir sind aber bereits Millionen von Malen gestorben und alleine dadurch macht man keinen inneren Fortschritt.

„Alle Unwissenheit wird nie aufgelöst
durch den Einfluss der Zeit.“

Srimad Bhagavatam 8.3.25

Man kann also nicht einfach auf den Tod warten und dann jenseits der Todespforte einfach ein besseres Dasein erhoffen. Das ist zwar die leere Verheissung, die uns von Religionen angeboten wird, doch aufrichtige Wahrheitssuche hat den Glauben in solche verloren.

Somit kann das Abwarten und das Hoffen auf eine bessere Zukunft niemals die Haltung eines Praktizierenden des inneren Weges sein. Es bedarf der ungeheuren Dringlichkeit.

Lange habe ich geglaubt, dass der Tod das Gegenteil, die Auslöschung und Widerlegung des Lebens sei. In meinem Reifeprozess bin ich dahingelangt, ihn in die Mitte meines Lebens zu stellen, als ob wir in ihm existenzieller geborgen und aufgehoben seien als in der tiefsten Vertraulichkeit.

Der Tod ist nicht das Überlebenshindernis, denn seine innerste Wesenheit ist uns nicht konträr, sondern ist lebenswissender als wir in den vitalsten Momenten sind.

In uns brennt die Dringlichkeit, in eine tiefere Schicht einzudringen als sich nur mit Alltäglichkeiten zu befassen und sich im Trivialen zu verlieren. Die Auseinandersetzung mit dem Tod ist Einladung dazu, fruchtbar emporzuwachsen.

Einige Menschen verstehen unter dem Tode das Ende, den Zustand des Zerfalls und völligen Abbaus alles Lebendigen. Er sei das Gegenteil von Leben. Die bewusste Auseinandersetzung mit ihm lässt einen aber erleben, dass Totsein nur ein intensiverer Grad des Lebendigseins ist.

Da wir voreingenommen sind – alles in uns ist gegen den Tod eingestellt – haben wir ein diffuses und entstelltes Verhältnis zu ihm.

Der Tod ist unser Freund – einer der wenigen, der durch unsere Lebensschwankungen niemals beirrbar ist. Wenn man

ihn erkennt und nicht in die sinnlose und anstrengende Bemühung tritt, ihn aus dem Leben zu evakuieren zu versuchen, dann erst wird man das Hiersein, das Wirken, die Natur, die innerweltliche Liebe, ja alles in dieser Welt als ganz fundamental wertvoll und lebendig erleben. Der Tod ist der eigentliche Ja-Sager – er bejaht unsere in uns angelegte Affinität zur Ewigkeit.

Wenn uns etwas fortgenommen wird, womit wir in tiefer Verbundenheit zusammenhängen, so hat man das Gefühl, viel von einem selbst sei weggegangen. Das ist ein Anzeichen dafür, im falschen Identitätsgefühl zu leben... In unserer wirklichen Identität kann für alle Ewigkeit nichts abhandenkommen.

Der Tod fordert uns auf, reicher zu werden als sich mit Dingen zu umgeben, die wir verlieren werden.

Einweihung ist ein Schlüssel, das Wort „Tod“ ohne jegliche Negation zu verstehen.

Blüht ein Baum, so blüht genauso der Tod in ihm wie das Leben. Überall um uns herum ist der Tod zu Hause und aus den Ritzen aller Dinge schaut er zu uns. Die Vergänglichkeit ist sein Gesicht.

Man braucht nicht zu fürchten, dass unsere Kraft nicht ausreichen könnte, auch eine schmerzhaft Toderfahrung zu ertragen. Wir sind doch schon ein Leben lang im Sterben geübt worden und die Tragik in ihm existiert wirklich nur, wenn man aus der innerweltlichen Verhaftungsperspektive schaut. Sonst erfährt man in ihm eine ähnliche Lieblichkeit wie im ersten Verlieben.

Die Bhagavad Gita lehrt, das Leben ohne Rechnen und Auswählen, ohne innerweltliche Präferenzen zu lieben. Dies zu tun wird einfach, wenn man den Tod immer schon miteinbezieht.

Früher wusste und ahnte man, dass man den Tod in sich hatte, wie die Frucht den Kern. Und dies gab einem eine eigentümliche Würde und einen stillen Stolz. Nur weil wir den Tod ausschliessen, ist er mehr und mehr zum Fremden geworden – und somit zu etwas Feindlichem.

Es ist eine Kunst, die man während des Lebens zu lernen hat: Mit Gleichmut zu scheiden, wenn jene unvermeidbare Stunde naht.

Wer nicht sterben will, hat eigentlich auch nicht leben wollen. Das Leben ist uns mit der Aussicht auf den Tod gegeben worden. Auf diesen geht man während des gesamten Lebens hinzu. Ihn zu fürchten ist daher ein Anzeichen eines Toren. Auf Gewisses wartet man – nur vor Ungewissem hat man Furcht.

Der Tod besitzt eine unparteiische und unbezwingliche Notwendigkeit. Wer könnte sich darüber beklagen, sich in einer Lage zu befinden, in der sich jeder befindet? Es ist doch überflüssig, sich mit dem Gang der Natur anzulegen. Alles, was entstand, verschwindet wieder. Warum soll man es nun, wenn es kurz auf der Bühne auftaucht, festhalten wollen und dann klagen, wenn es wieder entschwindet? Alles, was die Natur zusammengefügt hat, löst sie auch wieder auf.

Wenn man sich vor dem Tode fürchtet, dann immer – denn welche Zeit ist dem Tode entzogen?

Wir planen lange Schiffsreisen und nehmen uns vor, grosse Landabschnitte zu durchstreifen, verlieben uns, gründen Familien und richten uns ein in Arrangierungen, die unserem Erhalt dienlich sind.

In all dem steht uns der Tod immer zur Seite. Da man an ihn aber nie anders denkt, als an einen uns nicht persönlich treffenden Tod, drängen sich uns Beispiele menschlicher Vergänglichkeit immer nur so lange auf, wie wir über diese kurz staunen. Was gibt es aber Törichtereres als sich darüber zu wundern, was an einem bestimmten Tag eingetroffen ist, was eigentlich an jedem Tag geschehen kann?

Das Ende steht zwar für uns fest, aber niemand weiss, wie nahe er und sie sich schon an diesem Zeitpunkt befindet. Deshalb bringt man sich in die geistige Verfassung, als sei nun der letzte Tag gekommen. Man macht täglich die Abrechnung mit dem Leben und ist in jedem Moment bereit, alles zurückzulassen, abzuschliessen, weiterzuziehen.

Der grösste Fehler des Lebens besteht darin, dass man täglich einen Teil davon auf später verschiebt. Wer Tag für Tag in dieser inneren Bereitschaft für das Ende lebt, ist nicht abhängig von der Zeit. Denn sonst entstehen Bedarf und Gier für zukünftige Zeit. Dies ist eine Einladung zu beschwerem Leben.

Patanjali bezeichnet im Yoga-sutra (2.8) *abhinivesha*, die Absorption in das Vergängliche, die dem Festhalten am Leben-Wollen entspringt, als eines der *kleshas*, als eines der Grundleiden menschlicher Existenz.

Wem die Gegenwart keine Erfüllung gibt, der fühlt sich umso mehr von der Zukunft abhängig und es schleicht sich bei ihm die Gier nach Leben und die erbärmliche Furcht vor dem Tod ein. Das unnötige Elend wird dadurch initiiert.

Wenn man die Gier nach dem Leben abschüttelt und lernt, dass es gleichgültig ist, ob man lebt oder stirbt, fällt die Bedeutungszuschreibung, die man einem langen Leben gibt, vollkommen weg und Freiheit ist die Erfahrung.

Man muss nicht die Dinge loslassen, sondern nur die verkehrten Wahrnehmungen der Wirklichkeit, alle falschen Vorstellungen und Hoffnungen.

„Hoffnung zu haben ist das grösste Leid.
Hoffnungslosigkeit die grösste Freude.“

Srimad Bhagavatam 11.8.44

In der Bhagavad Gita (13.21) spricht Krishna zu Arjuna von diesem wundervollen spirituellen Grundprinzip.

„Die materielle Natur gilt als die Ursache aller materiellen Geschehnisse (des objektiv Geschehenden innerhalb der materiellen Welt).

Das bedingte Lebewesen aber ist die Ursache der Erfahrung von materiellem Glück und Leid.“

Die Umstände gestalten sich anhand von Faktoren, die wir nicht in jedem Moment bestimmen oder verändern können. Aber in jedem Umstand und zu allen Zeiten steht uns die Entscheidung zum Glücklich-Sein offen.

Gleite in dem Wasser, das dich fortschwemmen will. Das schenkt einem die Freiheit, welche im Kampf dagegen abhanden gekommen ist. Dem Tod darf man sich anvertrauen.

Für den gewöhnlichen Menschen ist der Tod irgendwann. Auf jeden Fall nicht jetzt, denn mein Körper ist doch noch so jung. Derjenige, der in die Tiefe schaut, erkennt, dass diese Begegnung *jetzt* stattfinden muss.

Dass die Welt *jetzt* sterben muss.

Dass der Körpertod nur ein kleines Nebenprodukt ist.

Was wirklich sterben muss, ist das Leiden von „Ich“ und „meine Welt“. Der Tod bringt den Frieden und die Stille, nach der sich alle Menschen sehnen und vor der gleichzeitig alle Menschen weglaufen.

Zuerst ist das Weglaufen stärker. In der Reifung der menschlichen Persönlichkeit gewinnt dann das Sehnen die Oberhand.

Jeder Kampf und Krampf ist unnötig, wenn du nicht mehr davonlaufen musst.

In der vollkommenen Gegenwart und Präsenz des Todes erkennt man die Freiheit des eigenen Selbst.

Das „Ich“ stirbt als ein getrenntes Wesen, das sich zu etwas Anderem gemacht hat.

In der freiwilligen Ergebenheit muss der Tod nicht mehr gewaltsam ins Leben eindringen und einem alles wegnehmen, was man gar nicht hergeben wollte.

Das Drama tritt ja nicht erst dann ein, wenn der Körper stirbt, sondern bereits vorher ist das Drama des Kämpfens gegen die Vergänglichkeit gewaltig – und doch eben zur gleichen Zeit dermassen unnötig.

Überleben zu wollen heisst nichts anderes, als vor dem Tod davonzulaufen. Und damit verbringt man Lebzeiten. Für viele bedeutet Leben nichts anderes, als dem Tod zu entkommen; der tragischen Tatsache zu entgehen, dass der Körper von dem Augenblick an stirbt, in dem er geboren worden ist. Der Irrglaube, der Körper zu sein, bringt einen dazu, in den aussichtslosen Kampf mit dem Tod zu treten.

Angesichts des freiwillig eingeladenen Todes kann eine solche Fehlidentifikation nicht mehr unversehrt weiterexistieren. Die Nichtbereitschaft für die Wahrheit führt zum Ignorieren des Todes. Dem Tod ins Auge zu sehen ist der Moment der Entlarvung von allem Unwesentlichen.

Wir versuchen, uns horizontal in Bewegung zu halten, damit wir nicht in die Tiefe fallen. Aber paradoxerweise suchen wir genau diesen Frieden der Tiefe und vermeiden ihn gleichzeitig mit aller Kraft. Darin besteht das absurde Schaffen des Geistes.

Wenn jemand bereits in Todesangst gerät, weil irgendein Objekt der Welt verschwindet (ein geliebter Mensch wegstirbt), klebt man noch in Fixierungen, in Bildern und Vorstellungen, die man sich von der Welt erhofft hatte.

Die gesamte Welt darf vergehen... alles geht und stirbt. Das war nur das Wellenspiel der *prakriti*, der materiellen Natur.

Ein Name Gottes, aufrichtig angerufen, invoziert *svarupa shakti*, Gottes eigene Intervention. Dieser Augenblick war wertvoller als unzählige Äonen von Entstehen und Vergehen.

Tod des Ichs

Wirklicher Tod ist das Ende des Widerstandes, das Ende des „Ich“; eben sterben, bevor man stirbt.

Es reicht nicht zu warten, bis der Körper stirbt, um zu glauben, dass man dann frei von Begrenzung sei, frei von Sorgen und frei von Problemen. Niemals.

Wenn der Körper stirbt, stirbt nicht die Ignoranz und nicht der denkende Geist. Sie sterben nur durch vollständige Erkenntnis der *svarupa*, der eigenen Gestalt als ewige, individuelle Seele, und durch liebende Hingabe an Krishna. *bhaktya mam abhijananti* (Bhagavad Gita 18.55).

Genau dies ist der eigentliche und auch einzige Sinn, der einzige Zweck dieses Lebens – und alles andere ist Beiwerk. Und Menschen beschäftigen sich viele Leben lang nur mit dem

Beiwerk und wollen nicht begreifen, warum sie effektiv hier sind: um aufzuwachen.

Ob der Körper stirbt oder nicht, ist unwesentlich und es geht nicht um Sterbebegleitung des Körpers. Es geht um Sterbebegleitung für das „Ich“ – und diese geschieht jetzt.

Der Geist projiziert das Thema des Todes auf den Körper und glaubt, es gehe um die Auseinandersetzung und die Beschäftigung mit dem körperlichen Tod in der Zukunft. Aber eigentlich ist es völlig unwesentlich, wann der Körper stirbt, denn er stirbt sowieso und ein neuer wird geboren.

Warum sind Menschen nicht bereit für das Ende?

Man hat eine vollkommen irrealen Angst vor dem Ende.

Bemerke, wie eine tiefe Entspannung einsetzt, wenn man den Wunsch zu sterben genauso akzeptieren kann, wie den Wunsch zu leben.

Der körperliche Tod ist nur ein Wandel. Der Tod des „Ichs“ ist jedoch das Ende. Das ist der Unterschied zwischen dem körperlichen Tod und dem Tod des getrennten „Ichs“ durch Hingabe zu Radha-Krishna.

Ist man wirklich bereit für das Ende?

Man will, dass es weitergeht; dass das eigene Leben weitergeht. Der Moment des Endes ist belastet mit allen möglichen Vorstellungen des Endes. Das irreversible Ende ist eine schreckliche, eine grausame Vorstellung. Der Geist produziert zu seiner eigenen Verteidigung unterbewusste

Schreckensvorstellungen von Leere, Öde und Nicht-Sein. Und so versucht man diesen vermeintlichen Lebensfluss irgendwie aufrechtzuerhalten – mit Gedanken, Hoffnungen, Wünschen, mit einer selbsterschaffenen Zukunft.

Genau das ist das Immer-wieder-Hinauszögern des Endes. Doch das bewusste Eingeständnis in die Nichtbereitschaft für das Ende ist sicher der Anfang.

Wer nicht bereit ist für das Ende, ist auch nicht bereit für das Ende des Leidens.

In der griechischen Antike gibt es eine wundervolle Geschichte über diese Todesnähe: die Erzählung von Orpheus und Eurydike.



Orpheus und Eurydike

Orpheus, Sohn der Muse Kalliope und des Gottes Apollon, war ein so begnadeter Musiker, dass er mit seinem Leierspiel die ganze Natur anrührte und verzauberte. Nach seiner Hochzeit mit der Nymphe Eurydike traf ihn das Unglück, dass die Neuvermählte von einem Schlangengebiss getötet wurde. Orpheus war untröstlich. In seiner Verzweiflung tat er etwas, das noch nie jemand vor ihm versucht hatte: Er stieg in die Unterwelt hinab.

Von seinen Klagen gerührt setzte ihn der Fährmann Charon über den Unterweltfluss Styx in die Totenwelt. Selbst Cerberus, den Wachhund am Eingang des Hades, bezauberte Orpheus mit seiner Musik. Die unerbittliche Ordnung des Totenreichs wird außer Kraft gesetzt. Ovid findet dazu die Bilder:

„Tantalus griff nicht nach der fliehenden Welle, staunend stand Ixions Rad still, ... und du, Sisyphus, ruhest auf deinem Stein.“

Metamorphosen X, 41-44

Hades und seine Frau Persephone, die Götter des Totenreiches, erlaubten ihm, von seinem kunstvollen Klagen tief bewegt, die Verlorene aus der Unterwelt zurückzuholen und wieder in die Oberwelt zu bringen.

Die Bedingung aber war, dass sich Orpheus bei ihrem

Bild: Eurydike im Todestaumel (Louvre)

Hinaufsteigen nicht nach Eurydike umschaute, bis sie das irdische Sonnenlicht wieder erblicken würden.

Durch Nebel und Totenstille führte der Pfad bergan dem Sonnenlicht entgegen. Geführt von Hermes, dem Mittlergott zwischen den Welten, folgte Eurydike dem Orpheus in aller Stille nach, auf dem langen Weg zurück ins Erdenleben. Doch dann, kurz vor dem Ziel geschah das Unwiderrufliche:

Besorgt, sie könne ermatten, und begierig, sie zu sehen, wandte Orpheus voll Liebe den Blick nach ihr zurück – und in diesem Augenblick glitt sie zurück und war für immer verloren. Entsetzt und zutiefst traurig über den erneuten Verlust der geliebten Frau zog sich Orpheus in die Wildnis zurück. Von der Welt und besonders von den Frauen wandte er sich ab, um nur noch für die Steine, Bäume und wilden Tiere seine Musik zu spielen.

Zu seinem Leiden über den Verlust kam die Schuld, die Prüfung nicht bestanden zu haben.

Orpheus hat durch die Macht seines Gesangs die ehernen Gesetze der Unterwelt durchbrochen. Er scheitert also nicht an der Verweigerung der Götter, sondern an sich selbst. An der eigenen menschlichen Unvollkommenheit und Schwäche.

Die Verführbarkeit, die manchmal auch von den Schattenkräften induziert sein kann, lässt den Menschen schwach bleiben und zurückschauen. Es war immer nur die vermeintliche Annehmlichkeit des Augenblickes, welche einem auf lange Sicht sich das Wertvolle entgehen lässt.

Das lässt ihn die angebotene Chance verpassen.

Das, was man aus der Totenwelt herauszuholen gedenkt, die Eurydike, verliert man eben, wenn der Blick wieder zurückgerichtet wird. Nostalgie ist der Feind des inneren Lebens.

Beide müssen in eine Richtung schauen. Orpheus darf den Blick nicht zurück in das Schattenreich des Todes wenden und er darf die Orientierung am Licht der oberen Welt, letztlich am Göttlichen, nicht verlieren. Dies wäre die Möglichkeit, sich aus dem Griff der Vergänglichkeit zu befreien.

Eindrucksvoll beschreibt Rilke noch eine andere Dimension dieses Mythos.

*Sie war schon nicht mehr diese blonde Frau,
die in des Dichters Liedern manchmal anklang,
nicht mehr des breiten Bettes Duft und Eiland
und jenes Mannes Eigentum nicht mehr.
Sie war schon aufgelöst wie langes Haar
und hingegeben wie gefallner Regen
und ausgeteilt wie hundertfacher Vorrat.
Sie war schon Wurzel.
Und als plötzlich jäh
der Gott sie anhielt und mit Schmerz im Ausruf*

die Worte sprach: Er hat sich umgewendet -,

begriff sie nichts und sagte leise:

Wer?

Rainer Maria Rilke,
Orpheus. Eurydike. Hermes
(1904)

Gemäss Rilke war Eurydike schon zu erfüllt von ihrem „Gestorbensein“ und hatte den Bezug zur Welt der Lebenden ohnehin bereits verloren. Und das war es, was Orpheus gespürt hatte, sodass er verunsichert zurückschaute.

Wenn man einmal in der Umarmung des Todes war, wird einem die vergängliche Welt mit ihrer starken Faszination für die Verliebtheits-Geschichten richtiggehend fremd. Eurydike hatte sich der alten Heimat entfremdet. Sie liess sich für das irdische Leben nicht mehr zurückgewinnen. Nicht die Ungeduld des Orpheus vereitelt das zurückverlangte Glück der Liebenden, sondern die völlige Entfremdung der Eurydike von der irdischen Liebe und vom irdischen Leben.

Das ist die Gnade des Todes.

Und dem Tod, den man berühren darf, bevor der Körper stirbt, wohnt dieselbe Unwiderruflichkeit inne. Man vermag von ihm nicht mehr zurückzukehren in die seltsame Welt der

menschlichen Rollenspiele. Die Todesnähe hat einen von den Kleingeschichten der Oberfläche gelöst.

Von einer direkten Begegnung mit dem Tod wird auch in den Upanishaden berichtet.

Naciketa

Eine Erzählung aus der Katha Upanishad

*„Jede Seele sucht nach der Freiheit,
die Naciketa erfuhr.*

*Dazu muss man sich die Heiligen
Fragen wirklich stellen
und ihnen nachgehen –
auch wenn sie einen ins Totenreich
führen.“*



Naciketa ist ein junger Mann, Sohn eines reichen Kaufmanns, der sich nach dem Tod mehrerer Freunde der Zeitweiligkeit des Lebens bewusst wird. Er erkennt, zu welcher Oberflächlichkeit weltliches Streben führt, wenn es von spirituellem Verständnis abgetrennt wird. Es ist dann ein sinnloses Sich-im-Kreise-Drehen im Missverständnis, Glück hänge von erworbenem Besitz, gelungener Einflussnahme auf andere oder Bequemlichkeit der Lebenssituation ab.

Als sein Vater von einem Brahmanen um eine grosse Spende an den Tempel ermuntert wird, damit er sich nach diesem Leben eine gute Wiedergeburt sichere, reagiert Naciketa mit Entsetzen. „Wie kann Tugend und Verdienst unter grossem Pomp erkaufte werden? Und die ganze Stadt sieht zu... Ist hier nicht ein Widerspruch zwischen den Ewigen Gesetzen (*dharma*) und den von Menschen zu Heiligen Gesetzen erhobenen Unsinnigkeiten?“

Der Tag kam. „Ich spende mein Vieh, mein Gold, alles, was von Wert ist, den Priestern des Tempels“, sprach der Vater das *sankalpa*, die Verkündigung.

„Alles, was von Wert ist? Das ist lächerlich!“, begehrte Naciketa auf, „und was ist mit mir, deinem Sohn?“ Auf diese öffentliche Beleidigung hin wurde Naciketas Vater wütend: „Dich spende ich auch, und zwar dem Tod!“ Naciketas Augen blitzten auf und er erwiderte: „Gut!“ Dann ging er.

Die Ernüchterung von der gesellschaftlichen Oberflächlichkeit hat Naciketa zur Initiation aufgerufen und der Wille ist erwacht, sich von jeder Inhaltslosigkeit und aller Seichtheit zu verabschieden. Die vermeintliche Substanz,

welche man zu finden glaubt in Eltern, Partnern, Staat und organisierter Religion löst sich im genauen Betrachten auf. Die Scheinheiligkeit des Priesters wirkte als Schicksalsschlag zur Vernunft; war also eine geschenkte Gelegenheit zur Treue zum eigenen Selbst.

Institutionalisierte Religion bietet Schutzimpfungen gegen das Unbekannte (Spenden für die Absolution), da das Verkonzeptionalisieren das Staunen und Erschüttern vor der Wirklichkeit untergräbt und die ganze religiöse Erfahrung zu einem second-hand-Nachleben reduziert, dem es am Erleben fehlt.

Naciketa ging tief in den Wald und nahm Platz, um den Tod zu erwarten. Drei Tage und drei Nächte lang sass er aufmerksam und bewegungslos da, entschlossen, dem Tod auf die Spur zu kommen und ihm in die Augen zu sehen. Er wollte dem Tod von Angesicht zu Angesicht gegenüberstehen.

Die innere Erfahrung hängt vom Einsatz, den man zu geben bereit ist, ab. Initiation bedeutet, die Bereitschaft aufzubringen, sein Leben aufs Spiel zu setzen, damit man über sich selber hinauswächst. Diesen Mut aufzubringen ist ein freiwilliger Vertrauensakt, eine selbstverantwortete Öffnung gegenüber dem umfassenderen Sinn der menschlichen Existenz. Es heisst, weiterzugehen, ganz gleich, wohin der Weg führt – unabhängig, wie sehr man die Dunkelheit auch fürchten mag. Die Neigung, immer schon alle Schrittmchen vorausgeplant haben zu wollen und sie auch geplant abzusehen, ist eine verbürgerlichte Spiritualität, die in die Sicherheit, aber nicht in die Wahrheit führt.

Naciketa trotzte dem Hunger, dem Schmerz und der Erschöpfung und kam in Yamas Reich an, beim König und Richter der Toten. Dort wurde er von drei Helfern des Todes – Krankheit, Hunger und Krieg – begrüßt, die ihm erklärten, dass König Yama unterwegs sei. „Er sammelt gerade die Pacht ein.“ „Das macht nichts“, sagte Naciketa, „ich warte.“

Als der Tod drei Tage später zurückkam, erzählten ihm seine Helfer von diesem ungewöhnlichen jungen Mann, der gekommen war, um ihn zu suchen. Die gesamte Welt ist auf der konstanten Flucht vor dem Herrn des Todes und nennt dann diesen Versuch noch „ihr Leben“, doch dieser junge Mann harret viele Tage lang aus, nur, um ihm zu begegnen.

König Yama ging zu Naciketa, sie begrüßten sich und der Herr des Todes entschuldigte sich für sein spätes Kommen.

„Willkommen in meinem Königreich. Ich sehe, dass du für mich eine anstrengende Reise unternommen hast. Leider musstest du drei Tage warten. Zum Ausgleich dafür möchte ich dir einen Gefallen tun. Du darfst dir drei Dinge wünschen.“

Im bewussten und sogar mit Bemühung verbundenen Begegnen der Sterblichkeit erhält man Segen.

In seiner Bereitschaft, dem Tod zu begegnen, erkannte er, was er am dringendsten benötigte. Zuallererst erbat er Vergebung für sich und für alles, womit er in Berührung gekommen war. „Ich möchte, dass sich mein Vater genauso über mich freut, wie am Tag meiner Geburt.“ Naciketa wusste, dass er seine Reise nur dann fortsetzen konnte, wenn er seine

Interpretation der eigenen Vergangenheit losliess und sich mit allen Unzulänglichkeiten abfand.

Vergebung ist nicht nur eine reine Willenssache; und sie ist nicht leicht. Damit man vergeben kann, hat man sich zunächst einem langen Prozess der Wut, Trauer und Reue zu stellen. Vergebung bedeutet nicht einfach, dass man begangenes Unrecht bedauert und vielleicht schwört, es nicht noch einmal zu tun. Vielmehr ist Vergebung ein gänzlich Loslassen der Vergangenheit und aller damit verbundenen Emotionen. Durch ihre umfassende Güte befreit man sich vom wiederholten Austragen alter Schmerzen, vom blinden Fortsetzen der Vergangenheit. Wenn wir nicht vergeben, bleiben wir innerlich gebunden an den, der einen verletzt hat. Wir geben ihm noch Macht.

Vergebung ist daher ein Weg, sich frei zu machen von der verletzenden Macht des anderen.

Es bedeutet nicht, entschuldigen oder gutheissen.

Vergeben bedeutet also auch nicht einfach, dass man andere aus seinem Herzen verbannt, sondern sich ihnen stellt und mit allen Geschichten, die zwischen ihnen geschehen sind, Frieden schliesst. Naciketa wusste, dass er seinen Vater nicht einfach vergessen, sondern ihn dankbar in seine Lebensgeschichte integrieren soll, wenn er auf seinem Weg weiterkommen wollte. Vergebung geschieht nur, wenn man sich trotz allen Schmerzes den eigenen bitteren Enttäuschungen stellt und aus dieser Lernbereitschaft heraus zu grösserer Einsicht findet. Es beginnt durch das Bewusstwerden des eigenen verschlossenen Herzens und der eigenen Feindseligkeiten und dann folgt das verständnisvolle Loslassen davon.

Neuer Lebensmut ist der Segen der Vergebung und als diese Gunst Naciketa gewährt worden war, hatte er ein klares, offenes Herz. König Yama sah ihn an und bemerkte: „Dein erster Wunsch war klug gewählt, Naciketa. Nun, was wünschst du dir als Zweites?“ Nach einer kurzen Bedenkzeit antwortete Naciketa: „Ich wünsche mir von dir das Feuer der Leidenschaft.“

Naciketa wusste, dass er nur mit äusserstem Mut und Eifer seinem spirituellen Weg treu bleiben konnte. Also wünschte er sich diejenige Stärke, die eine Suche erfolgreich macht: Enthusiasmus (*utsaha*), Leidenschaft, die Kraft des gesamten Herzens. Anfänglich mag es ein wenig verwundern, den Tod um Lebendigkeit anzufragen. Aber es ist eben genau er, der die Lebensfreude schenkt.

Es geht um den leidenschaftlichen Eifer, welcher auch noch im Angesicht des Todes Bestand hat und einen seinen Weg auch noch in der Todesnähe ohne Zaudern weitergehen lässt. Diese Art von Lern- und Entdeckungsfreude ist ein Hauptcharakteristikum für spirituellen Fortschritt. Enthusiasmus verwandelt jedes Hindernis und jede Schwierigkeit in einen Bestandteil der Erleuchtung und des Erwachens. Jeder Moment des Lebens hat etwas Wertvolles mitzuteilen, wenn man nur entsprechend achtsam ist, dieses Geschenk Krishnas darin auch wahrzunehmen. Es kommt der Punkt, an dem man seine Ängste und Hoffnungen und alle Vorstellungen über die Gegenwart aufgeben muss, um für ihr Geheimnis offen zu sein. Naciketa wünschte sich nicht die Erfüllung seines vorgestellten Weges, sondern das Vermögen der freudvollen Kraft, ihn zu

begehen. Der Heilige Weg öffnet sich nur, wenn man sich ihn wirklich wünscht, das heisst, in der Begeisterung.

Dieses notwendige Feuer oder Starksein in der Initiation darf nicht mit Ehrgeiz verwechselt werden, mit dem man sich ein Ziel erzwingt. Es ist keine Form der Manipulation, um sich selbst besonders herauszustellen.

Wieder lobte der Herr des Todes Naciketas Klugheit und gewährte ihm die erbetene innere Stärke.

Naciketa war nun von den Beschränkungen des alten Konflikts befreit und voller Durchhaltevermögen. Schliesslich bat König Yama Naciketa um den letzten Wunsch. Nach einigem Nachdenken sah Naciketa den Tod an und sagte: „Ich wünsche mir Unsterblichkeit.“

Etwas überrascht erinnerte der Tod diesen waghalsigen jungen Mann daran, dass es doch sein letzter Wunsch sei und dass er sich alles wünschen könne. König Yama beschwor daraufhin Vorstellungen herrlicher Dinge herauf, die sich Naciketa entgehen lasse: junge Frauen, die ihn auf seiner Reise begleiten könnten, einen goldenen Kriegswagen mit den schnellsten Pferden der Welt, einen Palast, in dem Naciketa König wäre.

Naciketa betrachtete dies alles und noch viel mehr. „Warum suchst du dir nicht davon etwas aus?“ ermunterte ihn der Tod. Aber Naciketa hatte Entschlossenheit, das ihm Vorgehaltene nicht mit Ewigkeit einzutauschen. Wenn man den Geruch der Ewigkeit ahnt, weiss man, dass ein Flohzirkus ein Flohzirkus ist. Also stellte er die Träume in Zweifel: „Wird nicht all das, was du mir gezeigt hast, schon bald wieder in deinen Besitz

fallen, Yamaraja?“ Der Herr des Todes lächelte über Naciketas Einsicht und erwiderte: „Ja, das stimmt.“

„Dann wünsche ich mir nur Unsterblichkeit.“

Da sagte Yamaraja: „Dein dritter Wunsch soll sich erfüllen. Du hast die Bequemlichkeit und Romantik der Welt aufgegeben. Nun wanderst du nicht mehr auf dem Pfad der Annehmlichkeit in der Materie, dem Pfad der Masse. Der Weg der Befreiung ist einsam.“ (Katha Upanishad 1.2.3) Und er überreichte Naciketa – einfach und aussergewöhnlich zugleich – einen Spiegel.

„Wenn du das Geheimnis der Unsterblichkeit herausfinden willst, kann ich dir nicht mehr geben als das. Du bist es bereits. Und jede Wahrnehmung ausserhalb der Unsterblichkeit ist nur ein Leben an der Oberfläche des Traumes der *maya*.

Du selbst musst direkt in dich selbst schauen. Dann musst du dir die grösste aller menschlichen Fragen stellen:

„Wer bin ich?“

Wer mit Sorgen und Problemen zu Ramana Maharshi kam, den sah er mit einem allverständigen, gütigen Blick an und ermutigte ihn zur Selbsterforschung: „Wer bin ich? Wer ist in diesem Körper geboren worden?“ Alle Probleme werden schon mit der Auseinandersetzung mit dieser Frage gelindert und ganz gelöst in ihrer Beantwortung.

Bin ich das wirklich? Währt es ewig?

Vorstellungen über sich selbst, Ideale und Pläne, Leidenschaften und Ängste, Vorlieben und Abneigungen, der Fluss der Sinneswahrnehmungen, die Emotionen, Gedanken und Gefühle, ja die gesamte Persönlichkeitsstruktur (*ahankara*)

wird als das erkannt, was es ist: vergänglich, begrenzt, wechselhaft. Und man desidentifiziert sich davon, bis schliesslich das ganze Selbstkonzept abgebaut ist. Da leuchtet die *svarupa*, die ewige Form der Seele, durch.

„Freiheit bedeutet, alle über die ewige Seele gestülpten Formen, mit denen man sich identifiziert, abzulegen und in der Form der Seele verankert zu leben.“

Srimad Bhagavatam 2.10.1

Man erwacht aus der Identität, die man zu sein glaubte. Alle Meinungen, die man von sich hatte, die Urteile, die Probleme, das ganze fixierte Ich, die Angstkörper, werden unbedeutend im Erkennen der Form der Seele. Das hat seinen Preis. Das Loslassen der alten Identität kostet liebgewonnene Gewohnheiten und Selbstgerechtigkeiten. Man streift alles ab, bis zur nackten Ewigkeit.

Jeder Mensch muss dem Tod ins Angesicht schauen und fragen, wer da geboren ist und wer da sterben wird.

Naciketa trat nun in die nächste Begegnung, die nach dem Tod folgt und die noch schwieriger auszuhalten ist: die Selbstergründung.

Jede Seele sucht nach der Freiheit, die Naciketa erfuhr. Dazu muss man sich die Heiligen Fragen wirklich stellen und ihnen nachgehen, auch wenn sie einen ins Totenreich führen. Denn von dem freiwilligen Sich-Einlassen auf den Tod geht ein grosser Segen der Ewigkeit aus.

Zum Abschied verbeugt sich Naciketa ganz ruhig vor Yamaraja. Sein Ringen gegen den Tod hat sich eingestellt. Daraufhin werden aus dem Totenreich wie durch Zauberhand die Frühlingsreisfelder seiner Heimat. So erkennt er, dass Tod und das Leben nicht voneinander getrennt sind. Und dass man, um todlos zu werden, um wirklich in der Ewigkeit als Seele zu leben, auch den Wunsch nach Leben aufgeben muss.

Sein Lebensweg wird bunt und vielgestaltig. Wohin er ihn auch führt, es ist heiliger Grund. Als Naciketa das zutiefst begriffen hatte, ging er nach Hause, umarmte seinen Vater und begann ein neues Leben. Das Gleiche, nun mit neuen Augen betrachtet, erscheint nun als etwas gänzlich Neues vor einem.

In der Katha Upanishad (2.3.18) heisst es: „Naciketa erlernte transzendentes Wissen von Yamaraja – und so erreichte er die Höchste Persönlichkeit Gottes. Er wurde frei von der Einengung weltlichen Lebens. Jede Seele hat das Recht, wie Naciketa zu werden.“

*Gedankenanstösse
zur Reflexion*



*„Merkwürdig ist doch, dass
die Verlustangst nur so lange
andauert, bis man sich
vergegenwärtigt und
bereitwillig annimmt, dass
man wirklich alles verlieren
wird.“*

Es folgt eine Sammlung von Kurzgedanken zum Thema des Todes und der eigenen Vergänglichkeit, die aus den letzten Jahren stammen. Diese sind nicht einfach zum Durchlesen gedacht, sondern eher zur Reflexion und als Anregung zum eigenen Nachdenken.

Man kann vielleicht täglich ein oder zwei Kurzgedanken lesen, sich davon einmal ein wenig anstossen lassen und dann die Gedanken im eigenen Innern weiterführen. Diese kurzen Gedankensplitter sind nicht in einem bestimmten thematischen Zusammenhang angeordnet.

Solche Kurzgedanken dürfen uns immer wieder näher zur gänzlichen Hingabe an den Tod leiten.

Sie sind auch entstanden, da viele Sterbende selbst nicht mehr lange Texte lesen können oder ihre Aufmerksamkeit manchmal nicht mehr reicht, längere Zeit zuzuhören.

Ich habe zudem die Erfahrung gemacht, dass es für Menschen, die sich aufrichtig der eigenen Vergänglichkeit, ihrem eigenen Tod, stellen möchten, essenziell wesentlich ist, dies mit einer Regelmässigkeit zu tun. Alles, was einem wirklich wertvoll ist, wird nicht einfach nur einmal angeschaut oder gelesen, sondern immer wieder erneut vertieft und reflektiert. Man liest also nicht einfach nur ein paar Bücher oder besucht Seminare, sondern lässt sich täglich immer wieder neu auf den Tod ein. Deshalb sind solche kleinen Kurz-Betrachtungen hilfreich. Daraus werden eigene weiterführende Gedanken und vielleicht auch Widerstände angeregt, die man

dann mit Weggefährten austauschen darf. Dadurch wird einem das Thema viel näher und inniger als durch theoretische Betrachtungen.

Manchmal tauchen ähnliche Gedankengänge wiederholt auf. Das ist Absicht. Unsere Gewöhnung an die äussere Identifikationsrolle haben wir über viele Leben lang eingespielt und sie verfestigt. Deshalb bedarf es effektiv der Repetition der Transzendenz-Perspektive, bis sich gewisse Strukturen wieder lösen dürfen.

Uns verbindet etwas Intimes... die freudige Furchtlosigkeit gegenüber der eigenen Sterblichkeit und die tiefe Gewissheit, dass in dieser freiwillig eingeladenen Todesnähe ein wesentlicher Transformationsprozess initiiert werden darf.

In der Schweiz wird alle acht Minuten ein Mensch zu einem Leichnam (in Deutschland alle 36 Sekunden). Sterben kann also keine Randerscheinung in unserem Leben sein.

Für unsere Gross- oder Urgrosseltern war es selbstverständlich, ständig von Toten umgeben zu sein. Denn um 1900 betrug die Lebenserwartung in Zürich durchschnittlich 48 Jahre; heute sind wir bei 83,5 Jahren.

Zum Lebens Eintritt tun wir viel, damit ein Baby gut ins Leben eintreten darf. Die Mutter besucht einen Kurs, damit sie entspannt und angstfrei gebären kann. Die Eltern richten sich darauf ein, bald ein Familienmitglied mehr zu haben. Wenn es da ist, wiegen sie es mit Liedern in den Schlaf. Sie begleiten ihr

Kind von der völligen Hilflosigkeit in die Selbstständigkeit. Es wird ein grosser Willkommens-Aufwand betrieben...

Am Lebens-Ende sollte es all dies doch auch geben, nur in umgekehrter Reihenfolge. Das nennt man dann bewusst zelebrierten Abschied. Doch die Tendenz der Verkettung an das äussere Leben generiert einen Unterschied zwischen dem Lebenseintritt und dem Lebensaustritt. Genau diese duale Sichtweise knüpft einen dann an die Lebensoberfläche und verunmöglicht somit die Tiefenperspektive des Transzendenz-Zuganges.

Um diese Lebensverkrampfung zu lösen, die einen ja paradoxerweise gerade vom eigentlichen Leben fernhält, bedarf es regelmässiger Medizin. Medizin ist eigentlich eine Wegbegleitung ‚zurück in die Mitte‘ (*re-medium* – im Englischen gibt es noch den Begriff *remedy*, Heilmittel. Vgl. auch den Begriff ‚Meditation‘.). Wenn unter Heilung etwas Anderes verstanden wird als die Rückführung zum Zentrum aller Existenz, zu Gott, dann verliert sie sich in vorläufige Arrangierungen, die dann aufgrund ihrer Verheißung subjektiv bevorzugter Zustände innerhalb der materiellen Welt nur in die Bindung führen (Bhagavad Gita 7.27).

In diesem Sinne glaube ich, dass die folgenden Kurzgedanken etwas zur Heilung beizutragen vermögen.

Dein Krishna Chandra

*

Zwei Ereignisse geschehen gleichzeitig im Tod:

Getötetwerden (das ist das Körper-Ablegen) und Sterben. Nichts ist passiver als getötet zu werden, selbst wenn es die Zeit tut. Aber nichts ist aktiver als Sterben. Das Tätigkeitswort „sterben“ kennt keine Passivform („ich werde gestorben“). Sterben ist etwas, das man tun muss. Es kann nicht geschehen, ohne dass man sich freiwillig der Verwandlung aussetzt. Und Wandel ist jeden Moment. Die gesamte Schöpfung kennt keine Stabilität. So ist jeder Moment ein Sterben ins Leben hinein.

Sich vor dem Tode zu fürchten und ihn zu verdrängen heißt, sich vor dem Leben zu fürchten und es zurückzudrängen.

Sterben lernen bedeutet, leben zu lernen.

*

Die Verheissungen der ersten Lebenshälfte (Partnerschaft, Körperglück, Einbettung in die Welt) erfüllen sich im Grunde nie... Mit zunehmendem Alter verliert der Körper nun seine Verlässlichkeit.

Man tritt dann erst einmal ein in Zustände gewisser Traurigkeit und Lethargie. Diese entspringen nicht der Tatsache, dass einem die alte Welt langsam entweicht und dass Abbau und Zerfall inhärent zu ihr gehören. Sie entstammen

vielmehr dem Selbstverrat – dass man sich einmal mehr überhaupt auf dieses Identifikationsaufbau-Spiel eingelassen hat und dabei die Vernachlässigung der eigentlichen Aufgabe in Kauf nahm.

Es wird als „normal“ betrachtet, einen infantilen, todesfernen Zustand ein Leben lang fortzusetzen und die körperliche Existenz als letzten Referenzpunkt zu verstehen. Das bewusste Einlenken und Mitschwingen mit dem unaufhaltsamen Zerfall hat man nicht gelernt. Gerade darin aber erlangt man die Leichtigkeit, die man in der Jugend durch die Ausdehnung in die äussere Welt gesucht hat.

*

Die Verleugnung des Todes hält *samsara*, die äussere Welt, am Laufen.

Deshalb beginnt jede Weisheitstradition mit der freiwilligen und bereitwilligen Umarmung des Todes, um genau darin die Erfahrung zu machen, dass das Weltenrad dann stehen bleibt.

*

Was heisst es, dem Tode ins Auge zu schauen?

Es ist die Einsicht in den eigenen Überlebenskampf. Es bedeutet nicht, überlieferte Vorstellungen des Todes abzurufen. Es heisst einfach wahrzunehmen, wie viel Kraft man in den körperlichen, emotionalen oder geistigen Kampf steckt, und sich zu fragen, ob man bereit ist, diesen Überlebenskampf aufzugeben. Es bedeutet, sich gewahr zu werden, wie viel Lebenskraft die ständige Anstrengung, überleben zu müssen, kostet.

Glaubt man, dass Leben auch ohne Überlebensverkrampfung möglich ist?

„Im Ewigen gibt es keinen Tod
und im Vergänglichen kein Bestehen.“

Bhagavad Gita 2.16

*

Ich darf dem Vergehen und Verfallen ganz ruhig und friedlich zuschauen. Die Kraft der Innenkehr entspringt erst einmal der Fähigkeit, dem Tod ins Angesicht zu schauen, bei ihm zu verweilen – und darin nicht reagieren zu müssen.

Von diesem Punkt beim Tode geht eine Zauberkraft aus, die uns zur Essenz in unserem Leben führt. Sie vermag Wichtiges und Unwichtiges, das in unserem Leben so vielschichtig

übereinander gelagert ist, voneinander zu trennen und das Überflüssige herauszulesen.

Für alle Denker ist der Tod kein katastrophaler Schlusspunkt, sondern ein ausgezeichnete Wendepunkt, der in ein vertiefteres Sein führt. Er kann die Seele, die als das Unwandelbare immer gleichbleibt, dem Unsichtbaren, dem Göttlichen, näher bringen. Deshalb ist er jedem Pilger auf dem Weg nach innen ein wertvoller Lehrer.

*

Es ist eine Vergeudung menschlichen Lebens, wenn man dieses damit verbringt, so lange wie möglich die Begegnung mit dem Tod hinauszuzögern.

Der Tod passt nicht in das Überlebenskonzept des Ichs hinein. Er stellt alles in Frage, was das Ich mühselig aufzubauen versuchte. Exakt am Widerstand ihm gegenüber ist die Angst, alles, das geliebte Kind, den Partner, ..., zu verlieren abzulesen.

Merkwürdig ist doch, dass die Verlustangst nur so lange andauert, bis man sich vergegenwärtigt und bereitwillig annimmt, *dass* man wirklich alles verlieren wird.

In der bewussten Todesannahme zerfällt nicht nur die Angst, sondern alle Sorgen und Kümernisse erweisen sich als Belanglosigkeiten. Das bisherige Wertesystem kollabiert.

Der Tod wird dann nicht mehr als ein Angriff auf das Leben und all das, was man sich geschaffen hatte, wahrgenommen, sondern nur noch als Lehrer, der einem Weisung erteilt, nichts mehr in die Zukunft zu verschieben.

Der wache Mensch will keinerlei Schonfrist vor dem Tod. Die Vorstellung, alles in diesem einen Moment aufzugeben, sprengt die Denkkapazität des Kleingeistes zur Ausweitung des Ewigen hin.

*

Du bist beständiger Zeuge eines Auflösungsprozesses und eines Kontrollverlustes. Die Mauern beginnen zu fallen. Die sich auftuende Leere füllst du immer wieder schnell mit Schreckens-Szenarien, welche Widerstandskräfte mobilisieren. Dies veranlasst dich, die Risse mit Spachtelmasse zu füllen, einen Don Quijote-Kampf gegen die Vergänglichkeit aufzuführen, anstatt den natürlichen Prozess einfach zuzulassen.

Manche meditieren ein Leben lang, um einen freiwilligen Kontrollverlust einzuleiten. Wenn dieser jemandem dann in der Sterbenähe geschenkt wird, ist es doch absurd, dass man da dann nichts Besseres zu tun hat als die Ritzen wieder

aufzufüllen, weil man panische Angst hat, den Boden unter den Füßen zu verlieren.

Man darf sich fallen lassen in die Einbettung haltlosen Seins – aus dem Vertrauen heraus, von Sri Krishna getragen zu sein, wenn die Eigenbemühung um das Überleben abgelegt wird.

*

Alle spirituellen Lehren wollen einen ermutigen, den eigenen Tod ernst zu nehmen. Doch es ist erstaunlich, wie schwierig es ist, diese tiefe Betroffenheit wirklich zuzulassen.

Das Einzige im Leben, auf das man sich wirklich verlassen könnte, die Gewissheit unseres Vergehens, ist allen Menschen unglaublich fern. Wir gehen zwar nicht so weit, zu sagen, dass wir nicht sterben würden, weil wir es natürlich besser wissen. Aber wir alle glauben daran, dass es definitiv erst später sein wird.

Das ist die grösste Hoffnung und damit auch der stärkste Sog zum Leiden hin.

*

„Als das lodernde Feuer des Todes erzeuge Ich das Prinzip „Angst“ in denjenigen, welche den geringsten Unterschied zwischen sich selbst und anderen Lebewesen sehen.“

Srimad Bhagavatam 3.29.26

Die Angst ist die Folge der *bhinna-dristhi*, der Sichtweise der Abtrenntheit von Krishna.

*

Der Ich-Geist kämpft ständig um Selbstbehauptung und Überleben. Das seichte Leben der Oberfläche ist sein Zuhause. In einem solchen Lebensverständnis ist der Tod zwangsläufig ein Feind, der besiegt oder zumindest ferngehalten werden muss.

Im Verlaufe der Gotteshingabe wandelt sich die Feindseligkeit gegenüber dem Tod in eine liebevolle Annäherung; in eine Bereitschaft zur Unterwerfung unter die Kraft des Todes.

Aus dieser aufrichtigen Kapitulation erwächst immer ungeheure Lebensfreude.

*

Es ist nicht falsch, sterben zu wollen. Im Gegenteil: es ist wesentlich. Die Frage ist nur: Was muss sterben?

Bhakti bedeutet das vollkommen zugelassene Sterben aller Designationen, mit denen man seine Identität einhüllte.

Der Körper muss ohnehin sterben, aber das befreit einen nicht vom Leiden. Es ist ein naiver Glaube, den Frieden im Tod des Körpers finden zu wollen („Er ist friedlich eingeschlafen und ruht nun in Frieden...“). Körperliches Sterben hat keinerlei transformativen Wert, denn es war nur die Übertragung der feinstofflichen Konzepte in eine neue Körperhülle.

Wirkliche Veränderung bedarf der Bereitschaft für das effektive Sterben – die Auflösung der Panik vor der vollständigen Hingabe.

*

Diese Gegenwart des Todes ist uns ein unglaublicher Lehrer... ich war immer dankbar, in dieser Intensität, der Banalität des Alltages enthoben, zu leben.

So schnell geht die Lebensspur gänzlich andere Wege als es das Ich geplant hat.

Lasse ich mich einfach führen, zerschmilzt die Schwere, die eigentlich nur mein Wunsch nach Fixierung, nach Beständigkeit inmitten des Flusses der Vergänglichkeit war.

*Nicht in den Lüften, nicht in Meeresmitte,
nicht in den Bergesklüften sich versteckend,
nicht findet sich ein Ort auf dieser Erde,
wo weilend einen nicht der Tod bezwänge.*

Buddha, Dhammapada

Vers 128

Unser Mühen um Beständigkeit in dieser Welt des
Unbeständigen lässt uns in die Umarmung mit dem Tod gleiten.
Beständigkeit im Beständigen – erst dies schenkt Frieden.

*

Ein Schock ist eingefrorene Zeit.

Aus der Vergangenheit alter Leben sind Schreckens-
erfahrungen gegenüber dem Tod gespeichert, die einen wieder
in die Spur der Angst hineindrängen möchten.

Der bewusst eingeladene Tod vermag einem aber die
Bedeutung von „Ich und meine Geschichte“ wegzunehmen.

Dann ist es nicht mehr eine Begegnung, die vom kalten
Grauen geprägt ist, sondern sogar von Freude und Dankbarkeit
durchdrungen sein kann.

*

Wenn einem die kraftvolle Präsenz des Daseins der Seele nahekommt, sei es in der Todesnähe oder durch eine aufrichtige, spirituelle Praxis, dann taucht erst einmal ein Fluchtimpuls im Geist auf. Diesen gilt es genau zu beobachten.

Ist die Angst zur Ruhe gekommen oder ist man selber einfach nur weit weg von ihr gegangen, dem Fluchtimpuls folgend?

Man muss lernen, mit der Aufmerksamkeit genau dort zu sein, wo sich die Angst befindet. Wenn die wache Beobachtung die Angst lokalisiert, hat sie keinen Bestand mehr.

Dann kann sie nicht mehr standhalten, denn sie ist immer ein Gebilde, welches nur in der Unbewusstheit florieren kann.

*

Das Srimad Bhagavatam handelt von einer Person, welche die Unvermeidlichkeit des Todes umarmte. Maharaja Pariksit wurde verflucht, innerhalb von sieben Tagen zu sterben. Er berief eine Konferenz ein und es fanden sich Experten unterschiedlichster religiösen Disziplinen ein. Die grössten Weisen der Welt kamen da zusammen. Die Frage hiess:

Was ist die Bedeutung menschlichen Lebens? Und was ist die Aufgabe einer Person, die auf den Tod hinzugeht?

Ihre Schlussfolgerung war:

„Sich gänzlich in die Erinnerung Gottes zu absorbieren, sodass man die Fluktuationen der Wandelwelt nicht einmal mehr wahrzunehmen vermag.“

Doch dazu braucht es ein Training des Bewusstseins während des gesamten Lebens. Wenn das Leben keine Bedeutung und keinen Sinn in sich trug, wird dann der Tod gleichfalls bedeutungslos.

*

Sterben...

Das Glück, keine operativen Leistungsaufgaben mehr zu haben...

Ausrangiert zu sein von dem, was den Menschen Lebensinhalt und überhaupt die Lebendigkeit bedeutet.

Innerlich alles ganz loslassen und auch nicht mehr in illusorischen Lichtreichen und Jenseitsverheissungen hängen zu bleiben.

*

Ich versetze mich immer wieder in meine eigene Todesstunde und frage mich von da aus: Wie möchte ich denn gelebt haben?

*

Sterben ist nicht ein Prozess, welcher initiiert wird, wenn der Organismus müder und matter wird. Nicht aus der Lebens-Sattheit, sondern aus der Verankerung in der grundlosen, da inhärent in uns verankerten Lebensfreude, umarmt man den mit dem Sterben verbundenen Abbau des körperlichen Lebens.

Nun lebt man die Befreiung vom Müssen und falschen Rücksichtnahmen (den Erwartungen der Aussenwelt). Es scheint, dass die persönliche Freiheit grösser wird, je mehr das Lebensende klar in einem angenommen wurde.

„Krishna, wenn Du mich noch für etwas Verrücktes brauchen kannst, dann bin ich dafür bereit.“

Dies ist überquellendes Leben. Das physische Sterben verblasst zu einem unbedeutenden Geschehnis auf einer Nebenbühne... zur Fundierung der natürlichen Lebensfreude umarmt man den mit dem Sterben verbundenen Abbau des bisherigen Lebens.

*

Wozu noch kämpfen und was will man schon verteidigen angesichts des kurz bevorstehenden eigenen Todes? Warum noch streiten und Konflikte aufrechterhalten?

Die versöhnende Kraft des Todes kann man sich nutzbar machen, nicht, indem man auf den eigenen körperlichen Tod wartet, sondern indem man sich dieser Kraft annähert, die in jedem Augenblick gegenwärtig ist.

Viele Menschen kommen mit dem Tod überhaupt erst in Kontakt, wenn der Körper zu zerfallen droht. Das wäre das Warten aufs Dahingerafft-Werden. Doch der nach innen gerichtete Mensch umarmt ihn in jedem Augenblick, da er ja wirklich in jedem Augenblick vorhanden ist.

In dieser freiwilligen Zuwendung zum Tod ist er nicht mehr die Wucht, die mir all dies wegnimmt, was mir lieb und kostbar war, sondern er wird zur Kraft, die mich beschleunigt und in eine ungeheure Lebendigkeit hineinbringt. Darin liegt eine gänzlich andere Lebensqualität als im durchschnittlichen Dahindümpeln des widerstandserfüllten Abwartens, bis einen der Tod wegschleift.

*

Wenn ich bereit bin, die letzte Absicherung, diejenige vor dem Tod, abzulegen, dann kommt es zur Erfahrung von Einbettung.

Dies ist ein unsäglich umfassenderes Aufgehobensein als es das Sicherheitskonzept je bieten könnte.

Das gesamte Konzept von Schutz und Sicherheit, wofür das kleine Ich auch den Gotteszugang zu instrumentalisieren versuchte, darf sterben. Einmal nur lässt man sich bedenkenlos fallen und bemerkt gleich schon, dass unberührtes Sein jenseits des Weltspektakels von Gehen und Vergehen existiert, ja sogar jenseits von Gewalt und Unrecht, welches dem Körper angetan werden könnte und bereits angetan worden ist.

Dieses Ablegen des Widerstrebens gegen den Tod und gegen die Endlichkeit vollzieht sich in der liebevollen Hinwendung an die Instanz Gottes.

Diese ist uns zugänglich im Heiligen Namen.

*

Kranke, Sterbende und auch KZ-Häftlinge erfuhren, dass der Mensch, wenn ihm wirklich gar nichts mehr bleibt auf dieser Welt, selig werden kann.

In der freiwilligen Ergebung, die ohne einen Leidensdruck in der äusseren Welt geschieht, ist die Glückseligkeit noch substanzieller und vor allem beständig. Dies ist die Folge der Hingabe an die Wirklichkeit Gottes, angesichts welcher die periphere, materielle Schöpfung wie ein entfernter Traum erscheint. Dies ist die Erfahrung von Gottliebenden.

*

Die Todesangst fast aller Menschen ist in der Kindlichkeit stecken geblieben.

Das bedeutet, dass sie in der Todesnähe und der Begegnung mit ihm zum Kind werden.

Die Monstrosität und das Immense, die Riesenhaftigkeit des Geschehens im Sterbevorgang lässt das Kind ohnmächtig, verängstigt und verzweifelt werden.

Todesangst wäre heilbar. Sie ist letztlich eine Erfahrung dieser bewusstseinsmässigen Regression angesichts des Todes. Ausgeliefertsein ist die Talfahrt in die kindliche Sichtweise, um sich dort einfach hilflos zu fühlen.

Es gäbe aber auch einen reiferen Zugang: Diese Kraft bewusst einzuladen. Damit dies aber möglich ist, braucht es das Eingeständnis, dass der Kampf gegen sie zwecklos und vor allem überflüssig ist.

Die Kapitulation ist machbar. Und Empfängnis geschieht.

*

Im Auftakt zum Roman „Die Schopenhauer-Kur“ des Psychoanalytikers Irvin Yalom hört der 65-jährige Psychotherapeut Julius die Melanom-Diagnose: „Du hast noch ein Jahr zu leben.“

Man ist geneigt zu konstatieren: „Oh, was für eine erschreckende Nachricht!“ Eine „Neuigkeit“, die jedem Menschen bei Geburt mitgegeben wird, auf die hin ein Leben in Angriff genommen wird, das für viele Menschen vor allem darin zu bestehen scheint, die eigene Vergänglichkeit auszublenden.

„Und jetzt? Was tue ich noch so kurz vor dem ohnehin Unausweichlichen?“

Wird der nun zwanghaft sinnsuchende Mensch je aus seiner Schablone, seinem „Ich“, der Begrenztheit seiner Psyche, seinem über Generationen und Jahrtausenden angesammelten Gedanken-Konglomerat herausfinden?

Mit dem Paradigma des „Tuns“ vermag man den bisherigen Gedankenwelten nicht zu entkommen. Nun ist ein Prozess des „Fallens“ und „Lassens“ gefordert. Gerade darin ist der Tod für einen so kostbar.

*

Sterben bevor man stirbt bedeutet, dass man zwar sein Leben lebt und Dinge, die notwendig sind, erledigt, man sich aber im Wesenskern dennoch nicht einnehmen lässt und den würdevollen, inneren Abstand zu den Veränderlichkeiten der Oberfläche behält.

Es bedeutet, sich genau zu beobachten, ob die alltäglichen Ablenkungen es vermögen, einen von der Zuflucht und dem liebevollen Hinströmen zu Radhe-Syam abzuhalten.

Es bedeutet vor allem auch, sich immer wieder die allerwesentlichste Priorität in diesem kurzen Leben zurechtzurücken.

*

Wieso sollte das, was in jedem Moment eintreffen könnte (Tod, vollständiger Verlust), nicht gerade jetzt eintreffen dürfen?

Es gilt ganz genau hinzuschauen, wie der Wunsch nach Hinauszögerung und Verschiebung, die scheinbare „Gnade“ des Aufschubes, einen in einen Lebensbereich treibt, welcher nicht mehr realitätstauglich ist.

Das Resultat davon ist das Entschwinden der natürlichen Freude, welche erfahren wird, wenn man in der Wahrheit lebt. Zudem tauchen augenblicklich diffuse Sorgen und Ängste auf, da das Tiefste in einem eben doch ahnt, dass man gerade leere Seifenblasen entstehen lässt.

*

Die Diagnose bekommen wir mit der Geburt: dass wir sterben müssen, irgendwann. Was macht man mit einer tödlichen Diagnose? Welches Leben führt man, wenn der verbleibende Rest überschaubar kurz ist, das Ende nicht jenseits des Horizonts, wie wir alle glaubten, um unbesorgt an der Oberfläche weiter leben zu können, sondern in Sichtweite?

In einem Moment ist unser Körper belebte Materie, im nächsten dasselbe, nur ohne Adjektiv.

In diesem kleinen Adjektiv birgt sich der Schlüssel, worum sich eigentlich alles in dieser kurzen Lebensspanne zu drehen hätte.

*

Das lateinische Wort *finis* hat eine Doppelbedeutung: „Ende“ und auch „Ziel“. Ein Mensch, der nicht das Ende einer provisorischen Daseinsform abzusehen imstande ist, vermag auch nicht, auf ein Ziel hin zu leben.

*

Es gibt eine resignierte Todes-Einladung, die eine Manifestation der Lebensabneigung ist. Sie führt nie in die Lebendigkeit.

Eine gereifte Seele ist gleichmütig, ob der Körper gerade stirbt oder nicht. Dies erfährt sie aber nicht aus einer Abwehr gegen oder Enttäuschung von der äusseren Welt so, sondern aus einer Absorption im Innern. Das Herauswachsen aus der Welt stellt für sie dann einen natürlichen Prozess dar. So wie ich aus dem Spielzeugetalter einfach herausgewachsen bin, ohne dass mir jemand sagen musste, dass dies nicht länger angemessen sei und dass man diese Sachen doch nun wirklich langsam beiseiteschieben sollte.

Herauswachsen ist Weiterentwicklung ohne jegliche Aversion gegen den vorangegangenen Zustand.

*

Nicht-Respekt vor dem Tod

Eine unglaubliche Tragik taucht auf, wenn wir nicht die gleiche Annahme, die gleiche Haltung und das gleiche Bewusstsein gegenüber dem Tod in uns tragen, wie wir es gegenüber dem, was wir für das Leben halten, aufweisen.

Die Folge ist die Lebensverdunkelung durch die Angst. Diese vermag in keiner Weise das Sterben aufzuhalten, aber sehr wohl einen Schatten über das Leben zu legen.

*

Vermag man auch im Moment von Verlust und Tod von liebgewonnenen Menschen voller Dankbarkeit und Freude zu sein? Oder ist es eher so, dass im ersten Moment der Schmerz da ist und auch sein darf, doch dass sich dieses Gefühl wieder ausweiten darf und dass man dann den Tod annimmt und in ihm das Aufgehobensein und die Freude, die Liebe erfährt?

Natürlich übergeht man nicht die gewöhnlichen, menschlichen Reaktionen wie Trauer und Schmerz. Aber die innere Verankerung darf so weit werden, dass die angewöhnten Widerstandsreaktionen tatsächlich relativiert werden.

Je gelöster man von der eigenen Vorstellung ist, wie die Aussenwelt und ihre Geschehnisse zu sein hätten, desto geringer wird auch der Einfluss der konditionierten Reaktionen wie Trauer, Schmerz oder Verzweiflung, auf das eigene Bewusstsein sein.

Dieser Gleichmut gegenüber unveränderlichen Ereignissen ist nicht ein Endziel in sich, sondern nur eine Voraussetzung für die Absorption in Radha-Krishna (Bhagavad Gita 18.54).

*

Neue Zellen werden in diesem Körper ständig im Überschuss gebildet. Diejenigen Zellen, die dann nicht mehr zum gesunden Wachstum des Organismus beitragen können, sterben. Sie schalten Selbsttötungsgene an und bringen sich selbst, zum Wohle des ganzen Organismus, um. Das tun sie in einer Weise, die für den Organismus am wenigsten schädlich ist: Durch Zell-Implosion, welche die potenziell schädliche Freisetzung von Zellinhalt verhindert und das Abräumen der Zellreste erleichtert.

Media vita in morte sumus – „Mitten im Leben sind wir vom Tod umfassen.“

Es braucht schon eine grosse Portion Arroganz, inmitten des Ozeans des Sterbens zu treiben und verbissen den Glauben aufrecht zu erhalten: „Ich überlebe!“

Die effektiv überlebende Instanz liegt viel tiefer...

*

Wenn uns etwas fortgenommen wird, womit wir in tiefer Verbundenheit zusammenhängen, so hat man natürlicherweise erst einmal das Gefühl, das ein grosser Teil von einem selbst weggegangen sei. Das ist ein Anzeichen dafür, im falschen Identitätsgefühl zu leben... In unserer wirklichen Identität kann für alle Ewigkeit nichts abhanden kommen.

Das freiwillige Hinzugehen auf den Tod fordert uns auf, wesentlicher zu sein und in dem Unverlierbaren verankert zu

werden. Diese Unverlierbarkeit wird dem weltlichen Menschen von der äusseren Energie nur vorgegaukelt. Selbst die Religionen geben ihren Gläubigen oft simple Vertröstungen und Beschönigungen des Todes statt ihnen Mittel zu geben, sich mit ihm zu vertragen und zu verständigen.

Der innere Weg lädt dazu ein, ihn mit seiner unmaskierten Grausamkeit in der Stille anzunehmen, bis man darin eine klare Milde wahrnimmt.

*

Als Ramana Maharshi noch ein Teenager war, erlitt er beim Besuch eines Onkels einen Zusammenbruch seines körperlichen Systems. Er glaubte, er würde nun sterben. So legte er sich flach auf den Boden wie eine Leiche und wartete. Er schilderte später, wie er ganz und gar kooperieren wollte mit seinem eigenen Tod. Er sagte sich, wenn es nun geschehen solle, dann wolle er es auf keinen Fall verpassen.

Er gab sich der Erfahrung gänzlich hin und eine kraftvolle Überzeugung stieg in ihm auf, dass etwas in ihm unmöglich sterben könne.

Es ist genau diese interessierte, uns dem Tod zuwendende Haltung, welche einem den Zugang zum Todlosen schenkt.

*

Es gibt die Todessehnsucht in jedem Menschen.

Solange es in einem eine Todessehnsucht gibt, die bekämpft wird, die abgelehnt und unterdrückt wird, weil sie nicht mit dem Leben vereinbar zu sein scheint, erkennt man die Spur nicht, auf die sie einen hinweisen will. Sie will eingeladen und übersetzt werden als das, was sie wirklich ist.

Übersetzbar wird sie erst, wenn man ihr ganz nahe tritt und die eigene Abwehr und Angst ihr gegenüber durchdrungen hat, um ihr dann ganz ins Auge zu blicken.

Was will sie einem wirklich mitteilen?

Sie ist die Sehnsucht nach Freiheit und unbedingter Gottesliebe.

*

Während das „Ich“ krampfhaft ums Überleben kämpft, warten die Geier entspannt auf seinen Tod.

„Das stille körperliche Zerfallen zu bezeugen ist etwas, was ich effektiv geschenkt bekam“, schrieb mir eine sterbende Frau.

*

Das Leben und der Tod haben die kreatürliche Tendenz, nicht mit den Eigenerwartungen zu kooperieren. Für den Hin-

gegebenen wird so alles zur Überraschung und macht ihn lebendig.

Für denjenigen, der Leben als Fixierung und Durchsetzung eigener Vorstellungen versteht, wird es zum aussichtslosen Kampf, der zwar sinnlos ist, aber nicht aufgegeben werden möchte und verbissen einfach weitergeführt wird.

*

Das Zeitliche segnen...

Das verbindet die deutsche Sprache mit dem Tod.

Dass man auch im Sterbeprozess zum Segen wird für die, die noch in der Zeit leben.

*

Unser Alltagsleben ist sehr stark auf das Vergängliche ausgerichtet. Die Augen, alle Sinne und auch der menschliche Geist sind alle nur auf das Endliche hin geeicht. Der Tod allerdings ist ein Tor zum Unvergänglichen, da er als erster einmal einen kompletten Vertrauensbruch in die bisherige Welt einleitet. Er regt die innere Intensität an, denn das bedeutet Tiefe. Er führt somit heraus aus dem oberflächlichen

Bewusstseinszustand, um wesentlicheres Sehen und Erkennen zu ermöglichen.

*

Schon früh in der Entwicklungsgeschichte eines Menschen entsteht der Glaube, dass das ‚Bei-sich-behalten‘ gut sei und das Loslassen und Weiterziehenlassen Schaden bringend sei.

Das ist Ausdruck der einfachen kindlichen Welt und ist begreiflich, da es die kindliche Verlorenheit in der weiten Welt widerspiegelt.

Innerstes Vertrauen darf aber darüber hinauswachsen, um selbst im Totalverlust die Erfahrung zu machen, nie weniger geworden zu sein.

*

Was ist der Unterschied, zwischen einem Meister und einem gewöhnlichen Menschen? Der Meister stirbt freiwillig.

Diese Freiwilligkeit kann aber jeder jederzeit erlangen.

Man könnte einwenden, dass es keinen Unterschied zwischen dem freiwilligen und dem nicht-freiwilligen Tod gebe. Tod sei Tod. Der Unterschied liegt aber darin, dass der unfreiwillige Tod keinen Moment der Bewusstheit darstellt. Im

unfreiwilligen Tod dämmert man einfach dahin und geht bewusstseinsmässig schlafend in einen anderen Zustand über. Man wird einfach dahingerafft.

Der freiwillige Tod ist der bewusst aufgesuchte Augenblick, das Vergehende gehen zu lassen und in die Verankerung der Seele einzutreten, wo nie wieder irgendein Verlust möglich ist. Wir sind dem Gedanken, alles zu verlieren, nicht sehr zugetan. Wir werden sowieso alles verlieren, woran man glaubte, sich festhalten zu können.

Die Unwissenheit glaubt, einen Ausweg zu haben.

Wir haben die Wahl, freiwillig oder unfreiwillig zu sterben; aus freier Entscheidung voller Freude alles gehen zu lassen – oder dass einem mit Gewalt alles genommen wird.

Der Unterschied zwischen dem freiwilligen und dem unfreiwilligen Tod ist immens. Das eine ist ein Dahingerafft-werden ohne Erkenntnis und das andere ein Empfangen von Substanz jenseits aller Vergänglichkeit.

*

Das Gedenken an den Tod und seine Annahme enthebt uns der Angst vor der Bedrohung durch andere, vor der Vernichtung durch Krankheit oder Unfall, dem Nicht-Entsprechen von Erwartungen oder vor Versagen und Ablehnung. Jede Angst basiert letztlich auf der verdrängten Angst, sterben zu müssen.

Die Ängstlichkeit, Mut- und Risikolosigkeit vieler Menschen lässt sich auf den noch bekämpften Sterbemoment zurückführen, der so viel Lebenskraft in sich bindet.

Wenn man sich den Tod vor Augen hält, ist all dies nicht mehr so wichtig. Es interessiert dann nicht mehr, ob man gerade Erfolg hatte oder nicht. In der Gegenwart des Todes verblasst auch der Ehrgeiz, Grosses bewerkstelligen zu müssen.

*

Wir glauben, wir hätten noch viel Zeit. Doch in Wahrheit haben wir keinen Ausdehnungsraum in die Zukunft mehr. Wenn wir bis in jede Zelle hinein erkennen würden, dass der Tod uns jeden Augenblick holen kann, dann wäre die eigene Erkenntnis-Willigkeit und Erkenntnis-Fähigkeit eine ganz andere als die momentan gegenwärtige.

Wenn ich wüsste, dass ich nur noch eine einzige Minute zu leben hätte, dann würde eine ungeheure Intensität mein Rest-Leben durchziehen.

Eine Minute würde reichen, alles loszulassen und sich gänzlich hinzugeben.

Wie viele von solchen Minuten sind schon leer plätschernd durch das Leben gezogen?

*

Die Upanishaden erklären, dass es den Tod nicht gibt. Er ist eine Illusion, die für diejenigen bestimmt ist, welche sich der Ursache aller Ursachen, der Höchsten Persönlichkeit Gottes, nicht vollständig ergeben wollen. Denn niemand stirbt – jemand geht nur aus dem Körper, in dem er einige Jahre gelebt hat, wieder heraus. Es ist nur das Verlassen des Erdenhauses.

*

Wenn der Tod einem einen Schlag versetzt, dann darf man ihn bewusst annehmen. Das ist etwas ganz anderes, als sich einfach nur unbewusst von ihm wegraffen zu lassen.

Denn so erfährt man die vorübergehende Schwächung, die dieses Niederstrecken mit sich bringt, nicht als Ende, sondern als Gelegenheit zur Hingabe. Diese ist eine Kraft, die nicht am Tod vorbeigeht, sondern mitten durch ihn hindurch. Ihn also umarmt.

Aus der Hingabe an den Urheber des Todes, Sri Krishna (Bhagavad Gita 10.34), entsteht immer echte Transformation, ein tiefgreifender Wandlungsprozess, der die Seele zur Gefährtschaft Gottes hin formt.

*

Der Tod zerstört Leben an der Oberfläche. Deswegen fürchtet das „Ich“ ihn als seinen Widersacher so stark.

Auf dem Weg der Bewusstwerdung gibt es eine höhere Oktave dieser Vernichtungskraft des Todes: Nun tritt sie auf als das Tor zum wesentlichen Leben, zur Ewigkeit jenseits vergänglicher Identität, zum Sortieren von Wesentlichem und Unwesentlichem... Und all dies geschieht sogar inmitten dieses Lebens, wenn die Todeskraft bereits jetzt eingeladen wird und nicht erst in den letzten Stunden, wenn der Organismus sowieso nicht mehr weiter zu leben vermag.

*

Für das normale „Ich“ ist es eine Überforderung, sich in Hingabe dem Tod anzuvertrauen.

Doch genau dieser Akt würde pulsierendes Leben kreieren. Es wäre dann nicht mehr ein Leben in der Zeit, sondern ein Hindurchdringen zur Liebeskraft der Seele, die nur noch Gott sucht.

*

Wenn die Überlebens-Maschine ins Stottern gerät und man dies freiwillig gutheisst, taucht augenblicklich immer innere Lebendigkeit auf.

Es ist unendlich viel wertvoller, einen einzigen Augenblick wirklich zu leben als 80 Jahre lang irgendwie zu überleben und nur die erbärmlichen Alltagspflichten auszuführen.

Dieser eine Augenblick wird sich in die Unendlichkeit ausdehnen.

*

Trost gibt es immer, aber nicht die Wiederherstellung des vorherigen Zustandes. Das wäre die naive Vertröstung. Der Trost will in keiner Weise manipulativ auf das Geschehen, auf das Unvermeidliche in dieser Welt, einwirken, sondern will es von Gottes Seite zu verstehen versuchen. Der Trost liegt also nicht in der gewollten Korrektur der Umstände in der Welt, sondern im neu erhaltenen Blickwinkel. Würde Krishna der Seele nur die perfekten Lebensumstände liefern, wäre das ein Ausdruck grosser Grausamkeit. Wir leiden ja nicht an unbequemen Umständen, sondern gerade an der Eigenvorstellung und den Wünschen. Deshalb heisst es in den Upanishaden, dass dem Aufgeben des Wunsches grössere Erfüllung innewohnt als in dessen Erfüllung. Nur wenige Menschen wollen dies glauben.

Glück ist da, wo die kleinen persönlichen Eigenwünsche stillstehen. (Srimad Bhagavatam 8.19.21-27).

Die Einwirkung Gottes zeigt sich in der neuen Perspektive. Das ist der Trost, von welchem der innere Weg spricht.

*

Der Tod ist einem zum Feind geworden, denn man hat ja überall um sich herum beobachtet, wie der Tod alle vergänglichen Erscheinungsformen dahinrafft.

Wenn man die Bemühung um Permanenz in der Zeitweiligkeit einstellt, was immer in einen Zustand umfassendster Gelassenheit führt, betrachtet man den Tod von Angesicht zu Angesicht und erkennt, dass er nicht alles Leben vernichten will, sondern dass es seine Aufgabe ist, die Anhaftung an vergängliches Leben sterben zu lassen, um damit die Wachheit zum wirklichen Leben als Seele zu schenken.

*

„Dieser Körper, der auf hohen Elefanten reitet, auf dekorierten Wagen, und so schön klingende Titel wie

„König“ usw. hat, wird von der unbesiegbaren Kraft der Zeit zu Fäkalien, Würmern oder Asche reduziert.“

Srimad Bhagavatam 10.51.50

Die Zeit konsumiert den Körper. Das ist das Drama, ausserhalb seiner wirklichen Stellung als Seele zu sein. Dann versucht man, Arrangierungen zu treffen, um die Situation einigermaßen angenehm zu gestalten und verschwendet weiterhin kostbare, menschliche Lebenszeit.

*

„Hier ruht in Frieden...“, steht auf vielen Grabsteinen.

Das ist eine Lüge. Sterben allein schenkt noch lange keinen Frieden. In einem solchen Denken glaubt man, der Körper und seine ständig erlebten Beschwerlichkeiten seien die Ursache des Unfriedens. Aber es ist immer nur der Geist, die mentale Befindlichkeit, welche Frieden und Unfrieden generiert.

Erst die Verankerung im eigenen, unvergänglichen Selbst und daraus der Eintritt in die Gottesbeziehung schenkt den Zugang zum unstörbaren Frieden.

*

Absolute innere Freiheit kann nur durch den grossen Tod gegangen sein, den Tod aller bisherigen Lebenseinstellungen und Sichtweisen. Dieser Tod geschieht auch nicht zwangsläufig mit dem Ableben eines Körpers. Das bedeutet, dass man sich diesem Tod entziehen darf, wenn man wirklich weiter leiden möchte.

Können wir einen solchen Tod auch schätzen? Dass ein solcher Tod eine Kraft ist, die so endgültig ist, die so mächtig ist, dass sie nichts auslässt? Nichts in der relativen Welt entkommt ihr, ihr entgeht gar nichts. Die Endgültigkeit dieses Todes erlaubt nicht, dass Spuren hinterlassen werden, Spuren von Unfreiheit, Spuren von Gebundenheit, die wir in unserer Geschichte hinterlassen haben. Dieser Tod ist ein radikaler Moment, der uns mit der Irreversibilität und Endgültigkeit konfrontiert, vor welcher sich der kleine Geist immer fürchtet und lieber wieder in alte Zustände flüchtet.

Wir können uns dieser Endgültigkeit annähern, wenn wir zu ahnen beginnen, was die Realität von Radha-Govinda für uns überhaupt bedeuten könnte.

*

Den Tod zu fürchten bedeutet, am Leben zu hängen.

Diese Lebensverhaftung ist aber nicht die freudvolle Erkenntnis der Kostbarkeit des Lebens, von der die Heiligen sprechen (ohne Jubel betritt man nun die Lebensbühne und

verlässt sie auch wieder ohne jegliches Widerstreben. Leichtes Leben, leichtes Weiterziehen...), sondern eigentlich nur die verzweifelte Suche nach Wesentlichkeit, an der man bisher vollständig vorbeigelebt hat. In der Absenz des gegebenen Sinns und der tiefsten Lebensbestimmung bleibt einem nur noch übrig, sich grimmig eine eigene Bahn durchs Leben zu konstruieren. Und dabei ängstlich zu verteidigen, was man glaubt, errungen zu haben.

*

Wenn der Akt des Festhaltens abgelegt wird, entsteht ein Fluidum, ein natürliches Fliessen. Das Festhalten besteht aus einer Verkrampfung, einer künstlichen Welt des „Ich“, die im Wesentlichen aus Selbstbildern besteht. Gerade mit idealisierten Selbstbildern und erhöhten Rollen, wie die des Geistlichen, der Mutter, des Arztes, der netten Person und des, der spirituell Praktizierenden, bedarf es grosser Aufmerksamkeit.

Das sind grosse und schöne Masken und es kostet Mühe, sie auszufüllen. Gerade solche machen viele Menschen zu Gefangenen einer lebenslangen Illusion. Je stärker man einem solch schützenden Selbstbild verhaftet ist und den Lohn dessen genießt (vielleicht Ansehen?), desto grösser ist das Schatten-Selbst. Mit jeder Genugtuung der Rolle nährt und verfestigt man dieses. Je mehr man aus diesem Schatten-Selbst heraus

lebt, desto verborgener bleibt einem die eigentliche *persona*, (die Seele, das, was aus der Tiefe sanft durch alle Schichten hindurchtönen – *per-sonare* – möchte). In der Verhaftung an die Rolle verwechselt man diese mit Identität. Aus dem latenten Ewigkeitsgefühl heraus beginnt nun ein Kampf, die Maskenrolle zu verteidigen. Jedes Kämpfen gegen etwas verknüpft einen aber mit der Oberfläche.

*

Was bleibt von all den Ängsten und Begierden, die mit den problematischen Lebensumständen verbunden sind und Tag für Tag den grössten Teil der Aufmerksamkeit beanspruchen? Nichts als ein Strich zwischen Geburts- und Sterbedatum auf einem Grabstein. Nur ein paar Zentimeter lang.

Für das egozentrische Selbst ist das ein deprimierender Gedanke. Für die ewige unberührte Seele wirkt er befreiend.

*

Wer mit dem Tod lebt, im völligen Hinnehmen der eigenen Endlichkeit, ohne sich dagegen zu wehren, und zuversichtlich auf das eigene Ende zugeht, für den gewinnt der Moment eine viel grössere Kostbarkeit. Es gilt die Grundregel der

Ökonomie: Die knappen Güter sind teuer, die reichlich vorhandenen billig. Solange man in der Illusion lebt, noch lange Zeit hier zu sein, ist der einzelne Moment von geringer Bedeutung – sodass man ihn mit jeglicher Banalität füllen kann. Sobald man aber um sein Ende weiss, und mit ihm rechnet, gewinnt das Leben ungeheuren Wert.

*

Ein Grossteil des Lebens wird damit verbracht, die Existenz des Todes auszuklammern, vorzugeben, dass er nicht existiere. Das veräusserte Leben ist Ausdruck dieser Haltung. Dann wird natürlich die Konfrontation mit dem unvermeidlichen Vergehen angstbeladen.

Der Schatten der Todesangst legt sich ins Leben hinein und verdunkelt auch die schönste Freude mit einem Schleier einer Ahnung: Es geht vorbei und ist dadurch irgendwie leer, bedeutungslos und illusionär. In der Einladung des Todes erst beginnen wir eine Dimension zu erahnen, die auch in der gänzlichen Zerstörungswucht der Todeskraft unberührt Bestand hat.

*

Klagen wir, wenn ein Schmetterling seinen Kokon verlässt oder wenn eine Schlange ihre Haut abstreift? Wieso klagen wir, wenn ein Mensch seine Hülle ablegt?

Das Klagen, wenn ein Mensch, der einem nahe stand, stirbt, ist zudem ein starker Ausdruck von Egozentrik – man klagt über sich selbst, da man das Objekt seiner Bedürfnisse verloren hat.

*

Der Tod stellt uns viele Fragen. Wenn wir beim Sterben nicht aufhören zu sein, was ist dann das Wichtigste für uns? Wenn unsere gesamte Existenz nicht limitiert ist auf den vergänglichen Körper, was ist dann noch wirklich relevant?

Vieles versinkt dann in der Lächerlichkeit und in der Banalität. Warum weiterhin Zeit mit Aufschiebung verschwenden?

*

„*Memento mori*“ bedeutet, täglich den Tod vor Augen zu haben, und zwar nicht auf trübsinnige Weise, sondern als Anstoss zum Ganz-und-gar-Lebendigsein.

Die Zeit ist nicht unbegrenzt. Wenn nicht jetzt, wann dann?

Was fehlt der Welt ohne mich? Wenn ich hier in diesem Rollenspiel für immer verschwinde, dann geht es ganz schnell, bis die Lücke, die ich hier hinterlassen habe, wieder gefüllt wird. Der Tod relativiert alle Wichtigkeit, die ich dem „Ich“ zugeschrieben habe.

*

*Nie stille steht die Zeit
Der Augenblick entschwebt,
und den du nicht benutzt,
den hast du nicht gelebt.*

Friedrich Rückert,
Weisheit des Brahmanen

*

An einen sterbenden Freund von mir

Manchmal ist es seltsam, dass selbst die Gemeinschaft von Bhaktas hauptsächlich für Gesundung des Organismus betet und nicht für die brennende Liebe und den Durst nach *seva* zu Svamini.

Es kommt der Punkt, da man genau spürt, dass man alle Hoffnung auf und auch Bemühung um Heilung ganz aufgeben darf. Die Umgebung, konfrontiert mit ihrer eigenen Sterbe-Angst, will dies nicht akzeptieren und ist deshalb so auf körperliche Heilung erpicht.

Aber man geht ungeachtet den Weg.

Es ist ein Fallenlassen in Ihre Führung...

Denn diese absolute Sorglosigkeit um äussere Zustände stellt die Voraussetzung für die Intensität der Absorption dar.

Dass man nicht kann, ist immer verziehen bei Krishna. Das Vermögen, auf dem inneren Weg fortzuschreiten, wird einem von Gott effektiv geschenkt. Ungeachtet der eigenen Qualifikation und der eigenen Fähigkeiten schenkt Er immer neue Gelegenheiten zur Hingabe.

Doch das Nicht-Wollen liegt in der Eigenverantwortung.

Echte Spiritualität bedarf der Bereitschaft für das vollkommene Ende.

Wir leben davon, dieses Ende so weit wie möglich hinauszuzögern. Das natürliche Verhältnis zum Tod ist verlorengegangen. Das Ende ist in diesem Moment... nur:

Bist du bereit dazu?

Nie ist der Mensch grösser als in den Momenten, in denen er hinkniet, in denen er sich verneigt vor Sri Sri Radha-Krishna.

*

Am Sterben

Ich sah mich einer Situation gegenüber, die durch keinen Aufwand an Arbeit, Anstrengung, Planung oder Mühe zu bewältigen war.

An allen Fronten vernichtend geschlagen darf ich nun lernen, aufzugeben und anzunehmen – ich war geworden, wie ich nie werden wollte.

Aus der Annahme dessen, was ich mir nie ausgesucht hätte, erwuchs eine Freiheit, die ich da nie erwartet hätte.

Paradox: Im Nachgeben, einen Schritt auf die Seite zu treten, in der heiligen Kapitulation, fand ich tieferes und lebendigeres Glück als im Kampf um ein besseres Leben und eben gerade nicht die tragische Leere und Verzweiflung, die ich genau da ein Leben lang erwartet hätte.

Wenn der Weg unendlich scheint und plötzlich nichts mehr gehen will, wie man es sich vorstellt, genau dann braucht man nicht zu zaudern.

Noch gewaltiger als das Schicksal ist der Mut, es unerschütterlich zu tragen.

In seinem Buch „Sein und Zeit“ denkt der Philosoph Martin Heidegger den Menschen ganz radikal als „Sein zum Tode“, als das einzige Lebewesen, das von seinem Tod weiss und eigentlich nur bewusst lebt, wenn er in jedem Moment seines Lebens darauf hinzielt.

Alles, was man tut, bekommt von diesem Bewusstsein her eine besondere Tönung. Daher ist Entschiedenheit gefordert, in jedem unwiederholbaren Moment des Lebens wirklich dem Widmung zu schenken, was man als wertvoll erachtet und nicht bloss zu tun, was man so tut und sich auf diese Weise im Getriebe der Welt zu verlieren.

Im Sterben wird alles vernichtet, was man aufgebaut hat und was einem lieb war. In der bewussten Annahme dieser Tatsache erkennt man den Wert des Lebens und die einem zugehörige Leichtigkeit wird wieder erlebbar.

*

Illusion

Es müsste einem doch nach Jahren des Scheiterns langsam auffallen, dass man alles, was man versucht, in Besitz zu nehmen, wieder verlieren wird.

Interessanterweise fällt es niemandem auf.

Der Geist ist die Instanz, die sich für die substanzielle Identität des Menschen ausgibt.

Gewohnheitsmässig identifiziert man sich mit den Gedanken, Gefühlen, Emotionen und Wünschen, als ob man diese sei. Man denkt, das, was als Füllmaterial gerade auf der Leinwand des Geistes erscheint, sei man selbst.

Leiden ist also die Fehlidentifizierung mit den Bewegungen des Geistes, während das wirkliche Selbst davon ganz unberührt bleibt.

Ohne das Unterscheidungsvermögen zwischen der Seele – der ewigen Instanz; der eigentlichen Identität – und dem Geist ist man im Labyrinth innerer Welten vollkommen verloren.

Beide nennen sich seltsamerweise noch „ich“.

Ein Mensch in der Welt meint mit „mein Wille“, „meine Meinung“, „meine Vorstellungen“, „meine Gefühle“ oder „meine Welt“ nicht das unvergängliche Selbst, sondern nur das angenommene Rollenverhalten des Geistes.

Die Verschmelzung zwischen dem Wahrnehmenden und dem Wahrgenommenen wird Identifikation genannt. Das ist Leiden; denn Identifikation mit Nicht-Eigenem geht immer mit einem Bewusstseinsverlust einher.

Die Last dieses falschen Ichgefühls haben wir uns selbst aufgebürdet. Es wiegt schwer, denn es hat die Eindrücke von Tausenden von Leben auf dem Buckel. Es ist nicht nur vierzig Jahre alt... auch nicht 500...

Menschen, die von ihren Traumata oder existenziellen Enttäuschungen und Verletzungen erzählen, sagen oft, es stecke „ganz tief“ in ihnen drin.

Aus der Perspektive eines oberflächlichen Lebens, welches sich in der Seichtheit bewegte, sich mit einfachen Freuden begnügte und das Unangenehme zu meiden versucht hat, scheinen die erlebten Eindrücke schon „tief“.

Aber Gedanken, alle sinnlich erfassten Erlebnisse und deren Rezeption im Geiste sind nie tief. Sie sind die Darbietung, auf die man halt schaut, wenn man Tiefe vermeiden möchte.

Dies ist seit Äonen zur Gewohnheit geworden.

Gedanken werden immer auftauchen. Doch erst die Identifikation mit ihnen löst die Gedankenprozesse aus, welche so viel Lebensenergie rauben.

Wenn auftauchende Gedanken sich nicht als Identität ausgeben, hinterlassen sie im Bewusstsein keinen Eindruck und haben deshalb keinen prägenden Einfluss.

*

Zum existenziellen Schmerz gilt es vorzudringen. Er erweckt einen zu einer unglaublichen Lebendigkeit. Das ist der Schmerz des Erwachens. Er ist ein Lösungsschmerz und kein Halte-Schmerz.

Er ist das Tor zur Freiheit und ist notwendig, weil mein Identitätsgefühl ein begrenztes war und weil ich mein Leben dafür hingegeben habe, nach Kleinheit und Beschränktheit zu suchen, nach irgendeiner Form von Identität im Sichtbaren.

Das Srimad Bhagavatam identifiziert den existenziellen Schmerz immer nur als Ausblendung der eigentlichen Wirkungskraft Sri Krishnas (11.2.37).

*

Die Angst, verlassen zu werden, zwingt einen Menschen auf den Weg der Verhaftung und der Anklebung an Objekte. Man versucht krampfhaft, die Aufmerksamkeit an Gebilden festzukrallen in der Hoffnung, dass diese dadurch bestehen bleiben würden. Die angewöhnte Lebensstumpfheit bemerkt gar nicht, dass exakt diese Hoffnung ein tieferes Leiden generiert als der Verlust dieser Objekte selber.

Die Aufmerksamkeit auf seinen geliebten Partner und seine Kinder und auf seinen Freundeskreis zu limitieren, ist kurzsichtig. Alle Ängste drehen sich dann in diesem ganz kleinen Kreis, den man ja selber gewählt hat. Dass ihn aber die gesamte Welt verlässt, vermag derjenige, der an solche Aufmerksamkeitsobjekte gebunden ist, nicht einmal mehr zu sehen...

Im Seelenbewusstsein geschieht eine solche Ausweitung des Bewusstseins, eine solche Getragenheit in allem drin und solche Verbundenheit auf alles hinzu, dass aller Verlust nicht einmal mehr als solcher wahrgenommen wird.

*

Es ist ein grosses Geschenk, Sterbe-Momente bewusst zu erleben, ohne sie mit der Atmosphäre des Dramas zu verdunkeln. Das eine ist ein natürlicher Ablauf und das andere ist die herumgestrickte Geschichte. Die beiden müssen unbedingt entmischt werden, wenn einem innere Klarheit von Wert ist.

Widerstandslos dem Fluss der *prakriti* zuschauend – dem, was eben zu geschehen hat – schenkt Zugang und Einkehr in die Unvergänglichkeit.

Es ist die Perspektive der Seele.

*

Ist es nicht erstaunlich, dass ein Mensch lebendiger wird, wenn er dem Tod näher kommt...

Nicht durch körperliches Alter, Krankheit oder andere Bedrohungen auf der körperlichen Ebene, sondern durch die Nähe der bewussten Einwilligung und des Zulassens sowie des aktiven „auf den Tod Hinzutretens“.

Wir sind ja nicht die Erfahrung, das neutrale Geschehnis in der karmischen Lebensspur. Wir sind diejenigen, welche die Erfahrung erleben und nie mit ihr gleichzusetzen sind. Allein

diese Einsicht schenkt Freiheit von dem, was objektiv feststeht und einfach zu geschehen hat.

*

Jeder einzelne Augenblick darf wieder neu aus der Quelle trinken und alles stirbt, was eben noch war, um im nächsten Moment erfrischt wieder geboren zu werden. Alles ist unverbraucht, offen. Es verliert die Unschuld nicht, weil es sich in jedem Moment erneuert.

Man ist nun eingeladen, sich selbst diesem natürlichen Verwandlungsprozess dieser Welt hinzuschenken. Weil wir einer Ich-Struktur folgen und unser Leben nach ihr ausrichten, welche nichts anderes kennt, als Dinge zu behalten und festzuhalten und Vergangenes wiederherstellen zu wollen – wobei es darin nicht einmal eine Rolle spielt, ob es sich dabei um eine schöne Erinnerung oder um Objekte unserer Habsucht handelt – muss man sich nicht wundern, dass die natürliche Lebendigkeit verloren gegangen ist.

*

Unter Leben verstehen viele Menschen, an der Oberfläche nach möglichst weit vom Tod entfernten Orten zu suchen...

Man darf diese Verkrampfung aufgeben und erkennen, dass es diesen Ort nicht gibt, da sich nämlich jeder Moment immer in Todesnähe befindet.

Denn wer sein Leben als Versuch empfindet, Todesferne aufzusuchen, ist auf der Flucht und der Flüchtige kann nie im Frieden sein.

*

Wer bist du, wenn dein Selbstbild (deinen Namen tragend) nicht mehr existiert?

*

Tod

Was geschieht mit der Welt, wenn meine Sinne sie nicht mehr wahrnehmen? Sie besteht unberührt weiter.

Für das verbissene „Ich“, welches sich Wert erarbeitet und gesehen werden will, scheint das ein deprimierender Gedanke zu sein. Die Seele versteht es tief.

Wenn man diese Erkenntnis bereits jetzt integriert, erhält das Handeln eine ganz andere Qualität. Frei von der Selbstbehauptung darf es einfach still geschehen. Das eigene

Wertgefühl und die Freude werden nicht mehr mit den Resultaten des Tuns verknüpft.

Ununterbrochene Leichtigkeit durchzieht dann das Gemüt.

*

Verlust geschieht unvermeidlich im Leben. Man verliert Besitz, Position und Status und auch Menschen, die einem lieb und nahe waren.

Im Augenblick des Verlierens rebelliert das Ich, welches glaubte, Kontrolle innezuhaben.

Dieser Moment mindert die Position dieses Ichs. Man stellte sich vor, dass nun, wo die Ich-Instanz den Überblick verliert, ein endloser Ozean des Leidens übrigbleibe. Doch es war eine Täuschung, eine Selbstrechtfertigungsstrategie des Geistes, der solche Szenarien generierte.

Man war so programmiert, dass Verlust Unglück bedeute.

Exakt einen Schritt dahinter aber betritt man einen weiten Raum, der von der Erscheinung, die sich gerade auflöste, besetzt war.

In dieser Ausweitung spürt man die Aufforderung zur Hingabe ans Unbekannte.

*

Die Kontrollhaltung im Menschen glaubt daran, sie könne einmal einen Zustand erreichen, in welchem sie wisse, was als nächstes kommt. Kann ich wissen, wann ich sterben werde, was im nächsten Augenblick geschieht? Man hat die Vorstellung davon – und versucht Sicherheit in dieser Vorstellung zu erhalten. Wir leben in Wahrheit ein unsicheres Leben.

Mayadhyakshena prakritih (Bhagavad Gita 9.10) – „Alle Welten sind perfekt in Krishnas Hand aufgehoben.“

In der Hingabe zu Ihm erst, der alles kontrolliert, entsteht Geborgenheit. Dann leidet man nicht mehr am Wunsch, Kontrolle über etwas zu gewinnen, worauf man keinen Einfluss hat.

*

Wenn Leben als „Überleben“ verstanden wird, deutet dies darauf hin, dass man sich bereits mit einem falschen Selbstgefühl – mit einem, das vergehen kann – identifiziert.

Seine Hauptaufgabe ist dementsprechend ein riesiger Verteidigungsaufwand, da ja alles in der äusseren Welt potenzielle Bedrohung sein könnte.

Hat man sich schon einmal gefragt, ob nicht ein Leben, welches sich in der Verteidigung befindet, am wahren Leben vorbeizieht? Dass es ein künstliches Leben ist, welches als Parallelspur neben den natürlichen Gegebenheiten verläuft...

*

Wenn man das Ende genauso umarmt wie das, was jetzt gerade ist, wird das Leid des Verlierens aufgelöst. Die Zuneigung, die man zu Menschen und Dingen verspürt, wird auf der tieferen Ebene nicht geschmälert, nur weil ich gerade von der Lebensbühne abzutreten habe.

Dann beginnt sich die Verhaftung zu lösen, welche sich für die Liebe ausgegeben hatte.

*

*Es zerfällt.
Wir ordnen's wieder
Und zerfallen selbst.*

Rainer Maria Rilke,
Duineser Elegien

*

*

„Glaubst du an Gott?“ ist eine sehr oberflächliche Frage. Wenn es nur bedeutet, dass man in seinem Kopf eine neue Schublade einer Benennung seines Selbstgefühls hat, dann ist Gott keineswegs ein Ereignis, welches das gesamte Leben kraftvoll verändert, wie Martin Buber es über die wirkliche Offenbarung, aus der man nicht unverwandelt herauskommt, sagt.

Die klarere Frage wäre eigentlich: „Lebst du Gott?“. Das entspräche der Realität der Erfahrung.

*Und so lang du das nicht hast,
Dieses: Stirb und werde!
Bist du nur ein trüber Gast
Auf der dunklen Erde.*

J.W. Goethe,
Selige Sehnsucht

Wenn man mit dem Reigen des Entstehens und Vergehens nicht mitschwingt, degeneriert man zum Widerständler gegen die Natur der Welt. Die einem eigentlich angeborene Leichtigkeit geht darin verloren.

Wenn die Aufmerksamkeit still das Spektakel dieses Reigens betrachtet, wird sie hinausgehoben aus dem Blendwerk, selbst in irgendeiner Form daran beteiligt zu sein.

*

Abschied ist in jedem einzelnen Augenblick. Der vergangene Atemzug ist für immer vorbei. Wir sind auf einer Lebensreise mit kurzen flüchtigen Begegnungen (Freunde, Familie), aber der Zeitstrom reisst einen immer weiter.

Wir verabschieden uns von dem, was uns auf der Reise kurz lieb geworden ist: Menschen, Gewohnheiten und das eigene Leben.

So sagen wir „adieu“, „tschüss“, „adios“ zu allem. All diesen Abschiedsworten liegt das lateinische Wort „*ad deum*“ zugrunde – „Auf Gott hinzu“.

Es sind eigentlich keine Abschiedsformeln, sondern kurze Segnungen, die den Alltag unterbrechen...

Wenn man alle Bewegung als „auf Gott hinzu“ versteht, kann es keinen Abschied mehr geben, denn dies ist der Weg in die eigentliche Verbundenheit hinein.

*

Transzendenzerfahrung ist nie gleichzusetzen mit der Vertröstung auf eine versprochene Glückseligkeit nach dem Tode.

Der Tod löst ebenso wenig unsere geistigen Probleme, wie der Schlaf in der Nacht die Armut beseitigt. Es bedarf also der eigenen Verantwortung, sich in aller Bewusstheit der Todesnähe zu stellen.

*

Die Idee, etwas festhalten zu müssen, stammt aus dem Glauben, wenigstens irgendwo einen Halt zu finden. Was für einen Halt gibt es noch, wenn man die Vergangenheit als Identität stiftendes Bezugsobjekt verliert? Wenn man gar nichts mehr hat, woran man sich festhalten könnte?

Man ist aber sogar eingeladen, die Idee sterben zu lassen, überhaupt Halt haben zu müssen. Denn diese entstammt dem Glauben, dass man sich doch schützen müsse. Des Haltes bedarf man, wenn man die Vorstellung in sich trägt, sich sicher fühlen zu wollen.

Wovor braucht man denn Schutz?

Für den Fünfjährigen sind es Hexen, Geister, Koblode oder böse Menschen. Später entpersonifizieren sich diese Vorstellungen. Aber die Angst bleibt. Man hat das Grundkonzept dieser Angst nie in Frage gestellt. Man hat nicht

hinterfragt, ob man sich sicher fühlen muss und ob man sich sicher zu fühlen braucht. Die Angst greift nämlich nur solange, wie man sein Identitätsgefühl ins Vergängliche veräussert, denn in der wahren Identität ist beständige Existenz, die nie eines Schutzes bedarf.

*

Sri Krishna vermag eine spezifische Tiefendimension, einen umfassenden Deutungshorizont zu vermitteln, auch angesichts von Leid, Ungerechtigkeit, Schuld und Sinnlosigkeit, und kann selbst angesichts des Todes einen letzten Lebenssinn schenken: Das Woher und Wohin unseres Daseins.

*

Angst ist, zu glauben, dass ich ausserhalb meiner kleinen, in jedem Leben neu angenommenen Hülle, gar nicht existiere.

Wenn dies so wäre, dann hätte ich ja sowieso bereits alles verloren, da alles nur substanzlos an einem vorbeizöge...

Sowohl wenn man sich als Seele erfühlt als auch für den Fall, dass es keine gäbe, darf man den Mut aufbringen, alles zu wagen.

In uns steckt noch ein verborgener Zweifel, der uns sagt, dass man sich in der vollständigen Selbstschenkung an Krishna einsam und verloren fühlen würde. Ganz tief glaubt man, die Transzendenz sei langweilig. Damit rechtfertigt man seinen Aufenthalt in der Ferne, in der Fremde. Wenn in der Gemeinschaft von *sadhus* die Faszination für Transzendenz erwacht, schmilzt diese mühselig aufrecht erhaltene Ferne fast unbemerkt dahin.

*

Resignation ist nicht gänzliche Aufgabe, Kapitulation – sondern nur Widerstand, der für einen Moment so schwach geworden ist, dass der Kampf kurz unterbrochen darniederliegt. Es ist brachliegender Widerstand.

Ich leide nicht daran, dass ich die Wahrheit nicht finde, sondern nur daran, dass ich das, was mich hindert sie zu erkennen, nicht aufgeben will.

„Lieber Krishna,
es ist nur das freiwillige und beständige Aushalten von Wirklichkeit, der Begegnung mit Dir, die mich wieder zu dem zurechtformt, was ich bin.“

*

Gemäss dem Gesetz der Trägheit will alles so bleiben, wie es ist. Das gilt auch für uns! Das Wagnis, aus sich herauszutreten, „mich“ hinter uns zu lassen und uns voller Vertrauen Krishna zu überantworten – dass Er mit uns tue, wie es Ihm gefällt –, dies erscheint dem bedingten „Ich“ als geradezu unmöglich.

Wir wehren uns gegen eine solche Zumutung und tun alles, um ihr auszuweichen. Lieber gewöhnen wir uns daran, einen Splitter im Finger zu haben, als uns dem Schmerz der Operation zu stellen.

Es ist nicht, dass wir es nicht wagen, weil es schwierig sein könnte, sondern weil wir nicht wagen, ist es schwierig.

*

Das gewährt die Philosophie: Im Anblick des Todes heiter zu sein, tapfer und unverzagt, in jedem beliebigen Zustand des Körpers, auch wenn er versagt. Denn für die Seele gibt es weder Geburt noch Tod.

Der wache Mensch sieht mit einer Gesinnung seinem Ende entgegen, dass man meinen könnte, ein Fremder betrachte das Ende eines allzu sorglosen Mannes.

„Allem, was geboren wurde, ist der Tod gewiss, und ebenso sicher ist das Wiedergeborenwerden desjenigen, der gestorben ist. Darum solltest du über Unvermeidliches nicht klagen und nicht betrübt sein über diese unausweichliche Bestimmung.“

Bhagavad Gita 2.27

*

Wir alle sind Passagiere im Abteil eines Zuges.

Auf der Reise steigen wir mehrmals in verschiedene Züge um. Für ein paar Kilometer steigen noch andere Passagiere ins Abteil ein. Während der Fahrt steigen einige wieder aus. Irgendwann steigen noch neue Mitfahrer hinzu. Nach einiger Zeit muss auch ich den Zug wieder wechseln und trete in ein neues Abteil mit anderen Reisenden ein.

All die Menschen, die man seine Freunde, Familie, Kinder und Partner nennt, sind nur die momentane Abteilsgemeinschaft. Wir sind alle nur uns unbekannte Reisende durch die Fremdheit der Welt. Den Zusteigenden nennt man den „Neugeborenen“. Der Gestorbene ist derjenige, der nur aus dem Zug aussteigt, um wieder in einen anderen Zug einzusteigen.

Dass man die Momentansituation der beziehungslosen Reisenden als feststehende Umgebung betrachtet, ist nur das

Wirken der erstaunlichen Kraft *mayas* als Folge der Gleichgültigkeit gegenüber dem liebevollen Dienst zu Radha-Krishna.

*

In der griechischen Mythologie hat Nyx, die Nacht, unter anderen die beiden Söhne *hypnos* (Schlaf) und *thanatos* (den Tod).

Schlaf bedeutet, dass die Verbindung des Bewusstseins zum Körper unterbrochen wird. Wenn man in den gleichen Körper hinein erwacht, weiss man, dass dies „Schlaf“ war. Der Tod ist auch eine Unterbrechung des Bewusstseins mit einem Körper. Wenn man in einem neuen Körper wiedererwacht, dann war dies der „Tod“.

Der Weise versteht dies in aller Klarheit und bleibt in allen Veränderungen der äusseren Zustände gelassen und in sich verankert.

*

Freiheit von jeder Todesangst ist die Voraussetzung, überhaupt freudig leben zu können. Wer die Augen vor dem Tod verschliesst, der muss ständig in der Angst leben, dass ihn der

Tod doch irgendwann überraschend überfallen wird wie ein Dieb. Er ist permanent auf der Flucht und wird von seiner Angst dazu getrieben, immer intensiver vor der allgegenwärtigen Realität des Todes davonzulaufen.

Die Erkenntnis, dass einem das Leben nicht gehört, dass man gar kein Anrecht auf ein langes Leben hat, sondern dass man es als Geschenk Krishnas empfangen hat und es Ihm daher jederzeit dankbar zurückgeben darf, ist die Basis wahrer Freiheit.

*

„Meinen Geist, meine Familie, mein Haus, und von was immer ich auch glaube, es gehöre mir, gebe ich Dir ganz hin, mein lieber Krishna.

Im Glück oder im Unglück, im Leben oder im Tod – überall ist meine Beschwernis gewichen, seit ich den Dienst zu Dir als alleinige Zuflucht angenommen habe.“

Bhaktivinoda Thakura,
Sharanagati

*

Wenn ich mich von der Oberfläche zum Kern vortaste, nimmt die Intensität zu.

Die alte Trägheit, welche sich vor dem Sprung in die Hingabe fürchtet, versucht die Kontrolle über die Dinge zu behalten und die Intensität zu begrenzen.

Ein Grossteil unseres Tuns besteht darin, aus Angst vor dieser zerstörerischen Kraft diese an ihrer Entfaltung zu hindern.

Was übrig bleibt, ist eine Form von Naivität und Oberflächlichkeit. Letztlich Enge und Angst.

Grundsätzlich haben wir Angst vor dem, was wir nicht kennen. In den Tausenden von Arrangements um Eigensicherheit berühren wir nicht einmal mehr die Angst und das, wovor die Angst Angst hat. Genau dahin aber gilt es zu schauen.

Wie selten kommt jemand und sagt, dass er die Einladung der Angst annehmen möchte und das Wesen der zerstörerischen Kraft wirklich erfahren will... Die wirkliche Bereitschaft zum Sterben ist nicht dasselbe, wie aus dem Leben zu gehen. Im Gegenteil: Es ist der eigentliche Eintritt in die pulsierende Lebendigkeit.

Das Oberflächenbewusstsein ist Zustände hoher, innerer Intensität nicht gewohnt. Dieses innere Feuer verbrennt Schleier und die Schein-Hindernisse der geistig emotionalen

Welt des „Ichs“. In diesem Prozess entsteht eine zunehmende innere Intimität, die auf den veräusserlichten Menschen bedrohlich wirkt... und sich bis zur Unerträglichkeit steigern kann.

Die alte Persönlichkeitsstruktur fühlt sich in die Enge gedrängt. Der etymologische Ursprung des Wortes ‚Angst‘ (wie auch ‚Enge‘) ist das lateinische *angustia*, was ‚Enge, Beengung, Bedrängnis‘ bedeutet.

Der Vertrauensvorschuss lässt einen durch diese Angst hindurch fallen... in die direkt dahinterliegende, unendliche Weite.

*

„Völlig unerwartet hat er diesen Tag überlebt...“

Das ist nicht eine Danksagung eines Menschen, der todkrank in den letzten Zügen seines Lebens ist, sondern die eines Einsichtigen. Er versteht die Schwelle zum Tod nicht als Privileg von terminal Erkrankten und Siechenden, sondern verortet sie in jeden Augenblick und jeden einzelnen Atemzug hinein.

Wenn wirklich gar nichts mehr selbstverständlich ist, wird jedes Stadium des Lebens zum Geschenk. Und damit zur liebenden Hinwendung – zum eigentlichen Schenker.

*

Ängste sind allesamt fehlende Unterweisung über den Tod.

Man hat Angst, das zu verlieren, was einem der Tod sowieso nehmen wird.

Wenn man also ohnehin alles verlieren wird, wo ist dann ein Problem?

Das Problem besteht in der Nicht-Bereitschaft und Nicht-Akzeptanz, alles zu verlieren.

Sterben zu lernen liegt also in der Schulung, bereitwillig alles hergeben und verlieren zu lernen.

Der Geist glaubt aber allen Ernstes, sich mit dem Trick des „Noch nicht jetzt“ eine Schonfrist erhandelt zu haben. „Ich akzeptiere den Verlust, aber noch nicht jetzt, noch nicht heute....“ Ein nicht-endender Kreislauf von Selbstlügen und Kompromissen beginnt somit, was natürlich an der Lebendigkeit nagt. Dieser hält Illusion, Vergessen und Leiden aufrecht.

Wenn einem etwas an Freiheit liegt, wenn Freiheit nicht ein Lebensthema unter anderen ist, lehrt einen der Tod, dass man die Formen der Anhaftung, durch welche die Ängste geprägt sind, loslassen darf. Das Auflösen der Angst führt nicht aus der Angst heraus, sondern erst einmal unweigerlich mitten in sie hinein.

*

Meister aller Zeiten und Kulturen haben ihren Schülern immer empfohlen, sich nicht zu binden. Das innere Besitzgefühl abzugeben, unabhängig davon, wie viele Güter einen gerade umgeben, ist der Weg der Nicht-Anhaftung.

Das bedeutet, innerlich gleich zu bleiben, ob man nun Familie oder Partner hat oder eben nicht, ob man vor jugendlicher Gesundheit strotzt oder ob man in Todesnähe kränkt.

Jede Haltung einer Präferenz einer bestimmten äusserlichen Situation würde in die Unfreiheit und Gebundenheit führen.

*

Sterben bedeutet, sich mit dem Körper, der irdischen Persönlichkeit und dessen Umfeld zu identifizieren. Oft sind in diesem Sinne sogenannte Freunde und weltliche Beziehungen sogar Komplizen des Todes (Srimad Bhagavatam 3.31.40-41).

Im gegenseitigen Einverständnis tritt man durch diese Komplizenschaften, die einen mit der Vergänglichkeit verknüpfen, immer tiefer dem Reich des Todes bei. Und zwar nicht nur aufgrund körperbetonter Anlässe wie Sex und Sinnesbefriedigung, sondern auch durch alles, was die irdische

Persönlichkeit stärkt und stimuliert. Also durch jeden Griff nach Kompensation.

Wirkliches „Sterben“ bedeutet nicht das Ablegen des Körpers, sondern das „Stirb, bevor du stirbst“. Es ist das freiwillige Ablegen der nach aussen projizierten Aufmerksamkeit und der Identifikation mit dem Vergänglichen. Da beginnt die Umkehr aus dem Reich des Todes. Wo der völlige Stillstand des nach aussen gerichteten Bewusstseins kurz gänzlich Einzug hält – noch bevor es in die nach innen gerichtete Bewegung hinzu auf Radha-Krishna gelangt. Für die äussere Welt erscheint dieser Totalstillstand des Bewusstseins wie der Tod. Doch für die innere Welt ist dies der Beginn ins ewige Leben, der Beginn der Offenbarung.

Verstehe es, wer will.

*

Erst die Begegnung mit der Todeskraft aus der Perspektive des Opfers erzeugt das Drama. Doch diese Perspektive trägt nicht die Hingabe in sich, sondern aufrechten Widerstand, der in gewissen Zeiten einfach so sehr erschöpft werden kann, dass er äusserlich der Hingabe ähnelt. Auch in der Resignation schwingt der Widerstand noch mit. Resignierte sind hartnäckige Widerständler, denen im Moment einfach nur die Kraft dazu fehlt.

Durch Leiden erzwungene Hingabe ist keine Hingabe. Ohnmacht ist nur der Schatten des Machtanspruchs.

Wirkliche Ergebung hat das Interesse an Kontrolle, der persönlichen Einflussnahme, losgelassen.

*

Es gibt die Angst vor der Ergebung, die einen doch gerade von der Angst erlösen würde. Die klare Einsicht, wie viel Widerstand gegen die Hingabe aufgewendet wird, wirkt lösend.

Der Mensch ist unbewusster Sklave des Ich-Geistes. Wenn er zum bewussten Sklaven des denkenden Geistes geworden ist, ist er auf dem Weg der Freiheit. Es bedarf des Eingeständnisses des unglaublichen Ausmasses eigener Unwissenheit. Daraus wird die Initialzündung eines Enthusiasmus geboren, der unerlässlich ist für den Erwachungsweg.

*

In der Oberflächlichkeit, die ich immer wieder aufsuche, in der ich versuche, mich einzurichten, kleine Momente des Glücks

zu finden und vorzugeben, damit einfach zufrieden zu sein – genau darin verleugne ich die Seele.

Der Ozean der Gottesliebe ist kein seichtes Gewässer. Weshalb will ich die unübersehbare Tiefe übersehen? So führe ich nur ein Ersatzleben an der Oberfläche (in dem Verlangen, das anzunehmen, was momentan in meine Vorstellung von Bequemlichkeit hineinpasst und dem Hass, dem Bekämpfen dessen, was da eben nicht hineinpasst), anstatt mich auf Seine Nähe einzulassen.

Für die alles umfassende Realität kann ich doch nicht weniger als „alles-hingeben“.

*

Die meisten Menschen leben in der Illusion, dass, wenn der Tod den Körper nimmt, er damit auch gleich das Leiden nehmen würde. Nur allein das Ablegen eines Körpers beendet noch lange nicht die Leidensgeschichte, die als Haltung im Geist verankert ist und die man auch in zukünftige Existenzen mitträgt.

*

Die Zeit läuft wirklich ab.

Man leidet an der Zeit. Man hechelt einer Zeit hinterher, die einem gar nicht gehört. Krishna sagt, dass Er die Zeit sei (Bhagavad Gita 11.32), dass sie also Ihm gehört.

Ein Sein innerhalb der eigenen Kontroll-Fähigkeiten und -Möglichkeiten will zwanghaft die Unvorhersehbarkeit des Chaos, des Todes, in den Griff bekommen... und verliert genau darin die Lebendigkeit, weil dies ein direktes Widerstreben gegen Gott ist.

Der Tod ist jene Kraft, die jede selbstgemachte Ordnung wieder auflöst, um Gottes Ordnung transparent zu machen...

*

Paramatma

Die Kraft, die mich leben lässt, ist die gleiche Kraft, welche die gesamte Welt in Erscheinung treten lässt. Das bedeutet, dass man mit jeder Bewegung, mit jedem Schritt und mit jedem Atemzug mit dem allergrössten Ur-Schöpfer aller Existenz in Kontakt ist.

Die gleiche Kraft schenkt uns aber auch Verlust und Tod.

Dass man das Leben Spendende umarmt und sich vor dem wegnehmenden und zerstörenden Aspekt des Absoluten fürchtet, ist ein Anzeichen dafür, dass man nicht auf Seine

liebliche Führung hinschaut, sondern verbissen an der eigenen Vorstellung, wie sie zu sein hätte, festhält.

*

Sterben und Lebendigkeit – wenn sie beide verhaftungslos erlebt werden, ergänzen sie sich wunderbar zur Gotteshingabe.

*

Der Tod, wenn ich ihn auch im Innern als einen Lehrer annehme, steht mir bei, mich von der Ausrichtung des Bewusstseins auf Zeitweiliges zu heilen. Tod ist die Kraft, alles Falsche und Nebensächliche von uns abzunehmen.

So viele sekundäre Belange haben von der eigenen Aufmerksamkeit gezehrt: Beruf, Erhalt, Karriere, Verteidigung und Aufrechterhaltung von Selbstbildern, zwischenmenschliche Verhaftungsgeschichten, oberflächliches Reden, gesellschaftliche Konventionen, Gefälligkeiten...

Dieser Lehrer entschuldigt mich von all dem und weist mich wieder ein in die Dringlichkeit der Absorption in Radha und Krishna.

*

Wir denken, es gebe eine Beziehung zwischen der Seele und dem Körper, den Gedanken und Gefühlen und der äusseren Welt (*deha-atma-sambandha*). Die Kraft, die uns dies glauben lässt, heisst „*maya*“, die erstaunliche, illusionierende Kraft Krishnas. Die Seele hat keinerlei Beziehung zu allem, was sich wandelt.

Spirituelle Verwirklichungen sind anfänglich nicht Einblicke in die spirituelle Welt und in das Wesen Radha-Krishnas, sondern sie dämmern in uns als das Erscheinen von *tattva-jnana*, des klaren Verständnisses der Beziehung zwischen uns als Seele, der materiellen Energie und Gott.

Solange man solche Verwirklichungen nicht gänzlich integriert hat, bleiben die Gottes-Schau und der Einblick in Goloka-Vrindavana eine projektive Vorstellung.

Das eigentlich grosse Sterben bedeutet nicht einfach, einen Körper abzulegen, sondern dass diese vermeintliche Beziehung zwischen dem Körper und der Seele irreversibel für immer getrennt wird. Wenn das Lebewesen glaubt, es habe eine Verbindung zum Körper, wird gerade dieses Denken zum Quell des Leidens.

*

Der Segen des Ewigen wird einem nur geschenkt, wenn man sich in gänzlicher Freiwilligkeit in die Todeskonfrontation begibt. Wer dem Tod wirklich in die Augen blickt, verliert alle Lebensangst. Sein Lebensweg wird bunt und vielgestaltig. Was immer er auch tut und wohin er auch geht, er wandelt auf Heiligem Grund – in der Substanz des Ewigen.

*

Das Ausgeliefertsein an den Tod ist der bezwungene Wille eines Kämpfenden, der immer wieder niedergerungen wird und die Sinnlosigkeit des Kämpfens noch nicht wirklich eingesehen hat. Die Verzweiflung, die darin wohnt, stammt aus der Nichtbereitschaft zur echten Hingabe. Sie kann sich in freudvolle Hingabe wandeln, wenn man für das Leben und den Tod gleichermassen in Bereitschaft ist. Dadurch verliert das Leben den Geschmack des Leidens und der Schwäche.

*

Unser Dasein in dieser Welt ist wirklich nur das Begehen einer ganz dünnen Eisschicht, die jederzeit einbrechen kann. Wir aber bauen genau in einer solchen Situation Sicherheitsstrukturen und simulieren darauf Ewigkeit und Beständigkeit.

In jedem körperlichen Aggregatzustand, also unabhängig davon, ob der Körper gerade heranwächst oder am Verwelken ist, ist die allerwesentlichste Aufgabe der Seele immer zugänglich: Ein einfacher hilfloser Ruf nach Radha-Krishna ohne Kontroll-Ansprüche der Ich-Instanz.

*

Wir sind in diese Welt hineingekommen für Radha-Krishna und den *seva* zu Ihnen und um einander zu unterstützen und zu ermutigen auf dieser Reise zu Ihnen; um einander wirkliche Freiheit und Freude zu schenken.

Erst im Vergessen dieser wesentlichen Absicht beginnt die Kompensationskette... – der Versuch, die Gotteserfülltheit aus Menschen heraus zu pressen. Dazu muss ein sinnloser Akt des Festhaltens und Besitzens der mir lieben Menschen um mich herum eingeleitet werden. Und nicht erst im Verlieren von ihnen, sondern bereits im Greifen nach ihnen geht die Leichtigkeit verloren, welche die natürliche Erfahrung auf dem freudigen Begegnungsweg zu Radhe-Syam darstellen würde.

*

In Berührung mit Bhakti, der Freudenkraft Gottes, welche einem in *sadhu-sanga* geschenkt wird, erwacht die natürlich in der Seele angelegte Sehnsucht nach spontanem und ununterbrochenem Dienen zu Radha-Krishna.

Die Kompensation davon, das konstante Mühen um eigene Befriedigung, schwindet dann dahin und erübrigt sich. Man betrachtet dann Glück und Leid, das Gewünschte und das Zurückgewiesene, Himmel oder dunkle Gefilde und auch die Befreiung von der materiellen Welt als ebenso wertlos wie Traumgebilde oder Phantasmagorien.

Graduell wird Bhakti Devi mehr im Herzen etabliert und in dem Masse beginnt sich die Seele nach *raga-mayi seva* (liebendem Dienst mit grosser Anhaftung an Radha-Krishna) zu sehnen.

So wird die Identifikation mit dem menschlichen Körper und den Gedankenwelten schnell weichen und man darf fixiert werden in *Vraja-bhajan*.

Die gesamte substanzlose Szenerie der materiellen Welt verschwindet aus dem eigenen Blickfeld und man beginnt nun, das ewiglich leuchtende, liebliche Königreich Gottes, Sri Vrindavana, direkt wahrzunehmen. Dort wird man gesegnet durch das Hineinsinken in den Ozean der erstaunlichen Schönheit von Radha-Madhavas Gestalten, Eigenschaften und Spielen, die einem lieber und vertrauter sind als alle Ereignisse, Begegnungen und Erlebnisse aus Millionen von Leben.

*

Wenn sich jemand der Sonne annähert, zum Beispiel durch eine Reise ins All, dann gibt es dort keinen Tag und keine Nacht mehr. Ein solches Erleben war nur aufgrund der eigenen Platzierung auf der Erde möglich. Auf der Sonne selbst kann nicht das kleinste Quäntchen Dunkelheit mehr bestehen.

In ähnlicher Weise kennt das Bewusstsein, das sich im *seva* zu Radhika verankert, keinerlei Tod mehr. Geburt und Tod waren nur die eingenommene und angewöhnte Perspektive der Gleichgültigkeit gegenüber dem liebevollen *seva*...

*

Kleiner und Großer Tod

Der Erstgeschmack des Todes ist die niedrigere Oktave des Sterbens: Es ist das Ablegen von Körperhüllen. Jeder gewöhnliche Mensch macht mit dieser Kraft irgendwann im Leben eine Erfahrung. Wenn wir den Tod als Höhepunkt einer körperlichen Lebensspanne begreifen, dann haben wir die Essenz des Todes noch nicht begriffen. Wir werden den Tod in eine Zukunft projizieren und ihn noch nicht als Lehrer im jetzigen Augenblick anerkennen.

Der körperliche Tod ist aus der inneren Sicht heraus gesehen eher unbedeutend und ist gleichzusetzen mit unzähligen Vorgängen und Abläufen in der Sinneswelt. Es gibt tatsächlich

keinen tiefen Unterschied zwischen dem Sterben des Körpers und dem Trinken einer Tasse Kaffee oder dem Fallen eines Blattes.

Ein Mensch des inneren Weges läßt die Todeskraft freiwillig ein, um eine Vertrauenszunahme ihm gegenüber zu erleben. Denn Angst verhinderte vollständige Annäherung.

Aus Sicht der Weisheitslehre sieht man den Tod nicht mehr in seiner untersten Oktave als einfach körperliches Verscheiden, sondern als eine Initialkraft zur Transformation des Bewusstseins.

Der Geist ist die zentrale Identifikationsstruktur. Der Tod dieser persönlichen Identifikation ist weit mehr als das Vergehen der Momentan-Existenz.

Die Schwere, die für den oberflächlichen Geist in der Todesnähe auftaucht und welche verschleiern wirkt, entspringt letztlich nur dem seichten Überlebenstrieb der Ich-Struktur. Dies ist die Art und Weise, wie sich der Mensch gerade definiert, und dies wird dann zu fixieren versucht. Das ist der direkte Weg in die Verstrickung und in die Umarmung mit dem Leiden.

Der innere Weg versteht den Tod immer als einen kleinen Wandlungsschritt – als ein Abtrennen des ungesunden Liebes-Verständnisses.

Die Liebe zum Leben, zum eigenen Kind oder zum Partner war nur ein Schatten, welcher manchmal ein wenig aufgewühlt werden soll, um uns von der Absorption ins Zeitweilige

aufzuschrecken, damit die Ausweitung hin zu Radha-Krishna überhaupt wieder möglich werden kann.

Nur weil es einem Menschen an Wesentlichkeit fehlt, wird der Tod zu einem so wichtigen Ereignis hochstilisiert.

Es bedarf einer Wesentlichkeit, die weit tiefer liegt als alle Erfahrungen und auch als das, was wir Liebe nannten in dieser Welt – was letztlich ein Ich-Wunsch war.

Liebe ist
der ewige Bezug einer Seele
zu Radha-Krishna.

*

*Verse zur Reflexion
über den Tod*



*„Ich bin der
alles verschlingende
Tod“*

*Sri Krishna,
Bhagavad Gita*

Das grösste Wunder

*ahany ahani bhutani
gacchantiha yamalayam
sesah sthavaram icchanti
kim ascaryam atah param*

„Tag für Tag, Stunde um Stunde gehen unzählige Wesen ein in das Reich des Todes, aber diejenigen, die zurückbleiben (die vorläufig noch nicht sterben) denken und richten ihr Leben so ein, als würden sie für immer hier bleiben. (Man hofft auf das Dauerhafte im Vergänglichen, entgegen der eigenen Beobachtung in jedem Moment.)

Gibt es etwas, das erstaunlicher wäre als das?“

Mahabharata
Vana-parva 313.116

Intensität

„Jemand, der ernsthaft fortschreiten möchte im spirituellen Leben, sollte die Möglichkeit des Todes in jedem Moment zulassen. Er kann gerade im nächsten Moment kommen. Die ständige Gegenwart des Todes macht einen sehr wach.

Wenn jemand jedoch materiell glücklich sein möchte, sollte er glauben, dass er niemals sterben werde (denn der Tod ist ja dann die Nichtung aller Möglichkeiten).“

Canakya Pandit

Interne Reinkarnation

„So wie die verkörperte Seele bereits in diesem Körper von Kindheit zu Jugend und zu Alter wandert, so geht die Seele in ähnlicher Weise beim Verlassen dieses Körpers in einen anderen Körper ein.

Ein besonnener Mensch wird durch einen solchen Wechsel nicht verwirrt.“

Bhagavad Gita 2.13

Externe Reinkarnation

„Wenn das individuelle Lebewesen, das sich für den Gebieter über den Körper hält, einen Körper verlässt, trägt es seine angenommene Lebensauffassung (den Geist, der die Sinneseindrücke gespeichert hat) mit in den nächsten Körper, genauso, wie die Luft Düfte mit sich trägt.

Es (das Lebewesen, welches nun in einem neuen Körper inkarniert ist) erhält eine bestimmte Art von Ohren, Augen, Zunge, Nase und Tastsinn, die um den Geist gruppiert sind, um eine entsprechende Auswahl von Sinnesobjekten zu geniessen.“

Bhagavad Gita 15.8-9

Was ist der Tod?

„Was „Tod“ genannt wird, ist im Grunde genommen nichts anderes als die Tatsache, dass man seine frühere, materielle Identifikation vollständig vergisst. Wenn man von einem Körper zum anderen wandert, den man sich durch sein *karma* selber erschaffen hat, vertieft man sich derart in die genuss- und leidvollen Sinneseindrücke des neuen Körpers, dass man die Erfahrungen des vorangegangenen Körpers völlig vergisst.

Und was „Geburt“ genannt wird, ist im Grunde genommen nichts anderes als die Tatsache, dass man sich wieder vollständig mit seinem neuen Körper identifiziert. Man akzeptiert diesen neuen Körper in der genau gleichen Weise als real, wie man die Erfahrungen während eines Traumes oder auch gewisse Wunschvorstellungen für Realität hält. Und genauso, wie man sich während eines Traumes nicht an seine früheren Träume erinnern kann, so denkt man, nachdem man in den gegenwärtigen Körper eingegangen ist, man sei erst

kürzlich erschaffen worden, obwohl man lange zuvor bereits existiert hat.“

Srimad Bhagavatam 11.22.39-41

Furcht vor dem Tod überwinden

„Wenn einer sich von Gott abgewendet hat, dann entsteht Anhaften an ‚das Zweite‘ (*dvitiya* = das Sekundäre) und aus diesem Anhaften entsteht Furcht, denn der Gottabgewandte vergisst, wer er ist, und Identifikation mit dem, was er nicht ist, beginnt. (Er meint, Geist, Verstand oder Leib – vergängliche Substanzen – seien sein *atma*).

Das erfolgt durch Gottes *maya* (aus Seiner Kraft). Deswegen verehrt der Weise mit aller Kraft Ihn, den Höchsten, ausschließlich durch Bhakti, den Guru als *devata* (als innerweltliche Manifestation Göttlicher Gnade), indem er diese beiden als das Kostbarste (*atma*) betrachtet.“

Srimad Bhagavatam 11.2.37

Den Tod überwinden

„Wer sich im Moment des Todes, wenn er vom Leib losgelöst wird, an Mich allein erinnert, der erlangt Meine Natur (kommt zu Mir).

Darüber gibt es keinen Zweifel.“

Sri Krishna
in der Bhagavad Gita 8.5

Gotteserfahrung im Augenblick des Todes

„Sri Krishna, der wie eine Sonne ist, die alle Dunkelheit beseitigt, wie ein Boot für den Ertrinkenden, wie eine Regenwolke mit süßem Wasser für den Verdurstenden, wie grosser Reichtum für den Verarmten und wie ein unfehlbarer Doktor für diejenigen, die von einer schmerzvollen Krankheit betroffen sind, ist jetzt gekommen, um uns zu segnen.“

Sri Vyasa
Rupa Gosvami, Padyavali

„Ich bin der alles verschlingende Tod“

Sri Krishna
in der Bhagavad Gita 10.3

*sakrd eva prapanno yas
tavasmiti ca yacate*

„Wer sich einmal mit Entschlossenheit Mir hingibt, indem er sagt: „Mein lieber Herr, von diesem Tage an bin ich Dein“, und indem er zu Mir um die Willenskraft dafür betet, dem werde Ich sofort die nötige Kraft verleihen. Dies ist Mein Versprechen. Von da an wird er immer in der Sicherheit des Aufgehobenseins in Mir leben.“

Ramayana, Yuddha kanda 18.33
Caitanya Caritamrita 2.22.34

„Mein lieber Herr, ich bete zu Dir, dass es dem Schwan meines Geistes erlaubt sein möge, noch heute in den Stängel Deiner Lotosfüsse einzutauchen und in seinem inneren Netzwerk eingeschlossen zu werden. Denn wie soll es mir im Augenblick meines letzten Atemzuges, wenn meine Kehle durch Schleim und Husten verstopft ist, möglich sein, mich an Dich zu erinnern?“

König Kulashekhara
im Mukunda-mala-stotra

„Auf der letzten Stufe des Lebens soll man kühn genug sein, keine Angst vor dem Tod zu bekommen. Vielmehr darf man

nun jegliche Anhaftung an den materiellen Körper samt allem Dazugehörenden (liebe Menschen um einen herum, Besitz, angewöhnte Umgebung) aufgeben und alles Wünschen auf den Höchsten lenken.“

Srimad Bhagavatam, 2.1.15

„Möge mein vergänglicher Leib zu Asche verbrennen und der Odem des Lebens in die Fülle der Luft eingehen. Sämtliche Elemente meines Körpers sollen nun mit der Gesamtsumme der Elemente verschmelzen.

O mein Herr, gedenke jetzt bitte all dessen, was ich für Dich getan habe, denn ich weiss, dass Du der endgültige Empfänger all meines Tuns warst.“

Sri Ishopanishad 17

„Wenn Ich jemandem ganz besonders zugeneigt bin, werde Ich ihm nach und nach allen materiellen Besitz wegnehmen. Dann werden die Verwandten und Freunde einen solchen Besitzlosen von sich weisen. Auf diese Weise wird er zunächst von einem Leid ins nächste fallen.

Wenn er so in seinem Bemühen, materielle Dinge und Sicherheit in ihnen zu erlangen, frustriert wird und stattdessen beginnt, Freundschaft mit Meinen Geweihten zu schliessen, werde Ich ihm meine spezielle Barmherzigkeit zuteil kommen lassen.

Durch diese spezielle Barmherzigkeit wird er weise und kann die Höchste spirituelle Wahrheit als das subtilste und reinsten Wissen und als die nie endende Wirklichkeit vollständig erkennen. Wenn er darüber hinaus verwirklicht, dass diese absolute Wahrheit die Grundlage seiner eigenen Existenz bildet, wird er aus dem beschwerlichen Kreislauf der wiederholten Geburten und Tode innerhalb der materiellen Welt befreit.“

Srimad Bhagavatam 10.88.8-10

ante narayana smritih

„Die höchste Vollkommenheit des menschlichen Lebens besteht darin, sich am Ende des Lebens an die Persönlichkeit Gottes zu erinnern.“

Srimad Bhagavatam 2.1.6

Perfekter Tod

„Oh ihr Vaishnavas, bitte nehmt mich als gänzlich ergebene Seele an. Möge mich nun auch Ganga Devi, die Repräsentantin des Herrn, als solche aufnehmen, denn ich habe bereits die Lotosfüsse des Herrn in mein Herz aufgenommen.“

Nun kann diese geflügelte Schlange oder welch magisches Ding auch immer dieser junge Brahmane geschaffen hat, mich sogleich töten.

Ich wünsche mir nur, dass ihr alle fortfahrt, die Taten unseres geliebten Herrn weiter zu besingen.“

Srimad Bhagavatam 1.19.15

Tatsächlich ist völlige Furchtlosigkeit die Folge der Ergebung an Ihn. Nun darf alles geschehen, was noch ansteht. Es vermag das Bewusstsein, das in der Ewigkeit verankert ist, nicht mehr weiter aufzuwühlen.

Nachdem Pariksit das gesamte Bhagavatam gehört hatte, setzte er sich hin in gänzlicher Vertiefung in Radha-Krishna.
Seine letzte Worte waren:

„Ich habe nun den Zweck menschlichen Lebens erfüllt, da solch gnädige Seelen wie du (Sukadeva Goswami) mir alle Güte schenkten. Du hast über Hari gesprochen (*hari-katha*),

der ohne Anfang und ohne Ende ist. (Das bedeutet, wer über Ihn hört, wird genauso ewig werden (10.88.5)).

Es ist für mich nicht einmal verwunderlich, dass so grosse Seelen wie ihr, deren Geist immer im Höchsten absorbiert und verankert ist, den verlorenen Seelen, die von Scheinproblemen des materiellen Lebens herumgeworfen werden, Barmherzigkeit erweist.“

Die letzte Bitte Pariksit Maharajas, des sterbenden Königs, lautet:

„O mein Herr, ich habe keinerlei Furcht vor dieser magischen Schlange [welche ihn todbeissen wird], noch vor irgendeinem anderen Geschöpf. Auch meinen Vorbehalt gegenüber weiteren vielleicht noch kommenden Geburten [die allerletzte Abneigung zu irgend etwas in dieser Welt] ist gewichen, da ich mich selbst nun gänzlich absorbieren möchte in die reine spirituelle Wahrheit, die du [in dem Gespräch des Bhagavatam] mir offenbart hast. Die erste Folge dieser Umarmung ist die völlige Angstlosigkeit.“

Srimad Bhagavatam 12.6.5

Auch der letzte Schritt in diesem Leben darf von heiliger Segnung begleitet sein:

„O Gurudeva, bitte erlaube mir nun, meine Sprache und alle Funktionen der Sinne ausschließlich auf Adhoksaja (ein

Name Gottes, der bedeutet: ‚Derjenige, welcher mit weltlichen Sinnen nicht wahrnehmbar ist‘) hin zu beziehen.

Gewähre mir auch, meinen Geist, welcher gereinigt ist von selbstsüchtigen Vorstellungen und Wünschen, gänzlich in Ihn zu absorbieren und auf diese Weise diesen Körper aufzugeben.

Ich bin nun vollkommen verankert in Erkenntnis und Selbstverwirklichung und meine Unwissenheit der Identifikation mit der äusseren Welt ist vollständig verschwunden.“

Srimad Bhagavatam 12.6.6-7

Sukadeva Goswami gab dem König die Segnung und rannte dann, nackt wie er gekommen war, wieder in den Wald.

Pariksit versenkte sich in die Erinnerung an Radha-Krishna. Seine Lebenslüfte hörten auf zu zirkulieren und er wurde bewegungslos wie ein Baum. (Das heisst, er hatte alle Wahrnehmung der äusseren Welt verloren).

Das ist ein perfekter Tod.

Taksaka, der Schlangenvogel, kam in der Gestalt eines *brahmana*-Knaben in die Nähe des Königs, nahm kurz vor ihm seine ursprüngliche Gestalt an und biss den König, der sogleich in Feuer aufging.

Der eigene Tod



Plötzlich, still und friedlich, verbunden mit Tränen der Glückseligkeit, bin ich gegangen.

Es war schön mit euch. Und dennoch bin ich freudig weiter gezogen. Es war kostbar mit euch und dennoch habe ich mich widerstandslos dem Fluss der Zeit übergeben.

Wir werden uns nie mehr wiedersehen. Allein diese Erkenntnis machte den Austausch mit euch schon wertvoll.

Die Vorstellung, jetzt alles, wirklich alles, was einem in der äusseren Welt lieb war, zu verlieren, ist erst einmal erschreckend... doch eine tiefe Sehnsucht drängt uns in diese Bereitschaft hinein, auch wenn äusserlich alles um uns herum noch bestehen bleibt.

Gleich dann bemerkt man, dass der Kampf um Beständigkeit in einer gänzlich ungesicherten Welt diesen Schrecken erst hervorgebracht hat. Der Wirbel um das Festhalten ist tatsächlich der Sorgen-Generator.

Viele Leben haben wir darauf verwendet, Vertiefung zu meiden. Der Drang zur Hingabe lässt sich nun nicht mehr unterdrücken. Das ist das Zeichen der Gnade.

Der spirituelle Weg beginnt, indem man Freude hat, die Perspektive der Wirklichkeit mehr und mehr anzunehmen. Das Ich hat die Sicht eingenommen, die Dinge möglichst angenehm fürs Eigeninteresse gestalten zu müssen. Doch die ewigen Worte der Wahrheit lassen diese aufgestellten Gebäude zusammenstürzen, wenn man sie wirklich wertzuschätzen beginnt.

Ein Beispiel dazu aus dem Srimad Bhagavatam:

„An einer Raststätte oder an einem Ort, an dem man Wasser trinken kann, werden viele Reisende zusammengebracht und ziehen, wenn sie Wasser getrunken haben, wieder weiter, auf ihr jeweiliges Reiseziel zu. In ähnlicher Weise kommen Lebewesen in einer Familie oder als Freunde zusammen und

werden später aufgrund des Flusses der Zeit wieder getrennt und irren weiter in dieser Welt umher.

Die spirituelle Seele, das Lebewesen, kennt keinen Tod. Sie ist ewig und unauflöslich. Da sie von materieller Verunreinigung frei ist, kann sie sich an jeden beliebigen Ort begeben. Sie ist voller Wissen und unterscheidet sich gänzlich vom materiellen Körper, doch weil sie ihre winzige Unabhängigkeit missbraucht und sich als Folge davon mit ihrer Umgebung und den Körpern zu identifizieren beginnt, muss sie feinstoffliche und grobstoffliche Körper, die von der materiellen Energie geschaffen werden, annehmen und in der Folge so genanntes materielles Glück und Leid durchgehen.

Die Bäume am Ufer eines Flusses, die sich im Wasser spiegeln, scheinen sich zu bewegen, wenn sich das Wasser bewegt. In genau derselben Weise denkt das Lebewesen – wenn sein Geist von den Bewegungen der Erscheinungsweisen der materiellen Natur aufgewühlt wird –, sein Zustand habe sich verändert und sei ein anderer geworden, obwohl es mit den unterschiedlichen Wandlungen der feinstofflichen und grobstofflichen Körper nichts zu tun hat. (So denkt man irrtümlicherweise, man sei Mann, Frau, alt oder jung, gesund, krank, glücklich, zornig oder im Sterben begriffen...).

Das Lebewesen, das in seiner Verirrung den Körper und den Geist für das Selbst hält, betrachtet somit die Umgebung dieses Organismus als die Seinigen und einige Menschen sieht es aufgrund der Identifikation mit der Momentan-

Situation als seine Verwandten und andere als Fremde. Da es dieser falschen Vorstellung unterliegt, leidet es.

Niemand braucht deshalb zu klagen, wenn die spirituelle Seele den Körper verlässt.“

Srimad Bhagavatam 7.2.21-26

Was uns im Umfeld des Todes auch Angst macht, ist die Wahrheit, dass wir dem Tod nur völlig allein begegnen können.

Man möchte nicht allein schutzlos zurückgelassen werden. Und ganz allein der gigantischen Kraft des Todes ausgesetzt sein müssen. Mutterseelenallein, ohne jeglichen Beistand; ohne irgendeine Person in dieser Welt, welche einem noch Trost spenden könnte.

Trost in einer solchen Situation wäre aber ja nur naive Verklärung, die durch das dahinterliegende Leiden der Unwissenheit erst ermöglicht wird. Es ist diese Unwissenheit, welche alle anderen Beschwerden überhaupt erst aufkommen lässt.

Das Alleinsein ist ein Aspekt der Reife im Menschsein!

Über viele Jahre hinweg habe ich immer wieder über unsere seltsame Situation als ewige Seelen in diesen Verhaftungs-Strukturen mit dem Zeitweiligen gesprochen.

Ich unterrichtete dies in Seminaren, unter Bhaktas, an Abdankungen und in persönlichen Gesprächen. Nun bin ich selbst dran – mit einer fast freudigen aufgeregten Neugier und in gänzlicher Offenheit für das Neue.

Dieses Leben war ein wundervolles kleines Kapitel. Gemäss dem inneren Bewusstsein darf sich nun die weitere Geschichte in uns offenlegen. Sie ist nie abgeschlossen und beginnt eigentlich erst in der bedingungslosen Stimmung des reinen Dienens für das göttliche Paar.

Alle Mini-Kapitel (die einzelnen Leben in dieser Welt) werden vollendet in der *svarupa*, in der ewigen Gestalt der Seele.

Aus der Perspektive des wirklich grossen Bildes der ewigen Realität zerfällt dieser kleine Übergang, den die Menschen „sterben“ nennen, in die Unbedeutsamkeit.

All das, was ich geleistet und aufgebaut habe, alle Beziehungen und liebevolle Bande, sind nun völlig wertlos und man darf sich bewusst von ihnen verabschieden.

Es ist das heilige *shraddha*, das göttliche Grundvertrauen, was der Same von *prema* ist, das mich weiter begleitet, in dessen Umarmung ich alles Andere mit einem dankbar gewürdigten Blick zurücklasse.

Schwanger mit der Stimmung, tiefer dienen zu wollen, reise ich nun weiter.

Friede ist nicht die Absenz von Beschwerlichkeit, sondern die Gegenwart Radha-Krishnas zu allen Zeiten und in allen Lebensumständen.

Ich hatte viele spirituelle Freunde und Begleiter, die mir alle so kostbar sind. Wir haben gemeinsam IHNEN dienen dürfen. Wir hatten die Absicht, noch viel mehr zu tun und das Trennungsgefühl katapultiert uns nun in die unendliche Tiefe hinein.

Freudige Erwartung und Dringlichkeit kennzeichnen nun meine Gemütslage. Möglichkeiten zum *seva* ist das Einzige, was einem nie abhanden kommen wird.

Es ist auch die Vorbedingung für Begegnung und für den Gang durch das Nadelöhr. Dafür bedarf es gänzlicher Akzeptanz. Der Bereitschaft, den Sterbeweg wirklich zu begehen.

„Lieber Krishna,

Du hast meinem Dasein hier ein Ende bestimmt – und hast es somit zu einem Provisorium gemacht. Mit dieser Tatsache tut sich die Haltung der eigenen Oberflächlichkeit sehr schwer.

Vom Standpunkt Deiner Ewigkeit aus ist der kurze Zeitraum, den ich „mein Leben“ nenne, nur ein Hauch im Wind, Lärm um nichts. Und dennoch ist es unendlich

kostbar, da es das einzig Zeitweilige ist, aus dem Ewiges erwachsen kann.

Lehre mich zu bedenken, dass ich sterben werde, damit Tiefe und Wesentliches in mein Leben Einzug nehmen können. Du hast mir noch ein wenig Lebenszeit geschenkt und ich möchte mit jedem Moment verantwortlich umgehen lernen. Dass ich mir die Zeit nehme, nachzudenken, Wesentliches von Unwesentlichem zu trennen, zu beten, und von Dir und Deiner Radhika zu hören.

Lieber Krishna, Du nimmst Dir Zeit für uns. Schenke mir den Mut, dass ich mir Zeit nehme für die Ewigkeit, indem ich auf Dich und von Dir höre und Dich anrufe.

Du legst in jede Seele ein rätselhaftes Vertrauen, nicht am Ende zu sein, wenn man am Ende ist.

Du schenkst mir die Möglichkeit des Gewährwerdens meines eigenen Todes. Es ist der Moment, an dem ich nichts mehr hinzufügen kann, wo nichts mehr übrig bleibt von meinem alten Leben. Darin wache ich auf aus dem Traum kolorierter Ablenkungen und Zerstreuungen.

Auf welchem Weg wolltest Du mich führen? Welchen bin ich gegangen?

Es geht gar nicht so lange, bis mich niemand mehr vermissen wird hier, bis man nicht mehr von mir spricht, bis mich niemand mehr kennen wird und die Welt geht ihren Lauf auch sehr gut ohne mein Mitwirken. Die Welt lebt weiter

ohne mich. Diese kleine Lücke, die ich durch mein Weggehen von dieser Welt hinterliess, ist so schnell wieder gefüllt. So, wie das Meer augenblicklich den Raum wieder auffüllt, wenn man am Meeresgrund einen Stein ausgräbt. Dies ist eine Tatsache, die schwer verständlich ist für jemanden, der sich im Gewühl des Daseins verliert und von der eigenen Unersetzlichkeit so überzeugt ist. In diesem Gedanken verstehe ich die Relativierung all meines Bemühens und somit die Freiheit für das Wesentliche.

Bei Dir bleibt das Kleinste immer unvergessen. Diese Einzigartigkeit, die ich mir durch meinen Charakter, meine Eigenschaften, meine Beziehungen und mit meinem Wirken erschaffen wollte, finde ich wirklich erst im Austausch mit Dir. Du siehst wirklich mich, in der Unverkennbarkeit und Originalität dieser kleinen Seele.“

„Liebe Freunde.

Es wird nun nicht mehr lange dauern und ich werde diesen Körper ablegen.

All unsere Hoffnungen und Ängste werden wirklich irrelevant werden.

Alle Formen dieser Welt fallen für einen einfach weg.

Das Thema der ununterbrochenen Vergänglichkeit aller Phänomene hat mich tiefer berührt als das, was die Menschen „Liebe“ nannten in der Welt.

Ich verbrachte dieses Leben im Verständnis des Provisoriums und empfand die Welt aus dieser Perspektive des gelösten Hindurchwanderns als viel farbiger und lebendiger als wenn ich mich in ihr einnistete und verknotete.

Das Periphere im Leben – die endlosen Arrangierungen um Erhalt und Zusammenleben – fordern viel Lebensaufmerksamkeit.

Der vermeintliche Substanzgehalt der Banalität des Alltags kann aber nur in der Ausblendung der Gottesbeziehung und auch in der Ausblendung des Todes bestehen.

Ich spürte es immer schon – das Provisorium der hiesigen Existenz. Dennoch versuchte ich mich ganz einzulassen auf dieses Leben. Das Zusammenspiel dieser Gegensätze, dieses Paradoxon – befremdliches Zuschauen dieses Vergänglichkeits-Spektakels und freudvolles Mitwirken darin – verstehe ich als dankbares Leben.

Auch der Tod ist ein Bote von Krishnas Liebe. Mich ihm hinzugeben ist mir wie Verehrung.

Der Tod ist eigentlich nur die Trennung von Seele und Leib. Nur wenn die Zikade ihre abgestreifte Hülle auf der Erde liegen lässt, vermag sie sich in die klaren Lüfte zu erheben. Solange ihre Larve, in der Erdscholle lebend, der Sonne Lichtflut am Firmament nicht erfährt, mag sie beim Anblick ihrer abzustreifenden Schale trauern und seufzen. Umso lauter wird die Zikade singen, wenn sie frei von Erdschwere in den blauen Äther steigt.

Nun bin ich bereits auf dem Weg nach drüben. Das Allzumenschliche interessiert nicht mehr. Eigentlich war es immer schon ein wenig belanglos, müssig und schwierig verständlich, wie man so viel Energie für die Besprechung des Vorbeiziehenden, für das Kommentieren der Wellen des Vergänglichen, aufgewendet hat.

Das Oberflächen-Bewusstsein glaubte noch lange Zeit an Genesung.

Der wirkliche Prozess kann sich nur entfalten, wenn jegliche Hoffnung auf Weiterleben in diesem Körper ausgelöscht wird. Leiden war nicht der Zerfall des Körpers, sondern nur die Hoffnung auf das Weiterleben.

Jetzt bin ich mir bewusst, dass ich mich meiner physischen Hülle entwinde. Es ist ein Beobachten in der Ferne, ich könnte, wenn ich wollte, die Abläufe genau einsehen... wie sich das Blut aus den Gliedern zurückzieht, wie es sich dann

im Herzen staut. Wie die Glieder von aussen langsam weniger durchblutet werden und kälter werden, wie sich die Sinne einer nach dem anderen langsam zurückziehen und ihre Funktion einstellen...

Selbst im Beobachten solcher Ablebe-Symptome würde ich das Bewusstsein aber nur auf das Durchfliessen der Phänomene richten und mich nicht im beobachtenden Selbst verankern.

Die Geschichten und Dramen, die Konzepte und Vorstellungen – all das, womit sich der Geist normalerweise beschäftigt, ist eine Eintrübung des reinen Bewusstseins und der Klarheit der reinen Wahrnehmung. Das Wahrnehmende bleibt immer regungslos, still und wach. Auch jetzt, wenn die körperliche Schicht sich abstreift.

Das Vergessen dessen, was ich wirklich bin, eine unvergängliche Seele, ist das Fundament für die Identifikation mit Zeitweiligem und somit die Grundlage des Leidens.

Wenn man den Zustand des Gewahrseins des Ewigen verlässt, nisten sich endlose Gedanken und Ideen im Bewusstsein ein, die in sich schon Schwere sind und welche die ursprüngliche Leichtigkeit meines Seelenzustandes benebeln.

Alle Kontrolle darf sich nun erübrigen. Nicht Panik, sondern Aufgehobenheit ist die Erfahrung. Was für eine Verzweiflung würde nun eintreten, wenn man in einem

solchen Augenblick die alten Identifikationen stabilisieren wollte...

Was für eine Verzweiflung, wenn man sich nun nur mit dem Körper gleichsetzen würde.

Dieser Körper, der nun leblos wird, bin nicht ich, sondern er ist nur eine Zusammenballung, eine Manifestation meiner einstigen Gleichgültigkeit gegenüber dem *seva* zu Radhika.

Wie aus der Ferne nehme ich nun wahr, wie die Verbindung zum Körper vollständig unterbrochen wird. Das war der Austritt aus der leiblichen Hülle.

Wenn die klare Erkenntnis der Unterscheidung zwischen dem sterblichen Körper und der Ewigen Natur der Seele im Herzen dämmert, dann verschwindet das Verlangen nach äusseren Freuden und Güterbesitz in der Welt. Anhaftung kann darin nicht mehr bestehen. Aber auch jegliche Abwehr und Abneigung gegen alle Zustände in der Welt haben sich erübrigt. Diese Innenkehr kann nie aus der Enttäuschung heraus geschehen.

Sterben ist nicht mehr als das Ablegen eines ausgetragenen Kleides.

Im Yoga Sutra (2.8) wird der Wunsch, sein Leben zu verlängern, als *klesha*, als Leid bezeichnet.

Jedes ewige Wesen strebt natürlicherweise nach Beständigem. Aber im Zustand des Vergessens überträgt man diesen Kontinuitätswunsch auf das Zeitweilige und

möchte hier Zeitlosigkeit erfahren. So wird der Überlebenstrieb geboren.

Jedes Geschöpf hat den Willen zu leben, und will an dem Leben hier festhalten. Dies schafft Verkrampfung und Leiden.

Was treibt jedes Lebewesen an, sich konstant gegen das Sterben zu wehren? Einerseits sicher eine schlummernde Urerinnerung an die Unvergänglichkeit der Seele, aber auch eine Erinnerung an die leidvolle Erfahrung zu sterben, die man in der Vergangenheit in bisher durchlebten Toden erfahren hat.

Wären wir in der Vergangenheit noch nie gestorben, wäre dieser Impuls, sich gegen das Sterben zu wehren, nicht existent.

Das Hängen am Leben kann nicht einfach beseitigt werden durch philosophisches Nachdenken. Erst muss die *avidya*, der Deckmantel des Vergessens, der unsere Beziehung zu Gott latent werden lässt, gelichtet werden. Und dies geschieht durch die Selbsthingabe an Gott, durch das Übergeben, sich selbst Ihm anzuvertrauen.

Diese Sehnsucht nach Gottesdienst, als reine Seele einen Austausch mit Krishna zu erfahren, kann so stark werden, dass das *abinivesha*, der Überlebenswunsch, gänzlich aufgelöst wird.

Das folgende Gebet aus der Sri Ishopanishad (17) habe ich oft gebetet... nun wird es real. Dieses Gebet entspringt

nicht dem Lebensüberdruß, sondern eben dem brennenden Wunsch nach Wirklichkeit.

„Möge meine Lebensluft zurückkehren (eingehen) in den alldurchdringenden unvergänglichen Lebensodem (in das universale *prana*, welches alles im Universum bewegt und eine Kraft Gottes darstellt). Möge dieser Körper zu Asche verbrennen!

O mein Herr, erinnere Dich an all dies, was ich für Dich getan habe (an meine Absichten).“

Dieser Vers ist ein Gebet an Gott, dass man doch bald diesen Körper ablegen möchte. Die Elemente mögen wieder eingehen in die Gesamtsumme und somit darf sich dieser kleine separat erhaltene Mikrokosmos auflösen. Die Erde des Körpers darf eins werden mit der Gesamtheit der Erde, das Wasser wieder verschmelzen mit allen Gewässern und das *prana*, die Lebensluft, die den Körper antrieb, auch wieder mit der Gesamtheit des universellen *prana* verschmelzen. In allen Religionen kennt man die Situation, dass man für die Gesundung eines Kranken oder Verletzten betet. Doch wer hat schon einmal für das Eintreten seines eigenen Todes gebetet? Ist eine solche Person nicht morbid veranlagt?

Der physische Körper ist ein Symptom des Wunsches nach Gottvergessenheit. Wenn nun die Erinnerung an Ihn aus tiefster Freiwilligkeit erwacht, bemerkt man, wie dieses körperliche Gefäß für diese Freude in Gott und Sehnsucht

nach Hingabe zu Ihm viel zu klein ist. Ein wachsendes kleines Küken zerbricht das Ei, das einfach zu eng für es geworden ist. Dann wird man von Gott eine Form erhalten, die diesem brennenden Wunsch nach *seva* (Gottesdienst) angemessen ist: einen spirituellen Körper.

Dieser Vers ist nicht ein Ausdruck der Lebensverneinung, sondern ein Gebet um die Intensität des Gottesdienstes in einem spirituellen Körper. Das Dienenwollen in einem physischen Körper wird immer wieder unterbrochen von Unterhaltsarbeiten des Körpers. Man muss ihm zu essen geben, ihn schlafen legen und ihn auch putzen, was letztlich nur eine indirekte Art des *seva* als Seele darstellt. Das wird wie eine Unterbrechung empfunden.

Von Raghunath Dasa Goswami wird berichtet, dass er immer wieder das Schlafen und Essen für mehrere Tage vergass. Franz von Assisi entschuldigte sich bei seinem physischen Körper immer wieder und sagte ihm: „Mein lieber Bruder Esel, es tut mir Leid, dass ich dich nicht angemessen schonen kann... die Seele brennt vor Sehnsucht.“ Das ist ein Symptom des Intensitäts-Ausmasses, von dem dieser Vers hier spricht.

Wenn diese Sehnsucht wieder in einer Seele erwacht, sprengt diese Liebeskraft die körperliche Form, genauso wie eine kleine Glühbirne bei der Durchleitung von 20000 Watt zerbersten würde.

Das Ablegen des fremden Gewandes wird nie als Mangel empfunden, sondern wird in dieser Gottesverliebtheit nicht einmal wahrgenommen.

Im Körper ist immer irgendetwas los (irgendwo zieht sich etwas zusammen, drückt etwas, juckt es, schmerzt eine Stelle...). Man kann sich endlos damit beschäftigen. Es wäre ein Abstieg in den körperlichen Sumpf.

Die hypochondrische Wahrnehmungsflut aus der körperlichen Welt, die sich uns gewohnheitsmässig ständig aufdrängt, führt nie zu Erkenntnis!

Der Geist braucht Konzentration, Bündelung. Wenn er orientierungslos umherirrt im Labyrinth der Sinneswelt, zerzaust er sich. Ein verzettelter Geist macht unzufrieden, was ein Symptom dafür ist, noch nicht gefunden zu haben, was ihm andauernde Faszination schenken könnte.

Konzentration ist eine Verdichtung der Aufmerksamkeit.

Der Geist ist angelegt auf die Ausrichtung auf die wunderschöne Gestalt Sri Govindas. Das nennt man dann Meditation...

Mein Ableben kam überraschend, und auch der Name der Krankheit tut wenig zur Sache. Alles ist nun endgültig unbedeutend geworden.

Wenn Menschen auf die Frage, was ihnen am wesentlichsten im Leben sei, mit „Gesundheit“ antworten,

ist dies das sicherste Anzeichen dafür, sich im Unwesentlichen verloren zu haben.

Wirkliche Genesung ist das Zurücktreten des Ich-Geistes, der alles manipulieren, kontrollieren und besitzen will und körperliche Gesundheit als willkommener empfindet als körperlichen Zerfall.

Sich im Zustand des Zerfalls der Physis Krishna auszuliefern ist genau gleich freudvoll, wie im Zustand momentaner physischer Unversehrtheit, der so genannten Gesundheit. Das Wohlbefinden und Wohlergehen der körperlichen Konstitution ist für den Hingebungsprozess kein Vorteil.

Die Dinge, die man sieht, sind lustvoll oder enttäuschend, fröhlich oder traurig, ängstlich, gesund oder krank, banal oder absorbierend, aufregend oder langweilig. Aber derjenige, welcher diese Zustände und Empfindungen erlebt, ist nie ängstlich, freudvoll oder deprimiert. Er bleibt einfach frei von allen zeitweiligen Phänomenen, unberührt von Geburt und Tod.

Wenn man die eigene Vorstellung vom Leben ablegt und lernt, dass es wirklich gleichgültig ist, ob man gerade lebt oder sich im Sterbeprozess befindet, fällt die Bedeutungszuschreibung, die man einem langen Leben gab, vollkommen weg. Eine ungeheure Erleichterung wird darin erfahren.

Blasen auf dem Meer, Sandkörner am Strand, Tröpfchen in einer vorbeiziehenden Wolke am Himmel... das nannten wir Familie, stabilisierte Lebensumstände, eben das „Meine“.

Endlos war die Geschichte – dieses eine Leben war ein Bestreben, Geschichten zu beenden. Dass ich in diesem Leben ein paar kleine Schritte in Richtung der spirituellen Welt und der Ewigen Beziehung zu Radha und Krishna machen durfte, schenkte diesem Leben tiefsten Wert.

Ich weiss, dass ich nach diesem Leben noch nicht in die spirituelle Welt zurückkehren werde. Diese endgültige Rückkehr in die spirituelle Welt ist ein Prozess, der sich in vielen Leben entfaltet. Auf dieser Reise wird dann auch die Freude an Bhakti weit grösser werden als die Erleichterungssehnsucht, enthoben aller Beschwerlichkeiten der materiellen Welt zu sein.

Die Gottesliebe übersteigt effektiv einen Befreiungspragmatismus. Denn sie stellt ja die Ewige Funktion des Ewigen Lebewesens dar.

*na dhanam na janam na sundarim
kavitam va jagad-isa kamaye
mama janmani janmanisvare
bhavatad bhaktir ahaituki tvayi*

„Mein geliebter Herr, ich strebe nicht nach Reichtum (Besitz - und Identitätsgefühl, das sich von den

Errungenschaften her nährt), noch möchte ich Anhänger (der Orientierung gemäss leben, dass Menschen mich gut finden), noch das Schöne in der Welt.

Auch will ich nicht als Gelehrter oder fortgeschrittener, spiritueller Mensch bekannt werden (*pratistha-asha*). Ich möchte nichts mehr in der gesamten Wandelwelt.

Das, wonach ich mich wirklich sehne, ist der grundlose, ununterbrochene, hingebungsvolle Dienst zu Dir...
Geburt für Geburt.“

Ich war eine Schneeflocke, welche durch das Leben tanzte.

Dann landete ich nicht auf Schnee – um die Schicht noch dicker zu machen, sondern auf einer zarten Hand – und schmolz dahin. Ohne die geringste Spur von Widerstand.

Ein Staubkörnchen macht alle Bewegungen des quirligen Bergbaches mit – und in diesem Nicht-Wehren hat es plötzlich die ihm gebührende Freiheit.

Im sinnlosen Versuch, sich seine eigene Bahn zu erschaffen, würde gerade diese Freiheit erstickt.

Die Freiheit lag in der Hinwendung zu Gott und in der eigenen Reaktion auf das Geschehen, nicht aber in dem Zurechtbiegen-Wollen, was unvermeidlich zu geschehen hat.

Das Absterben dieses kleinen Lebensstrauches hatte eben die Glückseligkeit inne, wenn im Herbst die Bäume alle Blätter loslassen, um ihren Lebenssaft in der Wurzel zu konzentrieren.

Verlieren hat nur wehgetan, wenn man gewinnen wollte.

Nachdem das kleine Imperium meines Lebens, für dessen Stabilisierung ich so viel Zeit investierte, zusammenbrach, wird es nicht lange dauern und die Lücke, die ich hinterliess, wird wieder gefüllt sein. Die Welt und ihre Abläufe haben mich nie gebraucht. Diese Erkenntnis mag einige, die ihr Leben als die Bemühung zur Stabilisierung der Umstände verstanden, hoffnungslos machen und bis hin zu einer Depression führen. Aber wenn man sie widerstandslos annimmt, spürt man augenblicklich eine Erleichterung in ihr. Sie ist ein Tor zur Freiheit. Die Seele versteht es tief.

Diese Erkenntnis bereits jetzt integrierend erhält alles Handeln eine ganz andere Qualität. Frei von der Selbstbehauptung darf es einfach still geschehen. Das eigene Wertgefühl und die Freude werden nicht mehr mit den Resultaten des Tuns verknüpft.

Ununterbrochene Leichtigkeit durchzieht dann das Gemüt. Die Biographie ist letzten Endes nur die Umschreibung des temporalen Auftritts auf der Lebensbühne.

Viel wesentlicher als das Geborenwerden und Sterben war die Ausrichtung, das, auf was man hinzu ging.

Gnade heisst natürlich nicht immer ‚Schutz und Beschütztsein‘. Sie kann genauso ‚Zerstörung und Auflösung‘ bedeuten.

*Ohne Anfang, ohne Ende...
Nur kurz auf dieser Erde gewandelt...*

Vrindavana, 8. Februar 2022

Frei geworden – beflügelt von einer Liebe, für welche die körperliche Welt zu eng war.

Nun habt ihr Abschied genommen von mir, der ich euch als Freunde, Weggefährten, ja eigentlich noch viel tiefer, – als spirituelle Geschwister – gesehen habe.

.... – 8. Februar 2022

Plötzlich, still und friedlich, verbunden mit Tränen der Glückseligkeit, bin ich gegangen.

Es war schön mit euch. Und dennoch bin ich freudig weiter gezogen. Es war kostbar mit euch und dennoch habe ich mich widerstandslos dem Fluss der Zeit übergeben. Wir werden uns nie mehr wiedersehen. Allein diese Erkenntnis machte den Austausch mit euch schon wertvoll.

Sterben tut man – es geschieht nicht einfach. Man hat alle Erwartungen in der Zeitlichkeit abgelegt und das Erdenglück hat sämtliche Bedeutung verloren. Das ist der Moment, in dem man sich ganz in Radha-Krishnas Hände fallen lassen darf.

Diesen Moment des Sterbens habe ich in meinem gesamten Leben immer bewusst eingeladen, und er hat mich aus der Banalität des Alltäglichen herausgehoben und mir eine Lebendigkeit geschenkt, welche mich der Heimat entgegen trieb.

Die Heiligen Namen Radha und Krishna sind nicht weniger als Alles.

Mit einer letzten Umarmung an euch alle
Eine Seele, die für kurze Zeit den Namen
Krishna Chandra trug

Der Körper wurde verbrannt
und die Asche wird in Vrindavana der Yamuna übergeben

Liebe Freunde.

Es gibt noch immer Stimmen von Freunden von weit her, die sagen: „Noch kannst du dich doch für das Leben entscheiden“.

Ich weiss, diese Stimmen sind sehr liebevoll gemeint. Aber sie gehören nicht mehr in mein Reich. In dem Raum, in dem ich mich nun bewegen darf, ist Leben und Sterben des Körpers absolut nicht mehr relevant. Hier brennt eine Intensität, die im Kampf das Vergängliche und Körperliche aufrechtzuerhalten, nur zugedeckt und unfühlbar bliebe.

Gern war ich in dieser Welt und würde freudvoll auch weiter mit euch allen sein. Die Zeiten der *sanga*, der gemeinsamen, spirituellen Ausrichtung, waren mir sehr kostbar. Aber ich sehe nicht einmal einen Hauch eines Scheiterns darin, wenn sich mir nun ein anderer Ausgang der Geschichte öffnet. Alles ist Leben – ob der Körper stirbt oder weiterlebt.

Ich bitte euch mit unendlicher Zärtlichkeit, alle Erwartung von meinem Herzen zu nehmen, die durch einen Wunsch entsteht, mich noch weiterhin unter euch zu sehen.

In dem Raum, in dem ich mich bewege, existieren diese Kategorien nicht mehr.

Wer stirbt, ist nicht tot.

Wenn Du geboren würdest, würdest Du sterben – und schon wäre die gesamte Existenz von einem Schatten umgeben, nämlich der Verkrampfung, diesem Sterben auszuweichen.

Mir wurde mehr und mehr klar in meinem Leben, dass ich das äußere Sterben immer schon annehmen konnte und deshalb immer die Sehnsucht hatte, ein Leben voll zu investieren (zuerst in linkspolitischem Engagement, dann aber, seit dieser Körper achtzehn war, in *raganuga-bhakti*. *Seva* zu Srimati Radhika in einem ewigen spirituellen Körper im *aprakata-Vraja*, in der genauen *anugatyā* von Rupa Manjari, in der *gana* von Lalita Devi, was schon recht bald meine Ausrichtung im *sadhana* wurde).

Wenn Du glaubst, ein Körper zu sein, der geboren wurde, wirst du anfällig für Krankheiten und Schmerzen – so wie alle Körper.

Was aber dich ausmacht, wird nie geboren. Deine ganze Existenz hängt nicht davon ab, geboren zu werden.

Es tönt so einfach – und wie viele Male haben wir das ganze ‚Theater‘ durchspielt, um dieser Einfachheit wirklich wieder ins Auge schauen zu dürfen?

Ich bin auch jetzt noch, obwohl mein Körper bereits zu 800 g Asche reduziert wurde, ganz genau derselbe.

Als mein Körper auf Kinderspielplätzen herumspielen musste, war ich genau derselbe. Als ich als Novize in den Tempel zog und die ganze Nacht vor Aufregung nicht schlafen konnte, war ich genau derselbe. Als ich an Open Airs nächtelang zu jungen Menschen sprach und eigentlich nicht verstehen konnte, wieso sie die grösste Schönheit, die Gestalt von Radhe-Syam missachteten, war ich ganz genau derselbe.

Als ich bei Tempelmeetings um das Aufbrechen institutioneller Strukturen kämpfte, war ich ganz genau derselbe. Wenn ich am Computer geschrieben habe, Tierrechtsaktionen vorbereitete oder darüber nachdachte, wie Bhakti aus dem indischen Kulturkontext herausgelöst werden sollte, war ich genau derselbe.

Wenn ich in Hunderten von Häusern Menschen besuchen ging und versuchte, die Faszination für *Vraja-bhakti* wieder zu entfachen, Vorträge gab oder allein durch die Natur der Tessiner Bergwelt streifte, war ich genau derselbe. Als ich im Ashram Hüttchen baute, in Indien Pilgergruppen begleitete oder in Vrindavana am Govardhana über die Heiligen Namen meditierte, war ich immer exakt derselbe. Im aufmerksamen Zuhören von *sadhus*, von Srila Gurudeva, erwachte diese Schau.

Wo immer und in welcher Situation wir diese Wahrnehmung des „Ich bin da genau derselbe“ nicht denken, fühlen und erwünschen, sind wir ausserhalb unseres Selbst. Dann leben wir nur ein unbedeutendes Schattendasein in der Identifikation der Hüllen.

Das tönt alles kompliziert und schwierig, aber wir haben die ausgebreiteten Arme von Radha-Krishna gewiss.

Wir gehören in Ihre Welt.

Wir gehören in das Ewige Vrindavana, wo wir in einem *kunja*, einem kleinen Waldhain, am Ufer der Yamuna sitzen. Überall sind Pfauen und erstaunliche Vögel. Die Yamuna ist so

klar und man sieht Tausende von Edelsteinen an den Ufern. Syamaa-Syam kommen ganz verspielt entlang getanzt...

In diesem Leben habe ich versucht, eine kleine Spur zu hinterlassen, nicht in Form von Gebäuden oder Besitz, den ihr dann mit viel Aufwand wieder wegschaffen müsstet, sondern in Form einer Liebe, die sich einfach verschenkt, die einfach zu allen hinfließt, die sich herabbeugt zu den Füßen meiner Geschwister (aller Lebewesen). Eine Liebe, die uns in gesammelten Momenten berühren darf, sodass wir uns dann von Radha-Krishnas Liebe heilen und verwandeln lassen dürfen.

Wenn wir überlegen, was wir dieser Welt als Vermächtnis hinterlassen möchten, was wir mit diesem Leben eigentlich ausdrücken wollten, dann werden wir nicht mehr um unsere Krankheiten und unsere kleinlichen Sorgen zu kreisen vermögen. Dann wird uns das Geheimnis unserer Lebensbestimmung aufgehen: Dass wir endliche Menschen sind, die mit ihrem kurzen Aufenthalt in diesem Körper eigentlich eine Spur der Liebe hinterlassen möchten, die auf Gottes Ewige Liebe hinweist, die auch unser Leben hier bereits verwandelt hat und ihm erst den Sinn schenkt. Von ihr werden wir auf die inhärente Bestimmung zurückgeführt, die wir eben nicht mehr produzieren müssen. Man kann sich nur in Demut in sie hineinfallen lassen.

Krishna offenbart in der Bhagavad Gita (7.19): *bahunam janmanam ante* „...nach vielen Geburten und Toden reift die Seele zur gänzlichen und vollständigen Hingabe.“

Der Bhaktiweg zielt nie auf die Heimkehr und die Erlösung von der äusseren Welt, sondern immer nur auf neue Möglichkeiten, liebevollen Dienst, *seva*, darzubringen. Auf vertieftes Absorptionsvermögen. Dadurch wird die Ewige Gestalt der Seele, die *svarupa*, freigelegt. Darin wird die Sehnsucht nach *seva* untolerierbar. Das ist der Punkt, an welchem einem Radha-Krishna Zugang zur eigentlichen Heimat schenken, in welcher diese Stimmung natürlich ist. Die spirituelle Welt, Goloka Vrindavana, wo alles nur aus dieser Mentalität besteht. Die materiellen Universen waren ein kleines Übungsfeld für diese Intensität.

In mir darf der Wunsch nach dem Ewigen *seva* zu Srimati Radhikas Füßen weiter anwachsen.

Mit einem letzten Gruss an alle. Wir werden uns nie mehr wiedersehen. Die Weite der materiellen Welten ist endlos und die Anzahl der Seelen unbegrenzt.

Die spirituelle Welt ist zu wunderbar als dass wir dort Lagergeschichten-Abende über die kleinen Abenteuer und Erlebnisgeschichten der Seele in der materiellen Welt abhalten würden. Es gibt keine Veteranen-Treffen in der spirituellen Welt. Alle Erinnerung an Millionen von Leben ist dann augenblicklich ausgelöscht, denn dieses Erinnerungsvermögen war ja nur ein Teil der feinstofflichen Umhüllung, welche die Seele dann längst abgelegt hat. Sri Kapila beschreibt, wie der feinstoffliche Körper durch den Vorgang der Bhakti aufgelöst

und zerstört wird (Srimad Bhagavatam 3.25.33). Dort gibt es nie wieder ein Zurückblicken in den Traum des weltlichen Daseins.

Es ging alles schnell... wie bei allen wichtigen Anlässen gab es kurz vorher noch viel zu tun...

Nun ist alles bedeutungslos geworden. Wieviel Zeit ist vergeblich verflossen... *Vraja* rief immer. Immer wieder braucht es die besondere Bemühung zur Sammlung, denn Zerzausung, Verzettelung und die Ausbreitung ins Aussen wird schnell zur Gewohnheit.

Gerade in letzter Zeit meditierte ich über:

Kainkaryam eva mama janmani janmani syat

Radha Rasa sudha nidhi 40

„O *Svamini*, bitte schenke mir Geburt für Geburt Deine Nähe in Gestalt von vertraulichem *seva* zu Dir.“

Das ist meine einzige Aspiration. In diesem Leben war alles hingelegt... Alle Möglichkeiten wurden mir dazu geschenkt. In Heiliger Gemeinschaft wurde die Ahnung dafür geboren.

Ich war noch mit Vorbereitungen beschäftigt.

Euer ehemaliger Freund und Diener... mit einer letzten Umarmung

Krishna Chandra dasa

Vollkommener Tod

*Geheilt werden
vor dem Tod*



*„Ein Mensch, der ein
wirkliches Interesse am
Freiheitsweg hat, muss sich
dieser Entscheidung immer
klar sein:*

*Will ich überleben
oder will ich wirklich lieben?“*

Es gehört zu den Mysterien des inneren Weges, in Klarheit festzustellen, dass ein Gedanke, dessen Gewicht null ist, schwerer wiegt als die dichteste Materie.

Ein Zenmeister sah eine Wolke und lachte ununterbrochen. Die Schüler sahen konsterniert zu und verstanden nicht, was da denn lustig sein sollte. Die Leichtigkeit ist nicht so leicht zu verstehen. Was zu sprechen von Rupa Goswamis Freudenausbrüchen, wenn er in Ter Kadamba in Bhajan vertieft ist.

Es gibt aber falsche und echte Leichtigkeit. Man kann Leichtigkeit imitieren. Das ist dann Schwärmerei. Ernst ist nicht Ausdruck von Schwere. Wir dürfen nicht den äusseren Ausdruck eines Menschen mit seinem inneren Zustand verwechseln. Menschen, die sich sehr schwer fühlen, können das mit falscher Leichtigkeit überspielen.

Wenn du dich innerlich schwerer fühlst als eine Feder, trägst du ein Gewicht, das nicht das Deine ist.

Innere Leichtigkeit wird durch aufrichtige Ergebung zu Krishna erlangt. Diese wiederum ist nur durch klares Wissen möglich, das als Folge zur Meditation führt.

Heilige Ergebung enthebt die Menschen der falschen Gewichte, die sie mit sich herumschleppen.

Konzepte, Vorstellungen, Ideen, Gefühle, Hoffnungen und mentale Bilder haben wir zu persönlichen Geschichten verbaut und leiden daran.

Solche Ergebung ist immer gleichzusetzen mit dem Tod. Es ist der eigentliche Tod. Denn Oberflächen-Leben, das vom Tod berührt werden konnte, definiert sich ja nur durch das In-Beziehung-Setzen zu den Inhalten des denkenden Geistes, welche Gewicht generierten.

In wachen, stillen Momenten spürt man die Last von geistigem Besitz. Selbst Erinnerungen, die man zu seinen Schätzen zählt, sind Teil dieser Bürde.

Schon Nomaden der Frühzeit waren Sammler. Der Geist ist eine Sammler-Natur. Das Sammeln ist aus der Perspektive des denkenden Geistes überlebenswichtig.

Das Sammeln von Materie, von Ruhm, Wissen oder Erinnerungen garantiert dem Geist seine Existenz und bestätigt ihn.

Der Geist muss etwas zum Greifen haben.

Ansammlung ist aus der Sicht des Geistes substanzielles Dasein. Man definiert seine Wesenheit über diese Ansammlung. Solche Identifikation ist der Normalzustand eines jeden Menschen.

Als Mensch darf man sich nun ein Tiefer-Sinken erlauben und, diese Anhäufungen nicht mehr als seine Identität zu betrachten.

Was das Ich in geistigen Besitz genommen hat, versperrt uns die Schau auf das Selbst.

Den Akt, etwas aus seinem Besitz zu entlassen, nennt man auch Tod.

Hier handelt es sich um ein fundamentaleres Sterben als Körperhüllen auszutauschen, was ja nur ein karmisches Diktat ist. Doch dieses grundlegende Sterben in die Hingabe zu Radha-Krishna hinein geschieht nur aus vollkommen eigener Wahl.

Die erste Lebenshälfte habe ich damit verbracht, mich von dem Tod fernzuhalten, da er mir grausam und bedrohlich erschien.

Der Tod des physischen Körpers ist ein Wandlungszustand, was schon das gesamte Leben erfahren wurde (Bhagavad Gita 2.13).

Aber damit ist noch nicht das Herumtragen von geistigem Müll beendet. Von Strukturen, die wir seit Jahrtausenden mit uns tragen. Man kann diese zusammenfassen als die Inthronisierung des Ichs, das sich Bedeutung geben möchte durch spezielle Rollen und durch Inbesitznahme (*aham mameti*).

Die Ablegung dieser stellt die höhere Oktave des Todes dar.

Wir wollten ein neues Leben beginnen – einer Ahnung folgend, dass das Alte sterben muss, damit das Neue geboren werden kann. Und zugleich scheint jeder Mensch dem Tod des Alten, schon wenn es nur um eine kleine Gewohnheit geht (und was zu schweigen von tiefen Persönlichkeitsstrukturen) einen fast unüberwindlichen Widerstand entgegenzusetzen.

Das Alte will man ins Neue hinüberretten. Der Lebensweg wird zu einem Kreis, in dem sich das Alte in neuem Gewand immerfort wiederholt. In den Flammen der Begeisterung eines

Neu-Aufbruchs stellt sich das alte Ich nur tot, ist aber nicht zu Asche verbrannt und schleicht sich schnell wieder ein.

In Ermangelung von Stille und wirklicher Einkehr führt der Neubeginn oft wieder ins Alte zurück. Man wehrt sich sichtlich, die persönliche Apokalypse einzuleiten.

Diese Weigerung ist die Einladung, weiter zu leiden.

Angesichts der Endlichkeit der Lebenszeit wird das Wesentliche, das, was man wirklich will, wieder sichtbar.

Die innerste Würde fordert auf, aufzubrechen – ahnend, dass es um einen noch schmerzvolleren Tod geht als das Körperablegen. In der Vermeidung dessen würde man aber nur langsam und unauffällig an der Oberfläche des Lebens dahindümpeln und veröden.

Das Srimad Bhagavatam (4.29.71) beschreibt bestimmte äussere Umstände, durch welche ein momentaner Bruch mit der Körperidentifikation geschieht. Das zeigt auf, dass diese nicht wirklich tief sitzt und sogar durch gegebene äussere Einflüsse unterbrochen werden kann.

„Wenn das Lebewesen im Tiefschlaf liegt, wenn es ohnmächtig wird, wenn es aufgrund eines schweren Verlustes einen gewaltigen Schock erleidet, zur Zeit des Todes und wenn die Körpertemperatur sehr hoch ist, wird die Bewegung der Lebensluft blockiert. Zu dieser Zeit verliert das Lebewesen das Wissen, durch das es den Körper mit dem Selbst identifiziert.“

Darin wird aber nur die Momentan-Lockerung der Identifikation mit der grobstofflichen Hülle angedeutet. Die eingenommene Perspektive, dass die Bewegungen im eigenen Geist in Berührung mit mir selbst stünden, wird von solchen aussergewöhnlichen Aufwühlungszuständen nicht einmal annähernd in Frage gestellt.

Dies geschieht allerdings durch die Begegnung mit dem Heiligen Namen.

In der Hinwendung zu Ihm wird einem tatsächlich nicht nur eine beständige Erfahrung von Auflösung des Missverständnisses, das Selbst mit der psycho-physischen Hülle gleichzusetzen, geschenkt, sondern auch die Einsicht, dass die ewige Identität der Seele in keiner Weise abhängig ist von dem Sammelbecken der Eindrücke unserer Vergangenheit, dem Geist, welcher all unsere Wünsche und Vorstellungen an der Oberfläche kreierte.

Wenn ich Kräfte aus meinem Inneren, die innerste Sehnsucht nach Radha-Krishna, dauerhaft verbieten muss, dann ist das ein schwerwiegender innerer Konflikt. Solche Spannung wird mich immer an die Oberfläche treiben.

Ich meine, die Kontrolle behalten zu müssen, um zu überleben. Die Folge davon sind immer wieder neue Tode, die ich durchsterbe. Genau diese Tendenz hat mich mit der Sphäre der Vergänglichkeit verknüpft.

Der Überlebenswunsch ist nicht irgendein Wunsch, den das Ich im Verlauf dieses Lebens gebildet hat. Es ist eine uralte

Prägung der Identifikation, welche als Instinkt unterhalb der Ebene wahrnehmbarer Gedanken agiert. Er ist die Frucht von Identifikation, die eben keine Identität hat und sich so auf das Festhalten versteifte.

Wenn man diese Jahrtausende alte Struktur wirklich überwinden möchte, darf man dem Tod eine neue Bedeutung schenken. Denn unser Verständnis dessen, was der Tod sei, ist beeinflusst und manipuliert vom Überlebenswunsch. Man kann ein Tier nichts über den Tod lehren, da der Instinkt darauf geeicht ist, dem Körper ein Überleben zu sichern.

Der Wunsch zu überleben – körperlich, geistig oder emotional – ist bereits ein Eingriff, welcher zur Schrumpfung des Bewusstseins führt.

Es ist wie ein Angriff auf die eigene Innenwelt, welcher verhindert, dass die heilige Sehnsucht nach ewigem *seva* in die Klarheit des Bewusstseins rücken darf.

Ein Mensch, der ein wirkliches Interesse am Freiheitsweg hat, muss sich dieser Entscheidung immer klar sein: Will ich überleben oder will ich wirklich lieben?

In dem Todesprozess im inneren Leben, der sich um ein Vielfaches intensiver anfühlt als das nur körperliche Ableben, der physische Hüllenwechsel, wird sicherlich jeder plötzlich mit grosser Angst und Panik zu tun bekommen. Alles fühlt sich bedroht an und man weiss überhaupt nicht mehr, was mit einem gerade geschieht. Alles wird aufgewühlt, durchgewirbelt und die Halte-Griffe des Ichs entschwinden gänzlich.

Wie beim körperlichen Tod darf man auch dieses fundamentalere Ab-Sterben genauso still bezeugen und dankbar weiterschreiten.

Wozu erhalten wir unsere Schutzpanzer?

Nur weil sich das Ich gegen den Tod und damit gegen jede Form von wahrer Transformation zur Wehr setzt, braucht es Schutz. So viel Lebenskraft und damit auch Erkenntniskraft wurde mit dem Festhalten vergeudet.

Dieses Festhalten ist die Haben-Kultur des Ichs. Darin wird „Sein“ durch „Haben“ ersetzt. Darin geht es ja nicht nur um äussere Besitztümer. Es sind vielmehr die Ansammlungen von geistigen Konstrukten, die unsere Verpanzerung ausmachen. Es sind die Verkleidungen und Verhüllungen, durch welche das Nackt-Sein der Seele vor Gott umgangen werden will.

Die Menschen leiden ausschliesslich daran, dass sie nicht wirklich wissen, dass sie auch ohne all diese Verkleidungen effektiv existieren und von Radha-Krishna gemeint sind. Dies legitimiert natürlich die Wucherungen der Haben-Kultur als eine künstliche Ersatzwelt. Denn ein Seins-Loch wird gestopft durch Beziehungen und Erhebungen. Die Welt wird gebraucht zur Vollstopfung.

Das Loslassen ist ja nur die Umkehr des Festhaltens. Aus der Perspektive der Bhakti gibt es nichts loszulassen, da sowieso bereits alles Sri Krishna gehört und für Ihn eingesetzt werden will.

Für jemanden, der dies erkennt, gibt es keine Verneinung oder Ablehnung von irgendwelchen Dingen oder Menschen, sondern nur die Hinwendung zu Ihm.

Sicherheit wird nötig, wenn man den Tod nicht vollkommen akzeptieren kann. Wenn Tod und Leben nicht gleichwertig sind, dann muss man nach Sicherheit streben und unendliche Ängste bauen sich auf solcher Einbildung auf. Wenn man den Tod genauso akzeptieren würde wie das, was man für „sein Leben“ hält, wozu bräuchte es dann noch Sicherheit? Was gäbe es noch zu fürchten?

Das, was ewig existiert, braucht nicht verteidigt zu werden, da kein Tod und keine Bedrohung daran je eine Spur hinterlassen könnten.

„Ich kann nie verloren gehen in Krishnas Schöpfung und nicht einmal der Tod hinterlässt den kleinsten Kratzer an meinem Sein.“

*Leichenverbrennung
an der Yamuna*



Nachgedanken

Kleiner Tod und grosser Tod

Ein Sadhu wurde gefragt, weshalb er nie Angst verspüre. Er antwortete: „Weil ich täglich den Tod einlade und mich ihm nicht mehr entziehen möchte.“

Das bewusste Gedenken an den Tod nimmt einem tatsächlich die Angst vor der Bedrohung durch andere, vor der Vernichtung durch Krankheiten oder tragische Geschehnisse und vor Versagen und Abgelehntwerden. Jede Angst, die alle Menschen umtreibt, hat immer mit dem gänzlichen Verlust, dem Tod, zu tun. Man hat Angst, dass einem liebe Menschen entrissen werden. Man hat Angst, krank zu werden und zu sterben. Man hat Angst, zu versagen und den Erwartungen anderer nicht gerecht zu werden. Man hat Angst, sich zu blamieren und dann von anderen abgelehnt zu werden...

Doch wenn man sich dem Tod wirklich stellt, ist es nicht mehr von Belang, was andere von einem denken; da interessiert es einen nicht mehr, ob man nun Erfolg hatte oder nicht. Vor dem Tod verblasst der Ehrgeiz, etwas Grosses leisten zu wollen.

Letztlich merkt man, dass dem Entlastung innewohnt und nicht ein tragisch katastrophales Ereignis.

Vier Jahre vor seinem eigenen Tod schrieb Mozart seinem sterbenden Vater einen Brief, welcher die Essenz der Stimmung, die in diesem Buch reflektiert wird, enthält:

„Da der Tod der wahre Endzweck unseres Lebens ist, so habe ich mich seit ein paar Jahren mit diesem wahren, besten Freunde der Menschen so bekannt gemacht, dass sein Bild allein nichts Schreckliches mehr für mich hat, sondern recht viel Beruhigendes und Tröstendes! Und ich danke meinem Gott, dass er mir das Glück gegönnt hat, mir die Gelegenheit zu verschaffen, ihn als den Schlüssel zu unserer wahren Glückseligkeit kennen zu lernen.“

Brief vom 4.4.1787

Ein Bekannter von mir hat vor längerer Zeit einen Flugzeugabsturz überlebt. Dies feierte er dann mit Alkohol. Mit Zuschüttung.

Selbst wenn der Tod massiv anklopft, will man nicht verstehen, dass es sich um einen Meister handelt.

Es gibt den kleinen Tod, das körperliche Verscheiden. Dieser ist uns gegeben und wir durchlaufen ihn automatisch. Doch dann gibt es den grossen Tod, das Auflösen falscher Ich-Identifikationen, der nur gänzlich freiwillig angenähert, eingeladen und durchschritten werden kann.

Dem Tod des Körpers wird aus weltlichen Sichtweisen oder ‚Lehren‘ eine ungeheuer überhöhte Bedeutung beigemessen. Aus der Perspektive der Weisheitslehre ist der Tod des

Körpers lediglich ein weiterer von unzählig vielen Wandlungsmomenten. Man braucht ihm nicht einen Mythos oder irgendwelche Schreckensgeschichten anzuheften. Man kann also auch nicht Freiheit oder Befreiung mit dem Momentum des körperlichen Verscheidens gleichsetzen.

In der Nähe des kleinen Todes lockert sich oft noch nicht einmal die Perspektive des Ich-Gedankens. Dieser ist ja das eigentliche Versteck des Leidens. Jeder hat schon kleine Schocks und vorübergehende Risse in der Ich-Welt erleben dürfen. Doch dieser Geist gibt nicht so schnell auf. Nach Erschütterungen setzt er sich schleichend wieder zusammen.

Während wir dem kleinen Tod überall nahe sein können, beginnt die Nähe des grossen Todes normalerweise erst in der Begegnung mit einer heiligen Persönlichkeit erfahrbar zu werden.

In der durch solche Gemeinschaft zunehmenden Verankerung in der Seele liegt eine Freude, die nicht mehr kommt und entschwindet.

Etwas in uns vermag selbst die Verwirrung zu beobachten. Das, was den Zustand des Gewirrs bezeugt, ist selbst niemals beirrt. Da ist eine Leichtigkeit, die keinerlei Geschichte bedarf. Da gibt es weder Sünde noch Religion.

Ein solches Fallen in die Innenkehr erscheint vielen unheimlich. Da taucht dann schnell die Forderung des Geistes auf: „Lass uns zurück zur *Realität* gehen.“

Was versteht man darunter? Zurückzukehren zu den Sorgen und den Kümernissen. Heimkehr in die vertraute Dosis Leiden.

Man ist im Gewahrsam Radha-Krishnas, in der Sammlung beim Heiligen Namen – und dann taucht irgendwann unverhofft die Frage auf: Wie weiter?

Das ist genau die Verlockung, die Versuchung, sich wieder zu inkarnieren...

Weiss man denn je, wohin es geht? Man kann vielleicht die Routen in seinem Käfig lernen. Worum geht es in diesem Leben? Diese Frage ist viel relevanter. Wenn man da eine Antwort hat, dann ist man bereit für jede Überraschung.

Aber der Geist fragt: was als nächstes? Was, wenn? Was soll ich tun? Wohin geht es? Es ist immer ein freudiges Hineinwerfen in die Ungewissheit. Das ist natürlich eine Zumutung für den Kontrollier-Geist, der eben ganz tief noch immer glaubt, wenn er das Steuer abgibt, bliebe nur noch Öde und Sinnlosigkeit übrig.

Hingabe und Übergabe bedeuten nicht, gleichzeitig noch die Kontrolle innezuhaben, wohin es genau geht. Aber dennoch die Gewissheit wahrzunehmen, in Radha-Krishna, die im Heiligen Namen uns nahe sind, tiefer aufgehoben zu sein, als in allen eigenen kleinen Anstrengungen für das alltägliche Leben.

Wenn der Drang nach Wahrheit in einem glüht, wird einen nichts mehr aufhalten können.

Die Wahrheit ist nah und gegenwärtig. Doch der Sucher nach der Wahrheit ist ein komplexes Gebilde aus Identitäten, Spielen, Ausreden, Umgehungen – und dabei gleichzeitig von Aufrichtigkeit durchdrungen.

Wann immer man wirklich aufbrechen möchte, tauchen auch die kleinen Kümernisse, die Besorgnis, was andere über einen denken könnten, und die Stimme der Angst auf, welche die Hingabe verhindern möchte.

Jedes Einhängen der Aufmerksamkeit in diese kleinen Sorgen hinein ist ein Gebet um Begrenzung, um zu seinem alten Selbst zurückzukehren. Diese alte Rolle lässt dann nicht lange auf sich warten.

Wenn einen die Würde für das Wahre bewegt, nutzt man jede Gelegenheit, die sich einem bietet. Genau darin weiten sich die Wege und Möglichkeiten aus.

Nie stille steht die Zeit

Der Augenblick entschwebt,

Und den du nicht benutzt,

Den hast du nicht gelebt.

Friedrich Rückert

Der innere Weg erzieht einen zu dieser Grundhaltung. Ungezählte Zeitalter dumpfer Erwartung haben diesen wachen Augenblick unseres Lebens vorbereitet und herbeigeführt.

Kein Augenblick kann mehr verschwendet werden.

Mit *chrónos* wird im Griechischen der Zeitablauf (Sanskrit. *kala*) bezeichnet. Es ist die messbare Zeit, personifiziert von Chronos, einem unbarmherzigen Tyrannen. Dieser ist der Sohn des Uranos und der Gaia – den beiden Urprinzipien dieser Welt (*purusha* und *prakriti*). Aus ihm gehen alle Götter hervor. Doch nachdem er sie geschaffen hat, fürchtet er, dass sie ihn bezwingen könnten, und deshalb isst er sie alle auf.

Die irrationale Furcht zerstört sogar das, was einem an Kreativität entspringt.

Die Zeit, *chrónos*, verschlingt ihre Kinder. Wenn man in der Zeit lebt, dann lebt auch die Angst vor der Zukunft und vor dem eigenen bevorstehenden grausamen Ende. Die ewige Vergänglichkeit, die Veränderlichkeit in jedem Moment, ist das Grundgesetz dieser Welt.

Doch Zeus entkam seinem alles verschlingenden Vater und bezwang ihn.

Zeus bezwingt die Zeit. Er versinnbildlicht die besondere Möglichkeit, die Einladung, die speziell der menschlichen Lebensform gilt.

Im Griff des Tyrannen kann man seine Zeit nicht wirklich nutzen, denn im konstanten Druck und in der Angst entsteht keine Fruchtbarkeit, keine Entfaltung: Das deutsche Wort „Hetze“ ist ethymologisch abgeleitet von „Hass“.

Da Chronos seine Kinder verschlingt, ist die Vergänglichkeit unvermeidlich, wenn man sich als ein Produkt der Zeit versteht.

Zeus erkennt seine eigene Ewigkeit – und das ist die Überwindung der Zeit. Dies ist die Möglichkeit des Menschseins – als Kind der Zeit ihr zu entgehen

Sobald man diese Chance wahrnimmt, berührt man eine andere Zeitqualität. Sie wird dann zu *kairós*, dem erfüllten Augenblick, welcher Eintritt in die Ewigkeit schenkt.

Die „Horen“ (die Stunden) sind in der Antike göttliche Wesen, Botinnen aus einer anderen Welt. Sie erinnern daran, dass jeder Moment Krishna gehört. Dann steht die Zeit still, es herrscht reine Gegenwart, in welcher die Ewigkeit in die Zeit hineinbricht.

Erst die Dringlichkeit zähmt das verwirrte, verstörte und wild träumende Wesen.

Die Vorstellung, dass wir noch viel Zeit hätten, um uns mit dem Eigentlichen zu beschäftigen, ist wahrscheinlich die grösste Verirrung.

Wenn wir wüssten, dass wir heute Abend blind würden, dann wäre ‚augenblicklich‘ jeder Grashalm, jeder Regenbogen, jede Wolkenformation ... einfach alles nur voller Wunder.

Wüssten wir, dass wir morgen taub würden, dann wüssten wir jeden Klang wirklich zu schätzen.

Es bedarf des heilsamen Schreckens der Erkenntnis, dass wir effektiv nicht mehr viel Zeit haben. Dann taucht die Schau der Kostbarkeit wieder auf.

Der drohende Verlust und der Tod sind das Damoklesschwert über jeder angenommenen Identität.

Deshalb bedeutet der echte Befreiungsweg erst einmal, solche Hüllen abzulegen.

Jeder innere Weg wird einen durch eine Phase führen, da man wirklich nicht mehr weiss, wer man eigentlich ist. Man vermag dann nicht einmal die eingepprägten Lehrsätze über die Seele noch zu wiederholen.

Man dachte, man könne schön Schritt für Schritt gehen – und plötzlich fällt man ins Bodenlose.

Eben war alles noch klein und überschaubar und man glaubte wirklich, es sei ein harmloser, schonender Weg, doch plötzlich geht alles so schnell, dass die Hingabe einen ins Unbekannte hineinzieht, wo man keinerlei Kontrolle mehr hat. Man braucht sich nun nicht alles auszumalen, was geschehen könnte... das wäre nur der Raum der kleinlichen Angst, die sich im Alten heimisch fühlt.

In einer offenen inneren Weite hält man sich auf und akzeptiert alles freudig, was Krishna einem schenken möchte.

Es gibt nichts in Universum, welches das Gewahrsein seiner selbst als Seele behindern könnte...

Alles ist dienlich... das heisst nicht, dass alles schmerzfrei oder bequem sei. Aber Krishna wird einem für jede Zumutung auch die entsprechende Hilfe mitgeben.

Søren Kierkegaard schreibt in der Einleitung zu seinem Buch „Die Krankheit zum Tode“ die kraftvollen Worte, welche nun nach den Ausführungen in diesem Buch hoffentlich verständlicher geworden sind:

„Denn was hätte Lazarus die Auferstehung von den Toten geholfen, wenn er doch wieder hätten sterben müssen und wenn Er nicht wäre, Er, der die Auferstehung und das Leben für jeden ist, der an Ihn glaubt!

Nein, nicht weil Lazarus von den Toten auferweckt wurde, nicht deshalb kann man sagen, dass diese Krankheit nicht zum Tode ist: sondern weil Er da ist, deshalb ist diese Krankheit nicht zum Tode.¹

Denn menschlich gedacht ist der Tod das Letzte von allem und menschlich gedacht besteht nur Hoffnung, solange noch Leben da ist. Aber christlich verstanden ist der Tod keineswegs das Letzte von allem, ist auch er nur eine kleine Begebenheit innerhalb dessen, was alles ist – eines ewigen Lebens.

Und christlich verstanden gibt es im Tod unendlich mehr Hoffnung als, rein menschlich gedacht, dort zu finden ist, wo nicht nur Leben ist, sondern wo dieses Leben in der Fülle der Gesundheit und Kraft steht.

Also christlich verstanden ist nicht einmal der Tod die ‚Krankheit zum Tode‘, geschweige denn alles das, was irdisches und zeitliches Leiden genannt wird – Not, Krankheit, Elend, Bedrängnis, Widerwärtigkeiten, Qualen, Sorgen und Gram.“

¹ ‚Krankheit zum Tode‘ - Begriff bei Kierkegaard für die im Menschen ontologische ‚Verzweiflung‘ über den Zustand des eigenen Seins, welche Kierkegaard als heilbar durch annehmende Erkenntnis im Gewahrsein Gottes erklärt.

Ein paar Seiten danach schreibt Kierkegaard einen wunder-vollen Satz.

„Ein Selbst zu sein ist das grösste, das unendliche Zugeständnis, das dem Menschen gemacht ist. Zugleich aber ist es die Forderung der Ewigkeit an ihn.“

„Die Krankheit zum Tode“, 1849
Kapitel 1

Das wirkliche Gewahrsein der Finalität des Todes wird im Menschen auslösen, sich von der Kleinheit des Alltags zu lösen. Man hat plötzlich keine Zeit mehr für Kleinkram wie Spass- oder Beziehungsprojekte. Der Tod ist eine der wundervollen Erfindungen Gottes, da er das Lebewesen auffordert, nach dem Unvergänglichen zu suchen. Einige Menschen beginnen erst zu leben, nachdem ihnen der Tod und die ständige Nähe zu ihm bewusst geworden sind. Denn in der Abwesenheit des Todesgewahrseins lebt der Geist unendliche Vermeidungsstrategien vor dem Wirklichen, die nur in der Verneinung dieses endgültigen Endpunktes überhaupt funktionieren.

Je stärker der Drang nach der Freiheit ist, desto weniger vermag man die Kleingeschichten des Geschehens in der körperlichen und mentalen Welt ernst zu nehmen.

Diese fühlen sich dann vernachlässigt und möchten doch auch nur Liebe und Aufmerksamkeit.

Doch immer darf man die Worte des Srimad Bhagavatam (10.29.32) erinnern und dann auch wirklich in sich tragen:

„Es gibt keine Liebe und Zuwendung für irgendetwas ausserhalb der Beziehung zu Gott.“

Im Tod gibt es keine zukünftigen Momente mehr. Deshalb lieben ihn die Menschen, denen der innere Weg kostbar geworden ist, so als ihren Freund.

Ich möchte euch herzlich danken,
mit mir diesen Exkurs zur lieblichen Todeseinladung
gegangen zu sein.

Anhang

Es gibt einen wundervollen Vorboten des Todes, der als solcher ebenso gewürdigt werden darf – den Zerfall des Körpers in Form von Krankheit.

Kranksein

*über die innere Auseinandersetzung
mit unserem körperlichen Zerfall*



*„Die Botschaft einer
Krankheit, die den Körper
niederstreckt, ist die
Einladung, wirklich
aufzugeben, alles loszulassen
und sich hinzugeben.“*

Die letzte Bastion des Widerwillens gegen die Hingabe ist das Hängen an falscher Kraft.

Das Leben im Ich hat dazu geführt, dass man aus einer falschen Stärke lebt, die der Seele gar nicht entsprochen hat.

Man hat sich Kräfte zu Eigen gemacht, die einem nicht gehörten. Diesen Vorgang nennt man ‚Arroganz‘. Es ist eine Selbstbehauptung gegen das eigentliche Sein.

Die geliehene Kraft, alles Vermögen, das wir in uns trugen, darf freiwillig hergegeben werden. Das erfährt man erst einmal als einen Zustand der Schwäche.

Wenn wir in Todesnähe geraten, dann ist nicht mehr Stärke und Souveränität die Reaktion darauf, sondern im Gegenteil eben die angenommene Schwäche.

Die Phase des Aufgebens und Abgebens ist eine heilsame Erfahrung, durch die letztlich jeder Mensch gehen darf, der von falscher Kraft gelebt und diese Last lange getragen hat.

Schwächung darf man wertschätzen lernen. Es ist ein kostbarer innerer Zustand, der in der Essenz eine Rückbesinnung auf den wahren Ursprung aller Kraft darstellt.

Eine der grössten Bemühungen menschlicher Energie wird in die *ars medicinalis*, in die Erkennung, Vorbeugung und Behandlung von Störungen im körperlichen Organismus investiert. Sie hat unzähligen Menschen geholfen.

Doch dieses Vorgehen bleibt einseitig, wenn nicht auch eine Versöhnungsarbeit mit unserem Zerfall getätigt wird.

Das innere Leben will nicht magisch in das Weltgeschehen einwirken, sondern durch eine neue Interpretation der Dinge den Zugang zu einer ganz neuen Erfahrung eröffnen.

Dazu dient diese Kurzbetrachtung.

Wenn der Körper mehr oder weniger aus seiner selbstverständlichen Sicherheit im Diesseits aufgestört ist, liegt darin die Chance, darin eine Begünstigung zu sehen. Ein robuster, gesunder und nirgendwo angebrochener Organismus ist manchmal ein zu wohnliches Gefäß für die mit körperlichen Welten identifizierte Seele.

Es wäre natürlich falsch zu denken, dass der Weg der inneren Beschauung das Privileg der Gebrechlichen ist, aber das Aufgescheuchtwerden durch eine Krankheit dient manchmal als Riss im Weltbild einer angenommenen Scheinharmonie. Es braucht die Verstossung aus dem irdischen „Paradies“.

Wie kann man doch in geliebten Menschen, in Freuden, in Büchern, in Musik, in der Natur, in Zuneigung, in Arbeit und Erfolg „leben“ - als gehe all dies niemals zur Neige; und selten und schwer nur erhebt sich der Blick einmal über diese Dinge hinaus.

Und auch wenn das spirituelle Leben in seinem gewohnten Rhythmus läuft – so ist es doch mehr ein „auch“, ein Zubehör, eine unter vielen verschiedenen Pflichten, und sie wird mit

derselben Sicherheit sozusagen „erfolgreich“ erfüllt, wie die gewöhnlichen anderen bürgerlichen Aufgaben auch.

Aber zur Leidenschaft des Herzens, zur „grossen Liebe“ wird es im erfolgreichen Alltags-Funktionieren selten.

Dafür braucht es brennende Intensität, deren Fünkchen erwachen, wenn alles Bisherige in Frage gestellt und unter die Kritik und den Vergleich des Absoluten genommen wird. Zur Entflammung gelangt man dann in der Gemeinschaft von *sadhus*.

Die Seele muss also in gewisser Weise entwurzelt werden. Die schöne Gesicherheit, das Geborgensein, das Zufriedensein im bisherigen Lebensverlauf muss gestört werden.

Weder soll einem der Körper die Gewissheit der Kraft, des Könnens und Leistens gewähren, noch die Umwelt einem das Gefühl des Aufgehobenseins (in einer vergänglichen Welt) und „Genug-seins“ vermitteln.

Zwar kann die Sehnsucht nach dem Mehr, der Hunger und Durst nach Wahrheit, nach der Gottesbeziehung, auch aus einer Seele gnadenhaft aufbrechen, die wohlgeordnet ist in diese Erde, aber es ist nicht sehr wahrscheinlich, dass dies geschieht. Erst darf man an die Grenze kommen, sogar an möglichst viele Grenzpunkte.

Das Aufwachen ist dann aber so grundlegend, dass der ursprüngliche Leidens-Anstoss gänzlich und vollständig aus der Wertung fällt. Die Hinwendung zu Gott lässt alle Ablehnung,

auch die Abwendung von einer schmerzerfüllten Welt, im eigenen Inneren zerschmelzen.

Mit ansteigendem Alter erscheinen nicht nur schwere, langandauernde Körperbeschwerden, es sind oft gerade immer neue, deren Kette nicht abreisst. Ist das eine zu Ende, so hat ein anderes bereits begonnen. Ich bin mir zwar gewahr, dass ich die möglichen Heilmittel nicht nur anwenden darf, sondern auch soll; aber ich weiss ebenso, dass ich damit nicht der Abfolge dieser Kette entgehen kann.

Oft dreht sich bei Erkrankten alles nur noch um die Reparatur des Körpers. Auch die Gespräche mit Besuchern kreisen nur noch um diese Nebensache des momentanen körperlichen Aggregatzustandes. Mit meinen Eltern habe ich die Vereinbarung getroffen, dass wir nur fünf Minuten der Chronologie der Gebrechen schenken möchten. Sonst dehnt sich solches Geschwätz krebsartig aus.

Wer sich nicht an letzten Grundwerten orientiert, wird sich bewusstseinsmässig immer mit dem beschäftigen, was von aussen als Ereignis gerade hineinströmt.

Geschehnisse wie körperliche Unannehmlichkeiten wirken wie Bewusstseinsmagnete, welche Aufmerksamkeit binden

Das englische Wort für „Wert“ heisst *value*. Es kommt vom lateinischen Wort *valere*, das „stark sein“ und „gesund sein“ bedeutet.

Wer sein Leben auf den Sand von Illusionen und unreflektierten Werten setzt, auf Trugbilder, wird mentale

Instabilität erfahren. Auf Dauer kann nur das Wirkliche, das Ewige bestehen.

Gerade wenn der Körper schwach und krank ist, dass man nichts mehr zu leisten vermag, wird klar: Auch in gesunden Tagen lag der Eigenwert nicht in der Leistung. Er besteht in der Würde als Seele, die von *Krishna* grundlos geliebt ist (Bhagavad Gita 5.29).

Dieser Wert und diese Würde gehen nicht verloren, wenn wir alt und baufällig, bettlägerig oder arbeitslos sind. Dieses „Wertvoll-sein von Gott her“ schenkt einem die innere Kostbarkeit, welche nicht mit allergesündesten Körpern aufzuwiegen wäre.

Das Wesentliche ist die innere Gemüthaltung... auch wenn es in den Balken manchmal ein wenig krachen mag...und wird.

Oft genug bleibt uns der Sinn der Krankheit verschlossen, oft bringt sie nur unerträgliche Schmerzen mit sich. Auch wenn wir mit ihr in den Dialog treten und sie befragen, wohin sie uns bringen möchte, auf was sie uns hinweisen will, verrät sie uns nichts. Es gibt eben nicht nur die Krankheit als Ausdruck einer ungesunden psychischen Haltung, welche sich auf den groben Körper niederschlägt, sondern auch die karmisch gebundene Schicksalskrankheit, die wir einfach still durchlaufen dürfen.

Dann bleibt uns nichts anderes übrig als uns mit der Krankheit auszusöhnen. Sie zwingt uns dann, unsere Pläne und

Vorstellungen, wie unser Leben zu verlaufen habe, aus der Hand zu legen und vor Gott zu kapitulieren.

Der **erste Schritt**, auf die Krankheit zu reagieren, beginnt mit der Annahme der Krankheit. Gott, die Umwelt oder andere Menschen dafür anzuklagen oder mit dem Schicksal zu hadern, wäre nur unnötige Auflehnung, welche kostbare Lebenskraft verbrauchen würde.

Der Zerfall des physischen Organismus steht nie im Widerspruch zum Behütetsein von Krishna.

Im Annehmen fragt man sich, was für eine Chance nun darin liegt, dass die bisher so gesunde Existenz nun plötzlich durcheinander gerät. Jesus spricht in der Bergpredigt:

„Leistet dem, der euch das Üble antut, keinen Widerstand.“

Matthäus 5,39

Und das Srimad Bhagavatam (4.19.34) ergänzt dazu (ein Vers, den Brahma zu Indra spricht, als dieser eine bestimmte Opferdarbringung nicht machen konnte und sehr erbost reagierte):

„Mein lieber König, sei nicht erregt und besorgt, weil deine Opfer durch schicksalhafte Hindernisse nicht richtig ausgeführt werden konnten. Nimm meine Worte gütigerweise mit grosser Achtung an:

Wir sollten uns immer daran erinnern, dass wir nicht betrübt sein sollten, wenn etwas durch eine Fügung der Vorhersehung geschieht.

Je mehr wir versuchen, solchen Rückschlägen entgegenzuwirken, desto mehr treten wir in den finsternen Bereich materialistischen Denkens ein.“

Weiter lehrt Jesus: „Und wenn einer dich zwingen will, eine Meile mit ihm zu gehen, dann gehe zwei mit ihm!“

Jeder römische Soldat hatte das Recht, einen Juden zu zwingen, mit ihm eine Meile mitzugehen – als Wegführer oder Gepäckträger. Man kann sich vorstellen, dass viele Juden dies als grosse Demütigung empfanden und nur verdriesslich mitgelaufen sind. Wenn man stattdessen zwei Meilen mit dem Römer geht, kann man sich mit ihm unterhalten. Es wird den Römer überraschen, wenn man weitergeht als es die Pflicht verlangt. Man macht ihn zum Freund. Man betrachtet ihn nicht mehr als Eindringling und Widersacher, sondern einfach als Mitmensch. Schon ist die Unterdrückung des Besatzungsrechts aufgehoben und die Kluft zwischen Unterdrückern und Unterdrückten überwunden. Das tut doch beiden gut.

Dies ist eine schlaue Strategie, nicht dagegen drückend weiter zu leiden, sondern durch die Annahme – und sogar Weiterführung – in eine ganz neue Beziehung zu treten. Es ist ein kreativer Lösungsweg.

Man braucht sich nicht zu sehr nach den Ursachen oder der Schuld fragen.

Sigmund Freud hat dies die „kausal-reduktive Deutung der Krankheit“ genannt. Es ist eine Rückwärtsorientierung des Bewusstseins und hat Ohnmacht zur Folge. Man ist nun Opfer

der Vergangenheit. In der Viktimisierung, sich immer als Ausgelieferter der Umgebung und der Umstände zu fühlen, gibt man ihnen die Macht über einen.

Denn die karmische Vergangenheit ist endlos. Der Theologe Karl Rahner meint: „Nur wenn wir die Unbegreiflichkeit des Leids annehmen, können wir etwas von der Unbegreiflichkeit Gottes erahnen.“

C. G Jung plädiert dagegen für die finale Deutung. Man schaut nicht in die Vergangenheit zurück, um dort eine Ursache zu finden, sondern in die Zukunft.

Was ist einem nun wirklich wesentlich? Was ist die Spur, die man mit diesem Leben in die Welt eingraben wollte? Definiere ich mich nur von meiner physischen Kraft und dem Stadium körperlicher Gesundheit her?

Was ist meine wahre Identität, welche jenseits der fluktuierenden Zustände wie Krankheit oder Gesundheit, Zerfall oder Wohlbefinden existiert?

Der **zweite Schritt** ist die innerlich gelöste und nicht am Ergebnis orientierte Bemühung um Heilung.

Der Schritt des Annehmens darf nicht rein passiv geschehen. Das wäre die Resignation. Sie führt nicht in einen freien Zustand, denn sie entmündigt und saugt nur alle Energie auf.

In der ergebnisoffenen Bemühung um Heilung versteht man die Krankheit als Herausforderung. Nicht im Sinne, dass die physische Apparatur unbedingt wieder in den funktions-

tüchtigen Zustand zurückkehren soll, sondern im Versuch, auch in der Bemühung um Gesundheit nicht gänzlich von diesem Impuls eingenommen zu werden.

Die Bemühung um Heilung soll aber auch realistisch sein. In einer schweren Krankheit können der Impuls und das Mühen um Gesundheit auch eine unnötige Leidensverlängerung darstellen.

Da wird man sich aussöhnen dürfen, nie wieder so gesund wie zuvor zu sein. Natürliche Abschreibungen sind in Kauf zu nehmen. Da kann die Heilungssehnsucht auch ein Todes-Umgehungs-Wunsch sein, welcher viel wertvolle Lebensenergie in sich absorbiert.

Aber all diese körperlichen Einschränkungen und Einengungen des Aktionsfeldes halten einen nicht von innerer Lebendigkeit ab. Man kann versöhnt und innerlich ganz still auch mit der Einschränkung einer Krankheit, sogar einer tödlichen Krankheit, leben.

Und wenn mich die Krankheit in den Tod begleiten möchte, brauche ich mich nicht an unrealistische Heil-Hoffnungen zu kleben, sondern lasse mich von ihr führen.

An diesem Punkt ist es heilsam, sich von allen Hoffnungen auf Gesundung und Besserung zu verabschieden. Bei Sterbebegleitungen habe ich den Patienten immer gesagt, dass ich an der Verfallsgeschichte ihres Körpers in keiner Weise interessiert sei. Denn man braucht nun wirklich nicht mehr

Zeit zu verlieren mit der Kommentierung dessen, was unvermeidlich zu geschehen hat.

Das Wort „Patient“ stammt ja von dem lateinischen *patiens*, was „geduldig“, „aushaltend“, „ertragend“ bedeutet. Das ist doch exakt die Haltung, die wir zu erlernen haben. Wir dürfen erst einmal lernen, Patient zu werden.

Das körperliche Gefüge wird immer Niederlagen erleiden... aber sie können absolut spurlos an uns vorbeigehen. In süßer Demut beugen wir uns vor den Vorstellungen, die sich körperliche Unversehrtheit wünschen.

Wir sind aufgefordert, neu geboren zu werden, zu erwachen in die Seele hinein. Da wohnt ein tiefer lächelnder Friede inne, auch wenn äusserlich alles zerfällt. Wir bleiben unberührt vom Wandel.

WENN ICH ALLER STRUKTUR, GEWOHNHEIT, MIR
GELIEBTEN MENSCHEN UND DEN DINGEN, DENEN ICH
SELBER WICHTIGKEIT ZUGESCHRIEBEN HABE, ENTRISSEN BIN
UND DANN NICHTS INNERES MEHR HABE, DAS MIR SUBSTANZ
VERLEIHT,
SOLLTE DAS GRUND GENUG SEIN,
DIE KONZEPTION MEINES MOMENTANEN IDENTITÄTS-
GEFÜHLS GRUNDLEGENDE ZU ÜBERDENKEN.

Gerade Heilige Menschen beantworten das Jammern und Wehklagen mit einem Lachen... weil es im Wesentlichen darum geht, nicht den äusseren Zustand wieder zu korrigieren, sondern nur die mentale Involvierung mit dem Leiden zu unterbrechen. Das nimmt der Krankheit die Tragik und schenkt einem auch mitten in der körperlichen Unannehmlichkeit die Gelassenheit. Krankheit ist der Prozess – weg vom Paradigma des Kontrollierens – hin zur Haltung des Akzeptierens.

Die Aufwühlung und Zermürbung durch die Krankheit stellen letztlich eine Form des Auflehns gegen Gott dar.

Der persische Dichter Hafiz sang:

*Was ist der Unterschied
Zwischen deiner Lebenserfahrung
Und der eines Heiligen?*

*Der Heilige weiß,
Dass der spirituelle Weg
Ein vollendetes Schachspiel mit Gott ist*

*Und dass der Geliebte
Gerade einen so fantastischen Zug gemacht hat,*

*Dass der Heilige nun ständig taumelt vor Freude,
In Lachen ausbricht
Und sagt: „Ich gebe auf!“*

*Du hingegen, mein Liebes,
Denkst leider immer noch,*

Dir stünden tausend folgenschwere Züge bevor.

Denn hinter den irdischen Verwesungsprozessen wäre eigentlich das Unvergängliche zugänglich. Ein Licht, in dem unsere menschlichen Dunkelheiten nur wie der Schatten einer Fliege auf einer weissen Mauer sind. Das Kranksein wird dadurch relativiert und verliert dabei das Vereinnahmende.

Wenn das Bewusstsein nicht mit der Banalität der Oberfläche beschäftigt ist – und die Erkrankung und Lahmlegung eines Körpers ist ein Bestandteil dieser Trivialität –, sondern bewusst gelenkt wird auf Sri Krishna, ist es absolut unbedeutend, ob die wechselnden Zustände für das kleine ‚Ich‘ gerade angenehm oder unangenehm sind. Das ist genau, was Krishna in der Bhagavad Gita (2.52) meint: *yada gantasi nirvedam...*

„Dann wird man gleichgültig gegenüber allen erlebten Zuständen innerhalb des Unwirklichen, innerhalb dessen, was sich verändert.“

Ich sehe es als einen der ganz wesentlichen Schritte auf dem inneren Pfad an, innerlich unabhängig zu werden von der Bahn, in welcher mein körperlicher Organismus gerade verläuft. Auf dem Apothekenschrank bei uns im Ashram steht in grossen Buchstaben geschrieben:

„Wenn man den Zustand physischer Unversehrtheit (Gesundheit) nur schon im Geringsten vor dem Zustand der körperlichen Krankheit und seines Zerfalls bevorzugt, dann ist das eine gewählte Projektion in die äussere Dualität hinein, welche in sich selber schon Leiden ist.“

Das ist doch das Drama, in dem wir drin stecken: dass wir immer wieder äussere Situationen, die irreversibel auf uns zukommen werden, bewerten, und dann der Chance des Transzendierens nicht wirklich genug Raum schenken, da uns die Bewertung der jeweiligen Momente ein Grossteil der Bewusstseinskapazität raubt.

Der **dritte Schritt** ist das Gebet.

Im Dialog mit Krishna erfragt man nun die Spur der Lebendigkeit, da ja äussere Lebenspläne durchkreuzt wurden. Man lässt sich aufbrechen. Vorstellungen von seiner selbst dürfen vor Ihn hingelegt werden und zerfallen.

„Ich bin nicht nur der gesunde und erfolgreiche Mensch. Ich bin auch hilflos und schwach. In aller Machtlosigkeit und Gebrechlichkeit bin ich von der eigentlichen Lebensaufgabe nicht ausgeschlossen und kann sie noch immer gleich verfolgen wie in den Phasen vitalster körperlicher Kraft.“

Du bist nun nicht mehr der instrumentalisierte Gott, der mich vor materiellem Unheil schützen sollte.

In der Bereitschaft, Deiner Spur zu folgen, verschwindet die bisherige Eigeninterpretation von Unheil: Das Heil, das Du mit mir vorhast ist nicht das gleiche Heil, das ich mir in

körperlicher Identifikation ausmalte. Nun erahne ich das unbegreifliche Geheimnis Deiner Gnade.“

Durch den Dialog mit Gott, in welchem man Gott nicht für Eigenbedürfnisse einspannt und Ihn auch nicht mehr anklagt, erwächst der Weg, den Aufbruch in ein intensiveres Leben zu wagen.

Es ist dann ein Leben, in welchem nicht mehr eine Unzahl an Situationen erlebt werden will und Dinge zu geschehen haben, sondern in welches man sich mehr einlässt und ergibt.

Das Kranksein, die körperliche Schwäche, wird einen auch auf dem Weg zur Gottesbegegnung begleiten.

Doch wenn sich der lebenslange Kampf dagegen einstellt und man sich von der Krankheit demütig in die Ergebenheit führen lässt, erahnt man da ein neues Freudengefühl, welches aus tieferen Bereichen stammt als die Genugtuung, in einem gesunden Körper souverän zu wirken. Man muss die Schwäche gar nicht loswerden. Sie wird zur Begleiterin in die eigene Tiefe.

Im Akzeptieren der Begrenzungen erfasse ich das Geheimnis des Lebens neu – eine Qualität des Seins, in welchem sich das unbegreifliche Geheimnis Gottes öffnet.

Die Krankheit, die Behinderung, das Leid, die Verletzung oder die Kränkung wird nun einfach als Gelegenheit angenommen, sich durch den Schmerz hindurchfallen zu lassen, um auf den Grund zu stossen.

Dort, unterhalb von Schmerzen und Hilflosigkeit, unterhalb von Verzweiflung und Trauer über den nun irreversiblen Abbau der „physis“ und auch unterhalb der Rebellion dagegen, existiert eine Aufgehobenheit, welche ungemein substanzieller ist als das momentane Wonnegefühl innerhalb eines gesunden Körpers.

In diesem stillen Raum ist man frei von der Macht der Menschen und auch vom Einfluss körperlicher Zustände. Dort erreicht einen kein Schmerz mehr und man ist heil und ganz. Weder eine Krankheit, Unheil, noch irgendeine Enttäuschung könnte an diesem Ort Kratzer hinterlassen. Wir haben in uns diesen innersten Raum der Unverfügbarkeit für alles, was sich in der Welt ereignet. Dieser Raum stünde uns immer offen.

Alle Bilder von Selbstentwertung und Selbstüberschätzung, die man sich selber übergestülpt hat, lösen sich in diesem Raum auf. Man ist als Seele vollständig und jenseits von Stärken und Schwächen, jenseits von Wohlgefühlen und Beschwerden, jenseits von Gesundheit und Krankheit.

Hier bin ich in der Seele, meiner eigentlichen wesenhaften Identität. Alles Zerbrochene, alles Scheitern, alle Entbehrungen, ja sogar alles Sterben kann einem diese Identität nicht streitig machen. Alle Trübungen und Schwernisse haben keine Erinnerungsspur zurück gelassen.

Die Seele bleibt im ursprünglichen Glanz als das einzigartige Gegenüber Krishnas, das Ihm etwas zu geben vermag, was keine andere Seele Ihm schenken könnte.

Dort bin ich, klar und beglückt... kein einziges Erlebnis aus Millionen von Leben hat hier Zutritt. Alle Prägungen und Rillen, die zur Wiederholung von Handlungsmustern drängten, sind nie zu diesem inneren Raum vorgedrungen.

Auch trotz Krankheit, trotz Schmerzen und trotz der Ablenkungen durch die Sorgen der Menschen, die sich um einen herum um die Intaktstellung der Gesundheit bemühen, sogar trotz aller Erfolglosigkeit solchen Müehens kann man auf dem Grund der Seele Heimat erfahren.

Der Weg nach innen löst den Schmerz, die Krankheit, das Ungemach nicht auf, aber er nimmt ihnen die Macht und die Einflusskraft, die sie über einen hatten. Die Schmerzen müssen aufgrund dieses Fallenlassens in die Tiefe keine Reaktion im Geist auslösen und damit zu „Leiden“ werden. Hier ist man schutzlos glücklich, da es nichts mehr zu schützen gibt.

Denn Schmerzen sind immer ein Indikator für das Mass der Identifikation mit ihnen. Das Leiden bedarf unserer Aufmerksamkeit, um überhaupt weiter existieren zu können.

Inmitten von schwierigen Phasen in der eigenen Biografie kann es einem dennoch wunderbar gut gehen... weil tief in einem drin Unversehrtheit existiert, die nicht geschaffen werden muss und deshalb auch nicht verschwinden kann.

„Lieber Krishna.

Ich bat um Kraft, damit ich grosse Resultate erzielen möge.

Aber ich erhielt Krankheit – und wurde demütig und verlor alle Ansprüche.

Ich wollte Gesundheit – um grosse Dinge zu vollbringen.
Doch ich bekam Schmerz – und sah die Wahrheit: Ich bin ganz klein.

Ich bemühte mich um Position, um Ansehen zu erwerben – aber als ich, so hinweggeschleift vom Feld meiner Tätigkeit, meine Kontrollunfähigkeit wirklich annahm, erwachte ein intensiver Wunsch nach Deiner persönlichen Gemeinschaft.
O Syamasundara!

Lieber Krishna! Ich danke Dir von ganzem Herzen, dass Du meine kleinlichen Wünsche, Begierden und Anfragen, meinen Durst nach der Welt, einfach ignoriertest und mir das Wirklichste gabst – Absorption in Dich.“

Wenn man Wohlbefinden als physische Schmerzfreiheit und Unversehrtheit versteht, wird man immer gestört bleiben, da Krankheiten und physisches Unwohlsein zur Existenz des Körpers dazugehören.

Im Verlassen der Perspektive des Ichs taucht selbst inmitten der Krankheit eine Gelassenheit auf, welche wertvoller ist als die Gesundheit.

Der grösste spirituelle Fortschritt macht uns gegen körperliche Beschwerden natürlich nicht immun. Jeder spirituelle Lehrer muss sich genauso mit physischer Müdigkeit, Krankheit und dem Tod auseinandersetzen wie jeder andere Mensch auch. Was eine hingebungsvolle Praxis einem jedoch

schenkt, ist das Werkzeug, mit dem gegebenen Schicksal friedvoll umgehen zu dürfen, ohne in einen Kampf zu verfallen.

Es gibt einen Glauben in uns, der meint, er könne den Körper retten. Man müsse den Körper erst heilen, bevor man frei und glücklich sein könne.

Worauf will man eigentlich warten? Bis man vollständig befreit ist von jeder Zellerinnerung? Der Körper wird niemals frei sein von Verletzungen oder Krankheit. Er ist eine ständig bedrohte Art und die Unversehrtheit wird niemals eintreten. Selbst die allergrössten Sicherheitsarrangements würden nicht die andauernde Bedrohtheit lösen.

Das Recht auf Freiheit nimmt keine Rücksicht auf äussere Umstände.

Sich im Zustand des Zerfalls der „physis“ Krishna auszuliefern, ist genau gleich freudvoll, wie im Zustand momentaner physischer Unversehrtheit (Gesundheit).

Das Wort ‚Heilung‘ hat überhaupt keinen Sinn für ein isoliertes Ego, für ein körperliches Wesen, das sich mit der Vergänglichkeit identifiziert. Niemand ist wirklich geheilt, solange er sich nicht wieder an diesen innersten Raum erinnert und von dem aus an seine individuelle Beziehung mit Gott.

„Lieber Krishna,
es ist normal, dass körperliche Zustände sich immer verändern und dass ihre Funktionsweise immer wieder

einmal reparaturbedürftig ist... mein Körper ist auch immer wieder einmal partiell ‚ausser Betrieb‘. Es ist für mich eine gute Übung, innere Absorption auch in diesen Zeiten gleich aufrecht zu erhalten. Dies bedeutet, das Provisorium körperlicher Existenz wirklich annehmen.

Wenn innere Verankerung erlebt wird, ist das Sitzen unter dem Damoklesschwert genauso glücklich wie alles andere, da man erkennt, dass das Wirkliche nie bedroht werden kann.

Sind die körperlichen Bedingungen schwer, sodass man sich dadurch unwohl fühlt, und weiss man sich dann vollständig in Deinen Willen zu ergeben, indem man Dir die Entscheidung über Leben und Tod, Gesundheit und Krankheit überlässt, so tritt das gesamte Wesen sogleich in Harmonie mit Deinem Gesetz der Liebe und des Lebens. Die Beschwerden hören alle auf und machen einer ruhigen, tiefen, friedvollen, durch Nichts zu störenden Zufriedenheit Platz.“

Kraft ist nicht das Gegenteil von Schwäche. Das ist ein Missverständnis, unter welchem viele Seelen leiden. Denn sowohl Stärke als auch Schwäche wird von der Ich-Struktur her verstanden und in ihrer wahren Bedeutung somit verzerrt.

Für gewöhnlich finden wir viele Abwehrformen gegen die Schwäche – das ist der Griff nach Souveränität des Ichs, das in der bedrohlichen Welt nach vermeintlicher Stärke sucht.

Schwäche führt uns in Todesnähe. Da sich dieses Ich in

dieser pulsierenden Nähe relativieren würde, wird diese Schwäche abgelehnt und überlagert mit vielen Formen falscher Stärke, die einfach nur ein Akt inneren Festhaltens sind.

In der angenommenen Schwächung, der Demut, wird eine Kraft zur Hingabe geboren. Diese ist dann nicht mehr eigenhändig hergestellt, sondern Teilhabe an der Liebe und Kraft Gottes.

In der vollständigen Schwäche, wenn die körperliche Maschine keinerlei Kraft mehr aufzubringen vermag, braucht man nicht möglichst schnell wieder die alte Funktionalität herzustellen.

Wenn sich die alte Gewohnheit einer solchen Bemühung aufzulösen beginnt und man nicht mehr glaubt, einfach nur wieder in der alten Struktur funktionieren zu müssen, darf durch Gnade ein gravierender Umbau geschehen.

Schwächung des körperlichen Organismus ist nicht eine zu bekämpfende Krankheit. Denn das Selbstgefühl hat von falscher Stärke gelebt.

Der Geist spinnt manchmal apokalyptische Visionen wie die Wahnvorstellung, unterzugehen, nichts mehr auf die Reihe zu bekommen und hilflos zuschauen zu müssen, wie alles in sich zusammenfällt....

Diese künstlich aufgebaute Szenerie führt nur weg von einem Fall in die Schwäche, in die Demut, die sich nicht mehr vom Überbau her definiert.

Dies würde in die Seele hinein führen.

Wenn der Körper schwer krank wird, kann dies grosses Leiden bereiten oder einen auch zu grossem Glück hinführen. Dies hängt jedoch nicht von der Krankheit selber ab, sondern nur vom eigenen Einnehmen einer Perspektive und der Bereitschaft, eine Chance zu ergreifen.

Die Botschaft einer Krankheit, die den Körper niederstreckt, ist die Einladung, wirklich aufzugeben, alles loszulassen und sich hinzugeben.

Schmerzen und Unwohlsein, die durch diesen körperlichen Zerfall ausgelöst werden, mögen dabei nicht unbedingt eliminiert werden. Doch der Geist, dessen Hauptaktivität in dem Fluktuieren um die Identifikationsobjekte wie den ‚eigenen‘ Körper besteht, darf die Bereitschaft erlernen, seinen Griff zu lockern. Dabei darf sich das verkrampfte, fixierte, stagnierende Identitätsgefühl lösen.

Für Menschen, die sich weigern, sich dieser Erfahrung hinzugeben, bleibt es eine leere Theorie.

Wenn ein Körper erkrankt, versucht man alles für dessen Gesundung in die Wege zu leiten. Doch ein Grossteil dieser Bemühung dient nicht der Genesung, sondern der Beschwichtigung und der Ablenkung von der Angst, dass der Körper unweigerlich und unwiderruflich gänzlich zerfällt. Diese Gegenbewegung löst ein weit grösseres Leid aus als es der körperliche Zerfall selbst tut.

Anstatt in die Hysterie ob des Niedergangs des Körpers zu verfallen und zu versuchen, einen einigermaßen funktionalen Zustand wiederherzustellen, durch welchen man glaubt, die Angst unter Kontrolle zu halten, darf man sich auch der Zerstörung hingeben und darin Freiheit erfahren.

Jede schwere Krankheit ist eine Generalprobe für den endgültigen Tod, welcher unvermeidlich eintreten wird. Der Körper ist ja solch ein fragiles Gebilde, dass selbst der Stich einer Mücke ausreichen kann, ihn dahinzuraffen.

Das gesamte Ringen des mit grob- und feinstofflichen Körpern identifizierten Menschen, der auf dieser Ebene verhaftet ist, dreht sich um den Erhalt einer körperlichen Unversehrtheit. Obwohl die Gesundheit des Körpers nicht ein Hindernis für die Erkenntnis darstellt, so ist doch die Absorption des Bewusstseins in diese Gesundheit eine der wesentlichen Ablenkungen.

Die Chance der schweren Krankheit ist die Hingabe an den Tod. Durch eine solche freiwillige Hingabe wird das Leben nicht ausgelöscht, sondern erhält nur seine Wesentlichkeit zurück.

Der Körper kann nie heil werden. Doch die Gesundheit ist eine Angelegenheit des eigenen Bewusstseins und geschieht, wenn die Hoffnung, dass sich äussere Zustände den Eigenvorstellungen anpassen würden, abgelegt wird.

Die Nichtakzeptanz der Sterblichkeit des Körpers reicht sehr tief. Wer sich mit dem identifiziert, was stirbt, will dieses Vergehen nicht wahrhaben und leidet in der Folge. Intellektuell mag man durchaus von sich geben, dass man ja sterben werde, aber ganz tief will man es nicht wahrhaben und annehmen. Man ist also vor die Wahl gestellt, ob man bis zum bitteren Ende kämpfen möchte oder die ständig offenstehende Option zu wählen, sich in die Freiheit hinein zu ergeben.

Bhakti ist eine Lebenshaltung, welche darauf abzielt, Sri Krishna zu erfreuen, absolut unabhängig davon, was die eigene Lebensspur gerade an Erlebnissen liefert. Krankheit wird genauso angenommen wie Gesundheit, Verlust nicht als minder bewertet als Gewinn. Denn in allem geht es um eine solch fundamentale innere Ausrichtung, welche einen dermassen ins Staunen versetzt, dass man die Eigenbewertung der zeitweiligen, an einem vorbeiziehenden Phänomene verliert.

Caitanya Mahaprabhu fragt Sanatana Goswami nach seinem gesundheitlichen Zustand, als diesem nach dem Trinken schlechten Wassers auf der beschwerlichen Reise nach Puri der Eiter aus allen Hautporen tropft.

Sanatana Goswami antwortet: *parama mangala dekhinu carane*. „Ich darf Deine Füße sehen und dies bedeutet, dass alles glücksverheissend und wunderbar ist.“

Caitanya Caritamrita 3.4.24

Das ist das Herausheben aus der gewohnten Perspektive. Die gebundene, innere Aufmerksamkeit wird das Wohlbefinden auf den körperlichen Momentanzustand reduzieren.

Physische Unversehrtheit ist ein Nebenaspekt unseres Lebens... wir dürfen immer gewahr sein, dass das Wesentliche im Leben, die Zuwendung zu Radhe-Syam, absolut unabhängig von körperlichen Zuständen, die gleich Wetterlagen in unablässiger Veränderung sind, geschehen darf.

Diese Einsicht befreit einen von einem lebenslangen Kämpfen gegen die Verletzlichkeit dieses Organismus und letztlich auch vom Widerstand gegen die letztgültige Zerstörung dieses Körpers im Tod.

Wir bemühen uns um den Erhalt eines Tempels, einer Kirche; um die Instandsetzung, Reinigung und um kleinere Renovierungsarbeiten... Doch wenn Religion den inneren lebendigen Geist der freudvollen Gottesliebe verloren hat, wenn sie ver-institutionalisiert ist, der Essenz entzogen – dann dreht sich alles nur noch um die Erhaltung und Verteidigung äusserer Strukturen und Gebäude.

Es verhält sich ganz genau gleich mit unserem körperlichen Tempel.

Das Problem mit der Verehrung des Körpers als einen Tempel beginnt dort, wo die Aufmerksamkeit auf das Körperliche fixiert und der Zugang zur Seele blockiert wird.

Dann lebt man in einer inneren ‚Verkirchlichung‘ – wo die Gestaltung der Form zum Selbstläufer wurde und der Inhalt vernachlässigt wird.

Die Bhaktas verstehen unter Heilung die Korrektur dessen, was endlose Leidensstränge auslöst: *bahirmukhata*, die Abwendung und Gleichgültigkeit gegenüber dem Quell aller Schönheit.

Lässt man sich wieder auf unsere Grundbeziehung ein, welche die tiefste Sehnsucht der Seele darstellt, verliert es an Wesentlichkeit, ob der Organismus gerade gesund oder krank ist und auch, ob sich unser Körper in der verdichteten Materie aufhält oder sich in feinstoffliche Sphären erheben konnte.

Wenn man versteht, dass die dringlichste Aufgabe und eigentliche Sehnsucht der Seele in der Absorption in Radha-Krishna besteht und man diesem Anliegen nun alle Priorität schenkt, kann man nebenbei auch noch Heilung auf der groben und feinstofflichen Ebene anstreben und dies wird dann keine bedeckende Kraft auf das klare Bewusstsein der Seele mehr haben. (Denn erst wenn man in der relativen Welt einen bestimmten Zustand einem anderen bevorzugt, wird die Aufmerksamkeit an die Dualität der äusseren Welt gebunden).

Hat man in sich noch Raum für die wesentlichste Heilung... die Beziehung der Ewigen Seele zum Ewigen Gegenüber? Denn wenn diese vernachlässigt wird, werden selbst körperliche und feinstoffliche Heilbemühungen zu einer Verstrickung, zu einer Bindung an die wesensfremde Welt.

Der Heilsweg beinhaltet zwei Wegabschnitte. Der erste ist der Weg der Erfüllung, in welchem man sich freut über geheilte Organe und gelungene Beziehungen. Man hielt den Glauben aufrecht, dass Zufriedenheit doch noch eintreten

könne – durch geschicktere Zurechtbiegung von äusseren Zuständen.

Die wache Aufmerksamkeit wird aber sogleich bemerken, dass eigentlich noch nichts behoben ist, wenn man versucht, Nöte zu kurieren. Selbst dann nicht, wenn alles gerade überaus idyllisch anmutet. Noch immer schlummert das gleiche Drama ganz nah bei einem. Die Seele spürt, dass auch in verbesserten äusseren Zuständen der heilige Trennungsschmerz zu Radha-Krishna exakt gleich stark geblieben ist.

Dann beginnt der Weg der Entleerung, wo die Bereitschaft schlummert, alles zu verlieren. Dieser Weg ist den verstehbaren Regeln des denkenden Geistes nicht mehr nahe.

Der schlafenden Seele ging es nicht um Erwachen aus dem Traum, nicht um Wahrheit, sondern nur noch um die möglichst reibungsarme Funktionalität innerhalb des Traumes.

Das höchste Gut des Menschen liegt nie im Gelingen und in noch perfekteren Arrangements, sondern im Korrelieren mit der Höheren Ordnung. Mit Radha-Krishnas Absicht.

Krankheit und körperliche Prozesse jeglicher Art müssen das Bewusstsein in keiner Weise eintrüben.

Wir haben die Tendenz, bestimmte Unpässlichkeiten, insbesondere körperliche Schwächung, als Ausrede zu benutzen, um uns aus der Gewährwerdung, ewige Dienerin Radhikas zu sein, zu verabschieden.

Kaum tauchen körperliche Dysfunktionen, Schmerzen oder Schwäche auf, scheint es uns so, als seien wir selbst geschwächt. Sie vermögen in sich selbst niemals eine Einschränkung der inneren Intensität zu bewirken. Doch haben

Krankheiten aller Art die Tendenz, vom Gotteswiderstand eingespannt zu werden und so als Legitimation seelischer Faulheit zu dienen.

Wenn der Körper nicht mehr so gut funktioniert, verstärkt sich die Tendenz des Geistes sogar noch, sich durch körperliche Prozesse zu begrenzen und darin zu verfangen, anstatt frei und ungetrübt von jeglichem körperlichen Zustand zu dienen und sich zu absorbieren. Es sind also nie Krankheiten und Schwäche selber, welche eintrübend auf das Bewusstsein wirken, sondern immer nur die Tendenz des Geistes und die Haltung der Aufmerksamkeit, sich in die Welt körperlicher Empfindungen zu verlieren und sich dadurch immens zu verengen.

Damit die innere klare Haltung auch inmitten körperlichen Zerfalls beibehalten werden kann, bedarf es bereits zuvor des Geschmacks an der spirituellen Praxis. Es ist zu spät, damit Ernst zu machen, wenn der Zerfall und das Widerstandsleiden gegen den Zerfall bereits voll einsetzen.

Nur für einen innerlich Eingeschlafenen kann Gesundheit das höchste Gut im Leben darstellen.

Die Vorstellung von unentwegter körperlicher Gesundheit entspricht nicht der Einsicht der inneren Lehre. Natürlich darf die Annahme des körperlichen Zerfalls wiederum nie als ein Werbefeldzug für körperliches Leiden und deren Mystifizierung verstanden werden.

Alles will natürlicherweise auf Heilung hinzugehen. Doch kann Heilung immer auch gänzlichen Zerfall und Tod bedeuten.

Körperliche Krankheit und körperliche Gesundheit sind einfach Aggregatzustände und dienen beide als Sprungbrett in tiefere Erkenntnis. Wenn es einem wirklich um diese Einsicht geht, relativiert sich innerlich die Wichtigkeit körperlicher Zustände.

Jemand, der im Wonnegefühl des Körpers lebt und der infantilen Illusion körperlicher Kraft unterliegt, die er dann auch für grenzenlos hält, ist sich Begrenztheit, der Verwundbarkeit und der Vergänglichkeit nicht mehr bewusst. Das ist ein Zustand, welcher der geistigen Ignoranz und der Arroganz Vorschub leistet.

Körperliche Schwächungen können einen erheblichen Beitrag leisten, dass wir demütig werden...

Wenn Grenzen des Körpers aufgezeigt werden – und Schmerzen sind ein wesentliches Phänomen, welches einem die Begrenztheit aufzeigt – dann ist es ein Verschwinden von Lebenskraft und ein Verkennen der Situation, wenn wir nichts Besseres zu tun haben, als dagegen anzukämpfen. Man ist eingeladen, dieses Signal zu verstehen und sich in Freiwilligkeit von der körperlichen Welt abzulösen.

Es ist sinnvoll, sich diesen Begrenzungen, die manchmal sicherlich schmerzlich, aber nie leidvoll sind, hinzugeben.

Dann wird die Demut auf natürliche Weise genährt. Sie ist die Kardinaltugend des inneren Weges und wirkt gegen die Ignoranz des Geistes. In wem sich Demut nicht wirklich entfaltet, der wird enorm schnell an die Grenzen stossen.

Es ist förderlich und heilsam, solche Grenzen, die uns durch den körperlichen Zerfall aufgezeigt werden, zu umarmen, anstatt gegen sie zu kämpfen.

In der vollständigen Anerkennung von Grenzen darf man eine höhere Form der Grenzenlosigkeit erfahren. Dies wirklich zu erfahren, ist die Folge von Grundvertrauen. Die Akzeptanz von Begrenzung führt erst in die Freiheit, die uns vom Wesen her zusteht.



Ein lieber Dank
an euch
für die Entwürfe, Recherchen und Bereitstellung:

Umschlagentwurf und -gestaltung

Andrea

Bildnachweise

Premavati

Umschlagfoto und Seiten 2, 22, 64, 76, 98, 110, 167, 276, 308,
319, 334 und 365.

Sarika

(rech. *wiki commons*)

Seite 6, Hugo Simberg, ‚*The Garden of Death*‘
(1896, Tampere Cathedral, Finland)

Seite 160, Nanteuil (Charles-François Leboeuf), ‚*Eurydice mourante*‘
(1822, Louvre, Paris)

Simone

Seiten 42, 88, 138, 178 und 260.

Lektorat

Syamavallabha, Anuradha