

## DIE BHAGAVADGĪTĀ KRITISCH BETRACHTET – TEIL 4

# Kämpfen – im Geist des Yoga

Im Alten Indien zogen sich jahrhundertlang zahllose spirituelle SucherInnen von der leidvollen patriarchalen Kastengesellschaft zurück, um – im Yoga, im meditativen »Nichtstun« – ihren Frieden zu finden. Dieses massenhafte »Aussteigen« war gesellschaftlich bald kaum noch tragbar. Deshalb schufen die Herrschenden – Adel und Priester – in der Gītā eine grundlegend neue Lehre vom Yoga – Karma-Yoga: Du musst Dich nicht von der Welt zurückziehen. Deinen inneren Frieden kannst Du auch im weltlichen Tun finden! Handle im Geist des Yoga – mit Gleichmut und Gelassenheit! Bring den Yoga von Deiner Klause in die Alltagswelt!

Text: Dr. Rahimo Täube

## Karma-Yoga – der Hintergrund

Diese neue Lehre sollte Arjuna zum Kämpfen motivieren: »Kämpfe wie ein Yogi – in selbstloser Hingabe, ohne am Erfolg zu hängen!« So benutzt Krishna die ehrwürdigen, friedensstiftenden Yoga-Ideen für seine kriegerischen Absichten. Mit der Spätfolge, dass auch einige Ideologen der NS-Herrschaft, zum Beispiel Heinrich Himmler, diese Gītā-Ideen vom »arischen Kriegergeist« gerne aufnahmen.<sup>1</sup> Ganz ähnlich richtete sich Joseph Goebbels noch im März 1945 an die deutschen Soldaten: Ihr werdet »in diesen Kampf hineingehen wie in einen Gottesdienst«.

Die Nazis benutzten für ihren Krieg die Religion. Krishna benutzte für den Bruderkrieg die Yoga-Ideen. Und auch heute benutzen viele einen reduzierten Yoga – um sich wieder fit zu machen – für den Existenzkampf im ökonomisch geprägten Alltag. So wird der Yoga vielfältig gebraucht – oder missbraucht.

Wo gibt es noch den »wahren«, den »reinen Yoga«? Nur auf den weltabgewandten Inseln der Ruhe und des Friedens? In Ashrams, Idyllen und Yoga-Studios? Oder auch in der Arena, der Tretmühle des alltäglichen Lebenskampfes? Wir stehen also immer in einem Spannungsfeld – »zwischen Yoga-Welt und Alltagswelt« (siehe auch Artikelserie DYF 03/2017 bis 04/2021).

Karma-Yoga bedeutet, dass wir den Geist des Yoga – Gleichmut und Gelassenheit – von der weltabgewandten, stillen Yoga-Welt in die betriebsame Alltagswelt hineinbringen. Das ist ein wichtiges und ehrenwertes Konzept, aber auch eine für die meisten kaum lösbare Aufgabe. Krishna behauptet nun, wir könnten sie durch moralische Anstrengung lösen – und schimpft auf die Brahmanen, die, fern der Lebenspraxis, an ihrer vedischen Opfertradition hängen:

## Kapitel II

### KRISHNA, DER KUTSCHER

42. Du Sohn der Prithā, die Narren, die sich an Diskussionen über die Veden erfreuen, halten solche blumigen Reden und meinen, dass es nichts anderes gäbe.
43. Von Begierden erfüllt schwärmen sie ständig vom Himmel. Ihre Reden verheißen als Lohn der Taten eine Wiedergeburt. Und sie vollziehen eine Fülle von komplizierten rituellen Handlungen, um ihre Macht zu erhalten und zu genießen.
44. Sie hängen an Genüssen und Macht und sind durch diese blumigen Reden ihres Denkens beraubt. So haben sie auch nicht die Einsicht, die auf einem klaren, freien Geist beruht.

### DER ANDERE ARJUNA:

Krishna, ich bin überrascht und erstaunt, wie heftig Du auf die vedischen Priester schimpfst, die nur ihren Machterhalt im Sinn haben – und das mit blumigen Reden vertuschen. Deiner Kritik kann ich voll zustimmen.

### KRISHNA, DER KUTSCHER

45. Die Veden handeln nur von den drei Daseinsformen,

Arjuna, erhebe Du Dich über die drei  
Daseinsformen!  
Mach Dich frei von Gegensätzen, strebe nicht  
nach Erwerb und Besitz.  
Stehe fest gegründet im reinen Sein – in Deinem  
Selbst!

#### DER ANDERE ARJUNA:

Ja, Krishna, das ist wohl der Geist des Yoga:  
Wenn ich mit mir einverstanden und im Einklang  
bin.  
Wenn ich mich über das gewohnte Dasein  
erhebe –  
und meinen Halt im Einfachsein finde, in mir  
selbst.  
Ich glaube, sowas passiert gerade mit mir.  
Dabei erhebe ich mich gar nicht selber  
über das gewohnte Dasein,  
sondern es ist das Mitgefühl, das mich  
überkommt,  
wenn ich hier all die Krieger sehe,  
mit denen ich eng verbunden bin.  
Das hebt mich über das Gewohnte hinaus,  
über das, was »man tut«.  
Das Schicksal schubst mich in eine neue Rolle.  
Das hab' ich schon bei den Yogis erlebt,  
aber nie bei den Brahmanen.

#### KRISHNA, DER KUTSCHER:

46. Für einen Brahmanen, der das wahre Wissen hat,  
haben die Veden nur so viel Nutzen,  
wie ein Wasserspeicher,  
der ringsum von Wasser überflutet ist.
47. Deine Aufgabe besteht allein im Tun  
und niemals in dessen Ergebnissen.  
Das Ergebnis Deines Tuns sei nicht Dein Antrieb!  
Aber verfall auch nicht dem Nichtstun!
48. Lass los, was Dich bindet, Du Beutemacher!  
Steh fest im Yoga – und tu, was zu tun ist!  
Werde gleichmütig gegenüber Erfolg und  
Misserfolg!  
Gleichmut – das wird Yoga genannt.
49. Der Yoga des klaren Bewusstseins gilt weit mehr,  
als das bloße Handeln, Du Besitzeroberer.  
Suche Deinen Halt im klaren Bewusstsein!  
Elend sind die, die bloß nach Erfolg streben.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Ja, Krishna, da stimme ich Dir zu.  
Handeln ohne klares Bewusstsein – das taugt  
nichts.  
Es braucht einen klaren Kopf

und vernünftiges Überlegen:  
Kämpfen – ja oder nein?  
Das ist doch eine schwerwiegende Entscheidung.  
Da halte ich mich an den Geist des Yoga –  
Loslassen und ein klares Bewusstsein.  
Allerdings – das klare Bewusstsein alleine,  
das bringt noch keine Entscheidung.  
Selbst mit klarem Bewusstsein sind wir  
nicht automatisch festgelegt  
auf ein Dafür oder Dagegen.  
Mit klarem Bewusstsein sind wir offen,  
verschiedene Stimmen in uns und um uns zu  
vernehmen,  
vernünftig zu überlegen und abzuwägen:  
Welcher der verschiedenen Stimmen folgen wir?  
Welche hat am meisten Gewicht?  
Dabei muss die Stimme unseres Herzens  
mitbestimmen.  
So folge ich anderen Stimmen als Du.  
Du folgst Deiner göttlichen Stimme,  
und ich folge meiner göttlichen Stimme.  
Gott spricht in vielerlei Stimmen zu uns.  
Er ist doch so vielgestaltig.  
Du sagst: »Tu, was zu tun ist!«  
Ja, schon. Aber das zu tun, was zu tun ist,  
das heißt doch nicht unbedingt,  
seine Verwandten zu erschlagen.  
Das, was zu tun ist, heißt für mich,  
für den Frieden einzutreten.  
Die göttliche Natur lässt uns doch  
verschiedene Wege offen – nicht nur Deinen.

#### KRISHNA, DER KUTSCHER:

50. Wer eins geworden ist in seinem Bewusstsein,  
der lässt beides hinter sich: fromme Taten und  
schlimme Taten.  
Deshalb übe Dich im Eins-werden – Yoga!  
Yoga macht fähig zum Handeln.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Ja, mein Freund, das finde ich gut:  
»Mit-sich-eins-Sein – das macht fähig zum  
Handeln«.  
Da hat man all seine Kräfte gebündelt,  
ist voll präsent und fest entschlossen zum  
Handeln.  
Aber zu welchem Handeln? Das ist doch offen.  
Da richtig zu entscheiden, da hilft mir der Geist  
des Yoga.  
Denn das ist der Geist des Friedens.  
Für Dich ist der Geist des Yoga wohl eher:  
Seine Kriegerpflicht erfüllen.

Ich meine, da verdrehst Du  
die gute alte Yoga-Lehre in ihr Gegenteil.  
Das kann ich nicht gutheißen.

**KRISHNA, DER KUTSCHER:**

51. Die Weisen nämlich, die eins sind in ihrem  
Bewusstsein,  
verzichten auf die Ergebnisse ihres Handelns.  
So sind sie befreit von den Fesseln der  
Wiedergeburt  
und gelangen in eine Sphäre, die frei ist von  
Leiden.
52. Wenn Dein Bewusstsein das Dickicht der  
Verwirrung durchquert hat,  
dann werden Dir alle (vedischen) Lehren,  
die Du gehört hast und noch hören wirst, gleich-  
gültig sein.
53. Wenn Dein Bewusstsein von solcher Über-  
lieferung irritiert wird,  
und dennoch unerschütterlich bleibt  
und in der Versenkung zur Ruhe kommt,  
dann wirst du das Einssein erfahren.

**DER ANDERE ARJUNA:**

Krishna, Du Unerschütterlicher, das gefällt mir.  
Du forderst mich dazu auf,  
ganz bei mir zu bleiben –  
bei allem, was andere mir erzählen.  
Auch wenn sie mich mit heiligen Sprüchen  
überschütten,  
so wie Du es jetzt tust.  
Dann soll ich mich nicht irritieren lassen.  
Ich glaube, das gelingt mir gerade.  
Kannst Du das wahrnehmen?  
Fühl doch mal, was zwischen uns passiert!  
Ich verstehe Deine Lehre,  
aber ich deute sie anders als Du.  
Das darfst Du nicht als Verwirrung abtun.  
Du solltest einfach respektieren,  
dass es eine Vielfalt von Meinungen gibt.  
Die Menschenwelt ist doch so vielfältig.  
Sogar die vielen Weisen,  
von denen jeder mit sich selbst eins ist,  
denken und handeln dennoch sehr unterschied-  
lich –  
und bekämpfen einander – mit ihren  
Glaubenssätzen.

**ARJUNA, DER FELDHERR:**

54. Du Langhaariger, wie beschreibt man einen,  
der fest gegründet ist in Bewusstheit und  
innerem Einssein?

Einer, der fest in sich ruht – Wie spricht er? Wie  
sitzt er? Wie geht er?

**DER ANDERE ARJUNA:**

Ach, Krishna, jetzt stell ich Dir wieder dumme  
Fragen.  
Ich weiß es doch selber, dass sich das Einssein  
bei jedem anders ausdrückt. Dass jeder seine  
Eigenheiten hat.

**KRISHNA, DER KUTSCHER:**

55. Du Sohn der Prithā, wenn er alles Verlangen,  
das ihm in den Sinn kommt, von sich abstreift,  
und – in sich selbst – mit sich selbst zufrieden  
ist,  
dann gilt er als einer mit gefestigtem  
Bewusstsein.
56. Wessen innere Haltung auch im Leiden  
unerschütterlich ist,  
wer in Freuden frei ist von Begierde,  
wer frei ist von Leidenschaft, von Angst und Hass,  
der gilt als ein Weiser mit gefestigtem  
Bewusstsein.
57. Wer alles, was ihm begegnet, gleichmütig  
aufnimmt,  
wer Gutes nicht bejubelt und Schlechtes nicht  
hasst,  
dessen Bewusstsein hat eine feste Basis.
58. Wenn einer seine Sinne sammelt  
und von den Sinnesobjekten zurückzieht,  
so wie die Schildkröte ihre Glieder einzieht,  
dann hat sein Bewusstsein eine feste Basis.
59. Wenn einer sich von den Sinneseindrücken  
zurückzieht,  
und sie ihn nicht mehr nähren,  
dann verschwinden sie aus dem Seelenleben,  
doch der Geschmack bleibt.  
Aber auch der Geschmack schwindet –  
bei dem, der den reinen Geist wahrgenommen  
hat.
60. Du Sohn der Kuntī, mag der Mensch auch weise  
sein  
und sich eifrig bemühen –  
wenn die Sinneskräfte aufgewühlt sind,  
dann treiben sie doch seine Gedanken und  
Gefühle heftig umher.

**DER ANDERE ARJUNA:**

Ja, mein Freund, so ist es.  
Genau das hab' ich eben erlebt.  
Als ich mir das kommende Gemetzel vorstellte,  
waren meine Sinne total aufgewühlt.

Aber dann hab' ich es gemacht wie die  
Schildkröte.

Ich hab' mich innerlich zurückgezogen  
von diesem Kriegsgeschrei,  
und bin zu neuer Einsicht gekommen.  
Jetzt spüre ich wieder die »feste Basis« in mir,  
wie Du es nennst.  
Der Ehrgeiz und das Verlangen,  
die Königsherrschaft zu erkämpfen – die sind  
jetzt weg.

#### KRISHNA, DER KUTSCHER:

61. Man soll all diese Kräfte zügeln,  
sich hinsetzen und sich ganz auf mich, das  
Höchste, konzentrieren.  
Denn wer seine Sinneskräfte unter Kontrolle hat,  
dessen Bewusstsein hat eine feste Basis.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Ach Krishna, Du Spinner,  
wieso meinst Du plötzlich, Du wärst das Höchste?  
Welcher Dämon ist denn da in Dich gefahren?

#### KRISHNA, DER KUTSCHER:

62. Wenn ein Mensch an die Sinnesobjekte denkt,  
dann entsteht eine Bindung an sie.  
Aus der Bindung entsteht Verlangen.  
Aus dem Verlangen entsteht Hass.
63. Aus dem Hass erwächst Verblendung.  
Durch die Verblendung wird die Erinnerung  
verfälscht.  
Die Verfälschung der Erinnerung führt zur  
Zerstörung des Bewusstseins.  
An der Zerstörung des Bewusstseins geht man  
zugrunde.
64. Wer aber seine Sinne beherrscht, und den Sinnes-  
objekten begegnet  
mit Sinnen, die frei sind von Begierde und Hass,  
der hat die Kontrolle über sich und erfährt  
inneren Frieden.
65. In seiner friedvollen Seele werden alle seine  
Leiden verschwinden.  
Denn wer innerlich zur Ruhe kommt,  
dessen Bewusstsein gewinnt bald eine feste Basis.
66. Wer sich selbst nicht beherrscht, der ist ohne  
Bewusstheit.  
Wer sich selbst nicht beherrscht, der kann sich  
auch nicht entwickeln.  
Wer sich innerlich nicht entwickelt, findet keinen  
Frieden.  
Wie aber sollte einer ohne inneren Frieden sein  
Glück finden?

67. Wenn die umherschweifenden Sinne die  
Gedanken antreiben,  
dann vertreiben sie die Bewusstheit, so wie der  
Wind ein Schiff  
auf dem Wasser dahintreibt.
68. Deshalb, Du mit dem starken Arm: Wer seine  
Sinne von den Sinnesobjekten  
vollständig zurückhält, dessen Bewusstheit ruht  
auf festem Grund.
69. Wenn es für alle anderen Wesen Nacht ist,  
dann ist der Meditierende hellwach.  
Wenn alle anderen Wesen hellwach sind,  
dann ist Nacht für den Seher, der das alles  
durchschaut.
70. Die fließenden Gewässer kommen im Meer zur  
Ruhe.  
Es wird ständig gefüllt und bleibt im Grunde  
unverändert.  
Genauso erreicht der seinen Frieden,  
in dem alle Begierden zur Ruhe kommen.  
Nicht aber der, der von Begierden getrieben wird.
71. Wer alles Wünschen aufgibt, der bewegt sich frei  
von Begierde.  
Wer frei ist von Eigennutz und Selbstsucht,  
der erfährt den inneren Frieden.
72. Du, Sohn der Prithā, das ist der Zustand, einfach  
zu SEIN.  
Wer den erreicht, wird durch nichts mehr  
verwirrt.  
Wer auch in der Todesstunde fest darin ruht,  
der erreicht das pure Sein, das  
Nicht-mehr-getrieben-Sein.

Übersetzung und Kommentare: R. Täube – Fortset-  
zung folgt (Rückmeldungen, auch kritische, sind  
erwünscht).

#### Literatur

- 1 **Tietke, Mathias:** Yoga im Nationalsozialismus.  
Kiel: Verlag Ludwig 2011

#### DR. RAHIMO TÄUBE

Jahrgang 1942, ehemaliger Lehrer, seit 1970 Yogalehrer, Körper-  
Psychotherapeut (HP), Indologe (acht Jahre Sanskrit), 1978  
Promotion über Yoga: »Innere Erfahrung und Gesellschaft«. Seit 1987 betreibt er zusammen mit seiner Frau, Brigid, einen kleinen »Waldashram« in Nordhessen. Dort entwickelten sie gemeinsam einen klientenzentrierten, kreativen, psychothe-  
rapeutisch ausgerichteten Yoga (in Wochenendseminaren). Dazu erschien 2015 ihr gemeinsames Buch »Drachenyoga« und 2022 sein Buch »Patanjali's psychologische Yogalehre«. [www.blicki.de](http://www.blicki.de), [brighra.taeube@gmx.de](mailto:brighra.taeube@gmx.de)