

DIE BHAGAVADGĪTĀ KRITISCH BETRACHTET – TEIL 5

Vom Sein zum Tun – Karma-Yoga

In der Welt müssen wir, um zu überleben, eine Menge tun – arbeiten. Das gilt uns heute als selbstverständlich, als die Regel. Ausnahmen sind die erholsamen Phasen, wo wir scheinbar nichts tun und uns erlauben, einfach nur zu sein. Beispielsweise im klassischen Yoga. Da haben wir, nach körperlichem Aktivsein, die Chance, alles Tun – auch das geistige Tun, die Gedanken – ruhen zu lassen und das entspannte, wohltuende pure Sein zu erfahren. Doch danach müssen wir wieder zur Aktivität zurückkehren. Auch diese Trennung von Tun und Sein erscheint uns heute selbstverständlich. Das ist sie aber nicht.

Text: Dr. Rahimo Täube

Das heutige Ringen um eine »Work-Life-Balance« zeigt, dass Arbeiten und Leben eben nicht in Balance sind. Dass sie zwei getrennte Lebensbereiche sind. Im einen müssen wir aktiv sein und unser Leben organisieren, im anderen versuchen wir, es zu genießen und einfach mal zu sein – sorglos und entspannt. Yoga-Leute bemühen sich, beide Bereiche zu verbinden: Aus dem Sein heraus ins Tun gehen.

Historisch gesehen ist dieser Gegensatz von Tun und Sein relativ neu. In den einstigen, vorpatriarchalen Stammeskulturen waren Tun und Sein offenbar noch ineinander verwoben. Die Menschen arbeiteten sicher auch viel, aber eher in einem noch selbstbestimmten, naturnahen Arbeitsrhythmus. So konnten sie auch im alltäglichen gemeinschaftlichen Tun mit sich verbunden und im Einklang sein. Dieses Ineinander von Tun und Sein ist im globalen Süden auch heute noch zu erleben. Das schildern beispielsweise westliche Forschungsreisende. Bei ihren Expeditionen arbeiten die indigenen Lastenträger

nur so viel, wie es für sie noch stimmig ist. Wenn sie sich von ihrem Heimatort zu weit entfernen, kommt es vor, dass sie streiken – mit der Begründung: »Wir sind jetzt so weit gelaufen, aber unsere Seelen sind nicht mitgekommen. Wir müssen jetzt warten, bis sie nachkommen«. Diese beeindruckende Formulierung lässt darauf schließen, dass es für sie der selbstverständliche Normalzustand ist, auch im Tun mit ihrem Seelenleben, ihrem Sein im Einklang zu sein, ganz zu sein.

Das Streben nach dieser Ganzheit bestimmte offenbar das Leben der frühen Stammesgemeinschaften, besonders in Indien. Doch dann wurden sie von den arischen Eroberern unterworfen, aus dem ganzheitlichen Leben herausgerissen und gleichsam aus dem »Paradies vertrieben«. Die einst Freien und selbstbestimmt Lebenden wurden nun zu Sklaven, Knechten, Dienern – am unteren Ende der Kastenhierarchie. Da zählte nur ihre Arbeitskraft, nicht aber ihr Befinden, ihr Sein. So ging der einstige Einklang von Tun und Sein

verloren. Er gehört aber offensichtlich zu unseren Grundbedürfnissen. Wenn er verloren geht, dann suchen und streben wir Menschen nach einem Ausgleich für das Verlorene – heute und im alten Indien. Das ist wohl der tiefere Grund, warum Yoga entstand – entstehen musste.

Die frühen Yogis – »im Sog zum Sein«

Die damaligen Suchenden verlassen die als leidvoll erlebte Welt, lösen sich von ihren Kastenpflichten, von allem Tun-Müssen. Ein mächtiger Sog zieht sie an stille, abgeschiedene Orte, wo sie einfach sein können. Dort versenken sie sich in ihr Inneres, bis alles innere Tun aufhört – auch das geistige Tun, das Denken. In der Gedankenstille entdecken sie das Einfach-nur-Sein, ihr Selbst, ātman, puruṣha. Diesen seligen Zustand nennen sie auch sat-chit-ānanda: Das Sein, sat, mit Bewusstheit, chit, erleben, das ist höchstes Glück, ānanda.

Dieses Ziel zu erreichen, das gilt den frühen Yogis als das Höchste, als

der »Nichtstuer«. Die Herrschenden, Kriegeradel und Brahmanen, sehen sich offenbar genötigt, diese Bewegung der spirituellen »Aussteiger« einzudämmen. Das versuchen sie mit neuen Gesetzen, aber auch mit der Moral der Bhagavadgītā.

In ihr hat Krishna, eine Inkarnation des Ordnungsgottes Vishnu, vordergründig die Aufgabe Arjuna zum Kämpfen zu motivieren. Und gesamtgesellschaftlich die Aufgabe, die vom »Sog zum Sein« Erfassten wieder zum Tun, zur Ordnung zu rufen, zur Kastenordnung, in der sie ihr dharma, ihre Pflichten zu erfüllen haben. Gleichzeitig muss Krishna aber auch die weit verbreiteten Erlösungssehnsüchte der »Aussteiger« ernst nehmen. Deshalb verspricht er, Erlösung und innerer Friede seien auch im weltlichen Tun zu erlangen. So versucht er, zwei gegensätzliche Kräfte, die Neigung zum puren Sein und die Pflicht und Notwendigkeit zum Tun, in Einklang zu bringen. Aus diesem Kompromissversuch heraus entsteht die Lehre des Karma-Yoga: Den inneren Frieden findest Du auch im alltäglichen Tun, wenn Du es selbstlos tust, ohne an seinen Früchten zu haften.

Wir Menschen sind tätige Wesen

Mit dem Karma-Yoga bringt die Gītā etwas ganz Neues, Wichtiges in die spirituelle Tradition ein. Hier wird der Mensch gleichsam neu definiert. Er wird jetzt als ein handelndes Wesen verstanden, das etwas bewirken soll. Die Verwirklichung unseres Selbst finden wir nicht nur im bewussten Sein, sondern auch im bewussten Handeln. Das ist eine bedeutsame und wegweisende neue Lehre. Doch diese Haltung setzt sich nur schwer durch.

In der spirituellen Tradition wird im Allgemeinen – bis heute – das untätige, gedankenstille Selbst zum »wahren Selbst« erhoben. Doch das erscheint mir viel zu kurz gegriffen, zu eng gedacht. Das passt nicht mehr zum Selbstverständnis eines aufgeklärt-tätigen heutigen Menschen. Er versteht sich seit langem als ein soziales Wesen, das sich durch seine Handlungsfähigkeit auszeichnet. Wobei zum Handeln

auch das kommunikative Handeln (J. Habermas) gehört – Sprechen, Denken, Verstehen, also die interaktive Grundlage unseres geistigen Lebens. Zu unserem »wahren Selbst« gehört also nicht nur das universale, spirituelle Selbst, sondern auch unser persönliches, biografisch gewordenen Selbst. Unser Selbst hat viele Anteile und das gedankenstille Einfachsein ist nur einer von vielen, allerdings ein ganz zentraler.

Das Sein – ein Geschehen

In der Gītā ist das spirituelle Ziel, das rätselhaft brahman zu erfahren. Der Begriff wird übersetzt mit »Höchstes Wesen«, »Weltgeist«, »Absolutum«, »Allseele« oder ähnlichen abgehobenen Begriffen, die bei heutigen LeserInnen keine Resonanz mehr erzeugen. Meistens aber wird brahman gar nicht übersetzt. Beides ist höchst unbefriedigend. Ich habe brahman vorläufig mit »Sein« wiedergegeben. Das ist aber auch ein unbefriedigendes theoretisches Konstrukt. Denn wenn wir meinen, in der Versenkung das Einfach-Sein zu erleben und uns dann noch tiefer auf den Grund gehen, dann spüren wir: In unserem tiefsten Inneren ist kein statisches Sein, sondern vielmehr ein sehr lebendiges dynamisches Geschehen, ein ständiges Atmen, Pulsieren und Vibrieren, ein Schwingen, Fließen und Strömen von Energie – ein ständiges Sich-Wandeln. Und so können wir auch die ganze Welt erleben – als ein ständiges Werden und Vergehen. »Alles fließt«, sagt Heraklit, »Alles ist immer in Bewegung«, sagt Aristoteles. Deshalb benutze ich im Folgenden öfter mal den gängigen Begriff »Geschehen«: Alles ist ein Geschehen – vom kosmischen und politischen Geschehen über unser soziales und seelisches Geschehen bis hin zum zellulären und molekularen Geschehen. »Geschehen« bezeichnet – wie brahman – sowohl das große Eine, das alles umfasst und durchdringt, als auch die Vielfalt der einzelnen Geschehnisse, in denen das Eine zu spüren ist. Näheres dazu in der nächsten Folge.

Lebensaufgabe, als die Bestimmung des Menschen. Sie glauben, den Kern und das »Wesen« des Menschen im reinen Sein zu finden. Dieser spirituelle Zustand zieht immer mehr suchende Menschen an – wie in einem Sog. Auch die Gītā erwähnt diesen Sog: »Wer darin Halt findet, der kommt nicht mehr weg von diesem Seinszustand.« (6.21) »Hat man diesen Zustand erlebt, stellt man sich kein anderes Erleben stärker vor als dieses eine.« (6.22) »Das ist mein absoluter Ruheplatz ... Wer den erfährt, der kehrt daraus nicht mehr zurück.« (15.6) Viele Meditierende sind damals von diesem Sog erfasst, der sich bei manchen wohl auch zur Sucht steigert. Das wird mit der Zeit zum gesellschaftlichen Problem: Wer soll dann noch die notwendige Arbeit tun?

Karma-Yoga – zurück zum notwendigen Tun

So ergibt sich ein subtiler Konflikt zwischen der Welt der Tätigen und der Welt

Kapitel III

ARJUNA, DER FELDHERR:

1. Du Bedränger der Menschen, wenn das Erkennen bei Dir mehr gilt
als das Handeln, warum drängst Du mich dann zu dieser schrecklichen Tat, Du Langhaariger?
2. Mit Deiner mehrdeutigen Rede verwirrst Du mir meinen Verstand.
Entscheide Dich doch und nenne mir (nur) eins, wodurch ich das Heil erlangen kann.

KRISHNA, DER KUTSCHER:

3. Du Unschuldiger, ich habe schon gesagt, dass es auf dieser Welt zwei verschiedene Wege gibt:
Den Weg des Erkennens für die Theoretiker und den Weg des Handelns für die Yogis.
4. Der Mensch erreicht die Befreiung vom Karma nicht durch das Unterlassen des Handelns. Und er kommt zur Vollkommenheit nicht durch bloße Entsagung.
5. Denn der Mensch kann niemals – auch nur einen Augenblick – existieren, ohne zu handeln. Ein Jeder wird ja, ohne es zu wollen, zum Handeln angetrieben – durch die Wirkkräfte, die aus dem Naturgeschehen hervorgehen.

DER ANDERE ARJUNA:

Das gefällt mir, Krishna.
Ja, wir sind immer genötigt, zu handeln.
Bei meinen Upanishaden-Lehrern ging es vor allem um das stille Dasein und das Erkennen.
Dem Krieger in mir fehlte da was.
Bei Dir geht es auch um das Tun, das finde ich gut.

KRISHNA, DER KUTSCHER:

6. Wer (nur) dasitzt und die äußere Tätigkeit von Organen und Sinnen kontrolliert, aber in Gedanken den Sinnesobjekten nachgeht und davon verwirrt ist, der gilt als scheinheilig.
7. Viel mehr aber gilt der, Arjuna, der seine Sinne und Organe mit Bewusstheit unter Kontrolle hält – und mit den Organen des Handelns ins Handeln geht,
ohne sich innerlich zu verstricken.
8. Tu die Tätigkeit, die Dir aufgegeben ist!
Denn das Tun ist dem Nichtstun überlegen.

Selbst die bloße körperliche Selbsterhaltung gelingt Dir nicht durch Untätigkeit.

9. Die Menschenwelt ist an das Handeln gebunden – abgesehen vom Handeln im Sinne eines Opfers. Mach Dich also frei von Verstrickungen und begehe Deine Handlungen im Sinne eines Opfers, Du Sohn der Kuntī.
10. Als der Herr der Geschöpfe einst die Menschen schuf,
zusammen mit dem Opferhandeln, da sprach er:
»Durch dieses Opfern sollt Ihr Euch fortentwickeln.
Das soll die Gabe sein für die göttliche Milchkuh, die Euch das spendet, wonach Ihr verlangt«.
11. Fördert die Götter durch die Opfer!
Und die Götter sollen Euch fördern!
Wenn Ihr Euch gegenseitig fördert, werdet Ihr das höchste Gut erlangen.
12. Wenn Ihr die Götter – durch Opfer – pflegt, werden sie Euch die gewünschten Wohltaten erweisen.
Wer aber diese Gaben genießt, ohne den Göttern etwas zurückzugeben, der ist fürwahr ein Dieb.
13. Die guten Menschen, die die Reste der Opferspeisen essen,
die werden von allem Übel befreit.
Die üblen Menschen aber, die das Essen nur für sich selbst bereiten, die essen Unreines.
14. Die Lebewesen existieren durch die Nahrung. Nahrung wächst durch den Regen.
Der Regen entsteht durch die Opferhandlung, Die Opferhandlung hat sich aus dem Handeln entwickelt.
15. Das Handeln ist aus dem göttlichen Geschehen entstanden.
Das sollst Du wissen. Und das göttliche Geschehen kommt aus dem Unvergänglichen.
Deshalb hat das alledurchdringende göttliche Geschehen im Opferhandeln stets seinen anerkannten Platz.

DER ANDERE ARJUNA:

Ach Krishna, Du Gutgläubiger, Du sagst:
»Der Regen entsteht durch die Opferhandlung«.
Glaubst Du ernsthaft, dass die Priester die Macht haben, es regnen zu lassen?
Dass sie Herren über die göttliche Natur sind?

Ich meine, diesen Aberglauben verbreiten sie doch nur, um den gutgläubigen Menschenseelen als allmächtig zu erscheinen. Sollten sie wirklich über den Regen Macht haben, warum lassen sie uns dann monatelang auf den Monsun warten? – Aber das nur am Rande.

Das andere aber, das spricht mich sehr an und klingt überzeugend. Du sagst: »Das menschliche Handeln ist aus dem göttlichen Geschehen hervorgegangen«. Ein einfacher, aber großartiger Gedanke. Der erklärt so vieles.

Er erfasst unser ganzes Dasein mit zwei Begriffen. Wenn wir neu geboren sind, dann können wir nur zappeln, strampeln, schreien und so.

Das geschieht einfach so. Das bewusste, überlegte Handeln kommt erst später.

Aber das können wir nur, wenn wir wach sind. Im Schlaf geschieht wieder alles mit uns. Ebenso im Tod.

So leben wir in einem ständigen Kreislauf von Tun und Geschehen.

Ich sehe da auch eine spannende Lehre von der Entstehung der Menschenwelt: Am Anfang war wohl nur die Erde da – mit den Pflanzen und Tieren. Tiere können noch nicht bewusst handeln. Vielleicht waren wir früher einmal Tiere und haben dann irgendwann – mit Werkzeugen – das Handeln gelernt.

Und so haben wir uns zu menschlichen Wesen entwickelt.

Das hieße ja, uns hat kein Schöpfergott erschaffen, sondern wir sind aus dem göttlichen Naturgeschehen heraus entstanden.

Und haben noch vieles davon in uns. Vieles geschieht ja einfach so mit uns, so unbewusst, auch wenn wir glauben, bewusst zu handeln. So sind Tun und Geschehen in unserem Leben eng ineinander verwoben – und oft schwer zu unterscheiden.

Diese Gedanken finde ich sehr spannend. Danke für die Anregung.

KRISHNA, DER KUTSCHER:

16. So ist das Rad der Welt in Bewegung gesetzt. Und wer es nicht mit weiterbewegt, der führt ein niedriges Leben!
- Er lebt nur für die Befriedigung seiner Sinne, und sein Leben ist ohne Sinn, Du Sohn der Prithā.
17. Der Mensch aber, der ganz in seinem wahren Selbst ruht, sich an seinem Selbst erfreut, und in seinem Selbst Befriedigung erfährt, für den gibt es nichts, was noch zu tun wäre.

DER ANDERE ARJUNA:

Ja, Krishna, auch für mich gibt es im Moment nichts zu tun. Außer, dass ich meine Entscheidung noch meinen Brüdern mitteilen muss – und mir ihre Meinung anhöre. Denn Wichtiges haben wir immer gemeinsam besprochen.

DR. RAHIMO TÄUBE

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, psychotherapeutisch ausgerichteten Yoga (in Wochenendseminaren). Dazu erschien 2015 ihr gemeinsames Buch »Drachenyoga« und 2022 sein Buch »Patanjali's psychologische Yogalehre«. www.blicki.de, brighra.taeube@gmx.de