

DIE BHAGAVADGĪTĀ KRITISCH BETRACHTET – TEIL 14

## Hingabe an das höchste Selbst

Text: Dr. Rahimo Täube

Hier geht es um zwei grundverschiedene Heilswege: Da ist der ursprüngliche spirituelle Weg der Yogīs/Yoginīs und BuddhistInnen, die ohne einen persönlichen Gott auskommen. Diesen nennt Krishna den mühsameren Weg und empfiehlt dagegen seinen neuen religiösen Yoga-Weg, der viel leichter sein soll. Denn da bräuchte man sich nur ihm, dem höchsten Selbst, dem Retter, hinzugeben. – Da diese Art von Hingabe nicht zu mir passt, gab ich mich einer zehntägigen strengen buddhistischen Vipassanā-Meditation hin. Sie war keineswegs mühsam. Und sie führte mich in den Raum der Leere und der Stille – jenseits der Worte. Näheres darüber an anderer Stelle <sup>1</sup>.

## Kapitel XII

### ARJUNA, DER FELDHERR:

1. So verehren Dich die einen – als immer treu ergebene Anhänger.  
Andere verehren das Unvergängliche, das Nicht-Offenbare.  
Welche von beiden verstehen mehr vom Yoga?

### KRISHNA, DER KUTSCHER, DER WIE EIN GOTT REDET:

2. Ich halte die für die Besten im Yoga, die ihr Bewusstsein auf mich richten und – von tiefem Glauben erfüllt – mich in treuer Ergebenheit verehren.
3. Aber jene, die das Unvergängliche, Unbeschreibliche, das Nicht-Offenbare verehren, das Alledurchdringende und Unvorstellbare, das Unveränderliche, Unbewegliche und Beständige,

4. die die Schar ihrer Sinne gebändigt haben, die bei allem gleichmütig bleiben, die sich am Wohlergehen aller Wesen erfreuen, die gelangen auch zu mir.
5. Die ihr Bewusstsein auf das Nicht-Offenbare richten, die haben größere Mühe. Denn ein nicht sichtbarer Stufenweg wird von körperlichen Wesen nur mühsam erstiegen.
6. Die aber all ihr Tun auf mich übertragen, mich als Höchstes anerkennen, sich mit ungeteilter Hingabe in mich versenken und mich verehren,
7. diese, Du Sohn der Pritha, die ihr Bewusstsein auf mich richten, die werde ich bald erretten aus dem Meer des Kreislaufs von Leben und Sterben.

### DER ANDERE ARJUNA:

Ach Krishna, Danke für Dein Rettungsangebot. Es klingt verlockend, ist aber trügerisch. Denn für diese Rettung in einem fragwürdigen Jenseits sollen wir uns im Diesseits ganz an Dich verlieren. Das ist mir nicht geheuer. Gut ist allerdings – Du sprichst ein religiöses Bedürfnis an:  
Der Glaube an einen Gott macht im Leben manches leichter. Da haben wir – in unserer Vorstellungswelt – ein göttliches Gegenüber, ein Du, dem wir uns anvertrauen können. Es gibt uns das Gefühl, getragen zu sein. Wir können mit ihm reden, ihm danken, ihm unser Leid klagen. Dieses Du sollte uns dafür ausreichend Raum lassen. Und es sollte gut zuhören können. Krishna, ich zweifle, ob Du dafür der Richtige bist.

### KRISHNA, DER KUTSCHER, DER WIE EIN GOTT REDET:

8. Lass Deine Sinne allein in mir ruhen! Lass Dein Denken in mir gegründet sein! Dann wirst Du künftig in mir Deine Heimat finden. Ganz ohne Zweifel.
9. Wenn Du aber Dein Bewusstsein nicht beständig auf mich konzentrieren kannst, dann suche mich wenigstens

über Meditationsübungen zu erreichen, Du  
SchätzegeWINNER.

10. Wenn Du auch zu Übungen nicht imstande bist,  
dann sei Dein höchstes Ziel, Dein Handeln ganz  
mir zu widmen!  
Denn wenn Du die Taten um meinetwillen tust,  
wirst Du Vollkommenheit erlangen.
11. Wenn Du auch dazu nicht imstande bist,  
dann such Deinen Halt in der Verbundenheit mit  
mir.  
Zügele Dein Selbst und verzichte auf die Früchte  
all Deines Tuns.
12. Denn besser als Übung ist Erkenntnis,  
und besser als Erkenntnis ist Versenkung.  
Aus der Versenkung folgt der Verzicht auf die  
Früchte des Tuns.  
Aus dem Verzicht folgt unmittelbar innerer  
Friede.
13. Wer zu allen Wesen ohne Hass ist, auch freund-  
lich und mitleidvoll,  
wer nicht hängt am Ich und Mein, wer geduldig ist  
und im Glück und im Leid der Gleiche bleibt,
14. wer dauerhaft zufrieden ist, als Yogī sich selbst  
beherrscht,  
und – fest entschlossen – sein Sinnen und Denken  
auf mich richtet,  
und mir ergeben ist, der ist mir lieb.
15. Und wer seine Mitwelt nicht erregt und von ihr  
nicht erregt wird,  
wer befreit ist von den Erregungen der Freude,  
des Ärgers und der Angst,  
der ist mir auch lieb.
16. Wer ohne Verlangen, anständig und tüchtig ist,  
unbekümmert und frei von Erregung,  
wer alle Betriebsamkeit aufgibt und sich mir  
hingibt,  
der ist mir lieb.
17. Wer sich nicht aufregt, nicht ärgert, nicht trauert  
und nichts begehrt,  
wem es egal ist, ob etwas angenehm oder unan-  
genehm ist –  
und der mir ergeben ist, der ist mir lieb.
18. Wer der Gleiche bleibt bei Freund und Feind,  
bei Anerkennung und Nichtanerkennung,  
der gleiche bleibt bei Kälte und Hitze, bei Glück  
und Leid,  
wer sich vom Anhaften gelöst hat,
19. wem Tadel und Lob gleich viel bedeuten,  
wer schweigen kann und sich begnügt mit dem,  
was kommt,

wer ohne festen Wohnsitz, doch im festen  
Glauben lebt

20. Die aber die heilige Ordnung, die ich beschrieben  
habe,  
wie einen Göttertrank verehren,  
die, vom Glauben erfüllt, mich als höchstes Ziel  
ansehen –  
diese meine Anhänger sind mir ganz besonders  
lieb.

## Kapitel XIII

Nach S. Radhakrishnan fehlt die folgende  
Strophe in einigen Ausgaben der Gītā.

### ARJUNA, DER FELDHERR:

Du Vollhaariger, ich möchte gerne mehr erfahren  
über prakriti (das Naturgeschehen) und purusha  
(das wahrnehmende Selbst),  
oder wie man sagt: das Lebensfeld und den  
Kenner des Feldes,  
oder auch: das Erkennen – und das, was es zu  
erkennen gibt.

### KRISHNA, DER KUTSCHER, DER WIE EIN GOTT REDET:

1. Dieser Körper, Du Sohn der Kuntī, wird das  
Lebensfeld genannt.  
Und den, der dieses Feld erkennt, den nennen die  
Wissenden  
den Kenner des Feldes.
2. Wisse, dass ich in allen Feldern der Kenner des  
Feldes bin,  
Du Bharater.  
Das Kennen des Feldes und des Kenners,  
das gilt mir als wahres Erkennen.
3. Höre nun von mir in Kürze, was dieses Lebens-  
feld ist,  
wie es beschaffen ist, wie es sich verändert,  
woher es stammt –  
und wer der Kenner ist, und welche Macht er hat.
4. Das haben die Seher in vielen verschiedenen  
Hymnen  
auf verschiedene Weise besungen –  
auch in dem gut begründeten und  
überzeugenden  
Lehrbuch vom göttlichen Selbst, dem
5. Brahmasūtra.  
Die großen Elemente, das Ich-Bewusstsein,

die Vernunft sowie das Nicht-Offenbare,  
die zehn Sinne, das Denkvermögen  
und die fünf Bereiche der Sinneswahrnehmung,  
6. Begierde und Hass, Freude und Leid,  
das gesamte Körperliche, Bewusstsein und  
Beharrlichkeit –  
das nennt man kurz »das Feld«  
mit seinen ständigen Veränderungen.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Gut, Krishna, dass Du die ständigen  
Veränderungen ansprichst.  
Die sind ja ebenso bedeutend wie das  
Ewig-Gleichbleibende,  
von dem Du dauernd schwärmst.  
Auf meinem inneren Feld verändert sich gerade  
viel.  
In mir kommt große Freude auf.  
Schau doch, zwei Reiter, meine jüngeren Brüder,  
traben auf uns zu  
und sind gleich hier.  
Ich gehe mal eben zu ihnen und komme gleich  
wieder...  
So, da bin ich wieder.  
Ich hab' ihnen gesagt, sie sollten sich da still  
hinsetzen  
und das ganze Feld betrachten,  
und sie könnten Dir auch gerne zuhören.

#### KRISHNA, DER KUTSCHER, DER WIE EIN GOTT REDET:

7. Zum Erkennen des Feldes gehören: Bescheidenheit, Aufrichtigkeit, Gewaltlosigkeit, Geduld, Redlichkeit, Verehrung des Lehrers, Reinheit, Standhaftigkeit und Selbstbeherrschung,
8. Gleichgültigkeit gegenüber den Sinnesobjekten und auch Selbstlosigkeit, Einsicht in das Übel von Geburt und Tod, Alter, Krankheit und Leiden,
9. Nicht-anhaften, Nicht-gebunden-sein an Sohn, Frau, Heim und dergleichen, steter Gleichmut bei allem, was geschieht – Erwünschtes und Unerwünschtes,
10. Unerschütterliche Liebe zu mir – durch einen Yoga, der allein mir gilt, das Aufsuchen von einsamen Orten und das Vermeiden von Menschenmengen,
11. Beständigkeit im Erkennen des wahren Selbst, Einsicht in den eigentlichen Zweck des Bemühens:

die wahre Wirklichkeit zu erkennen.  
Das alles gilt als wahres Erkennen.  
Was davon verschieden ist, gilt als Unwissenheit.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Krishna, Du sagst, man dürfe an nichts gebunden  
sein,  
auch nicht »an Sohn, Frau, Heim und  
dergleichen«.  
Damit forderst Du doch die Vereinzelung der  
Menschen.  
Da muss ich heftig protestieren.  
Denn wir Menschen sind von Natur aus soziale  
Wesen  
und brauchen andere, denen wir uns verbunden  
fühlen.  
Und Du willst, dass wir diese natürlichen  
Bindungen auflösen.  
Wohl deshalb, damit wir uns voll und ganz an Dich  
binden, Du Schlaufuchs.

#### KRISHNA, DER KUTSCHER, DER WIE EIN GOTT REDET:

12. Ich werde Dir erklären, was erkannt werden soll.  
Wenn man das erkennt, gelangt man zur  
Unsterblichkeit:  
Es ist das anfangslose Brahman, das Höchste,  
das weder Sein noch Nichtsein genannt wird.
13. Es hat überall Hände und Füße,  
überall Augen, Köpfe und Münder, und überall  
Ohren.  
So weilt es in der Welt und durchwirkt das All.
14. Es scheint die Eigenschaften aller Sinne zu  
haben,  
und ist doch losgelöst von allen Sinnen.  
Es haftet an nichts und trägt doch alles.  
Es ist frei von Eigenschaften, und nimmt sie doch  
in sich auf.
15. Es ist außerhalb und innerhalb von allen Wesen,  
unbewegt und doch bewegt.  
Es ist zu fein, um erkannt zu werden.  
Es ist sehr fern und doch ganz nah.
16. Es erscheint verteilt in den Wesen und ruht doch  
ungeteilt in ihnen.  
Man muss es verstehen als das, was die Wesen  
trägt,  
verschlingt und neu hervorbringt.
17. Es wird auch das Licht der Lichter genannt,  
das jenseits der Finsternis ist.

Es ist das Erkennen und das, was es zu erkennen gibt,  
sowie das, was durch Erkennen zu erlangen ist – und im Herzen eines jeden ruht.

18. So habe ich nun in kurzer Form das Feld beschrieben,  
sowie das Erkennen und das, was zu erkennen ist. Wer das verinnerlicht hat und mir gläubig anhängt,  
der erfährt den Zustand, in dem ich bin.
19. Das sollst Du verstehen: prakriti, das Naturgeschehen,  
und purusha, der bewusste Geist – sie haben beide keinen Anfang.  
Und verstehe auch, dass die Daseinsformen und ihre Umformungen  
aus dem Naturgeschehen entstehen.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Krishna, ich sehe, meine Brüder haben Dir zuerst zugehört  
und sich jetzt von Dir abgewandt.  
Sie sagten mir einmal, sie könnten es nur schwer ertragen,  
wenn jemand so über ein Jenseits predigt,  
von dem wir gar nichts wissen können.  
Versuch doch mal, mehr über das Diesseits zu reden,  
über all das Dramatische, das hier gerade geschieht.  
Und was hier und jetzt am besten zu tun wäre.

#### KRISHNA, DER KUTSCHER, DER WIE EIN GOTT REDET:

20. Das Naturgeschehen, so heißt es, bewirkt unser Tun,  
unsere Täterschaft und das, was getan wird.  
Unser bewusster Geist gilt als die Grundlage für das Erleben von Lust und Leid.
21. Denn der bewusste Geist ruht im Naturgeschehen und nimmt  
die Erscheinungsformen in sich auf, die aus der Natur entstehen.  
Er hängt an den Erscheinungsformen. Das ist der Grund  
für seine Geburt aus gutem oder schlechtem Mutterschoß.
22. Der bewusste Geist, das Höchste in diesem Körper, gilt auch

als der Betrachter, der Erlaubende, Erhaltende und Erlebende,  
die große göttliche Kraft, das wahre Selbst.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Krishna, Du redest vom wahren Selbst,  
vom stillen, vernünftigen inneren Betrachter. Das ist gut.  
Denn den brauchen wir jetzt ganz besonders.  
Er hilft uns, die irdische Welt klarer zu sehen und besser zu verstehen. Sie ändert sich ja ständig.  
Deshalb müssen wir immer wieder neu hinschauen:  
Was geschieht da gerade? Ist das richtig, was wir tun?  
Beispielsweise müssen wir uns fragen:  
Sind wir in diesem Krieg wirklich im Recht?  
Wenn wir in die Vergangenheit unserer Sippe eintauchen,  
dann erinnern wir uns wohl, dass wir Pāndavas unsere Vettern, die Kauravas,  
schon von Kindheit an verletzt und gedemütigt haben.  
Ihren Ältesten, Duryodhana, haben wir öffentlich lächerlich gemacht.  
Das hat sicher seine Rachegefühle hervorgerufen.  
So hat sich der Konflikt hochgeschaukelt – bis zum Krieg.  
Und wir sind mitschuldig.

#### KRISHNA, DER KUTSCHER, DER WIE EIN GOTT REDET:

23. Wer den bewussten Geist auf diese Weise versteht  
und die göttliche Natur samt ihren Erscheinungsformen,  
der wird nicht wiedergeboren, wie auch immer er leben mag.
24. Die einen erfahren den Atman, das wahre Selbst, durch die Versenkung des Selbst in das Selbst.  
Andere durch den Yoga des Wissens.  
Wieder andere durch den Yoga des Tuns.
25. Andere aber, die das Selbst nicht erfahren haben,  
hören von anderen davon und verehren es.  
Und die, die das Gehörte verehren,  
auch die überwinden den Tod.
26. Was für Wesen auch immer entstehen,  
bewegliche oder unbewegliche,

- sie entstehen durch die Verbindung des Feldes mit dem Kenner des Feldes. Das sollst Du wissen, Du Bester der Bharater.
27. Der höchste Herr ruht in allen Wesen und vergeht nicht, wenn sie vergehen. Wer das sieht, der sieht wirklich.
28. Denn wer sieht, dass dieser Herr überall in gleicher Weise gegenwärtig ist, der schadet seinem Selbst nicht durch sich selbst. So gelangt er zum höchsten Ziel.
29. All unser Tun wird allein vom Naturgeschehen bewirkt, und so ist unser Selbst nicht der Täter. Wer das sieht, der sieht wirklich.
30. Wenn man durchschaut, dass das Dasein der unterschiedlichen Wesen auf dem Einen beruht und auch von dem Einen her sich entfaltet, dann wird man eins mit dem Einen, dem Brahman.
31. Dieses höchste Selbst ist unvergänglich, denn es ist ohne Anfang und ohne Eigenschaften. Deshalb handelt es nicht und lässt sich auch von nichts treffen, obwohl es im Körper ruht, Du Sohn der Kuntī.
32. Der Raum, der alles durchdringt, ist so fein, dass er von nichts getroffen wird. Genauso wird das Selbst, das jeden Körper durchdringt, auch nicht getroffen.
33. So wie die eine Sonne diese ganze Welt erleuchtet, so erleuchtet der Herr des Lebensfeldes das ganze Feld, Du Bharater.
34. Wer so – mit dem Auge der Weisheit – den Unterschied versteht zwischen dem Lebensfeld und dem Kenner des Feldes, und auch die Erlösung der Wesen von der Natur, der geht ein in das Höchste.

#### DER ANDERE ARJUNA:

Krishna, Du predigst die »Erlösung von der Natur«, um zum »Höchsten zu gelangen«.  
Ich meine, die göttliche Natur, die Grundlage unseres Lebens –  
sie ist schon das Höchste. Du kennst doch, was der weise Satyakama

in der Chāndogya-Upanishad erzählt:

Da ist der berühmte Wettstreit der Sinneskräfte, welche die wichtigste sei.

Sie machen ein Experiment: Alle Sinne, auch Denken und Reden, ziehen jeweils für ein Jahr aus dem Körper aus. Ergebnis: Sie sind entbehrlich.

Aber als prāna, die Lebenskraft, ausziehen will, geraten die anderen in Panik.

Denn sie ist unentbehrlich. Ohne sie kann nichts Geistiges existieren.

Also ist sie das Höchste.

#### LITERATUR

- 1 **Täube, Rahimo:** »Patanjali's psychologische Yogalehre«, Phänomen-Verlag 2022

#### 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](http://www.blicki.de), [brighra.taeube@gmx.de](mailto:brighra.taeube@gmx.de)