

Der Zauber von Bhakti

Gottesliebe und unsere sozialen Beziehungen

„Nanu?“ - mag sich da manch einer wundern, „was haben denn diese Beiden – *Bhakti* und *soziale Beziehungen* – miteinander zu tun?“ Denn Bhakti-Yoga, so die einhellige und richtige Auffassung, ist der „Weg der Hingabe“ zum Höchsten, wie immer man Letzteres definieren möchte. Und da ist für Yoga-Praktizierende der Weg der Hinwendung zu Gott bzw. dem Göttlichen manchmal gleichbedeutend mit der Abkehr von dieser Welt. Doch sollten wir Yoga, gerade auch *Bhakti-Yoga*, nicht im Gegensatz zum Leben in dieser Welt betrachten. Es gibt einen elementaren und für Praktizierende nicht zu unterschätzenden Zusammenhang zwischen dem Yoga-Weg und den Menschen mit denen wir leben.

Bhakti, so sagen uns die indischen Gelehrten, leitet sich von der Sanskrit-Wurzel *bhaj* ab und bedeutet wörtlich „teilhaben, Anteil haben“ aber auch „Teil von etwas sein“. Daher ist Bhakti-Yoga sowohl der Weg, als auch der geistige Zustand der Hingabe an und Teilnahme am Göttlichen. Der Heilige Narada – Autor des wohl grundlegendsten Werkes über die *Bhakti*, der *Bhakti-Sutras* – bezeichnete die *Bhakti* als „(Ausdrucks-)Form inniger Gottesliebe“ (*Parama-Prema-Rupa*). Wie wir diesen Zustand der höchsten, d.h. göttlichen, Teilhabe erlangen können, lehrt uns indes ein anderes berühmtes Werk des Yoga und der indischen Philosophie – die *Bhagavad Gita*. Auf Arjunas Frage, wie denn die höchste Weisheit und Ergebenheit, die der göttlichen Teilhabe vorausgeht, erlangt werden könne, antwortet ihm Krishna (*BhG 12.2*)

„Diejenigen, die auf ewig unbeirrbar sind und Mich verehren,

den Geist unentwegt auf Mich ausgerichtet, ausgestattet mit höchstem Glauben, betrachte Ich als die Mir am meisten Ergebenen.

Doch was bedeutet das genau: *den Geist auf Gott richten*? Eine der Lehren des Yoga-Meisters Swami Muktananda war „Erkenne Gott in jedem anderen“ (bzw. „Erkennt Gott in einander“) und eine andere von ihm lautete „Gott lebt in Dir als Du“. Was geschieht wenn wir uns darüber hinaus vor dem Hintergrund dieser beiden Lehren auch noch die Aussage *Krishnas aus Bhagavad Gita 12.8* vergegenwärtigen? -

„Richte Deinen Geist fest auf mich – indem du Mich verehrst, Mir opferst, Dich vor Mir verbeugst – So wirst du wahrlich zu Mir kommen, das verspreche ich, denn Du bist Mir teuer?“

Ist denn mit diesem göttlichen „Ich“ und „Mir“ nur ein jenseitiger, der Welt entrückter Gott gemeint? Wen sollen wir also verehren, lieben? Vor wem sollen wir uns verneigen? Wer soll der Adressat oder das Ziel unserer Liebe sein – ausschließlich ein Gott, den wir uns als ein singuläres, von uns getrenntes Wesen vorstellen? Um diese Frage aus einer höheren Warte aus betrachten und beantworten zu können, müssen wir zu einem kleinen Exkurs in die Yoga-Philosophie bereit sein. Denn zur Beantwortung der Frage ist es notwendig zu wissen, was aus Sicht des Yoga die Natur der Seele, oder des individuellen Selbst (Skt. *Atman*) eigentlich ist.

Die individuelle Seele – und damit *jeder Mensch* – ist nach Auffassung der Yogis die Kristallisierung des Wunsches des göttlichen Bewusstseins, sich als Individuum in dieser Welt zu erfahren. Unser Dasein als Mensch ist das Spiel des göttlichen Bewusstseins, das darin besteht, sich selbst in verkörperter Form zu erfahren. Freiwillig und mit höchster Freude nimmt das göttliche Bewusstsein diese Begrenzungen an, um sich in Myriaden von

Formen und Individuen erleben zu können. Die Schöpfung, und mit ihr der Mensch, ist nach yogischer Auffassung kein bedauerlicher Fehler, ein fehlgeschlagenes göttliches Experiment, sondern ein vollkommener Ausdruck des vollkommenen Gottes. Gleiches bringt immer nur Gleiches hervor. Das Wort von Jesus Christus: „Seid vollkommen, wie Euer Vater im Himmel vollkommen ist“ (Math. 5. 48) war ein durchaus ernst gemeinter Aufruf an uns.

Nun können wir vielleicht verstehen, warum den alten Yoga-Traditionen der Weg der Liebe oder liebevollen Hingabe immer so wichtig war und ist, und vor allem, warum sie sagen, dass dieser Weg der schnellste und einfachste zum höchsten Ziel ist. Denn wenn Gott bzw. das Göttliche in allen Menschen gleichermaßen präsent ist, dann ist die Liebe zu ihnen nichts anderes als eine Form der Verehrung des Göttlichen im und am Menschen – eine Form der Gottesverehrung also. Es ist, wie einer meiner Freunde in Hinblick auf die Lehren der Upanishaden schrieb¹:

„Am Anfang gab es nur Gott. Wie kann es dann etwas geben, was nicht Gott ist? Alles, was man aus einem Goldklumpen machen kann, bleibt Gold. Ebenso bleibt alles, was aus Gott gemacht werden kann und gemacht wurde oder entstanden ist, Gott. Was geschieht mit unserer Welt, wenn wir das so annehmen? ... Wer ist mein Nachbar? Wer bin ich?“

Bildet dieses Verständnis die Grundlage für unsere Hingabe und Liebe zu Gott – *Bhakti* – d. h., versehen wir unsere Liebe nicht mit irgendwelchen Begrenzungen, sondern erleben wir sie buchstäblich als *grenzenlos*, richten wir auf vollkommene und natürliche Weise „den Geist auf Gott“ (*BhG 12. 2*) – einfach indem wir Gott in jedem Menschen, der uns begegnet,

¹ H.-G Türstig, Die Weisheit der Upanishaden. Frankfurt/M. 1999.

verehren und jeden unterschiedslos in unserer Liebe zu Gott einbeziehen. Oder wie der indische Philosoph Radhakrishnan es vor langer Zeit ausdrückte:

„Wenn wir in allen Dingen das eine Selbst erblicken, ergibt sich Gleichmut, Freiheit von selbstsüchtigen Begierden, Auslieferung unserer ganzen Natur an den innewohnenden Geist und Liebe zu allen Wesen. Wenn diese Eigenschaften offenbar werden, ist unsere Hingabe vollkommen, sind wir Menschen Gottes. Unser Leben wird dann nicht von den Kräften der Anziehung und der Abstoßung, der Freundschaft und der Feindschaft, der Freude und des Schmerzes geleitet, sondern allein von dem Bedürfnis, sich Gott und damit dem Dienst an der Welt, die mit Gott eins ist, hinzugeben.“

Dass sich die Haltung, das Göttliche in jedem zu erblicken und entsprechend zu handeln durchaus lebbar und praktizierbar ist, halten nicht nur die Lehrer und Meister des Yoga und anderer spiritueller Traditionen für möglich, sondern auch Mensch, die im Allgemeinen nicht gerade als „heilig“ gelten, sondern ganz im Gegenteil zuweilen sogar als ziemlich *tough*, erfolgsorientiert und den Werten der modereren Welt zugetan. Daher möchte ich an dieser Stelle den bekannten amerikanischen Unternehmensberater Lance Secretan zitieren, der sich nicht scheut von der „Heiligkeit“ zu sprechen, die „wir in anderen sehen sollten“ und die er als durchaus praktizierbar und für die heutige Zeit sogar als notwendig erachtet:

„Denn ich denke, wenn jeder die Heiligkeit in allen anderen Menschen sähe, würde das zu einem zukunftsfähigeren und liebevolleren Planeten führen. ... Während unsere Bestimmung enthüllt, warum wir hier sind, warum wir auf diesem Planeten geboren wurden, beantwortet unsere Aufgabe die Frage: *Wie werde ich in meinem Leben sein, um diese Bestimmung zu erfüllen?* Für mich ist die Antwort: Wenn es mir in irgendeinem Maß

gelingt, andere dazu zu inspirieren, dass sie die Heiligkeit in allen Beziehungen sehen (ich sage bewusst ‚in allen‘, nicht nur in einigen) – dann könnte es gelingen, dass Lehrer und Studenten anfangen, die Heiligkeit ineinander zu sehen, dass Anwälte anfangen, die Heiligkeit in den Argumenten des gegnerischen Anwalts zu sehen, dass Gefängnisaufseher und Gefängnisinsassen die Heiligkeit ineinander erkennen, dass Israelis und Palästinenser erleben, wie die Heiligkeit in ihrem Gegenüber sichtbar wird, dass Manager und Gewerkschafter die Heiligkeit ineinander entdecken, dass Ehemänner und Ehefrauen einander als heilig respektieren und dass das Gleiche geschieht zwischen Kindern und Eltern, Ärzten und Patienten, Liberalen und Konservativen, Vorstandsvorsitzenden und Angestellten und Aktionären. Wenn das zum vorherrschenden Ethos in der Welt würde, wären wir auf dem Weg zu einem zukunftsfähigeren und liebevolleren Planeten.“²

„Die Heiligkeit in den anderen Menschen sehen“ – ist das nicht ziemlich genau das, was Swami Muktananda lehrte: „Erkenne Gott in jedem anderen“? Was aber passiert mit uns, wenn wir beginnen, die Heiligkeit oder das Göttliche, in unseren Mit-Geschöpfen zu sehen bzw. in unseren sozialen Beziehungen unmittelbar zu erfahren? Nun, wir empfinden spontan und auf natürliche Weise im wahrsten Sinne des Wortes *Mit-Gefühl*. Mitgefühl kommt von einem *Zustand* der Einheit und Identität. Eigentlich ist ja alles, was den Weg der *Bhakti* ausmacht – Liebe, Hingabe, Mitgefühl – nichts, was man tun kann. Es ist ein Zustand des Bewusstseins. Mitgefühl ist Ausdruck der unmittelbaren Erfahrung der Einheit mit den anderen Wesen dieser Welt. Es ist das tiefe Empfinden, z.B. bei einer Begegnung, einem Gespräch oder auch nur einem Austausch von Blicken: „Dieser Mensch – auch wenn ich es noch nicht so ganz verstehe – ist ein Teil von mir, ist in irgendeiner besonderen Weise mit mir verbunden.“ Diese Erfahrung, um es ganz simpel auszudrücken, macht uns glücklich. Es ist die Erfahrung der Liebe.

² L. Secretan, Inspirieren statt motivieren. Bielefeld 2006.

Mit den anderen Menschen zu fühlen, gibt unserem eigenen inneren Wesen Raum, es macht den Raum unseres inneren Gefäßes unendlich groß und weit. Der Zustand der Einheit mit allem ist immer da. Was wir tun können, ist – ihm Raum geben, indem wir ihn wahrnehmen. Wir sprachen davon, die Heiligkeit in den anderen zu erkennen, zu erleben, zu entdecken. Doch muss man diese Heiligkeit des anderen nicht erst *m a c h e n*. Sie ist einfach da! Wenn ich die Heiligkeit oder Göttlichkeit des anderen erfahre, heißt das, dass ich – also das begrenzte Ich, mit dem ich mich „normalerweise“ identifizieren – innerlich zurück getreten bin, einen Schritt nach innen getan habe. Durch diese Losgelöstheit erfahre ich dann den Zustand der Einheit, der mich Liebe und Mitgefühl – als Ausdruck der Verbundenheit mit allem – erfahren lässt. Die entscheidende Frage ist nur: Lasse ich diese Veränderung, diese Transformation zu – oder halte ich an meiner bisherigen Erfahrung, der begrenzten Identität und Wahrnehmung, fest? Wage ich es diese erweiternde Erfahrung zu machen bzw. zuzulassen? Wir erinnern uns: *Bhakti* bedeutet wörtlich *sich hergeben, um an etwas Umfassenderen teilzuhaben*.

Es geht also im Yoga nicht darum, das Ich zu zerstören. Sondern darum, das Ich (man könnte auch sagen: unser inneres Herz) so groß zu machen, dass die ganze Welt in ihm Platz hat. Im *Bhakti-Yoga* kümmern wir uns eigentlich gar nicht so sehr um das kleine Ich, unser Ego. Durch die Erfahrung der Liebe und des Mitgefühls – die wir auf dem Übungsfeld unserer sozialen Beziehungen im Laufe der Zeit machen – wird das kleine Ich seine Form im Laufe unsere Entwicklung aufgeben und zum unendlichen Ich Gottes werden. Nach den Lehren des *Bhakti-Yoga* sind unsere Liebe, unsere Hingabe, unser Mitgefühl die Schlüssel, mit denen die Tür unseres inneren, dunklen Gefängnisses geöffnet werden kann – die Gefängniszelle des begrenzten, kleinen Ichs, das uns wegschließt von der Welt, von den anderen Geschöpfen, von Gott. Wie wichtig unser Mit-Gefühl – als vollkommener Ausdruck

des Sich-Wiedererkennens-im-Anderen – auf unserem Yoga-Weg hinaus aus unserem dunklen Gefängnis ist, veranschaulicht folgende Geschichte, mit der ich meine Ausführungen beschließen möchte:

„Einmal fragte ein großer Guru seine Schüler, wie sie feststellen könnten, dass die Nacht zu Ende sei und der Tag begänne. Ein Schüler sagte: ‚Wenn du ein Tier in der Ferne siehst und du unterscheiden kannst, ob es eine Kuh oder ein Pferd ist, dann kannst du sicher sein, dass der Tag begonnen hat. ‚Nein‘, sagte der Guru.

Ein anderer Schüler sagte: ‚Wenn du auf einen Baum in der Ferne schaust und bestimmen kannst, ob es ein Neembaum oder ein Mangobaum ist, dann weißt du, dass die Sonne aufgegangen sein muss.‘ ‚Auch das nicht.‘ Sagte der Guru. Die Schüler waren verblüfft. Sie sagten: ‚Bitte, Herr, sag uns, wie lautet die Antwort?‘

‚Du kannst gewiss sein, dass der Tag begonnen hat, wenn du in das Gesicht irgendeines Mannes schaust und deinen Bruder in ihm erkennst, wenn du in das Gesicht irgendeiner Frau schaust und in ihr deine Schwester entdeckst. Wenn du das nicht kannst, dann spielt es keine Rolle, wie spät es nach dem Stand der Sonne ist. Dann herrscht in dir noch immer Nacht.‘³

© 2005 - Dr Joachim Reinelt



³ Gurumayi Chidvilasananda, Sadhana des Herzens. Telgte 2007.