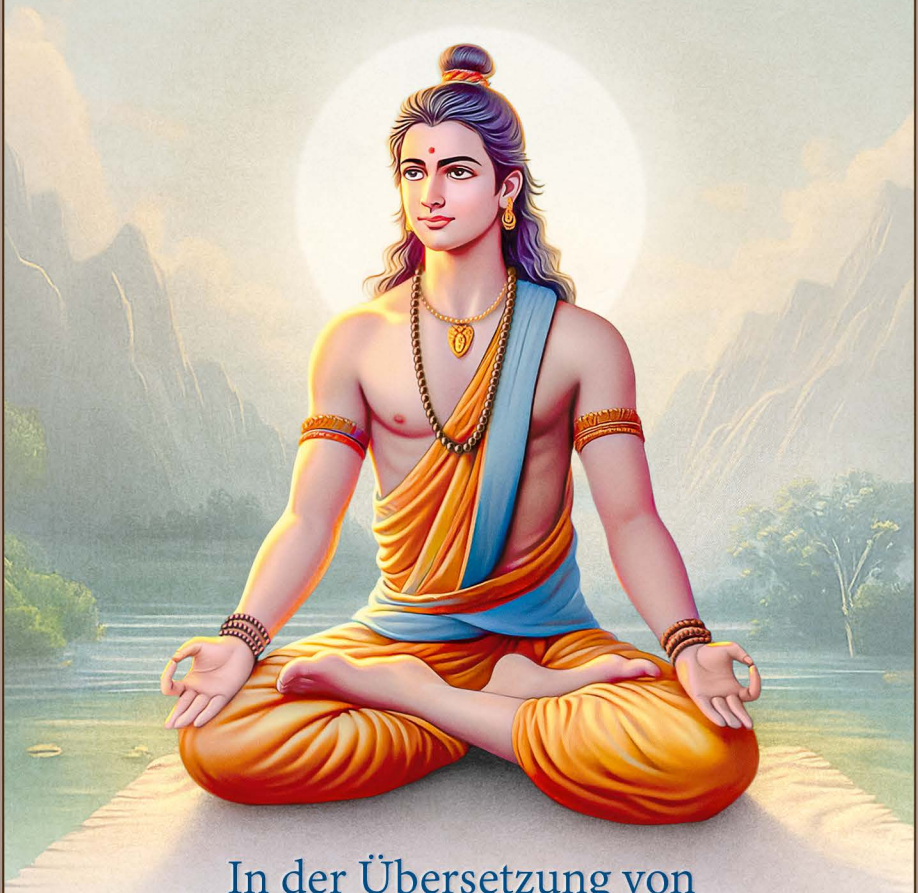
LESEPROBE

yoga vasishtha

Band 1



In der Übersetzung von

SWAMI VENKATESANANDA

YOGA VIDYA VERLAG

LESEPROBE

Klimaneutral
Druckprodukt

Originalausgabe:
Vasistha's Yoga by Swami Venkatesananda

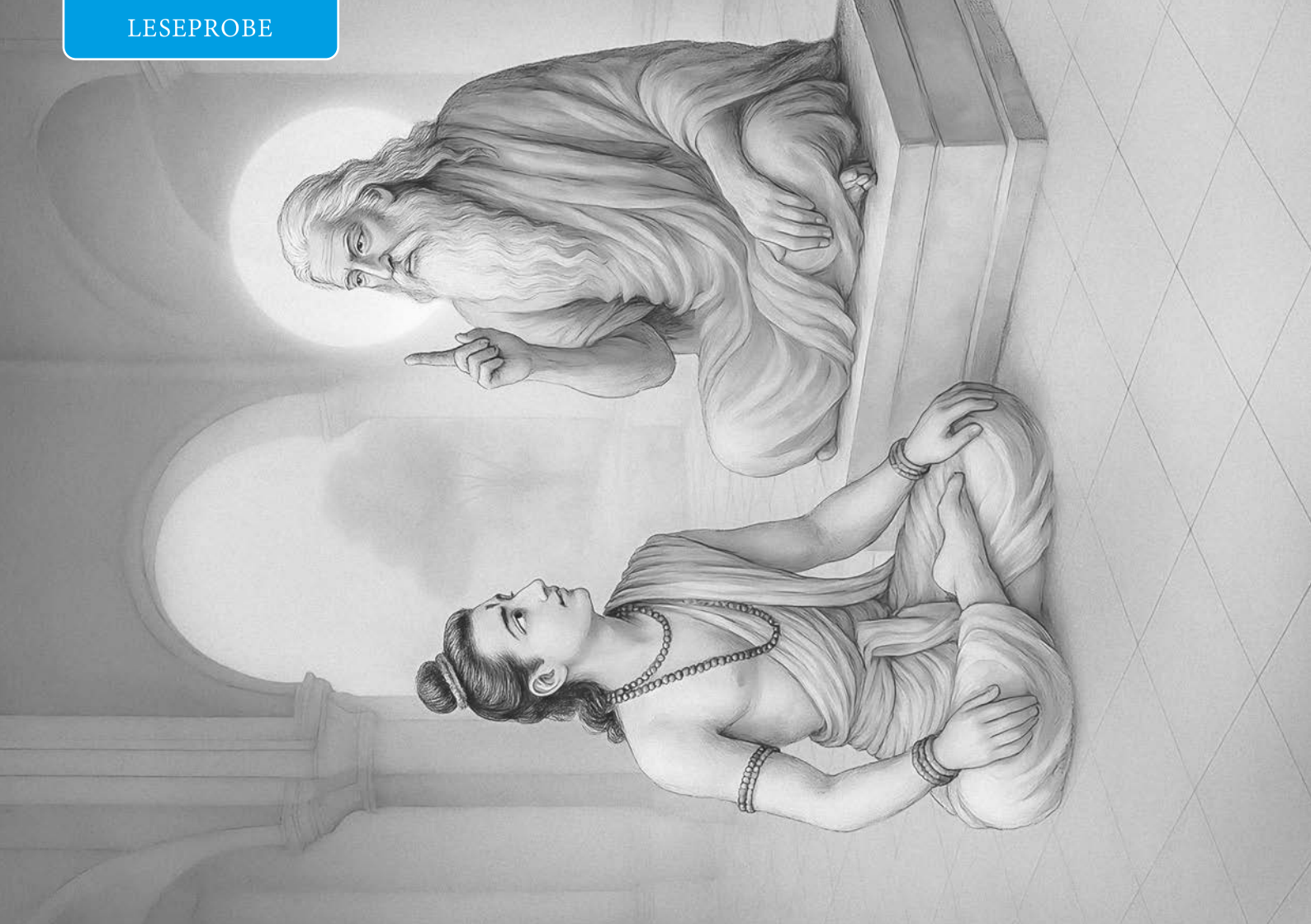
1. Auflage der Softcover-Ausgabe (Band 1)
© 2025 Yoga Vidya Verlag in der Yoga Vidya GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Bildnachweise: Das Titelbild sowie die Abbildungen auf S. 3 und S. 5 wurden mithilfe von MS Designer und ChatGPT mit Bildgenerierungsfunktion speziell für dieses Buch erstellt und sind urheberrechtlich geschützt. Weitere Bilder: swamivenkatesananda.org auf S. 12, Harald Schnauder auf S. 455, Claus Sagasser auf S. 455 und S. 456, Jörg Müller auf S. 456.

Printed in Germany.
ISBN: 978-3-943376-84-5 (Band 1, Softcover)

Yoga Vidya Verlag in der Yoga Vidya GmbH
Yogaweg 1 · 32805 Horn-Bad Meinberg · Deutschland
shop@yoga-vidya.de · https://shop.yoga-vidya.de

LESEPROBE



LESEPROBE

INHALT

Vorwort des deutschen Herausgebers **8**
Vorwort zur deutschen Übersetzung **10**
Danksagung **11**
Swami Venkatesananda **12**
Einführung **14**
Gebet **16**

Kapitel I: Über die Leidenschaftslosigkeit **17**

Kapitel II: Über die Qualitäten des Suchers **43**
Die Geschichte von Shuka 43
Eigenbemühung 46

Kapitel III: Über die Weltentstehung **64**
Ākāsha – Raum oder Dimension 64
Die Geschichte von Līlā 85
Die Geschichte von Karkatī 136
Die Geschichte von den Söhnen Indus (10 junge Männer) 159
Die Geschichte von Ahalyā 161
Die Geschichte vom riesigen Wald 174
Die Geschichte der drei nicht existierenden Prinzen 178
Die Geschichte von Lavana 180

Kapitel IV: Über die Existenz **208**
Die Geschichte von Shukra 210
Die Geschichte von Dāma, Vyāla und Kata 236
Die Geschichte von Bhīma, Bhāsa und Dridha 247
Die Geschichte von Dāshūra 266
Kacas Lied 276

LESEPROBE

Kapitel V: Über die Auflösung **281**
Die Geschichte von König Janaka 287
Die Geschichte von Punya und Pāvana 313
Die Geschichte von Bali 317
Die Geschichte von Prahlāda 330
Die Geschichte von Gādhi 362
Die Geschichte von Uddālaka 376
Die Geschichte von Suraghu 394
Die Geschichte von Bhāsa und Vilāsa 401
Die Geschichte von Vītahavya 427

Aussprache, sprachliche Besonderheiten

Im Text haben wir die **Sanskrit-Fachbegriffe in vereinfachter Umschrift** aufgenommen, um den Lesefluss zu erleichtern.

Die wichtigsten Ausspracheregeln der vereinfachten Umschrift:
Die Vokale **o** und **e** werden immer lang gesprochen.
Die Vokale **ā**, **ū**, **ī** mit einem Strich darüber werden lang gesprochen, ohne Strich kurz.

c, **ch**	=	tsch
j	=	dsch, außer: Jnāna = Njana; ajna = agnja
sh	=	sch
h	=	immer gehaucht, leicht hörbar

LESEPROBE

VORWORT DES DEUTSCHEN HERAUSGEBERS

Das *Yoga Vasishtha*, eines der bedeutendsten Werke indischer Philosophie, ist ein Lehrgespräch zwischen dem legendären Rishi Vasishtha und dem Königssohn Rāma.

Der junge Rāma soll allmählich von seinem Vater die Regierungsgeschäfte übernehmen, befindet sich jedoch in einer spirituellen Krise. Er sieht, dass alle äußeren Werte vergänglich sind – Jugend, Gesundheit, Wohlstand, Ansehen, Macht –, und stellt sich die großen Fragen menschlicher Existenz: Was ist Glück? Was ist die Welt? Was ist der Sinn des Lebens?

Der Weise Vasishtha erklärt ihm den Yogaweg, insbesondere den Weg des reinen Vedānta, wonach dieses ganze Universum so wie wir es normalerweise wahrnehmen, eine Illusion ist. Die höchste vedantische Weisheit kommt in Form fantastischer Geschichten, die sich teilweise in Parallel-Universen abspielen. Vasishtha will Rāma – und damit uns – aufrütteln aus unserem normalen Alltagsbewusstsein, uns die Relativität der Welt der Erscheinungen drastisch vor Augen führen. Diesem Ziel dienen auch die für diesen indischen Lehrstil typischen Wiederholungen. Sie sind nicht überflüssig, sondern Didaktik, um den Geist umzuprogrammieren.

Trotz oder gerade wegen seiner hohen Philosophie ist das *Yoga Vasishtha* eine Anleitung für gelebte Spiritualität im Alltag. Nachdem Rāma diese große Unterweisung von Vasishtha empfangen hat, zieht er sich nicht in eine Höhle zurück, sondern er übernimmt die Herrschaft über das Königreich. Im Wissen, dass alles auf der relativen Ebene vergänglich ist, es aber darum geht, in dieser Welt seinen Part so gut wie möglich zu spielen, kann Rāma ein guter, gerechter König werden, und dabei ein glückliches und gelassenes Leben führen.

Der spirituell Suchende findet hier einen wertvollen Schatz höchster vedantischer Weisheit. Die Lektüre regt seit Jahrhunderten Menschen zum Nachdenken und Meditieren über die höchste Wahrheit an. Ein Buch, das den Sucher nach Wahrheit tief beeindrucken und auf seiner Suche begleiten und inspirieren wird.

LESEPROBE

Bislang gibt es auf Deutsch keine oder nur sehr stark gekürzte Fassungen des *Yoga Vasishtha*. Es ist der persönlichen Initiative des Übersetzers zu verdanken, dass dieses großartige, einzigartige Werk nun der deutschsprachigen Leserschaft zugänglich wird. Möge es den Lesern wahre Erkenntnis und praktische Lebenshilfe schenken.

Swami Nirgunananda
für den Yoga Vidya Verlag
im September 2011
(Erscheinungstermin der Hardcover-Ausgabe)

LESEPROBE

VORWORT ZUR DEUTSCHEN ÜBERSETZUNG

Das Brihat (das Große) *Yoga Vasishtha* oder *Yoga Vasishtha Yoga Maha Ramayana*, wie es auch genannt wird, ist ein Werk bestehend aus 32.000 Versen in Sanskrit, die traditionellerweise Valmīki, dem Autor des *Ramayana*, zugeschrieben werden. Sie behandeln einen Dialog zwischen dem Weisen Vasishtha und Shrī Rāma, in dem der Advaita (die Doktrin der Nondualität) in seiner reinsten Form des Ajatāvāda (Theorie der Nicht-Erzeugung) mit Hilfe eingeschobener historischer Verbildlichungen erläutert wird. Der große Weise Shrī Ramana Maharshi (1879-1950) zitierte häufig aus dem *Yoga Vasishtha*.

Im *Yoga Vasishtha* geht es um die Unwirklichkeit der Welt, die Erkenntnis des Selbst und den Weg des Weisen.

Eine der zentralen Aussagen dieses Werkes lautet:

„Diese Welterscheinung ist nichts als eine Täuschung – so wie die Bläue des Himmels eine optische Täuschung ist. Ich halte es für ratsam, dem Verstand nicht zu erlauben, sich länger mit ihr zu beschäftigen, sondern sie einfach zu ignorieren. Solange in einem Menschen nicht die Überzeugung wächst, dass diese Welterscheinung keinerlei Wirklichkeit besitzt, sind weder die Freiheit vom Kummer noch die Verwirklichung der eigenen wahren Natur möglich. Moksha, Befreiung, besteht in der totalen Aufgabe aller Vāsanās bzw. mentalen Konditionierungen, und zwar ohne den geringsten Vorbehalt."

Diese Übersetzung ist aus einem persönlichen Antrieb heraus entstanden, da es sich meiner Meinung nach um eines der bedeutendsten Werke der spirituellen Literatur handelt.

Mein besonderer Dank gilt Swami Sarvamangalananda in Rishikesh, die die Mühe nicht gescheut hat, dieses umfangreiche Werk gründlich zu überarbeiten und dadurch der Druckreife zuzuführen. Ich danke auch allen anderen Beteiligten, die die Qualität dieses Buches durch Korrekturlesen weiter gesteigert haben.

Der Übersetzer

LESEPROBE

DANKSAGUNG

Unser besonderer Dank gilt

- in erster Linie den großen Weisen aller Zeiten, allen voran Vasishtha und Valmīki, der die Lehrrede von Vasishtha niedergeschrieben haben soll
- Swami Venkatesananda für seine hervorragende Übersetzung des Original-Sanskrittextes ins Englische
- dem Übersetzer aus dem Englischen ins Deutsche, der nicht genannt werden will
- Swami Sarvamangalananda aus Rishikesh für ihr großes Engagement und ihre Überarbeitung
- Eva-Maria Kürzinger, Chitra Kasper, Anorte Sillus und vielen anderen für die Korrekturen

LESEPROBE

SWAMI VENKATESANANDA

Über Swami Venkatesananda sagte Swami Sivananda (Venkatesanandas Meister, Heiliger und Vedānta-Lehrer): „Seine Briefe sind voller Honig. Er benötigte nicht einmal einen Entwurf; er setzte sich an die Schreibmaschine und so war der Brief sofort fertig. Die Arbeit, die er geleistet hat, würden andere Leute nicht geschafft haben. So viele Bücher und Schriften sind gedruckt worden allein aufgrund seiner Arbeit. Nicht ein einziges Wort hat er jemals geäußert, das mir missfallen hätte. Wenn ich gerade dringend Arbeit zu erledigen hatte, war sie am nächsten Morgen schon fertig – er hatte dann einfach die ganze Nacht durchgearbeitet. Er hat kein Ego. Nie würde er sagen: ‚Dies ist nicht gut.' Er ist bescheiden und egolos."

Swami Venkatesananda (damals unter dem Namen Parthsarathy bekannt) wurde in Tanjore am 29. Dezember 1921 als Kind einer südindischen Brāhmanenfamilie geboren. Er erlernte noch im jungen Alter von seinem Onkel und Großvater Sanskrit und liebte die Pflege religiöser Sitten und Gebräuche. Er war intelligent und voller Humor (auf späteren Reisen im Westen pflegte er Alltagsbegebenheiten mit seinem wunderbaren Humor zu kommentieren).

Im Alter von vierzehn Jahren entdeckte er ein Buch von Swami Sivananda in einem Buchgeschäft. Er war davon so beeindruckt, dass er Swami Sivananda schrieb und bat, ihn in seinem Ashram begleiten zu dürfen. Swami Sivananda schrieb ihm zurück, lieber erst seine Ausbildung zu beenden und danach nach Rishikesh zu kommen. Später arbeitete er dann für die Madras Company und erlangte die Position des Privatsekretärs des Kriegsministers. Eines Tages wurde er gebeten, einige wichtige Persönlichkeiten nach Rishikesh zu begleiten. Als er realisierte, dass er nun Swami Sivananda sehen könnte, kannte seine Freude keine Grenzen. Während die Persönlichkeiten in Rishikesh abstiegen, ging er zum Büro des Ashrams und fragte nach Swami Sivananda. Es wurde ihm bedeutet,

LESEPROBE

dass Swami Sivananda gerade ruhe und ihn nicht empfangen könne. Er ging an Swami Sivanandas Zimmer vorbei, als dieser plötzlich herauskam und sagte: „So! Du bist also gekommen.“ Swami Venkatesananda (zu jener Zeit noch Parthsarathy genannt) bat ihn, im Ashram bleiben zu dürfen. Swami Sivananda bat ihn seinerseits darum, erst seine Ausbildung zu beenden und anschließend zu kommen. Nach einem Jahr, in dem er alle seine Verpflichtungen erfüllt hatte, kehrte er nach Rishikesh zurück und blieb. Sivananda ließ ihn verschiedene Aufgaben in der Küche, dem Tempel, dem Büro des Ashrams und Schreib- und Pressearbeiten verrichten. Danach wurde er der persönliche Assistent von Swami Sivananda. Er tippte seine Bücher, beantwortete Briefe und ging ihm bei den täglichen Arbeiten zur Hand.

Später bereiste Swami Venkatesananda die Welt. In Südafrika schrieb er schließlich viele seiner Bücher wie den Kommentar zur *Bhagavad-Gita* und die Übersetzungen des Bhagavatam, des Ramayana, des *Yoga Vasishtha* und der Aussprüche Buddhas, die er Sanskrit- und Pali-Texten entnahm. Dazwischen beantwortete er Briefe, derer ihn oft 50 täglich erreichten. Kennzeichnend für seine praktische Vernunft war seine Empfehlung, von allen seinen Büchern jeweils nur so viel zu lesen, wie man als Botschaft für den Tag verdauen konnte, damit die erhabenen und subtilen Gedanken der Texte durch beständiges Nachsinnen einsinken konnten. Für das *Yoga Vasishtha* empfahl Swami Venkatesananda das Lesen nur einer Seite auf einmal, um das rechte Verständnis der Unterweisung zu fördern.

Swami Venkatesananda verließ seinen Körper am 2. Dezember 1982 in Johannesburg, Südafrika.

LESEPROBE

EINFÜHRUNG

Die Gelehrten spekulieren über den Autor dieser monumentalen Schrift und andere damit in Zusammenhang stehende akademische Fragen. Möge Gott ihnen eines Tages die gewünschten Erkenntnisse schenken.

Das *Yoga Vasishtha* ist eine der großartigsten Hilfestellungen für das spirituelle Erwachen und die unmittelbare Erfahrung der Wahrheit – das ist gewiss. Wenn es dies ist, was du suchst, dann sei willkommen beim *Yoga Vasishtha*.

Der Text scheint vor Wiederholungen überzufließen, die jedoch in Wahrheit keineswegs müßig sind. Falls du Wiederholungen nicht magst oder benötigst, dann lies nur diesen einen Satz:

„Diese Welterscheinung ist nichts als eine Täuschung – so wie die Bläue des Himmels eine optische Täuschung ist. Ich halte es für ratsam, dem Verstand nicht zu erlauben, sich länger mit ihr zu beschäftigen, sondern sie einfach zu ignorieren.“ (I, 3)

Gerade diese Aussage erscheint mehrere Male in dieser Schrift, und sie scheint auch die wesentliche Aussage der hier vorgelegten Unterweisung zu sein.

Falls dir dies noch nicht ganz klar sein sollte, dann lies aufmerksam diese Schrift. Die vielfältigen Wege, mit deren Hilfe diese Wahrheit enthüllt wird, werden dir dabei helfen, deinen Verstand aufzuschließen.

Es ist klug, pro Tag nur eine Seite zu lesen. Die Lehre ist revolutionär, jedoch wird der voreingenommene Verstand sie nicht ohne weiteres akzeptieren. Nach dem täglichen Studium meditiere – lass die Botschaft in dich eindringen.

Ein stets wiederkehrender Ausdruck in dieser Schrift ist „Kākatālīya“ – eine Krähe lässt sich auf einer Kokospalme nieder, und in genau diesem Augenblick fällt eine reife Kokosnuss herunter. Die beiden nicht miteinander in Zusammenhang stehenden Ereignisse scheinen auf rätselhafte Art in Zeit und Raum miteinander in Beziehung zu stehen – trotz ihrer offenbar inexistenten kausalen Beziehung.

Genauso ist auch das Leben – genauso auch die „Schöpfung“. Der Verstand jedoch verfängt sich selbst in seiner unaufhörlichen Endlos-

LESEPROBE

schleife der logischen Fragen nach dem „Warum“. Er erfindet ein „Warum“ und ein „Wozu“, um sich selbst zufrieden stellen zu können, wobei er bequemerweise und fortgesetzt die unbequemen Fragen meidet, die einen intelligenteren Verstand heimsuchen.

Vasishtha verlangt die direkte Beobachtung des Verstandes und Gemüts, ihrer Bewegungsformen, ihrer Wahrnehmungen und Begründungen. Er fordert die Untersuchung der angenommenen Ursachen und des daraus folgenden Schlusses, und er fordert sogar die Untersuchung des Beobachteten und der Beobachtung sowie deren letztliche Verwirklichung ihrer unteilbaren Einheit als das unendliche, absolute Bewusstsein.

Darin besteht die Einzigartigkeit dieser Schrift, die sich somit selbst als die höchste erklärt:

„Außer mit Hilfe dieser Schrift kann niemand das Gute erlangen – jetzt nicht und nicht in Zukunft. Für die vollkommene Verwirklichung dieser höchsten Wahrheit sollte man daher eifrig und nachdrücklich nur diese Schrift studieren.“ (VI.2, 103)

Es ist gewiss die Unterweisung selbst, die erlesen ist – nicht etwa ein Buch oder ein Weiser. Daher scheut Vasishtha sich nicht zu sagen:

„Falls jemand meinen sollte, dass diese Schrift nicht autoritativ sondern menschlichen Ursprungs sei, dann kann er immer noch seine Zuflucht zu einer anderen Schrift nehmen, die sich mit der Selbsterkenntnis und der endgültigen Befreiung befasst.“ (VI.2, 175)

Welches auch immer die Schrift sei, und von wem auch immer sie gelehrt wird, unabhängig von dem von dir gewählten Pfad der Erkenntnis – höre niemals auf, bis nicht alle psychologische Konditionierung gänzlich aufgehört hat. Daher ermahnt Vasishtha den Sucher:

„Man sollte jeden Tag wenigstens einen kleinen Teil dieser Schrift studieren. Ihre Schönheit liegt auch darin, dass der Leser niemals mit seiner Ratlosigkeit alleingelassen wird – falls etwas nicht sofort klar sein sollte, so macht das weitere Studium dieser Schrift das Verständnis fester.“ (VI.2, 175)

[Hinweis des Herausgebers: Die Versnummern sind jeweils zu Beginn eines neuen Verses in eckigen Klammern fett aufgeführt.]

LESEPROBE

GEBET

yataḥ sarvāṇi bhūtānipratibhānti sthitāni ca |
yatraivopaśamaṃ yānti tasmaisatyātmane namaḥ || 1 ||

jñātā jñānaṃ tathā jñeyaṃ draṣṭādarśanadṛśyabhūḥ |
kartā hetuḥ kriyā yasmāttasmai jñasyātmane namaḥ || 2 ||

sphuranti sīkarā yasmādānandasyāmbare'vanau |
sarveṣāṃ jīvanaṃ tasmai brahmānandātmane namaḥ || 3 ||

Wir verneigen uns vor dieser Wirklichkeit,
in welcher alle Elemente
und alle belebten und unbelebten Wesen erstrahlen,
als hätten sie eine unabhängige Existenz,
und in welcher sie eine Zeit lang existieren,
um wieder mit ihr zu verschmelzen.

Wir verneigen uns vor diesem Bewusstsein,
welches die Quelle der scheinbar unterschiedlichen Dreiheit
des Wissenden, des Wissens und des Gewussten,
des Sehers, des Sehens und des Gesehenen,
des Täters, des Tuns und des Getanen ist.

Wir verneigen uns vor dieser absoluten Seligkeit
(dem Ozean der Seligkeit),
die das wahre Leben aller Wesen ist,
deren Glück und Wohlergehen
aus einem einzigen Wasserspritzer
dieses Ozeans der Seligkeit
hervorgegangen sind.

LESEPROBE

KAPITEL I: ÜBER DIE LEIDENSCHAFTSLOSIGKEIT

[I, 1] SUTĪKSHNA, der Weise, fragte den Weisen Agastya:

O Weiser, bitte erleuchte mich zu diesem Problem der Befreiung! Welches von diesen beiden ist der Befreiung förderlich – die Tätigkeit oder die Erkenntnis?

AGASTYA erwiderte:

Wahrlich, so wie Vögel zum Fliegen beider Flügel bedürfen, so führen auch Tätigkeit und Erkenntnis beide zusammen zum höchsten Ziel der Befreiung. Nicht jedoch können Tätigkeit oder Erkenntnis allein zur Befreiung führen – beide zusammen erst bilden das Mittel zur Erlangung der Freiheit. Höre: Ich erzähle dir nun als Antwort auf deine Frage eine alte Geschichte. Einst lebte ein heiliger Mann namens Karunya, der Sohn des Agniveshya. Nachdem er die heiligen Schriften gemeistert und ihren Sinn verstanden hatte, wurde der junge Mann gegenüber dem Leben gleichgültig. Als Agniveshya dies bemerkte, verlangte er zu wissen, weshalb Karunya die Ausführung seiner täglichen Pflichten aufgegeben habe. Daraufhin erwiderte Karunya: „Sagen die Schriften denn nicht auf der einen Seite, dass man alle ihre Vorschriften bis zum Ende des Lebens erfüllen sollte, während sie auf der anderen Seite feststellen, dass die Unsterblichkeit nur durch die Aufgabe aller Tätigkeit erlangt werden kann? Was soll ich, der ich zwischen diesen beiden Aussagen gefangen bin, nun tun, o mein Guru und Vater?“ Nachdem er dies geäußert hatte, verstummte der junge Mann.

AGNIVESHYA sagte:

Mein Sohn, höre zu – ich werde eine alte Legende erzählen. Erwäge ihren Sinn gebührend und handle dann, wie du es für richtig hältst. Vor langer Zeit saß einmal auf einem Gipfel des Himālayas eine himmlische Nymphe namens Suruci. Eines Tages sah sie einen Boten Indras, des Königs der Götter, vorbeifliegen. Von ihr über den Zweck seiner Mission befragt, antwortete dieser wie folgt: „Ein königlicher Weiser namens Arishtanemi hatte sein Königreich seinem Sohn übergeben und unterzog sich in den Gandhamādana-Bergen atemraubenden Askesepraktiken. Als er dies bemerkte, bat mich Indra, mich ihm zusammen mit einer Anzahl

LESEPROBE

von Nymphen zu nähern und den königlichen Weisen in den Himmel zu geleiten. Der königliche Weise jedoch wünschte zuvor Auskunft über die Vorteile und Nachteile des Himmels zu erhalten. Ich erwiderte: Im Himmel erhalten die Besten, die Mittleren und die Geringeren unter den frommen Sterblichen die ihnen zukommende Belohnung. Sobald sie die Früchte der ihnen zustehenden Verdienste genossen haben, kehren sie in die Welt der Sterblichen zurück. Daraufhin lehnte der königliche Weise die Einladung Indras in den Himmel ab. Indra sandte mich ein weiteres Mal zu dem königlichen Weisen – diesmal mit der Weisung, dass er vor einer nochmaligen Ablehnung den Rat des Weisen Vālmīki einholen möge.

So wurde der königliche Weise dann Vālmīki vorgestellt. Er fragte Vālmīki: „Worin besteht der beste Weg, von Geburt und Tod frei zu werden?“ Als Antwort darauf erzählte Vālmīki ihm von dem Dialog zwischen Rāma und Vasishtha.

[I, 2] VALMĪKI sagte:

Nur derjenige ist qualifiziert zum Studium dieser Schrift (nämlich des Dialogs zwischen Rāma und Vasishtha), der so empfindet: „Ich bin gebunden, ich möchte frei werden“ und der weder völlig unwissend noch erleuchtet ist. Derjenige, welcher mit Bedacht die in dieser Schrift vorgeschlagenen Mittel zur Befreiung, welche in der Form von Erzählungen mitgeteilt werden, erwägt, wird ganz gewiss die Freiheit von der Wiederholung des Lebens (von Geburt und Tod) erlangen.

Ich habe die Geschichte von Rāma schon früher verfasst und sie auch meinem geliebten Schüler Bharadvāja mitgeteilt. Als wir einmal gemeinsam zum Berg Meru gewandert sind, hat Bharadvāja sie Brahmā, dem Schöpfer, weitererzählt. Dieser war über sie so hoch erfreut, dass er Bharadvāja einen Wunsch gewährte. Bharadvāja wünschte sich, dass „alle menschlichen Wesen frei vom Leiden sein mögen“ und bat Brahmā, den besten Weg aufzuzeigen, um dieses Ziel zu erreichen.

Brahmā sagte dann zu Bharadvāja: „Suche den Weisen Vālmīki auf und bitte ihn darum, die erhabene Geschichte von Rāma zu erzählen, damit der Zuhörer auf diese Weise frei von der Dunkelheit der Unwissenheit

LESEPROBE

werde.“ Noch nicht befriedigt, kam Brahmā, begleitet von dem Weisen Bharadvāja, zu meiner Einsiedelei.

Nachdem er meine Verehrung entgegengenommen hatte, sagte Brahmā zu mir: „O Weiser, deine Geschichte von Rāma soll das Floß sein, mit dem die Menschen den Ozean von Samsāra (der Wiederholung von Geburt und Tod) überqueren. Erzähle diese Geschichte daher von Anfang an bis zu ihrem glücklichen Ende.“ Nachdem er so gesprochen hatte, verschwand der Schöpfer.

Durch das plötzliche Verschwinden von Brahmā verwirrt, bat ich den Weisen Bharadvāja mir zu erklären, was Brahmā gerade gesagt hatte. Bharadvāja wiederholte Brahmās Worte: „Brahmā wünscht, dass du die Geschichte von Rāma auf eine Weise darlegen möchtest, dass sie allen Wesen ermöglicht, den Kummer hinter sich zu lassen. Auch ich bitte dich, o Weiser – teile mir bitte in allen Einzelheiten mit, wie Rāma, Lakshmana und die anderen Brüder sich selbst vom Kummer befreien konnten.“

Daraufhin enthüllte ich Bharadvāja das Geheimnis der Befreiung von Rāma, Lakshmana und den anderen Brüdern wie auch deren Eltern und den Mitgliedern des königlichen Hofes. Und ich fügte für Bharadvāja noch hinzu: „Mein Sohn, wenn du wie diese lebst, dann wirst auch du hier und jetzt frei vom Kummer werden.“

VALMĪKI fuhr dann fort:

[I, 3] Diese Welterscheinung ist nichts als eine Täuschung, so wie die Bläue des Himmels eine optische Täuschung ist. Ich halte es für ratsam, dem Verstand nicht zu erlauben, sich länger mit ihr zu beschäftigen, sondern sie einfach zu ignorieren. Solange in einem Menschen nicht die Überzeugung wächst, dass diese Welterscheinung keinerlei Wirklichkeit besitzt, sind weder die Freiheit vom Leiden noch die Verwirklichung der eigenen wahren Natur möglich. Diese Überzeugung aber wird wachsen, wenn man eifrig diese Schrift studiert. Schließlich wird man zu der festen Überzeugung gelangen, dass diese objektive Welt nichts als eine Verwechslung des Wirklichen mit dem Unwirklichen darstellt. In jemandem, der diese Schrift nicht studiert, wird die wahre Erkenntnis nicht aufsteigen – auch nicht in Millionen von Jahren.

LESEPROBE

Moksha oder Befreiung besteht in der totalen Aufgabe aller Vāsanās oder mentalen Konditionierungen, und zwar ohne den geringsten Vorbehalt. Die mentale Konditionierung besteht aus zwei Arten – der reinen und der unreinen. Die unreine ist die Ursache der Geburten, während die reine von der Geburt befreit. Die unreine hat die Natur der Unwissenheit und des Ich-Sinnes, die seit jeher die Samenursachen für den Kreislauf der Wiedergeburten darstellen. Werden dagegen diese Samenursachen aufgegeben, dann wird die mentale Konditionierung, die nichts anderes als die Aufrechterhaltung des körperlichen Lebens bezweckt, von reiner Natur sein. Eine mentale Konditionierung dieser Art existiert sogar noch in jenen, die noch zu Lebzeiten befreit wurden. Sie bewirkt keine Wiedergeburt, weil sie nur ein Überbleibsel aus der Vergangenheit ist, das die gegenwärtig bestehenden Absichten nicht beeinflusst.

Ich werde dir nun davon berichten, wie Rāma ein erleuchtetes Leben als befreiter Weiser führte. Wenn du diese Geschichte kennst, wirst du von allen Missverständnissen über das Altern und den Tod befreit werden.

Nach seiner Rückkehr aus der Einsiedelei seines Lehrers ging Rāma im Palast seines Vaters verschiedenen Beschäftigungen nach. Da entstand in ihm der Wunsch, durch das ganze Land zu reisen und heilige Pilgerorte zu besuchen. Rāma ging zu seinem Vater und bat um die Erlaubnis, selbst eine Pilgerreise unternehmen zu dürfen. Der König bestimmte einen günstigen Tag für den Beginn der Pilgerreise, und nachdem Rāma die liebevollen Segenswünsche der Ältesten der Familie empfangen hatte, reiste er ab.

Zusammen mit seinen Brüdern durchreiste Rāma das ganze Land südlich der Himālayas. Schließlich kehrte er zur großen Freude seiner Landsleute in die Hauptstadt zurück.

[I, 4-6] VALMĪKI fuhr fort:

Beim Betreten des Palastes verbeugte Rāma sich demütig vor seinem Vater, dem Weisen Vasishtha und den anderen Ältesten und heiligen Männern. Die ganze Stadt Ayodhyā war zu Ehren der Rückkehr Rāmas von seiner Pilgerreise für acht Tage festlich geschmückt.

LESEPROBE

Nun folgte eine Zeit, in der Rāma im Palast lebend seinen täglichen Pflichten nachging. Jedoch schon sehr bald machte sich in ihm ein tiefer Wandel bemerkbar. Er wurde dünner und schmächtiger, blasser und schwächer. König Dasharatha war über diesen plötzlichen und gänzlich unerwarteten Wechsel im Erscheinen und Verhalten seines geliebten Sohns besorgt. Wann immer er Rāma zu dessen Gesundheit befragte, erwiderte dieser, dass es keinen Grund zur Besorgnis gäbe. Und wenn Dasharatha Rāma fragte: „Geliebter Sohn, was beschäftigt dich?", da antwortete Rāma höflich: „Nichts, Vater" und verstummte.

Schließlich wandte sich Dasharatha an den Weisen Vasishtha, um von diesem eine Antwort über das rätselhafte Verhalten des Sohnes zu erhalten. Der Weise antwortete zweideutig: „Gewiss gibt es einen Grund, weshalb Rāma sich auf diese Weise verhält. So wie sich in dieser Welt ohne Grund keine größeren Veränderungen ergeben, bevor nicht die dafür verantwortliche Ursache (bzw. die kosmischen Elemente) in die Entstehung gekommen ist, so finden in den Edelmütigen auch Wandel wie Ärger, Verzagtheit und Freude nicht grundlos statt." Dasharatha ließ es auf sich beruhen.

Bald nach diesem Gespräch kam der überall berühmte Weise Vishvāmitra zum Palast. Als der König über den heiligen Besuch unterrichtet wurde, beeilte er sich, den Weisen zu begrüßen. Dasharatha sagte: „Willkommen, o willkommen, heiliger Weiser! Deine Ankunft in meinem bescheidenen Haus erfreut mich sehr. Sie ist mir so lieb wie das Erblicken der Welt für den blinden Mann, der Regen für die ausgedörrte Erde, der Sohn für die unfruchtbare Frau, die Wiederauferstehung des Totgeglaubten und der Rückgewinn verlorengegangenen Reichtums. O Weiser, sage mir – was kann ich für dich tun? Sei versichert – aus welchem Wunsche heraus du zu mir gekommen sein magst, diesen Wunsch betrachte bereits als erfüllt. Du bist die Gottheit, die ich verehre. Ich werde tun, was immer du von mir verlangst."

[I, 7-9] VALMĪKI fuhr fort:

Vishvāmitra war über Dasharathas Worte erfreut und begann damit, diesem den Zweck seines Kommens zu enthüllen. Er sagte zum König:

LESEPROBE

„O König! Ich brauche deine Hilfe bei der Durchführung eines religiösen Rituals, dem ich mich verpflichtet habe. Wann immer ich dieses Ritual durchzuführen beginne, dringen die Dämonen, die Gesellen von Khara und Dūshana, in den heiligen Ort ein und entweihen ihn. Da ich unter dem Gebot des Rituals stehe, kann ich sie nicht verfluchen.

Du kannst mir helfen. Dein Sohn Rāma kann leicht mit diesen Dämonen fertig werden. Als Gegenleistung für diese Hilfe werde ich ihm vielfältige Gunstbeweise zukommen lassen, die dir vortrefflichen Segen bringen werden. Deine Liebe zu deinem Sohn sollte nicht deine Treue zur Pflicht in Frage stellen. In dieser Welt gibt es für die Edelmütigen kein Geschenk, das ihre Mittel übersteigt.

Im selben Moment, in dem du ‚ja' sagst, betrachte ich diese Dämonen als getötet. Denn ich weiß, wer Rāma ist. Ebenso wissen dies Vasishtha und die anderen Heiligen an diesem Hof. Dulde keinen weiteren Aufschub, o König – sende mir Rāma ohne weitere Verzögerung."

Nachdem er diese sehr unwillkommene Botschaft vernommen hatte, verblieb der König eine Weile stumm und nachdenklich. Schließlich antwortete er: „O Weiser, Rāma ist noch keine sechzehn Jahre alt. Für einen solchen Kampf ist er nicht reif genug. Er hat noch niemals an einem Kampf teilgenommen und kennt nichts als das, was sich in den innersten Gemächern dieses Palastes abspielt. Befiehl mir stattdessen, dich zu begleiten! Befiehl, dass meine große Armee dich begleitet, um diese Dämonen auszulöschen! Aber von Rāma kann ich mich nicht trennen. Ist es nicht natürlich für alle Lebewesen, ihre Jungen zu lieben? Unternehmen denn nicht auch die weisen Männer außergewöhnliche Handlungen aus Liebe zu ihren Kindern? Und geben die Menschen nicht lieber all ihr Glück, ihren Wohlstand und ihre Gatten als ihre Kinder auf? Nein, von Rāma vermag ich mich nicht zu trennen.

Ich habe von dem mächtigen Dämon Rāvana gehört. Sollte er derjenige sein, der die Störung deines Rituals verursacht? In diesem Falle kann nichts dir helfen, denn mir ist bekannt, dass gegen ihn sogar die Götter machtlos sind. Immer wieder einmal werden mächtige Wesen dieser Art auf der Welt geboren, und wenn ihre Zeit gekommen ist, verlassen sie die Bühne des Lebens wieder."

LESEPROBE

Vishvāmitra war zornig. Als Vasishtha dies bemerkte, griff er ein. Er versuchte den König davon zu überzeugen, sein Versprechen nicht zurückzuziehen, sondern Rāma dem Weisen Vishvāmitra zur Seite zu geben. „O König! Es ist deiner unwürdig, ein Versprechen zu brechen. Ein König soll stets das Vorbild rechtschaffenen Verhaltens sein. Rāma ist sicher in der Gesellschaft Vishvāmitras, der außerordentlich mächtig ist und über zahllose unbesiegbare Waffen verfügt."

[I, 10] VALMĪKI fuhr fort:

Um den Wünschen des Gurus Vasishtha nachzukommen, befahl König Dasharatha nun einem Diener, Rāma herbeizuholen. Der Diener kehrte zurück und meldete, dass Rāma in einer Minute erscheinen würde. Er fügte hinzu: „Der Prinz scheint niedergeschlagen zu sein und Gesellschaft meiden zu wollen." Bestürzt durch diese Aussage wandte sich Dasharatha an Rāmas Kammerdiener und verlangte Auskunft über Rāmas Gemüts- und Gesundheitsverfassung.

Der Kammerdiener war sichtlich betrübt und sagte:

„O Herr, seit seiner Rückkehr von der Pilgerreise ist im Prinzen ein großer Wandel vorgefallen. Er scheint sich nicht einmal mehr für das reinigende Bad, die täglichen Gebete und die Verehrung der Götter zu interessieren. Er empfindet kein Vergnügen mehr an der Gesellschaft der Menschen in den Gemächern des Palastes. Juwelen und kostbare Steine bedeuten ihm nichts mehr. Auch wenn ihm schöne und erfreuliche Objekte präsentiert werden, betrachtet er sie nur mit traurigen, gleichgültigen Augen. Er weist sogar die Palasttänzer zurück – er bezeichnet sie als Quälgeister! Trübsinnig und mechanisch vollzieht er die Handlungen des Essens, Spazierengehens, Ruhens, Badens und Sitzens, wie jemand, der taub und stumm ist. Oft murmelt er vor sich hin: ‚Was ist der Sinn von Wohlstand und Reichtum, was ist der Sinn von Heim und Glück? All dies ist unwirklich.' Die meiste Zeit ist er stumm und unbeteiligt bei den Unterhaltungen. Er zieht stets das Alleinsein vor. Die ganze Zeit über ist er in seine eigenen Gedanken versunken. Weder wissen wir, was unseren Prinzen überkommen hat noch über was er nachsinnt oder was er sonst hier suchen mag. Tag für Tag magert er weiter ab.

LESEPROBE

Immer wieder sagt er zu sich selbst: ‚O weh! Wir vertun unser Leben auf die unterschiedlichste Art und Weise, anstatt nach dem Höchsten zu streben! Die Leute beklagen laut all ihr Leiden und ihr Elend, aber niemand vermag sich ernstlich von den Ursachen seiner Schmerzen und seines Kummers abzuwenden!' Wir, seine ergebenen Diener, die all dies jeden Tag hören und sehen, sind darüber außerordentlich betrübt. Wir wissen nicht, was wir tun sollen. Er ist ohne jede Hoffnung und ohne jeden Wunsch. Er ist an nichts gebunden und von nichts abhängig. Er ist weder verblendet noch verrückt, aber er ist auch nicht erleuchtet. Manchmal jedoch scheint er von dem Gedanken der Selbsttötung überwältigt zu werden – angetrieben von Gefühlen der Verzagtheit: ‚Was ist der Nutzen von Reichtum, Müttern und Verwandten, was ist der Nutzen des Königtums, und was ist der Sinn aller Tätigkeit hier in dieser Welt?' O Herr, nur du kannst das Hilfsmittel gegen diese Verfassung des Prinzen finden."

[I, 11-12] VISHVĀMITRA sagte:

Wenn es so steht, dann möge Rāma hierher kommen. Seine Verfassung ist nicht das Ergebnis eines Wahns, sondern sie ist voll von Weisheit und Leidenschaftslosigkeit – sie zielt auf die Erleuchtung. Bringt ihn zu uns – wir werden seine Mutlosigkeit vertreiben.

VALMĪKI sagte:

Und so forderte der König den Kammerdiener auf, Rāma unverzüglich zum Hof zu bringen. Währenddessen hatte Rāma sich bereits auf das Treffen mit seinem Vater vorbereitet. Schon von weitem erkannte und grüßte er seinen Vater und die Weisen. Diese wiederum bemerkten, wie dieses noch jugendliche Antlitz schon vom Frieden der Reife leuchtete. Er verneigte sich zu Füßen des Königs, der ihn umarmte und zu sich emporhob. Er sprach zu ihm: „Was macht dich so traurig, mein Sohn? Trübsinn ist eine offene Einladung für zahllose Übel." Die Weisen Vasishtha und Vishvāmitra stimmten dem König zu.

RĀMA erwiderte:

Heiliger Herr, ich werde deine Fragen ordnungsgemäß beantworten. Ich wuchs glücklich im Hause meines Vaters auf; ich wurde von würdigen Lehrern unterrichtet. Kürzlich unternahm ich eine Pilgerreise. Während dieser Zeit ergriffen mich gewisse Gedanken, die mir alle Hoffnungen in

LESEPROBE

dieser Welt raubten. Mein Herz begann Fragen zu stellen: Was nennen die Menschen „Glück“ und wie kann es in dieser Welt der stets wechselnden Objekte jemals erlangt werden? Alle Wesen in dieser Welt werden geboren, um zu sterben und sind dem Tode unterworfen, nur um wiedergeboren zu werden! In all diesen vergänglichen Phänomenen, die die Wurzeln von Leiden und Sünde darstellen, vermag ich keinerlei Sinn zu erblicken. Wesen ohne irgendwelche Beziehung treffen aufeinander und das Gemüt erfindet dann eine Verbindung zwischen ihnen. Alles in dieser Welt hängt vom Gemüt ab, von der mentalen Verfassung. Wird es aber untersucht, erweist sich dasselbe Gemüt als unwirklich! Trotzdem lassen wir uns von ihm verhexen. Wir scheinen hinter einer Fata Morgana in der Wüste herzulaufen, um unseren Durst zu stillen!

Herr, gewiss sind wir keine an einen Herrn verkaufte Sklaven, doch leben wir ein Leben in Sklaverei und ohne jegliche Freiheit. Unwissend gegenüber der Wahrheit scheinen wir ziellos in diesem dichten Urwald, welcher Welt genannt wird, umherzuwandern. Was ist denn diese Welt? Was ist es, das wird, wächst und stirbt? Wie kann all dieses Leiden beendet werden? Mein Herz blutet vor Schmerz, obschon ich aus Rücksicht auf die Gefühle meiner Gefährten keine Tränen vergieße.

[I, 13-14] RĀMA fuhr fort:

Gleichermaßen nutzlos, o Weiser, ist der Reichtum, der nur die Unwissenden verführt. Unstet und wechselhaft, verursacht Reichtum nichts als zahllose Sorgen und erzeugt ein unstillbares Verlangen nach immer mehr. Der Reichtum ist ohne Ansehen der Person, denn sowohl die Guten wie die Schlechten können reich werden. Aber die Menschen sind nur solange gut, mitfühlend und freundlich, solange ihre Herzen nicht durch die leidenschaftliche Jagd nach Wohlstand verhärtet sind. Der Reichtum verdirbt sogar die Herzen von weisen Gelehrten, von Helden, von ehrenhaften Menschen und von freundlichen und geschätzten Personen. Reichtum und Glück vertragen einander nicht. Selten gibt es einen wohlhabenden Mann, der keine Feinde und Gegner hat, die seinem Ruf zu schaden trachten. Für den Lotos der rechten Handlung ist der Reichtum die finstere Nacht, für den weißen Lotos des Kummers ist er der Mondschein, für die Leuchte der klaren Einsicht ist er der Wind, für die Welle

LESEPROBE

der Feindschaft ist er die Flut, für die Wolke der Verwirrtheit ist er der günstige Wind und für das Gift des Trübsinns ist er der beschleunigende Wirkstoff. Er ist wie die Schlange aus üblen Gedanken, er fügt der Qual die Furcht hinzu, er ist für den Sehnsüchtigen nach der Leidenschaftslosigkeit wie der bitterkalte Schneefall, er ist der Einbruch der Nacht für die Eule der bösen Wünsche, er ist der Niedergang für den Mond der Weisheit und in seiner Gegenwart schrumpft die gute Natur des Menschen zu einem Nichts zusammen.

Wahrhaftig – der Reichtum sucht denjenigen, der bereits im Griff des Todes ist.

Und so ist auch diese Lebensspanne, o Weiser. Sie ist so kurzlebig wie der an einem Blatt hängende Wassertropfen. Die Lebensspanne ist fruchtbar nur für diejenigen, die Selbsterkenntnis haben. Wir mögen den Wind umfassen, den Raum zerstückeln oder Wellen zu einer Girlande zusammenbinden, aber wir können unsere Zuversicht nicht an diese Lebensspanne heften. Wie eifrig versucht der Mensch, das Alter hinauszuzögern und wie viele neue Sorgen sammelt er dann, und wie sehr verlängert er die Zeit seines Leidens! Nur derjenige lebt wirklich, der nach Selbsterkenntnis strebt; nur dieser allein weiß, was wirklich wichtig ist in dieser Welt und wie er der Wiedergeburt ein Ende setzen kann. Alle anderen hier leben wie Esel. Für den Unweisen ist die Kenntnis der Schriften nur eine Last; für den, der voll von Wünschen ist, ist die Weisheit eine Bürde; für den Ruhelosen ist schon sein eigenes Gemüt eine Beschwernis, und für denjenigen, der ohne Selbsterkenntnis ist, ist der Körper (d.h. die Lebensspanne) eine Qual.

Ohne Pause nagt die Ratte der Zeit an der Lebenspanne des Menschen. Die Termite der Krankheit frisst (zerstört) die vitalen Kräfte des Lebewesens. So wie die Katze, die die Maus jagt, sie wachsam und sprungbereit beobachtet, so wendet der Tod sein Auge nicht ab von dieser Lebenspanne.

[I, 15-16] RĀMA fuhr fort:

Heiliger Herr, ich bin verwirrt und voll Angst, wenn ich darüber nachdenke, wie der furchtbare Feind der Weisheit ins Leben tritt, der als Ich-Sinn bekannt ist. Er entsteht in der Finsternis der Unwissenheit und gedeiht in ihr. Er erzeugt endlos sündige Neigungen und Handlungen.

LESEPROBE

Ganz gewiss dreht sich sämtliches Leiden nur um den Ich-Sinn, denn es ist das „Ich", das leidet. Der Ich-Sinn ist die einzige Ursache für jedwede mentale Verwirrtheit. Ich betrachte den Ich-Sinn als meine schlimmste Krankheit! Indem er das Netz der wohlgefälligen Objekte des Vergnügens ausbreitet, führt der Ich-Sinn die Lebewesen in die Falle. Gewiss sind alle die entsetzlichen Nöte dieser Welt aus dem Ich-Sinn geboren. Der Ich-Sinn verdunkelt die Selbstbeherrschung, zerstört die Tugend und den Gleichmut. Ich möchte nichts anderes, als die Wahrnehmung des Ich-Sinns „Ich bin Rāma" und alle Wünsche aufgeben und nur noch im Selbst ruhen. Ich erkenne, dass alles umsonst ist, was ich mit der Vorstellung des Ich-Sinns unternommen habe – der Nicht-Ich-Sinn allein ist die Wahrheit. Wenn ich unter dem Einfluss des Ich-Sinns bin, bin ich unglücklich – bin ich frei von ihm, bin ich glücklich. Der Ich-Sinn fördert das Verlangen – ohne diesen stirbt es ab. Es ist allein der Ich-Sinn, der ohne Vernunft und Verstand ist; der das Netz des Familienlebens und der sozialen Beziehungen ausgeworfen hat, um die unvorsichtige Seele einzufangen. Ich glaube, ich bin frei vom Ich-Sinn, und doch fühle ich mich noch elend. Bitte, erleuchte mich!

Ohne die Gnade, die der heilige Dienst am Weisen gewährt, streift der unreine Verstand ruhelos umher wie der Wind. Unzufrieden mit allem, was er erlangt, nimmt seine Rastlosigkeit Tag für Tag zu. Das Sieb kann nie mit Wasser gefüllt werden und das Gemüt erlangt niemals den Zustand der Erfüllung, gleichgültig wie viele weltliche Objekte angehäuft werden. Der Verstand flattert stets in allen Himmelsrichtungen umher, ist aber unfähig, dort das Glück zu finden. Ohne die großen Leiden zu bedenken, die es einst in der Hölle erdulden muss, sucht das Gemüt hier nach dem Vergnügen und findet es nicht. Wie der Löwe im Käfig ist das Gemüt ruhelos. Es hat seine Freiheit verloren und ist seiner gegenwärtigen Lage überdrüssig. O Heiliger – ich bin von den Fesseln des Verlangens an das Netz gebunden, welches das Gemüt ausgelegt hat. So wie die dahineilenden Gewässer des Flusses die Bäume am Ufer entwurzeln, so hat das rastlose Gemüt mein ganzes Sein entwurzelt. Wie ein trockenes Blatt werde ich vom Wind meines Gemüts umhergetrieben. Nirgendwo lässt es mich ruhen. Es ist nur dieses Gemüt, welches die Quelle aller Objekte in der Welt ist.

LESEPROBE

ॐ

„Die Wahrheit wird erst dann ganz klar gesehen, wenn man sie durch sich selbst in sich selbst wahrnimmt."
[V, 5.6]

Der erste Band des *Yoga Vasishtha* in der zugänglichen Übersetzung von Swami Venkatesananda eröffnet ein tiefes Lehrgespräch zwischen dem Weisen Vasishtha und Prinz Rama. Ausgangspunkt ist Ramas innere Unruhe, aus der sich im Dialog Antworten auf existenzielle Fragen entfalten.

Im Zentrum steht die Erkenntnis, dass die Welt nicht unabhängig vom Bewusstsein existiert. Durch Geschichten, Gleichnisse und bildhafte Erzählungen wird die Illusion der Welt (Maya) als geistige Projektion entlarvt. Befreiung (Moksha) bedeutet, das unveränderliche Selbst jenseits von Leid und Begrenzung zu erkennen.

Band 1 schafft das geistige Fundament für diese Erkenntnis: Klarheit, Unterscheidung und Nachsinnen führen uns zur Überwindung von Unwissenheit. Die Lehren laden dazu ein, gewohnte Vorstellungen zu hinterfragen und die Realität im eigenen Bewusstsein zu erforschen.

YOGA VIDYA VERLAG
www.yoga-vidya.de

ISBN 978-3-943376-84-5 (Band 1)
9 783943 376845
18,90 €