

## Sri Ramana Maharshi

### Klarer Kopf in der Einsamkeit

*Rüdiger Haas*

Während die Existenz Buddhas und Sokrates' nicht mit letzter Sicherheit bezeugt werden kann, liegen uns bei der herausragenden spirituellen Gestalt Sri Ramana Mahar(i)shis historisch gesicherte Daten vor. Der Einsiedler vom Berge Arunachala entsagte der Welt wie Buddha, um das absolute Sein der Tiefe zu verwirklichen, stellte alle Glaubensbekenntnisse auf eine Ebene und gelangte zu der Tiefenerkenntnis, dass echte Weisheit mit der Preisgabe äußerlicher Unterschiede einhergeht. Es lag ihm fern, eine systematische Lehre zu entwickeln, obwohl seine Anweisungen für praktisch-spirituelles Handeln in ihrer klaren Kühle und herzlichen Wärme unerbittlich hart und unzweideutig waren. Dennoch unterschied er sich von anderen Yogis und Gurus seiner Zeit dadurch, dass er keine verdinglicht-moralische Ethik vertrat, sondern jedermann absolute Handlungsfreiheit einräumte, ein Ausdruck seiner eigenen absoluten Freiheit und Erkenntnis.

Die wenigen Persönlichkeiten seiner Größe gewährleisteten die wahre Kontinuität der göttlichen Botschaft, die – nicht jedermann offensichtlich – sich als Band durch die Geschichte zieht.<sup>1</sup> Im Folgenden wollen wir die wesentlichen Inhalte dieser Botschaft nachzeichnen.

#### 1. Leben

Ramana Maharshi hieß mit bürgerlichem Namen Venkataraman. Er wurde am 30.12.1879 im Dorfe Tiruchuli nahe Madurai in Indien geboren. Der Vater, ein Rechtsbeistand, starb, als Venkataraman 12 Jahre alt war. Von einem Onkel wurde er zusammen mit seinem Bruder in dessen Haus in Madurai aufgenommen und auf eine amerikanische Missions-Oberschule geschickt. Während dieser Zeit erwähnte ein Verwandter in einem Gespräch mit ihm den Namen Arunachala, einen Berg, der mit seinem davor liegenden Tempel zu den größten Heiligtümern des Hinduismus in Südindien zählte. Venkataraman war vom Klang dieses

<sup>1</sup> Ein wertvoller Bericht von der Begegnung mit Sri Ramana Maharshi liegt uns von dem englischen Journalisten und Geisteswissenschaftler Paul Brunton (vgl. P. Brunton, Von Yogis, Fakiren und Magiern. Freiburg 1974, 306–346) vor, der als Skeptiker nach Indien reiste, um dort magische, mystische und spirituelle Phänomene zu prüfen und zu entlarven. Die Persönlichkeit R. Maharshis beeindruckte Brunton am Ende jedoch so sehr, dass er sogar sein Schüler werden wollte: »Ich brauche nur eine Weile in der Nähe des Maharishi zu sitzen, so überkommt mich eine unbeschreibliche Ruhe und Gelassenheit« (ebd., 309).



Wortes so berührt, dass er eine Verwandtschaft zum heiligen Berg verspürte.<sup>2</sup>

Im Alter von siebzehn Jahren, als er allein in einem Zimmer des Hauses seines Onkels saß, überfiel ihn plötzlich eine große Todesangst. Da er bisher immer gesund war, glaubte Ramana, dass er jetzt sterben müsse. Was konnte er tun? Er fühlte, dass ihm weder seine Angehörigen noch ein Arzt helfen könne. Sich nach innen richtend fragte er sich: »Was stirbt eigentlich? Ist es der Körper?« Er ergab sich dem Prozess des Sterbens, fragte aber weiter: »Sterbe ich mit dem Körper? Ist der Körper das Ich?« Da sich Ramana trotzdem als kraftvolle Persönlichkeit empfand, schloss er daraus, dass er nicht der Körper sei, sondern es etwas geben müsse, das den Körper transzendiert und vom Tod nicht berührt werden könne. In diesem Augenblick erfuhr er sich als unendlicher Geist. Von dieser Zeit an richtete sich seine Aufmerksamkeit nur noch auf dieses unendliche Selbst, in dem er ununterbrochen versenkt blieb. Seine Todesangst war verschwunden.<sup>3</sup> All das war für Ramana nicht der Vorgang einer bloß intellektuellen Vorstellung, sondern eine Seinserfahrung, durch die er einen bleibenden Wandel erfuhr und die ihm während seines irdischen Lebens erhalten blieb. Er fühlte sich von nun an nicht mehr als individuelle Persönlichkeit und nahm kaum noch Anteil an dem, was um ihn her geschah.<sup>4</sup> Immer öfter versank er in die innere Betrachtung, was ihm von seinem älteren Bruder Kritik einbrachte: Er benähme sich wie ein Yogi, hätte aber das Vorrecht, eine höhere Schule zu besuchen. Ramana fühlte, dass er fort müsse.

Bald darauf verließ er seine Familie, um zur Stadt Tiruvannamalai am Fuße des Arunachala zu gehen. Er sollte diesen Bezirk am heiligen Berg von nun an bis zu seinem Tod nicht mehr verlassen. Zunächst verbrachte er einige Jahre in verschiedenen Tempeln und Heiligtümern am Berg, wo er keinerlei Interesse mehr an seinem körperlichen Wohlergehen zeigte. Eine Zeit lang blieb er in dem Glückszustand versunken, sprach nicht, aß nicht und vernachlässigte seinen Körper. Erst nachdem sich Menschen um ihn gruppierten, kehrte er zu einem äußerlich normalen Leben zurück. Seine Ausstrahlung übte auf die Besucher eine magische Faszination aus, obwohl Ramana nie magische Künste anwandte oder vorführte. Er zog es vor, einfach und bescheiden zu bleiben. Alles, was er besaß, war ein Lendentuch und ein Spazierstock.

Von 1901 bis 1915 lebte er in der Virupaksha-Höhle, etwa 100 Meter oberhalb des Haupttempels am Berghang.<sup>5</sup> Anfangs lehrte er wenig und strahlte nur schweigend Kraft aus. 1916 zog seine Mutter zu ihm in die höhlenartige Behausung. Sie wurde seine Schülerin und kochte für ihn

<sup>2</sup> Vgl. Erich Wilzbach (Hg.), Ramana Maharshi. Gespräche des Weisen vom Berge Arunachala. Gesamtausgabe, Interlaken 1984, 6 f.

<sup>3</sup> Vgl. Arthur Osborne, Ramana Maharshi. Seine Lehren. München 1983, 8.

<sup>4</sup> Vgl. David Godman (Hg.), Ramana Maharshi: Sei, was du bist! Ramanas Unterweisungen über das Wesen der Wirklichkeit und den Pfad der Selbstergründung. München 1985, 8 f.

<sup>5</sup> Vgl. David Godman, Leben nach den Worten des Sri Ramana Maharshis – Die spirituelle Biographie des Sri Annamalai Swami. Interlaken 1996.



und eine Gruppe von Schülern. Man sagt, sie habe in den letzten Stunden ihres Daseins ebenfalls Vollkommenheit erreicht. Am Fuße des Berges entstand an ihrem Grab ein Ashram. Im Laufe der nächsten Jahre wurde dort eine Halle errichtet.

Ramana lebte von 1925 bis 1950 in dieser kleinen Halle, in der er schlief und Besucher empfang. Der Tagesablauf war genau geregelt. Alles war wohlgeordnet. Es durfte nichts verschwendet werden. Ramana schlief von 22 Uhr bis etwa drei Uhr morgens, stand dann auf und schnitt in der Küche Rüben. Ständig war er erreichbar. Hochstehende Persönlichkeiten, Tiere und Pflanzen behandelte er ohne Unterschied.

In den letzten Jahren seines Lebens wurde er zu einem der am meisten verehrten Heiligen in Indien. Er wollte nicht als eine besondere Person angesehen werden, obwohl er von den Besuchern vergöttert wurde.

Seine Einsichten hat er selten aufgeschrieben. Hauptquellen sind Protokolle mündlich überlieferter Dialoge und verbaler Unterweisungen seiner Besucher. Seine Hauptlehre war jedoch das Schweigen. Wenn er sprach, sprach er bildhaft, mit Humor durchsetzt, aber immer in Gelassenheit.

Ende 1948 trat an Ramanas linkem Arm eine bösartige Geschwulst auf. Er wünschte weder Therapien noch operative Eingriffe, hat diese aber schließlich doch geduldet. Am Ende lehnte er es ab, schmerzlinde Mittel zu nehmen. Trotz seines körperlichen Verfalls sollten ihn alle Besucher bis zuletzt zu sehen bekommen. Am 14. April 1950 starb Bhagavan Ramana Maharshi. Er hatte seinen Schülern vor seinem Tod mitgeteilt: »Man sagt, ich würde sterben. Aber ich gehe nicht fort. Wohin sollte ich gehen? Ich bin hier.«<sup>6</sup>

## 2. Einsichten

Ramana antwortete stets geduldig auf die Fragen der vielen Besucher, die von ihm geistigen Rat erbat. Er bemühte sich auf den Fragenden einzugehen und sprach in den drei Landessprachen Südindiens: Tamil, Telugu und Malayalam. Es gibt keine Tonbandaufzeichnungen. Die Reden sind von den Übersetzern flüchtig aufgezeichnet.

Was ist der Kern seiner Botschaft an die Menschen?

### a) *Das Ich als Illusion*

»Ich existiere« – das ist die evidenteste Erfahrung jedes Menschen, von der jeder ausgeht. Zugleich ist damit das Mysterium der philosophischen Grundlage des Ich verbunden. Ramana war insofern mit der philosophisch-hinduistischen und philosophisch-buddhistischen Tradition einig, als er das Ich des Menschen für eine Illusion hielt, einen Scheinkom-

<sup>6</sup> E. Witzbach, a.a.O., 9.



plex, der für den Menschen nicht wirklich existiert, also nur *für sich*, aber nicht *an sich*. Diesem Scheinkomplex des Ich, das dennoch so große Macht ausübt, ist jeder Mensch ausgeliefert.

Das falsche Ich, das sich für ein getrenntes individuelles Subjekt hält, identifiziert sich mit den Objekten seiner Wahrnehmung und verleiht diesen dadurch die scheinbare Wirklichkeit. Der Gedanke »Ich bin dies« oder »Ich bin das« ist für Ramana der Gedanke einer falschen Identifikation des Menschen, zum einen mit seinem falschen Ich und zum andern mit den falschen Objektidentifikationen dieses falschen Ich.

Der Geist, der sich in diesem Schein-Ich (was wir alles sind) entfaltet, ist der Egogedanke. Zu ihm gehören die Intelligenz (Buddhi), die Denkfähigkeit (Chitta) und das Ego (Ahamkara). Die Vorstellung einer individuellen Seele (Jiva) ist für Ramana die Macht dieses Egos.<sup>7</sup>

Die Vorstellung oder der Gedanke der Personalität ist die Wurzel aller anderen Gedanken. (...) Die zweite und die dritte Person (Du, Er, Sie, Es) erscheinen nur der ersten Person (Ich).<sup>8</sup>

Mit der Geburt des Ichgedankens wird unsere eigene Geburt vollzogen, der Tod des Ichgedankens ist der Tod der Person. Nachdem der Ichgedanke entstanden ist, entsteht die falsche Identifizierung mit dem Körper.

Das *Wesen* des Geistes ist für Ramana eigentlich Gewahrsein oder Bewusstsein, vom Ego beherrscht. So funktioniert der ungeläuterte Geist als Vernunft, Denken und Sinneswahrnehmung. Er ist allein der Samsara, der Kreislauf von Geburt und Tod, und ist in Verbindung mit den Objekten Ajnana oder Nichterkenntnis. Durch den Ichgedanken entsteht für den Menschen das ganze raum-zeitliche Universum. Der Geist meint einen relativen Geisteszustand, ein Bündel von Gedanken. Das Geist-Ego, das ohne Form ist, entsteht im Erfassen einer Form und dauert fort durch Festhalten daran. Es wird zu etwas, was zwischen leblosem Körper und reinem Bewusstsein liegt. Da es keinen genauen Ort hat, an dem es aufzufinden ist, verschwindet es bei genauerem Hinsehen. Es ist das unfassbare und unwirkliche Glied zwischen Körper und reinem Bewusstsein.

Wenn (...) [es] aufhört, hört auch das Leid auf. Das falsche »Ich« verschwindet nur, wenn man nach seiner Quelle forscht.<sup>9</sup>

### b) Die entscheidende Frage: Wer bin ich?

Wenn das Ich des Menschen eine Illusion ist, was macht dann die wahre Wirklichkeit seiner Existenz aus? Was ist das reine Bewusstsein, das sich als *Wesen* des Geistes hinter den Erscheinungen verbirgt?

Der immer wiederkehrende Auftrag in all den Jahren war Ramanas Anweisung, nach der Quelle des Ich zu suchen:

<sup>7</sup> D. Godman, R. Maharshi: Sei, was du bist! Vgl. 63 und im Folgenden 63–79 bzw. 83.

<sup>8</sup> Ebd., 63.

<sup>9</sup> Ebd., 83.



Versuchen Sie deshalb, die letzte Ursache des »Ich« oder der Persönlichkeit aufzuspüren.<sup>10</sup>

Ramana gab den Suchenden die Hoffnung auf eine tiefer liegende Wirklichkeit hinter dem Ich und der Persönlichkeit, eines Absoluten, das er selbst erfahren hatte, zu dem er selbst wurde. Er wies sie an, ihre Aufmerksamkeit bei der geistigen Übung auf das innere Gefühl des Ich zu richten und beim Abschweifen immer wieder zum Ich zurückzukehren. Hilfe dabei sind Fragen wie: »Wer bin ich?«<sup>11</sup> »Woher stammt dieses Ich?«

### c) Selbstergründung

Nach Ramanas Lehre muss der Mensch seine wahre Identität finden. Ziel jeder geistigen Übung ist es, Nichterkenntnis in Erkenntnis zu verwandeln. Dies geschieht für Ramana nur dann radikal, wenn der Ichgedanken zum Verschwinden gebracht wird. Der Neigung dieser selbstbegrenzenden Identifizierung des Menschen mit seinem Ich gilt es Einhalt zu gebieten, d. h. den objektivierenden Hang des Egos zu beenden. Wie ist das möglich? Es muss die Quelle des Geistes gefunden werden, um dort zu verweilen. Ramana nennt dies Selbstergründung (Atma-Vichara).<sup>12</sup>

Die Scheinexistenz des Egos kann nur dadurch überwunden werden, dass der Mensch zur Quelle hinabtaucht, aus der sich der Ichgedanke erhebt. Dies ist für Ramana der einzige Weg, der zur Verwirklichung der wahren Existenz führt. Das Verfolgen des Ichgedankens zurück zu seinem Ursprung ist also für den Menschen der Weg, ohne den er keine Vollkommenheit oder Verwirklichung seiner selbst erfahren kann. Die Ergründung berührt die Existenz des Egos, das den Verknüpfungspunkt mit dem Selbst, das reines Bewusstsein ist, und dem leblosen und unbewussten Körper darstellt. Wenn der in Wahrheit tote Ich-Geist (Mruta Manas) sich nach innen wendet und seine eigene Quelle aufspürt, löst sich der Ichgedanke allmählich auf.

Die Ausrichtung des Geistes auf seine innere Quelle ist Antara-Vichara, die innere Suche. Sie wird nicht mit dem Intellekt vollzogen, sondern erfolgt durch eine unendliche Ausdehnung des Ichbewusstseins, durch die Beobachtung des Bewusstseins seiner selbst. Es gibt nichts, was von oben kommt, oder sich von dort her manifestiert. Das Ego loswerden heißt *sein*, nämlich das sein, was man wirklich ist. Es ist die erste ethische Pflicht des Menschen.

Eine solche Erkenntnis über sich selbst wird aber nur dem Bewusst-

<sup>10</sup> Ebd., 63.

<sup>11</sup> Dass hier eine enge Verwandtschaft zum Griechischen *gnothi seauton* (Erkenne dich selbst) liegt, das als Inschrift im Apollotempel von Delphi eingemeißelt ist, ist un schwer zu sehen. Im Unterschied zur griechischen Geistesgeschichte hat sich die praktische Art der Selbsterkenntnis in Indien als Atma-Vidya jedoch bis in unser 20. Jh. tradiert. Allein das, was sich unter dem Namen der Selbsterkenntnis in allen Traditionen wesentlich verbirgt, macht das Geheimnis des Menschlichen aus.

<sup>12</sup> D. Godman, R. Maharshi: Sei, was du bist!, 83. Vgl. im Folgenden 63–89.



sein enthüllt, das still ist, klar und frei von Aktivitäten eines aufgeregten und leidenden Geistes.

Die Notwendigkeit der ernstesten und gesammeltesten Suche nach der Quelle des Ich, die Ergründung des »Wer bin ich?«, nichtet alle anderen Gedanken und am Ende sich selbst.

Solange der Mensch noch durch Gedanken gestört wird, ist die spirituelle Übung (Abhyasa) notwendig, um sich ins Selbst zurückzuziehen. Anfangs müssen Anstrengungen gemacht werden, die mentalen Gewohnheiten (Vasanas) auszumerzen. Der Mensch muss gegen uralte Denkeigungen kämpfen, die alle verschwinden müssen, denn der Maßstab für den spirituellen Fortschritt ist allein das Ausmaß der Abwesenheit von vorstellenden Gedanken des Subjekts, die das eigentliche Hindernis für den Menschen darstellen. Spiritueller Fortschritt wird von Ramana also nur daran gemessen, inwieweit der Mensch Hindernisse auf dem Weg zur Erkenntnis, dass das Selbst immer schon verwirklicht ist, beseitigt. Daher ist es auch notwendig, die Einstellung aufzugeben, ein Körper mit bestimmten Merkmalen und einem bestimmten Namen zu sein.

Das falsche Ich braucht jedoch nicht ausgemerzt zu werden, weil es sich selbst nicht ausmerzen kann. Die Aufgabe des Menschen ist, den Ursprung des illusorischen Ich in den Blick zu bekommen. Was gesucht wird ist nichts, was neu geschehen muss; denn das Gesuchte ist das schon immer An-Wesende. Das Hindernis ist die Nichterkenntnis und Nichterkenntnis ist identisch mit der Identifikation mit dem Ichgedanken. Dieser ist aber ein Gedanke wie der Körpergedanke und daher Illusion.

Ist die Vertiefung ins eigene Wesen intensiviert, verschwindet die Neigung zum Hängen an den Sinnesobjekten. Solange der Geist Neigungen zu Sinnesobjekten entwickelt, ist die Ergründung »Wer bin ich?« notwendig. Das erste Ziel auf dem Weg der Selbstergründung ist das der Nichtverhaftung (Vairagya) oder Wunschlosigkeit (Nirasa). Der Geist wird dabei auf das Selbst gerichtet, das *alles* ist oder Gott.

Im Unterschied zur Objekt-Meditation steht bei Atma-Vichara zunächst das Subjekt ohne Objekt im Vordergrund. Vichara ist im Gegensatz zur Methode der Meditation (Dhyana) nicht auf ein Objekt konzentriert, sondern ist Prozess und Ziel zugleich. »Ich bin« ist Ziel und letzte Wirklichkeit. Wird es natürlich und spontan erfahren, ist es die Verwirklichung. Die Selbstergründung ist für Ramana das einzig direkte und unfehlbare Mittel, um das unbedingte, absolute Sein zu erkennen, das der Mensch in Wahrheit ist. Diese Erkenntnis bedeutet Verlust des Egos, das keine Wesenheit ist und aufgrund seiner Relativität und Vergänglichkeit automatisch verschwindet.

Selbstergründung ist also keine Meditation zur bestimmten Stunde, sondern die durchgängige Übung des Bewusstseins im Wachzustand zu jeder Zeit, unabhängig vom Tun.

Bei fortgeschrittener, ständiger Übung wird der Ichgedanke abgelöst durch das Gefühl des zunächst subjektiv erfahrenen »Ich« oder des Bewusstseins, das dann verschwindet, sobald es aufhört, sich mit Gedanken



und Objekten zu identifizieren. Zurück bleibt die Erfahrung des Seins, in der sich die Empfindung der Individualität vorübergehend auflöst. Bis hierher ist die Anstrengung des Suchenden notwendig.

Danach entsteht eine Umkehrerfahrung, nämlich die des mühelosen Gewährwerdens des Seins. Eine individuelle Anstrengung ist in diesem überindividuellen Bewusstseinszustand nicht mehr möglich. Der Suchende ist auf dem Wege der Selbstergründung zu spirituellem Fortschritt gelangt. Die damit erreichte Stufe ist zwar die höchste Stufe der Übung, aber noch nicht die höchste Stufe der Selbstverwirklichung. Noch kann sich der Ichgedanke einschleichen.

Hier macht der Suchende die Wahrnehmung von Manolaya, der vorübergehenden Stille des Denkens, einer Konzentration, die eine Zeit lang das Denken anhält. Sie führt nicht zur totalen Auflösung des intellektuellen, vorstellenden Denkens, und deshalb auch nicht zur Befreiung von Tod und Geburt. Der Yogi fällt in Trance (Yoga-Nidra) oder Tiefschlaf, in eine noch unwahre Befreiung. Ramana betont, dass Sadhakas (Suchende) den Unterschied zwischen Manolaya und der dauernden Auslöschung des Geistes (Manonasa) nur selten begreifen. Es gibt einen Punkt auf dem spirituellen Weg, an dem sich der Weg zur Befreiung vom Weg zur Trance scheidet. Während Manolaya noch zum relativen Bewusstsein gehört, meint Manonasa die dauernde Einigung mit Gott. Selbstergründung führt zu Manonasa.

Hat der Mensch die Vorstellung der Individualität durchschaut und zum Verschwinden gebracht, erkennt er das falsche Ich als Fiktion und nimmt das Selbst gewahr. Der Ichgedanke wird als falsche Annahme ohne Wirklichkeit entlarvt und die direkte Erfahrung tritt an dessen Stelle.

Wenn Sie das Ego suchen, finden Sie, daß es nicht existiert. Dies ist die Weise, es zu zerstören.<sup>13</sup>

Etwas anderes aus der Tiefe ergreift vom Menschen Besitz, das nicht das Ich ist, das die Suche begonnen hat.

Es gibt für Ramana kein größeres Geheimnis als dies –

daß, während wir die Wirklichkeit sind, wir versuchen, die Wirklichkeit zu erlangen. Wir glauben, daß irgend etwas unsere Wirklichkeit verbirgt, und daß dies zerstört werden muß, bevor die Wirklichkeit erlangt werden kann. Das ist lächerlich. Der Tag wird kommen, an dem Sie über ihre früheren Anstrengungen lachen werden. Das, was sein wird an dem Tag, an dem Sie lachen werden, das ist auch jetzt hier.<sup>14</sup>

Der Weg der Selbstergründung ist nichts Objektives. Er betrifft den suchenden Menschen.

Bei der Anwendung der Methode der Selbstergründung verändert der Mensch mit der Zeit seine Einstellung zu anderen Menschen, Objekten und sich selbst. Seine Tätigkeit wird immer mehr eine innerliche, denn

<sup>13</sup> Ebd., 68.

<sup>14</sup> Ebd., 71.



das Bewusstsein verlagert sich langsam jenseits der alten Persönlichkeit. Bricht die tiefere Seligkeit durch, wird es dem Menschen gleichgültig, ob oder was er arbeitet. Insofern gibt es für Ramana auch keinen Konflikt zwischen Arbeit und Weisheit, zwischen Selbstergründung und Tätigkeit.

Während die Hände in der Gesellschaft wirken, behält er seinen klaren Kopf in der Einsamkeit.<sup>15</sup>

#### d) Die wahre Identität des Menschen

Aufgrund seiner Erfahrung unterscheidet Ramana einen wahren Ich-Kern des Menschen als das wahre Selbst (Aham-Vritti) von dessen falschem, illusorischen Ich. Während das falsche Ich die Vorstellung hat, es denke und handle, macht erst das wahre Selbst oder wahre Ich die wesentliche Wirklichkeit des Menschen aus. Die Übung der Selbstergründung, die keine Unterdrückung des Denkens ist, mündet in das Gewahrsein der Quelle, aus der alle Geistesfunktionen entspringen. Verschwinden die Objekte, tritt das »Ich bin« hervor, womit Leere verbunden ist. Wandelt sich diese in innere Fülle, tritt schließlich das wahre »Ich bin«, das Kern-Ich, ins Bewusstsein und wird zum Sein des Menschen.

Während die Übung der Abwendung mit fortwährender geistiger Anstrengung verbunden ist, bedarf es zum wahren Sein, das man ist, keiner Anstrengung.

Letztlich wird das Selbst nicht dadurch entdeckt, daß man etwas *tut*, sondern dadurch, daß man etwas *ist*.<sup>16</sup>

Das wahre Selbst oder eigentliche Wesen des Menschen ist nicht sein Ego, sondern das höchste Sein selbst. Wer jeden Gedanken zurückgewiesen hat, wird bald feststellen, dass er tiefer und tiefer in dieses innere Selbst vordringt.

Was aber ist dieses Selbst?

Es ist die eigenschaftslose reine Wirklichkeit, in deren Licht Körper und Ego erst aufleuchten. Sind alle Gedanken zur Ruhe gekommen, bleibt das reine Bewusstsein zurück, das Selbst, das nicht-dual ist und von der Erscheinungswelt unberührt bleibt. Es kann nicht »Ich« sagen und ist allein reine Befreiung. In ihm gibt es kein Vergessen des Selbst (Pramada), der Ursache von Geburt und Tod. Weil dieses Selbst die ganze Welt als Einheit durchdringt und umschließt, ist es die einzige Wirklichkeit. Ein anderer Name für sie ist: »Ich bin«. Es meint das höchste Sein, Gott-Sein. Bei der Übung der Selbstergründung geht es also um die höchste Art der Identitätsfindung, um die Gottwerdung des Menschen, eine Methode, Grundlage in allen echten mystischen Traditionen.

Dieses wahre Selbst nicht zu verlassen ist Erkenntnis (Jnana). Wunschlosigkeit und Erkenntnis sind daher in Wahrheit ein und dasselbe.

<sup>15</sup> Ebd., 78.

<sup>16</sup> Ebd., 73.



Wenn man sich unentwegt an sein wahres Wesen erinnert (Svarupa-Smarana), bis man das Selbst erreicht, wird das allein genügen.<sup>17</sup>

Erst bei wiederholten Erfahrungen dieses Zustands werden die Denkneigungen gänzlich ausgelöscht, sodass sich der Ichgedanke nie wieder erheben kann. Dies ist der letzte und endgültige Zustand der Selbstverwirklichung. Er bedeutet Frieden für den Menschen, Offenbarung seines natürlichen, ursprünglichen Wesens.

#### e) Herz

Ramanas Botschaft ist die Verkündung einer Erfahrung, genauer die Offenbarung seines Bewusstseinszustandes. Es ist die eines verwirklichten Menschen.

Ramana verglich den höchsten Seinszustand gelegentlich mit dem Herzen.<sup>18</sup> Es bezeichnet die Quelle des Ich, das wahre Selbst.

Erkennen Sie, daß das Bewußtsein, das stets im Herzen als formloses Selbst leuchtet, die einzige, vollkommene Wirklichkeit ist.<sup>19</sup>

Das Zentrum des Selbst ist das Herz, von dem die Schriften sagen, es sei Hrit-Guha (die Höhe des Herzens), Arul (Gnade), Ullam (das Herz). Man sollte sich nicht damit begnügen, das Herz mental zu lokalisieren, es nicht als körperlich-materielle Reduktion missverstehen. Es meint das reine, selige Bewusstsein und umschließt alles, nichts ist von ihm getrennt. Als letzte Wahrheit nimmt es einen absoluten Standpunkt ein. Obwohl man in gewissem Sinne sagen kann, dass das ›Ich‹ im Herzen auf der rechten Brustseite entsteht und vergeht, kann ihm im Körper kein besonderer Platz zugeschrieben werden. Es ist ein spiritueller, übergeistiger Ort, der nur einen anderen Namen für die Wirklichkeit bezeichnet, die weder räumlich noch zeitlich begrenzt ist.

Das, was die Quelle von allem ist, das, in dem alles lebt, und das, in das alles zurückkehrt, ist mit »Herz« gemeint. Es ist die Quelle des Ich, in die der ganze Mensch hinabtaucht, und darin den geistigen Ort erkennt, aus dem die Gedanken aller Körperwesen entspringen.

Das Herz, die Quelle, ist der Anfang, die Mitte und das Ende von allem. Das Herz, der höchste Raum, hat keine Form. Er ist das Licht der Wahrheit.<sup>20</sup>

#### f) Bedingungslose Liebe

Zum höchsten Zustand des Seins zu werden, heißt, sich bedingungslos diesem Zustand ausliefern. Bedingungslose Hingabe bedeutet demnach, sich ganz der höheren Macht zu überantworten. Dann gibt es niemanden mehr, der Fragen stellt oder an den man denkt. Diese völlige Hingabe ist

<sup>17</sup> Ebd., 76.

<sup>18</sup> Ebd., vgl. 99–103.

<sup>19</sup> Ebd., 89.

<sup>20</sup> Ebd., 103.



nur möglich ohne eigene Wünsche, ohne Vorlieben und Abneigungen. Was Gott schickt ist recht: »Dein Wille geschehe«. Gottes Wille tritt an die Stelle des persönlichen Willens. Die Last des Daseins bleibt Gott überlassen. Der Mensch trägt mit, nimmt die Dinge so, wie sie kommen und ist frei vom Gedanken, der Handelnde zu sein, denn das wäre Bindung. Er ist nur Werkzeug. So kann er die Konzentration allein auf Gott richten.<sup>21</sup>

Die wirkliche Ausdrucksform Gottes ist in dieser Bedingungslosigkeit Liebe. Sie offenbart sich aber erst, nachdem der Mensch alles Dingliche zurückgelassen hat und Syarupa, die wirkliche Form des Selbst, zurückgeblieben ist. Diese Form, reine Seligkeit und reine Liebe, ist eine identische Form, frei von relativer Liebe. Es gibt keine Person mehr, die liebt und nichts was geliebt wird. Liebender und Liebe sind im Zustand höchster Liebe identisch. Der Zustand der Erkenntnis ist gleichbedeutend mit dem Zustand der Verehrung (Bhakti), der die Beziehung nie versiegender Liebe ausmacht.

Nur wenn die Wahrheit der Liebe erkannt wird, die das wahre Wesen des Selbst ist, wird der festgezurrte Knoten des Lebens gelöst. Nur wenn man den Höhepunkt der Liebe erreicht, wird Befreiung erlangt. Das ist das Herz aller Religionen. Die Erfahrung des Selbst ist Liebe, denn das heißt nur Liebe sehen, nur Liebe hören, nur Liebe fühlen, nur Liebe schmecken und nur Liebe riechen – das ist Seligkeit.<sup>22</sup>

### g) *Stille der Freiheit*

Aus der Anbetung der formlosen Wirklichkeit durch ungedachtes Denken, der besten Art der Anbetung, entspringt die Identifizierung mit dieser Art der Wirklichkeit. Eine solche Identifizierung heißt »stille sein«.

Der reine Zustand des Festhaltens an der Gnade [Selbst], der frei von jeglicher Verhaftung ist, ist allein der Zustand der Stille, in der es nichts anderes gibt (...)  
Nur Stille, die frei von dem sich selbst behauptenden Ego ist, ist Befreiung.<sup>23</sup>

Die formlose Wirklichkeit sehen, heißt für Ramana Gott sehen und Gott sehen meint Gott sein.

Wer »Ich« oder »mein« aufgibt, gibt mit einem Schlag alles auf und verlässt die relative Ebene. So wird das so genannte Böse in der Knospe vernichtet, im Keim erstickt. Für eine solche Verwirklichung ist göttliche Gnade notwendig. Sie wird aber nur dem gegeben, der sich auf dem Weg zur Freiheit unentwegt bemüht hat. Bis zur Verwirklichung ist daher die Anstrengung der Stille notwendig. Die tiefe innere Regung ist Gnade. Ohne Gnade gibt es kein wirkliches Suchen.<sup>24</sup> In der begnadeten Stille findet alles Suchen ein Ende.

<sup>21</sup> Ebd., vgl. 106–111.

<sup>22</sup> Ebd., 112.

<sup>23</sup> Ebd., 113.

<sup>24</sup> Ebd., vgl. 115–130.



### 3. Schluss: Das Tiefenphänomen Mönchtum

Das deutsche Wort Mönchtum leitet sich vom Lateinischen »monachus«, der Mönch, her. Ein »Monasterium« ist die dazugehörige Einsiedelei. Der tiefere Ursprung dessen ist im Griechischen zu finden. Das Adverb *μοναχη* bedeutet soviel wie »an einer einzigen Stelle, einzig und allein« und hat mit *μονας*, der Einheit und *μونه*, dem Bleiben und Verweilen zu tun. Im spirituellen und damit weiten Sinn weist der Inhalt des Wortes »Mönch« auf diejenigen Menschen, der es anstrebt, an Stelle der Einheit allein zu verweilen. Die Einheit im tiefsten Sinne meint immer die Einheit im Gegensatz zur Relativität, also die absolute Einheit. Der Mönch strebt an, selbst zu dieser absoluten Einheit, zu Gott, zu werden, in ihr zu verweilen und aus ihr nicht mehr herauszufallen. Dazu ist ein Weg notwendig, der aus der Welt der Relativität, der Dinglichkeit und Äußerlichkeit herausführt. Wir lernten eine Art dieses Weges bei Ramana Maharshi in der Methode der Selbstergründung kennen. In einer Einsiedelei geht es immer darum, Abstand zu den relativen Dingen zu gewinnen, damit sich die Tiefe des Absoluten öffnet. Die Abwendung vom Seienden darf dabei nicht als eine Verdrängung des Seienden missverstanden werden. Es geht nicht darum, sich der Dinglichkeit halber zu kasteien, um dafür von Gott einen geistigen, also objektiven und verdinglichten Lohn zu empfangen, sondern allein darum, die Dualität von Subjekt und Objekt aufzugeben, also auch die Illusion eines objektivierten und damit missverstandenen Gottes zu durchschauen, um in die Dimension der Einheit des Advaita (der Nicht-Zweiheit) zu gelangen.<sup>25</sup> Der Mönch macht sich auf den Weg zu dieser Einheit.<sup>26</sup> Dazu sind spirituelle Regeln, Riten und Methoden wichtig, die eingehalten werden müssen. Zu betonen ist jedoch an dieser Stelle, auch im Sinne einer Interkulturalität, dass es viele verschiedene spirituelle Methoden gibt und geben muss, die sinnvoll sind. Entscheidend ist nicht der äußere Weg, sondern der innere, entscheidend ist nicht der sichtbare Ritus, sondern die Phänomenalität des sich dabei verändernden Bewusstseins, kurz: entscheidend ist die spirituelle Veränderung und Verwandlung des ganzen Menschen auf diesem Weg zur Einheit des Absoluten.<sup>27</sup>

Wie das Beispiel Maharshi zeigt, geht es auf diesem Weg allgemein und wesentlich darum, sich von der falschen Identifikation, dem illusorischen Ego zu befreien. Das Ego als Selbsttäuschung ist das Hindernis am spiri-

<sup>25</sup> Im Sinne der Fundamentelethik (vgl. dazu J. Sánchez de Murillo, Fundamentelethik. München 1988, 92) geht es hier darum, überall die Präsenz des Einzigen zu sehen und die Stimme des Höchsten zu vernehmen, wodurch der Mönch lernen kann, stets im Selben zu bleiben.

<sup>26</sup> Vgl. dazu R. Haas, Philosophie leben und Philosophie lehren – nach Plato. München 1993. Dort wurde am Beispiel Platons der Weg des Philosophen als ein fundamentelethischer Weg zur Einheit der Idee des Guten gezeigt.

<sup>27</sup> Vgl. dazu J. Sánchez de Murillo, Fundamentelethik, a.a.O., 92. Die Fundamentelethik weist weiter an, niemals an Bestimmtheiten zu hängen, wodurch der Mönch lernt, für alles offen zu sein.



tuellen Weg des Mönches. Er versucht daher, seine Quelle ausfindig zu machen, das heißt seine vor-stellenden Gedanken zu beherrschen, um am Ende den Ichgedanken fallen lassen zu können, wodurch erst Erkenntnis entsteht.<sup>28</sup> Der Sinn des Zügelns der Sinne hat also die Bedeutung der Übung des Nichtanhaltens an den Objekten. Er ist nie Selbstzweck, sondern soll die spirituelle Dimension der Wunschlosigkeit vorbereiten, wodurch der Geist erst wahrhaft auf sich selbst gerichtet werden kann, um die Einheit zu erreichen. Der Mönch will seine Individualität nicht nur zurückstellen, sondern sie ganz im Meer der großen Liebe des Einen auflösen. Die spirituelle Einsiedelei ist daher eine Disziplin, eine Anstrengung höchster Stufe, gleich an welchem Ort. Im äußerlichen Leben hat sie sich am Ende zu bewähren, und im äußeren Leben offenbart sie sich dann mit ihren Früchten: Gelassenheit und Frieden.

<sup>28</sup> Ebd., vgl. 91. Daher erkennt die Fundamentelethik das Ich als eine sich verschließende Eingrenzung des Offenen. Eine dritte Anweisung lautet also, dem Ich stets zu widersprechen, um sich dem Ganzen zu öffnen. Hierin liegt ein großer Unterschied zum intellektuellen Existentialismus Sartres. Für Sartre (vgl. J. P. Sartre: Das Sein und das Nichts. Einleitung: Auf der Suche nach dem Sein) ist das Bewusstsein immer ein Bewusstsein von etwas, das heißt ein immer mit einem Vorstellungsobjekt identifiziertes Bewusstsein, nie aber ein reines, ungetrübtes, ohne gedankliche Vorstellung. Für Ramana besteht die Notwendigkeit der geistigen Aufgabe des Menschen gerade darin, das Band des mit Gedanken identifizierten Bewusstseins zu zerschneiden, eine Weisung, die Sartre nie in den Blick kam.