INHALT

Vorwort	8
Einführung - Die Bedeutung der Gita	10
Die Vorgeschichte im Mahabharata	16
Eine Charakterstudie Arjunas	27
Ein Porträt Krishnas	31
Die Bhagavad Gita als Dichtung	48
Erlebnis Bhagavad Gita	59
Gleichmut und Gelassenheit	63
Karma-Yoga in der Bhagavad Gita	69
Betrachtungen zu Jnana-Yoga	83
Bhakti-Yoga	90
Dhyana Yoga - Meditation	96
Das philosophische Weltbild der Gita	102
Wie die Gita in den Westen kam	105
Sechs Mantras	107
Die achtzehn Namen Krishnas	110
Zitate	113
Literatur und Tonträger	120
Meditation über die Gita	127
Bhagavad Gita zum Mitsingen	129
Zur Rechtschreibung und Aussprache indischer Namen	135
Glossar	137

VORWORT

Das vorliegende Buch knüpft konzeptionell an das Büchlein „Erlebnis: Sanskrit-Sprache“ an, welches großen Anklang fand und sich einer beständigen Nachfrage erfreut. So wie es gelang, zahlreichen Lesern die altindische Sprache lebendig zu machen, soll nun der Versuch unternommen werden, das weltweit bekannteste Werk der Sanskrit-Literatur in zugänglicher Weise vorzustellen.

Als Indologe habe ich mich in meiner Forschungsarbeit speziell mit dem Mahabharata beschäftigt und dabei auch eine gute Vertrautheit mit der Gita erworben. Jutta Zimmermann wiederum kennt die Gita aus ihrer Tätigkeit als Yoga-Lehrerin. Zudem konnte sie als Künstlerin viele liebevoll gefertigte Illustrationen beitragen und als Musikerin die CD „Bhagavad Gita: Mitsingen und Chanten“ gestalten. Durch diese CD werden einige Aspekte in unserer Darstellung erst recht zum Leben erweckt.

Eine vollständige oder systematische Einführung in den Inhalt der Gita war nicht unser Ziel. Vielmehr haben wir das Buch natürlich aus sich selbst entstehen lassen und unsere jeweilige Inspiration mit vielfältigen Ansätzen und Blickwinkeln zum Ausdruck gebracht.

Wir hoffen, daß dieses Buch zu einer vertieften Beschäftigung mit der Gita anregt, einige weiterführende Hinweise finden sich im Service-Teil. Letztlich wird die Begegnung mit dem *Gesang des Erhabenen* nur vollständig sein, wenn man auch die Klänge des Original-Sanskrittextes auf sich einwirken läßt. Wenn so das „Erlebnis Bhagavad Gita“ zu einer bereichernden Erfahrung wird, ist der Zweck unserer Arbeit erfüllt.

Die Beiträge von Jutta Zimmermann wurden namentlich gezeichnet, alle anderen Texte sind von mir verfaßt, ebenso auch alle Übersetzungen von Gita-Versen, sofern nicht anders vermerkt.

Wilfried Huchzermeyer

Abb. 2 Der Legende nach zeichnete Ganesha das gesamte Mahabharata mit der Bhagavad Gita nach Vyasas Diktat auf.

Einführung - Die Bedeutung der Gita

Irgendwann vor vielen tausend Jahren fand im alten Indien eine große Schlacht zwischen den verfeindeten Vettern eines Königshauses statt, deren Vorgeschichte und Verlauf von dem Weisen und Asketen Krishnadvaipayana Vyasa aufgezeichnet wurde. Das Epos umfaßte ursprünglich nur etwa 24.000 Verse, doch später fügten „Trittbrettfahrer“ ihre eigenen Texte ein: Legenden, Parabeln, allegorische Erzählungen ebenso wie ethische und religiöse Belehrungen. Auch die Haupthandlung wurde teils modifiziert und in verschiedenen Varianten mit eigenen Ausschmückungen präsentiert. So haben wir heute viele verschiedene Mahabharata-Ausgaben, von denen die längste ca. 100.000 Verse umfaßt.

Die Bhagavad Gita ist integraler Teil des Mahabharata. Ihr Inhalt bildet für dessen äußeren Handlungsablauf zwar kein notwendiges, aber doch ein bereicherndes Element.[1] Sie findet sich im Bhishma Parva, dem 6. von 18 Büchern, und umfaßt 701 Verse. Obwohl diese Verse spirituelle Erkenntnisse bieten, die unabhängig vom Gesamtgeschehen des Epos ihre Gültigkeit besitzen, kann der psychologische Kontext des Dialogs zwischen Krishna und Arjuna nur recht gewürdigt werden, wenn wir Einblick in die weiteren Lebensumstände gewinnen, welche im Epos geschildert werden. Der bekannte englische Autor und Vedanta-Experte Christopher Isherwood vermerkt zutreffend in einem Essay:

„Die Gita fügt sich in die Erzählung eines epischen Gedichts, des Mahabharata, ein und ist im Licht vorangehender Ereignisse zu le-

[1] Westliche Indologen behaupten gern, daß auch die Gita erst nachträglich in das Epos eingeschoben wurde, jedoch ist dies eine Frage subjektiver Einschätzung.

sen. Sie ist nicht schlicht nur eine Ansprache, eine philosophische Abhandlung.“[2]

Und der indische Sanskrit-Gelehrte T.V. Kapali Sastry schreibt, indem er die Beziehung zwischen der Gita und dem Mahabharata erläutert:

„Nicht daß die Geschichte des Krieges als historische Erzählung unvollständig wäre, wenn die Gita nicht ihren Platz im Bhishma Parva hätte. Aber die Bedeutung der Weisheit, die in ihr gelehrt wird, würde uns verloren gehen, wenn wir das Schlachtfeld außer acht lassen und Arjunas Weigerung in letzter Minute, zum Kampf anzutreten, ignorieren. Die Bedeutung der Lehre der Gita, der *Geist* ihres Themas, wird uns entgehen, wenn wir über den Anlaß hinwegschauen, der zu ihren Lehren führte, obgleich diese für sich selbst einer universellen Anwendung fähig sind, ohne daß auf die Kurukshetra-Schlacht Bezug genommen wird.“[3]

Ganz im Sinne dieser Äußerungen werden im vorliegenden Buch der Rahmen und die Vorgeschichte im Mahabharata eingehend abgehandelt. Dies soll dem Leser ermöglichen, sich in die Zeit hineinzuversetzen, in der die Handlung spielt, und die beiden Dialogpartner der Gita ebenso wie einige andere bekannte Akteure des Epos mit ihrem gesellschaftlichen und kulturellen Umfeld kennenzulernen.

Insbesondere Krishna und Arjuna werden durch ausführliche Porträts mit Leben erfüllt und präsentiert als Gefährten, die einander in vielfältiger Weise verbunden sind. Es ist ja eine bekannte Tatsache, daß Worte von Menschen, deren Bild wir lebendig vor Augen haben, leichter im Geist haften bleiben als jene von Unbekannten, und aus demselben Grund werden die Texte von vielen Illustrationen begleitet.

---

[2] *The Gita and War.* In: *Vedanta for the Western World* (Hollywood 1971), S. 360
[3] *The Gospel of the Gita* (Pondicherry 1969), S. 2

In der indischen Tradition gilt die Gita neben den Upanischaden und den Brahmasutras als eine der drei Autoritäten des Vedanta.[4] Sie enthält in prägnanter Form essentielle Lehren der Upanischaden und bietet darüber hinaus in vorher nicht bekannter Form eine subtile Unterweisung für deren praktische Anwendung im Leben. Die Grundprinzipien des Karma-, Bhakti- und Jnana-Yoga werden ebenso vorgestellt wie jene von Raja- und Dhyana-Yoga. All dies wird flexibel in einer Synthese verwoben und im Kontext einer spirituellen Philosophie präsentiert, welche sich auf Elemente verschiedener Geistesströmungen jener Zeit stützt.

Die große Bedeutung der Gita liegt in ihrer hohen, weiten Sicht jenseits aller sektiererischen Wortgefechte, ihrem tiefen und realistischen Einblick in die Natur des Menschen, in seine Schwierigkeiten wie auch Fähigkeiten im spirituellen Leben, sowie auch ihrer Berücksichtigung gesellschaftlicher Gesetze und Gegebenheiten. Wir zitieren wieder T.V. Kapali Sastry:

„Die einzigartige und überwältigende Kraft der Gita liegt in ihrer weiten Schau und ihrem umfassenden Verständnis der verschiedenen Typen und Temperamente [des Menschen]; der höheren Ideale und Wahrheiten, zu denen nicht alle Menschen in gleicher Weise erwacht sind und in die noch alle hineinwachsen müssen; des Aufeinanderprallens von Interessen und Pflichten, die dem Menschen obliegen in seinem Versuch, eine harmonische Beziehung aufrechtzuerhalten zwischen seinen eigenen höheren Interessen und Idealen auf der einen Seite und den harten Realitäten des Lebens auf der anderen..."[5]

Inmitten der Wechselfälle des Lebens ist die Botschaft der Gita jene der Toleranz, Liebe und Güte, aber auch des unnachgiebigen Widerstands gegen Manifestationen unbelehrbaren Unrechts, des

---

[4] Siehe Worterklärungen im Glossar. Dort wird auch die Schreibweise „Bhagavad Gita" erläutert.
[5] Ibd., S. 3

Adharma. Im Laufe der Jahrhunderte und Jahrtausende wandeln sich Menschen und Gesetze, gesellschaftliche Bräuche und Konventionen, Ethik und Moral, und doch vermag die Gita in dieser Welt des Wandels dem aufmerksamen und aufrichtig Studierenden Leitlinien von zeitloser Gültigkeit mit auf den Weg zu geben. Die Ära der Gita ist noch nicht vorüber, sondern wird erst recht kommen, wenn die Menschheit global bereit ist, ihre überreligiösen, spirituellen Inhalte aufzunehmen und zu würdigen.

Vichitravirya

* * *

Ambika & Vyasa & Ambalika

| ||

Gandhari & Dhritarashtra Pandu

|

100 Söhne: Duryodhana etc.

(Kauravas |)

* * *

Kunti & (Pandu) & Madri

|| ||

Yudhishtira, Bhima, Arjuna Nakula, Sahadeva

(Pandavas ||)

Abb. 3 Die Genealogie der Pandavas und Kauravas

Die Vorgeschichte - Eine Übersicht

1) Dhritarashtra und sein Halbbruder Pandu wachsen gemeinsam am Hofe von Hastinapur auf. Pandu wird König, obwohl er der jüngere Bruder ist.

2) Nach Pandus Tod wird Dhritarashtra König. Seine Söhne, die Kauravas, leben gemeinsam mit Pandus Söhnen, den Pandavas, in Hastinapur. Es kommt zu Rivalitäten.

3) Anschlag der Kauravas auf die Pandavas, nachdem Yudhishthira, der älteste Pandava, zum Thronfolger ernannt wurde. Die Pandavas entkommen unversehrt und tauchen unter.

4) Rückkehr der Pandavas und Aufteilung des Königreiches. Die Pandavas regieren hinfort aus Indraprastha.

5) Zum Würfelspiel herausgefordert, verspielt Yudhishthira sein gesamtes Königreich. Die Pandavas verbringen 13 Jahre im Exil. Danach erhalten sie nicht, wie vereinbart, ihr Königreich zurück.

6) Alle Bemühungen um eine Schlichtung des Streites zwischen Kauravas und Pandavas scheitern. Es kommt zum Krieg. Kurz vor der Schlacht entsteht der Dialog zwischen Krishna und Arjuna, die Bhagavad Gita.

Abb. 4 Überblick über die Vorgeschichte im Mahabharata

Abb. 14 Die Göttin Sarasvati, mythische Schöpferin der Sanskrit-Sprache

Jutta Zimmermann

Erlebnis Bhagavad Gita

Mitsingen und Chanten

Der Titel „Bhagavad *Gita*“ verkündet es: Die Bhagavad Gita ist *Gesang.* Ein Gesang spricht andere und mehr Ebenen an als ein noch so geschickt formuliertes und rhetorisch verfeinertes Wort. Gesang erreicht das Herz und mehr noch als das Herz: Gesang hat Rhythmus und Melodie und läßt Sänger und Zuhörer mitschwingen. Gesang wendet sich nicht so sehr an den Intellekt, sondern direkt und unmittelbar an den ganzen Menschen. Die Bhagavad Gita ist der erhabene Gesang des Herrn. Und dieser Gesang hat einen wunderbaren Klang und einen mitnehmenden Rhythmus: Über weite Teile schwingt er im Rhythmus eines achtsilbigen Versmaßes, nur an wenigen Stellen verlängert sich die Struktur zu elf Silben. Wer sich auf diesen Gesang einläßt, beginnt bald mitzuschwingen und wird von der Regelmäßigkeit und Ordnung seiner melodiösen Struktur erfaßt.

In der Tradition Indiens war der Umgang mit „Gesängen“ über viele Jahrtausende hinweg die Grundlage der täglichen spirituellen Praxis. Vielmehr als alle Formen von körperlichen Übungen - die wir heute so sehr mit Yoga verbinden - standen das Wort, der Klang und dessen Vibrationen im Mittelpunkt der Praxis. Durch Gesänge wurde das Wissen der Lehrer an die Schüler weitergegeben und so von Generation zu Generation „vererbt“. Gleichzeitig war damit auch sichergestellt, daß dieses Wissen nicht ein bloß äußeres blieb, ein „Wortwissen“, sondern eine tiefe Verwandlung bewirkte, den Sänger mit den feinsten und subtilsten Wahrheiten eins werden ließ.

In der spirituellen Praxis wird der Vorgang der melodiösen Re-

zitation *svadhyaya* genannt. Svadhyaya ist das singende Studium der Schriften und damit gleichzeitig ein Studium des eigenen Selbst. Das Wissen, das die Lehrer mit ihrem Gesang als Schwingung anstimmen, ist ein Wissen, das in der Seele eines jeden Wesens ruht, jedem Menschen innewohnt. Der Klang und Rhythmus der Rezitation bringt dieses Wissen auch beim Schüler zum Schwingen. Es ist das Prinzip der Resonanz: wird eine Saite auf einem Instrument angeschlagen, klingen die auf die gleiche Tonlage gestimmten Saiten mit, beginnen ebenfalls zu schwingen. Und so erweckt der Gesang des Meisters das im Schüler verborgene Wissen und läßt es im Laufe der Zeit ins Bewußtsein treten. Indem das Wissen so zum Leben erweckt wird, kommt Svadhyaya - Selbststudium - zustande.

Die Sprache der Rezitation ist Sanskrit. Sanskrit, genauer *samskrita*, heißt „verfeinert, veredelt", auch „kultiviert". Sanskrit ist eine heilige Sprache: Sie verfeinert den Menschen, indem sie ihm die höchste Realität verkündet und ihn diese Realität erfahren läßt. Keine andere Sprache verbindet so unmittelbar Klang und Bedeutung wie Sanskrit. Jedes Wort besitzt eine direkte Wirkung auf das Bewußtsein, auch dann, wenn es inhaltlich nicht oder nur unvollständig verstanden wird. Von den Veden wissen auch einige westliche Sprachforscher inzwischen, daß die Lautstruktur dieser heiligen Schriften einen so hohen Grad an Ordnung und Regelmäßigkeit aufweist, daß sie nicht mit „menschlichem" Bewußtsein zustande gekommen sein können. Sie gelten als ein direktes Abbild transzendenter Strukturen in Form von Klang und Rhythmus, als Widerspiegelung einer ewigen Information, die der gesamten Schöpfung zugrunde liegt.

Wollen wir also der Bhagavad Gita und ihrer Botschaft näher treten, haben wir eine ganz wunderbare Möglichkeit, indem wir uns auf ihren Klang und Rhythmus einlassen. Indem wir sie intonieren und stimmhaft rezitieren, beginnt ihre Botschaft auch in uns zu vibrieren und uns im Laufe der Zeit zu verwandeln. Zu der Mitnah-

mekraft von Klang und Rhythmus addiert sich dann die eigentliche Funktion der Sanskritsprache: Die Worte beginnen aus sich selbst zu wirken.

Wir sollten uns aber immer bewußt sein, daß es sich um eine spirituelle Sprache handelt, die sich uns nur dann erschließt, wenn wir uns ihr auf angemessene Weise nähern. Für den rechten Umgang mit der CD zu unserem Buch[17] möchte ich einige einfache Grundregeln empfehlen. So sollte man sich vor der Rezitation unbedingt etwas Zeit nehmen. Zunächst braucht man einen geeigneten Platz - einen Platz, an dem man sich wohlfühlt, der frischgelüftet und sauber ist, und an dem man vor allem für eine Weile ungestört bleibt. Ob wir uns auf den Boden setzen oder auf einen Stuhl, ist nicht wichtig. Wichtig ist nur, daß Rücken und Kopf gerade sind.

Zur Einstimmung beobachten wir einige Momente den Atem, wir beobachten, wie der Atem ein- und ausströmt, ohne ihn zu verändern. Wenn wir ruhig geworden sind und Abstand zu den Tagesereignissen gefunden haben, beginnen wir mit den einfachen Stimmübungen auf der CD - wir erwecken unsere Stimme und öffnen unsere inneren Resonanzräume. Dann beginnen wir mit der eigentlichen Rezitation.

Im ersten Teil der CD befinden sich nach den Einstimmungsübungen einzelne ausgewählte Verse der Gita, die vielfach wiederholt werden. Wer zum erstenmal rezitiert, sollte mit diesen Versen beginnen. Im zweiten Teil erscheinen längere Passagen: die Meditation über die Gita sowie das gesamte vierte Kapitel. Zur Vertiefung der meditativen Stimmung wurden alle Texte entweder mit dem Harmonium oder mit der Tampura, einem indischen Saiteninstrument, begleitet. Alle Texte, auch die Meditation über die Gita, sind im Anhang dieses Buches abgedruckt.

Am Ende der Rezitation sollte man noch einige Zeit sillsitzen

---

[17] Siehe „Literatur und Tonträger“, S. 120

und dann mit einem inneren Dank abschließen. Wer auf diese Weise den Sanskrittexten der Gita begegnet, wird bald an sich selbst die Wirkung dieser Sprache und ihrer Botschaft erleben.

Gleichmut und Gelassenheit

„samatvam yoga ucyate“ - Gleichmut ist Yoga[18]

Mira Alfassa[19] hatte einen Bruder namens Matteo, dessen Temperament ziemlich hitzig war. Wenn er sich in seiner Kindheit über seine etwas jüngere Schwester ärgerte, reagierte er oft mit Jähzorn. Einmal schleuderte er einen schweren Stuhl auf sie, woraufhin Mira sich gerade noch wegducken konnte. Ein andermal stieß er sie unter einen Pferdewagen - zum Glück rührte das Pferd sich nicht. Nachdem er sie auf diese Weise mehrmals in größte Gefahr gebracht hatte, sprach Miras Mutter ein Machtwort mit Matteo: „Nächstes Mal wirst du sie umbringen!“

Danach sah Mira ihren Bruder nie mehr im Zorn. Auch bei seiner späteren langen Tätigkeit als Gouverneur wurde nie ein einziges Mal beobachtet, daß er im Ärger die Fassung verloren hätte. In einem kurzen Moment des Schocks vollbrachte er jene Wandlung, die sich viele andere ein Leben lang erarbeiten müssen, sofern sie sich überhaupt darum bemühen.

Gleichmut gilt als Tugend nicht nur im Yoga, sondern auch generell im täglichen Leben. Wir sprechen davon, „einen kühlen Kopf zu behalten“, und in der heutigen Jugendszene gibt es das Leitbild der *coolness*: man gibt sich locker und gelassen, demonstriert souveränes Verhalten - was in vielen Fällen freilich nicht mehr sein mag als eine oberflächliche Show und Fassade.

Im alten Griechenland nannten die Philosophen es *ataraxia*, die „Ruhe und Unberührtheit des Gemütes durch äußere Einflüsse, be-

---

[18] Bhagavad Gita II.48. (*ucyate,* sprich: *utschyaté* - wörtlich: „wird genannt“))

[19] Die spirituelle Partnerin des Integralyogis Sri Aurobindo.

sonders Schicksalsschläge“.[20] In der Stoa sprach man von *apatheia*, der „Freiheit von jeglicher Leidenschaft; Gelassenheit“, eben der „stoischen Ruhe“. Diese ist jedoch in ihrer Urbedeutung nicht zu verwechseln mit unserer „Apathie“, welche Teilnahmslosigkeit und Gleichgültigkeit zum Ausdruck bringt.

Tausende von Vorschriften und Gesetzen zwingen uns im Leben zur Selbstbeherrschung. Wer beim Autofahren aus Ungeduld eine Ampel mißachtet, oder im Zorn einen Schiedsrichter beleidigt, bekommt die rote Karte. So kann eine momentane Gemütsregung, die außer Kontrolle gerät, schweren Schaden für ein Individuum oder eine Gemeinschaft anrichten. Aber jeder weiß: Wenn die Elemente in uns erhitzt sind, gibt es Augenblicke, wo Selbstbeherrschung und Gleichmut unmöglich erscheinen. So erklärt Krishna in der Gita:

> Selbst bei dem Weisen, der nach Vollkommenheit trachtet, wird das Bewußtsein durch das heftige Drängen der Sinne fortgerissen, o Sohn der Kunti. //II.60//

Ein erster Schritt auf dem Weg zur Gelassenheit ist es, uns selbst zu verstehen. Die Gita erklärt uns unsere eigene Natur mit Hilfe der Lehre von den drei Gunas oder Seinsweisen: *tamas*, *rajas* und *sattva*. Tamas ist das Prinzip der Trägheit und Passivität. Es bedeutet auch „Dunkelheit“ im Sanskrit. Dieses Element will seine Ruhe haben und möglichst nicht mit Schwierigkeiten konfrontiert werden. Allerdings mag es auch seine positive Seite haben, indem es z.B. dafür sorgt, daß wir uns nach großer Anstrengung wieder ausreichend regenerieren und die körperliche Solidität wahren.

Rajas ist das Element von Leidenschaft und dynamischer Kraft. Es läßt uns aktiv werden, zum Guten oder zum Bösen. Ohne die sprudelnde Lebenskraft von Rajas ist auch Sattva ein blutloser Ge-

---

[20] *Wörterbuch der Antike* (Stuttgart 1976)

selle.

Sattva ist das lichtvolle Element in uns, verbunden mit Klugheit, Rationalität und Ausgeglichenheit. In unseren guten Augenblicken manifestieren wir vor allem Sattva. Wir sind „vernünftig“, wie man sagt, gegenüber uns selbst und anderen. Wir vermeiden Extreme und sind maßvoll.

Die Gunas treten ständig in allen erdenklichen Kombinationen auf und erzeugen eine Art Fluktuation zwischen verschiedenen Daseinsmodi. Hilfreich für jegliche Form des Yoga ist Sattva, denn es geht einher mit ruhigem Geist und Gemüt. Aber selbst Sattva kann zum Hindernis werden durch ein Festhalten an einem begrenzten mentalen Licht und durch das Verlangen, Frieden durch behagliche äußere Umstände zu sichern. Werden diese gestört durch unabwendbare Entwicklungen oder Schicksalsschläge, ist es mit der Ruhe dahin.

Daher lehrt die Gita, daß selbst Sattva nicht das letzte Wort sei, sondern daß alle drei Gunas zu transzendieren sind. Jenseits von ihnen liegt die Ebene des Atman, des unendlichen, unvergänglichen spirituellen Selbstes. In ihm soll der wahre Yogi ruhen und unerschütterlichen Frieden finden:

> Du aber werde frei von den drei Gunas, o Arjuna! Sei ohne Gegensätze und immer fest im wahren Sein gegründet, frei von dem Verlangen nach Erwerb und Besitz, fest im Selbst. //II.45//

> Fest gegründet im Yoga, vollbringe Werke als einer, der jegliche Anhaftung aufgegeben hat und gleichmütig geworden ist gegenüber Mißerfolg und Erfolg. Denn Gleichmut ist Yoga. //48//

> Er, dessen Geist inmitten von Leid unerschüttert bleibt und frei von Verlangen inmitten von Freude - von dem Vorliebe, Furcht und Zorn gewichen sind -, er ist der Weise, dessen Verstehen auf

Dhyana Yoga - Meditation

Die Bhagavad Gita ist eine der ältesten heiligen Schriften der Welt, in der konkrete Anweisungen zur Meditation gegeben werden. Eigentlich sollte überraschen, daß diese Thematik aufgegriffen wird, da wir uns ja in einer höchst angespannten Situation kurz vor Beginn einer großen Schlacht befinden. Sicher benötigt Arjuna in diesem Augenblick keine Belehrung über die rechte Wahl des Meditationssitzes und die korrekte Haltung des Körpers. Aber wie auch an anderer Stelle vermerkt, gibt es Passagen, in denen Krishna unabhängig vom Rahmen des äußeren Geschehens als Weltenlehrer spricht, und Arjuna nimmt in seiner Eigenschaft als Dialogpartner spirituelle Lehren auf, welche nicht nur für ihn, sondern für zahllose Sucher auch späterer Zeiten bestimmt sind.

In künstlerischen Darstellungen von Krishna und Arjuna kennen wir sowohl das „dynamische“ Motiv der beiden Akteure auf dem zweirädrigen Schlachtwagen (wie auf dem Buchumschlag) als auch das „meditative“ Motiv in Form einer eher gemütlich ausschauenden vierrädrigen Kutsche, auf der sich die beiden entspannt gegenüber sitzen (siehe Abb.). Es scheint so, als wäre der ganze Krieg vorübergehend ausgeblendet, als stünde die Zeit still, damit Krishna dem Arjuna seine Lehren übermitteln kann. Dieses Bild sollten wir speziell hier bei der Thematik der Meditation vor Augen haben.

Krishnas Ausführungen über Dhyana finden sich vor allem in den Versen 10-15 des 6. Kapitels. Wir wollen sie im folgenden detailliert darstellen, um zu sehen, welches Wissen die Gita hierzu bereithält. Vorab sei erwähnt, daß es dabei um die Sitzmeditation im engeren Sinne geht. In einem weiteren Sinn können auch z.B. Werke als Meditation getan oder Erkenntnis als Meditation erlangt wer-

den. Im besten Falle ist die stille Sitzmeditation ein Ausgangspunkt, um spirituelle Inspiration auch in das aktive Leben hinauszutragen. Doch muß sie erst einmal „angezapft“ werden, und dafür gibt es hilfreiche äußere Umstände, die Krishna erläutert.

> Ein Yogi sollte sich stets bemühen, seinen Geist zu konzentrieren, indem er in Einsamkeit weilt, Gedanken und Körper unter Kontrolle hält und frei ist von Erwartung und Begehren. //VI.10//

Es ist zu beachten, daß vom „Yogi“ die Rede ist, also jemandem, der schon auf dem Pfad fortgeschritten ist. Einsamkeit ist nicht für jedermann die rechte Sache, denn „der ungeübte Geist wird turbulenter, wenn er sich in die Einsamkeit begibt; unterdrückte Wünsche suchen hervorzutreten. Aber wenn der Geist [in dieser Situation] die Wahl trifft, stattdessen mit dem Göttlichen zu kommunizieren, so ist es ein gutes Zeichen für ihn“, erklärt Swami Chidbhavananda in seinem Gita-Kommentar.[25]

Swami Sivananda differenziert in seinen Erläuterungen[26] zu diesem Vers zwischen dem entsagenden Yogi, der auf allen Besitz verzichtet (und in einer Berghöhle meditieren kann), und dem Haushälter, der in einem stillen Zimmer oder an einem geeigneten Platz in der Natur meditiert. Wichtig sei vor allem die beharrliche und regelmäßige Praxis.

Wir wissen, daß viele große spirituelle Persönlichkeiten bisweilen die Einsamkeit suchten, um abseits vom Trubel der Welt ihre eigene, höchste Wahrheit zu finden oder neu zu bekräftigen. Man spricht heute davon „abzuschalten“, was in einer Zeit der Reizüberflutung immer mehr an Bedeutung gewinnt. Nun gibt es Orte, die dafür besonders geeignet sind, weil sie innere Sammlung und Kon-

---

[25] The Bhagavad Gita (Tapovanam 1972)
[26] Shrimad Bhagavad Gita (Lautersheim 1998)

Wie die Gita in den Westen kam

Die erste Übertragung der Bhagavadgita in eine westliche Sprache erfolgte bereits 1785 durch Charles Wilkins, einen Beamten der Englisch-Ostindischen Kompanie. Im Jahr 1808 veröffentlichte Friedrich Schlegel einige Auszüge der Gita in deutscher Übersetzung in seiner Schrift *Über die Sprache und Weisheit der Inder*. Während er selbst später das Interesse an Sanskrit-Studien verlor und sich anderen Aufgaben widmete, wirkte sein Bruder August Wilhelm seit 1818 als erster deutscher Professor der Indologie in Bonn.

Seine Ernennung war aufgrund einer Empfehlung des Universalgelehrten und preußischen Ministers Wilhelm von Humboldt erfolgt, der Sanskrit mit dem Linguisten Franz Bopp studiert hatte und tief berührt vom Text der Gita war. Im Jahr 1825 veröffentlichte v. Humboldt einen Essay mit dem Titel *Über die unter dem Namen Bhagavad Gita bekannte Episode des Mahabharata.*

August Wilhelm von Schlegel ließ in Paris Devanagari-Schrifttypen fertigen und brachte 1823 die Gita mit Text und lateinischer Übersetzung heraus. Diese Ausgabe war das erste Sanskrit-Buch, das in Kontinental-Europa gedruckt wurde.

Der Philosoph Friedrich Hegel beschäftigte sich in seinen Studien auch ausführlich mit der indischen Geisteswelt, hatte jedoch zu seiner Zeit - zu Beginn des 19. Jhs. - nur unzureichendes Quellenmaterial zur Verfügung, was zu manchen falschen Bewertungen führte. Hinderlich war auch seine feste Überzeugung, mit seinem eigenen Denkgebäude den höchsten Gipfel der Erkenntnis erklommen zu haben. So vermochte er zwar die hohe Stellung und Bedeutung der Gita innerhalb der indischen Literatur richtig einzuschät-