



ERFAHRUNGEN UND BEGEGNUNGEN MIT SATHYA SAI BABA

Inhaltsverzeichnis Januar 2023

	Seite
Spiritualität und Kunst in der Landwirtschaft, Teil 1, Bauern bringen der Nation Frieden und Wohlergehen, Helena Rytkönen und Patrick Meyer-Glitza, H2H März 2009	2
Johannes Tauler, Von der Geburt Gottes im Menschen, Dr. N. Nicolaus, Sai Briefe 144	15
Neujahrsvorsätze, Aravind Balasubramanya, Dezember 2018	23

Hinweis: Ein Klick auf das Thema oder die Seitenzahl führt direkt zu dem jeweiligen Artikel.

Wie haben Euch die Artikel gefallen? Rückmeldungen hierzu sind herzlich willkommen. Sendet einfach eine E-Mail an sdh@sathya-sai.de und denkt daran, Euren Namen und Euer Land zu erwähnen.

Spiritualität und Kunst in der Landwirtschaft, Teil 1*

Bauern bringen der Nation Frieden und Wohlergehen

Helena Rytkönen und Patrick Meyer-Glitza

Über Kunst und Leben im Landbau und im Dorf

Die zentrale Person bei der Erzeugung der Lebensmittel ist der Bauer. Er bereitet die Erde vor, er sät, er pflegt, er erntet. Das Leben eines Bauern, der heute oftmals in Deutschland lieber „Landwirt“ genannt werden möchte, ist stark durch das Klima, die Landschaft und das kulturelle Erbe geprägt. Der Bauer ist nicht nur zentral bei der Erzeugung der Lebensmittel, sondern er ist wichtig für das Wohlergehen der ganzen Nation. Sathya Sai Baba sagt dazu:



Erntearbeiten im vorigen Jahrhundert

„Die Bauern versorgen die Nation mit Nahrung, bringen ihr Frieden und Wohlergehen. Es ist ihr gutes Los, dass sie der Nation diesen freudvollen Dienst erweisen können. Nur wenn die Bauern, die uns Nahrung verschaffen, froh und glücklich sind, kann auch das Land Frieden haben und gedeihen.“ (1)

Baba beschreibt hier die Arbeit der Bauern als einen „freudvollen Dienst“, den sie der Nation erweisen. Wo sind die glücklichen und frohen Bauern? Wie ist ihre Kultur, ihre Kunst? Welche Ausdrucksformen hatte die Spiritualität eines Erntearbeiten im vorigen Jahrhundert?

1. Das Dorf als Ort des bäuerlichen Lebens

Das Dorf und die bäuerliche Lebensweise gehören zusammen. Die Dörfer haben eine eigene ländlichen Kultur, die jedoch oft in unserer heutigen städtisch betonten Lebensweise übersehen und überdeckt wird. Das war nicht immer so.

Zur Zeit von Rama (vor ca. 10.000 bis 15.000 Jahren) in Indien, war die Stellung der Bauern gleich der Stellung der anderen Gruppen in der Gesellschaft.

„Jeder Stimme wurde im Reich, das Rama regierte, das gleiche Gewicht zugestanden.“ (2)

Und zur Stellung der Bauern ca. vor 5.000 Jahren, zur Zeit des Krischna Avatars, sagt Sai Baba:

„Arbeiter und Bauer – das ist heute die Parole, nicht wahr? Zu Zeiten des Krischna-Avatars waren diese beiden Klassen wichtige und geachtete Glieder der Gesellschaft. Heute werden die Leute geachtet, die nicht Getreide, sondern Geld ernten! Ausländische Währung ist das, was zählt, und deshalb werden die Menschen angehalten, das zu erzeugen, was in anderen Ländern verkauft werden kann, und nicht das, was das eigene Land braucht.“

„Krischnas älterer Bruder Balarama, ein Avatar aus eigenem Recht, hatte als Waffe einen Pflug! Er erklärte, die Arbeit in der Landwirtschaft sei eine segensreiche Tätigkeit. Gott erscheint in menschlicher Form; er fördert die Vieh- und Landwirtschaft,(3) denn es ist die Nahrung, die es dem Menschen ermöglicht, klar zu denken, so dass er den Weg zu Gott finden kann. Der Körper muss um des Kopfes willen genährt werden, damit er Weisheit erlangt und Erlösung gefunden werden kann. Nahrung – Kopf – Gott, so ist die Reihenfolge.“ (4)

Über das Dorf als eine Form der Gemeinschaft sagt Sai Baba:

„Dörfer sind Orte, wo dieses Wissen (über Ananda) den Menschen leichter erreicht und tiefere Wurzel schlägt. Das ist der Grund, warum ich Dörfer am meisten liebe ... In den Dörfern seid ihr immer in Kontakt mit Gott, mit Seiner Gnade, mit Seiner Zärtlichkeit, Seiner Liebe.“ (5)

In diesem Zitat beschreibt Baba, dass der Kontakt zu Gott in Dörfern immer da ist. Warum? Das Dorf ist in seiner Urform eine Gemeinschaft von Bauern. Die Arbeit ist eng verbunden mit der Natur, mit der Schöpfung. Tagtäglich ist man in Verbindung mit dem Leben der Tiere und der Pflanzen.

Dieser enge Kontakt zur Natur spiegelt sich in den Naturreligionen wider, wo die Gottheiten verschiedene Erscheinungsformen der Natur sind. Die Sonne nimmt in diesen Religionen einen wichtigen Platz ein. Das weist auf die Abhängigkeit des Landbaus von der Sonne hin.

„Ohne die Sonne kann kein Leben auf der Erde sein. Das Getreide kann nicht wachsen. Es gibt keine Luft, kein Essen und keine Mittel für die Aufrechterhaltung der Lebewesen. Nur durch die Sonne fließen die Flüsse, wächst das Getreide, bleibt das Leben erhalten und gibt es Glück und angenehmes Leben. Es ist die Kraft der Sonne, die das Herz zu reinigen hilft. Somit ist die Sonne für den Planeten Erde die sichtbare Manifestation des Göttlichen. Die Erde bekommt ihren Leben erhaltenden Sauerstoff aus der Sonne.“ (6)

Diese Abhängigkeit von der Sonne hat viele Anbetungsformen der Sonne entstehen lassen. Teilweise geschah das aus Angst, dass die Sonne gar nicht mehr aufgehen könnte. Man opferte der Sonne, zeigte Dankbarkeit. Man wusste, dass das ganze Leben von der Gnade der Sonnengottheit abhängig ist, von ihrem milden Schein und ihrer Wärme.

In den Veden, den heiligen Schriften Indiens, wird die Sonnengottheit als „Himaghnaaya namah“ (Ich verneige mich vor dem Vertreiber vom Schnee), „Tamaghnaaya namah“ (Ich verneige mich vor dem Vertreiber der Dunkelheit) und „Kritaghnaaya namah“ (Ich verneige mich vor dem Vertreiber des Undankbaren) gepriesen. Häufig ist das Schmelzen des Schnees für die Landwirtschaft eine Grundvoraussetzung. Ebenso das Licht. Und die Basis für das rechte Verhalten ist die Dankbarkeit. Baba sagt:

„Der dritte Name beschreibt den Sonnengott als denjenigen, der diejenigen aufgibt, die das Gute, das ihnen getan wurde, vergessen. Wie gibt der Sonnengott den Undankbaren auf? Die Veden haben erklärt, dass die Sonne aus den Augen von „Viraat Purusha“ (der kosmischen Person) hervorgeht. Das Strahlen der Sonne erleuchtet die Augen des Menschen. Wenn das Mantra erklärt, dass der Sonnengott den Undankbaren verlässt, ist dessen innere Bedeutung, dass der Sonnengott den Undankbaren blind macht und ihm die Kraft des Sehens entzieht. Heutzutage gehen Menschen, die sich der Undankbarkeit schuldig machen, wie blinde oder ignorante Wesen ohne wahre Sehkraft daher. Jede Person sollte deswegen das Gefühl der Dankbarkeit schätzen.“ (7) Ein ignoranter Bauer oder Landwirt würde die Sicht für das Ganze in seiner Arbeit für die enge Verflechtung mit der gesamten Schöpfung verlieren.

Folgendes Ereignis im Leben eines kleinen Jungen beschreibt die dankbare Hingabe eines Bauern: „Der Sohn eines Bauern war mit seinem Vater bei der Arbeit des Säens. Als der Acker bestellt war, wurde der Bauer still, nahm den Hut vom Kopf und sprach sinngemäß: ‚Nun habe ich meinen Teil getan, das Keimen und Wachsen ist ein Geschenk von Dir, Gott Vater im Himmel.‘“ (8)

Das bäuerliche Leben ist ein Dialog mit dem Wetter. Man wartet auf das Schmelzen des Schnees, man betet für Regen und für einen sonnigen Tag für die Ernte. Das Wetter ist aber außerhalb dessen, was der Mensch mit seinem Wissen und Können regulieren kann. Doch möchte man es im Voraus wissen. Dazu gibt es viele Bauernweisheiten und Wettervorhersagen. Hier sind einige Beispiele:

- „Je frostiger der Januar, je freudiger das ganze Jahr.“
- „Wenn die Gänse stehen auf einem Fuß, dann kommt bald der Regenguss.“

- „Früher Vogelsang macht den Winter lang. Kommt die wilde Ente, hat der Winter bald Ende.“
- „Abendrot – gut Wetter bot. Morgenrot – mit Regen droht.“
- „Anfang und Ende von Januar zeigen das Wetter fürs ganze Jahr.“

Diese wenigen Beispiele der bäuerlichen Wettervorhersagen zeigen, dass sie aus dem Gedanken der Einheit von allem in der Schöpfung ausgehen. Das Verhalten der Tiere oder eine Wetterlage an einem Tag ist gleichzeitig ein Hinweis auf das Wetter in der Zukunft. In Dörfern lebten – und leben teilweise auch heute noch – weise Bauern, die die Naturzeichen im Sinne der Wettervorhersagen lesen und deuten können. Diese Weisheit – der Weitblick über die Zusammenhänge – gehört in das bäuerliche Leben im Dorf. In der Tiefe erlebt und verstanden, ist das eine spirituelle Lebensweise im Sinne des „Alles ist eins.“

Die Gefahren dieser einheitlichen Sicht manifestieren sich in dem abergläubischen Halbwissen, wo man diese Sprüche wie Rezepte anwendet, ohne in den inneren Kern vorzudringen. Dieser Aspekt des Halbwissens gehört auch ins Dorf. Man erzählt von vielen Praktiken, die eher Angst auslösend sein können. Ein Beispiel des Halbwissens sind zum Beispiel die Tieropfer für verschiedene Gottheiten (z.B. Sonnengottheit und Mondgottheit). Das Tier ist ein Symbol für „das Körperbewusstsein oder Ichbewusstsein“ des Menschen, das überwunden und geopfert werden soll.

„Ihr müsst das uralte auf Dharma basierende Handeln (dharmakarma) verstehen, indem ihr euch in dessen symbolische Bedeutung vertieft. Im spirituellen Bereich gibt es viele Fachausdrücke mit ihrer eigenen Spezialbedeutung. Diese müssen klar verstanden werden, damit ihr die Lehre der heiligen Schriften richtig erfassen könnt. Nehmen wir ein Beispiel: Die Leute pflegten in alten Zeiten Opferriten (yajna) zu zelebrieren und sie opferten bei diesen Riten Tiere (pashu). Aber das Tier ist nur ein Symbol. Es war nicht die stumme Kreatur, die in Stücke zerschnitten werden musste. Das Tier lebt ein aufopferndes Leben, auch ohne, dass der Mensch sein Leben am Opferpfahl vollendet! Das Tier, das ausgenommen und geopfert werden muss, ist ein anderes; im spirituellen Wortschatz bedeutet Tier das ‚Körperbewusstsein‘, das ‚Ichbewusstsein‘, und dieses muss geschlachtet werden.“ (9)

Die Schwelle vom abergläubischen Halbwissen zum spirituellen Wissen ist die Herausforderung des bäuerlichen Lebens. Das erfordert eine immer feinere Wahrnehmung der Umwelt und eine wirkliche Unterscheidungsfähigkeit zwischen dem Wahren und dem Eingebildeten. Das ist eine Herausforderung zur Kultur, zur Verfeinerung der Lebensweise. Dazu sagt Baba:

„Wo Spiritualität ist, ist die Kultur in ihr eingebettet ... Kultur bedeutet ‚Samskruti‘ (Verfeinerung des Verhaltens). Samskruti bezieht sich auf das, was verfeinert worden ist.“ (10)

In Deutschland spricht man jedoch selten über das kultivierte Dorfleben. Eher im Gegenteil: Im Dorf lebt man „jwd“ (janz weit draußen), in der Walachei, oder in der Provinz. Das dörfliche, bäuerliche Leben wird eher als primitiv angesehen. Man spricht vom „Lande“, „Mädchen vom Lande“, von der „Landpomeranze“, vom „Bauerntöpel“ oder einfach nur vom „Bauern“. Der Beruf des Bauern hat keinen hohen Rang in der gesellschaftlichen Wertehierarchie.

Heutzutage leben zwar viele gerne im Dorf, aber dort nicht als Bauern. Man lebt städtisch und will die Natur genießen. Diese neuen Einsiedler in den Dörfern verändern die Struktur und es entstehen Konflikte mit der bäuerlichen Lebensweise. Die Zugezogenen fühlen sich durch die Tiere, durch die Arbeit auf dem Bauernhof gestört. So berichtet eine Bäuerin, die auch Schriftstellerin ist:

„Betrachten wir doch mal unser Dorf“, sagt der Ortsvorsteher mit feierlich fester Stimme weinerlichen Charakters und finsterer Miene, so als ob man einen guten Freund zu Grabe trägt. „Wer kommt schon nach uns, wenn wir nicht die nötigen Voraussetzungen schaffen?“ Sein ausgestreckter Arm weist vom Dorf in Kreisform am herrlichen Waldpanorama entlang, das sich ringsum, das Dorf liegt in einem Tal, wie eine Krone aufsetzt. Im Anschluss an das verblüffte Raunen der Exkursionsteilnehmer, die diese

Pracht wohl noch nie mit diesen Augen gesehen haben, schlendern wir durch den Ort, geben Missständen einen Namen, scheuchen Klaras Hühner von der Straße, die, unserer Meinung nach, viel zu schmal ist und außerdem begradigt werden müsste, da sie für den Verkehrsfluss eine einzige Behinderung darstellt. Hinter der Kirche erfährt das Auge, dass die Nase Recht behalten sollte; Friedhelms Misthaufen wird vermessen... „Was höher als zwei Meter ist, gilt als Bauwerk, genehmigungspflichtig!“ leiert der Ortsvorsteher mechanisch, meinen Einwand, dass es länger geregnet hätte und die Bauern aus diesem Grunde nicht aufs Land konnten, überhörend, runter; dabei stürzt sein Blick schon über die Friedhofsmauer. „Der Rasen/zu lang ... schlecht gearbeitet/Sauerei ... wird verbessert/eine Bank muss her! Sitzen, Spazieren, Klönen. Doch wer kommt/sich setzend, klönend, ... wenn Misthaufen gefährlich und Gras zu hoch/Hühner auf der Straße ... die zu eng ...?“, sagt er abschließend und führt uns den alten, mit hohem Gras überwucherten Lindenweg hinauf zum Wald. (11)

Dieser Bericht aus dem Leben in einem deutschen Dorf spiegelt den Einfluss der Verstädterung. Die Gemeinschaft des dörflichen Miteinanders, wo man sich gegenseitig hilft und unterstützt, ist schon gebrochen. So klingt es aus der heutigen deutschen Sicht wie ein Traum und als eine Erinnerung an damals, wenn Baba sagt:

„Ich werde Puttaparthi nicht aufgeben und an einem anderen Ort oder in einer Stadt leben. In den Dörfern hilft einer dem anderen, wenn ein Haus brennt oder ein Brunnen durch einen Erderschlag zugeschüttet wurde. In den Städten kann es geschehen, dass lauter Feste gefeiert werden, während im Nachbarhaus jemand im Sterben liegt. In den Dörfern dagegen gibt es noch Achtung vor den Älteren und den Glauben an die Macht des Göttlichen. Nur Menschen mit diesen Eigenschaften können mithelfen, Dharma wiederherzustellen.“ (12)

In der Vision und Mission von Baba geht es darum, Dharma – das Rechte Verhalten – wiederherzustellen. In dem vorigen Zitat betont er, dass es in den Dörfern noch Achtung vor den Älteren und dem Glauben an die Macht des Göttlichen gibt. Ist das nur hinter der städtisch gefärbten Brille verborgen? Das ursprüngliche rechte Leben im Dorf fängt ja schon bei dem Wort „Kultur“ an.

2. Kultur – das Wort aus der Agrarkultur

Das Wort „Kultur“ hat seinen Ursprung in dem ruralen, bäuerlichen Leben. Das lateinische Wort „cultura“ (colere) gehört wahrscheinlich zur indogermanischen Wurzel „k’el“, (sich) drehen, (sich) herumbewegen. (13) Die Arbeit des Pflügens oder des Wendens der Erde als eine vorbereitende Arbeit für die Aussaat ist ein Bild hierfür.

Als im Zeitalter von Rama der Herrscher Janaka von Mithila die Erde für ein Yagna (eine Opferhandlung, die ohne Wünsche durchgeführt werden sollte) pflügte, entdeckte er in der Furche ein Gefäß. Als er es hochhob, fand er in dem Gefäß ein bezauberndes kleines Mädchen, welches er adoptierte und als sein eigenes Kind aufnahm. Dieses Kind bekam den Namen Sita (= das Kind aus der Furche), weil Janaka sie in einer Ackerfurche gefunden hatte. (14)

Janaka pflügte die Erde für ein Yagna – für ein Opferfest, für eine spirituelle heilige Handlung. Dabei wurde das bezaubernde Mädchen Sita gefunden. Sita ist Tochter der Erde und symbolisiert Prakriti (die Natur). (15) „Sie (Prakriti) ist die Natur um uns, das Wunder des Herrn, der Ausdruck seiner Herrlichkeit; und gleichzeitig ist sie das Prinzip hinter dem Gesehenen, gehört dem höchsten Selbst (paramatman) an und ist nur für dieses da.“ „In den Veden ist Sita die Furche, die personifizierte Landwirtschaft, und wird als Gottheit verehrt, die über Landwirtschaft und Früchte herrscht.“ So symbolisiert Sita, die bei einer Tätigkeit der Agrarkultur entdeckt wird, die spirituelle Dimension der Natur. Sie ist die Göttin der Kultivierung, der Verfeinerung der Natur.

Wie wird Sita, diese Tochter der Erde, beschrieben? Sie ist sehr kraftvoll. Mit ihrer zarten Hand ist sie in der Lage, eine schwere Truhe mit dem Bogen Shivas zu bewegen, obgleich kaum ein erwachsener

Mann dies schaffen kann. Sita ist ein göttlicher Engel. Sie weiß ihre Pflicht, ist standfest, tugendhaft und in ihren Gefühlen rein. Sie ist pathi devi (die höchste Göttliche Mutter). Der Weise Valmiki sagt zu Rama im Ramayana: „Sita ist ‚die betörende Hälfte‘ deiner Persönlichkeit, deine Darstellungskraft (maya). Sie erschafft, erhält und zerstört (wie du ‚willst‘) Welten über Welten.“ (16)

Wenn Sita nun die Göttin der Kultivierung, der Verfeinerung der Natur, ist, bedeutet die Kultivierung entsprechend ihrer Eigenschaften ein wunschloses Folgen von ihrem göttlichen Gatten Rama. Jeder Wunsch entfernt sie von dem Ehemann, bringt Trennung und Leid. Aus dieser Perspektive heraus ist die Agrarkultur als Verfeinerung der Natur Gottesdienst ohne einen Wunsch auf die Früchte der



Ein Platz am Ackerrand auf der Suche nach Sita. (17)

Handlungen: „im Geist der Dankbarkeit, Demut und Reinheit und mit Freude das zu tun, was für den Entwicklungsprozess der Menschheit förderlich ist.“

Das Los des Bauern ist es, diese Arbeit der Kultivierung durchführen zu dürfen. Der deutsche Philosoph Klaus Michael Meier-Abich sagt, dass es die Aufgabe des Menschen sei, Kultur in die Welt zu bringen. Also ist es die Aufgabe des Menschen, der Natur in dem Sinne zu dienen, dass die Schönheit von Sita durch Kultivierung entfaltet und Sita in der Natur

„beim Pflügen“ entdeckt werden kann. Jedoch ist diese Kultivierung nicht ein Streben nach der Erfüllung der eigenen Wünsche, sondern ein Einfühlen und Erkennen der Einheit. Und Sita wäre das wachende und erinnernde Auge über der Tätigkeit eines Bauern.

3. Kunst – im Dorf?

Kunst im Dorf? Der heutige europäische Mensch sucht Kunst eher in der urbanen Lebensweise der Metropolen. In den Dörfern auf dem Lande suche man eher nach Kartoffeln, Möhren, Kohl, Milch usw. Jedoch hat die rurale Lebensweise im Laufe der Jahrtausende eigene Formen der Kunst entwickelt, sie ist auch die Wiege der urbanen Kunst.

Der Kunstwissenschaftler Ernst Gombrich verbindet die Kunst folgenderweise mit dem ländlichen Leben: „Je weiter wir in der Kunstgeschichte zurückgehen, desto deutlicher wird es, dass auch das Schnitzen und Malen einmal einen praktischen Zweck gehabt hat, aber gleichzeitig ändert sich auch die Vorstellung davon, was eigentlich praktisch ist. Das müssen wir sogar bis zu einem gewissen Grad berücksichtigen, wenn wir zu den Bauern aufs Land gehen...“ Für die ‚primitiven‘ Naturvölker „ist das Bildermachen wirklich von derselben praktischen Bedeutung wie das Häuserbauen: Die Häuser oder Hütten sollen sie vor den Unbilden der Witterung schützen, die Bilder vor anderen Einflüssen, die ihnen nicht weniger wirklich sind.“ (18)

Gombrich folgt der Entwicklung zu den ursprünglichen Formen der Zivilisation, lobt ihr Können und ihr visuelles Vermögen. Dort, ganz weit weg – räumlich und zeitlich – hat die Kunst für die Lebensform eine praktische Bedeutung. Was ist nun diese praktische Bedeutung der Kunst? In dem Zitat sagt Gombrich, dass die Bilder vor anderen Einflüssen als vor den Unbilden der Witterung schützen. In diesem Sinne war der Landbau in seinen Anfängen neben der körperlichen und materiellen Pflege auch Pflege des Geistes. Das unterstreicht die Etymologie des aus dem Lateinischen entlehnten Substantivs „Kultur“ mit der Bedeutung „Landbau, Pflege (des Körpers und des Geistes)“ (19)

3.1. Zeit als Aspekt der Kunst im Dorf

Der Landbau verbindet sich mit dem Zyklischen der Natur. Eine ruhige, sich organisch entwickelnde

Kunst entspricht den Rhythmen der Natur. Sie ist im Arbeitsprozess meditativ, besteht aus kleinen Arbeitseinheiten, die in ihrer Mehrzahl handwerklich und immer wieder anders gesetzt werden, ist Malerei, Stickerei, Schnitzerei, Bildhauerei, ist Handarbeit. Das Ergebnis ist nicht sofort sichtbar, sondern entsteht langsam durch das Zufügen der Energie wie ein Bild auf der Leinwand.

3.1.1. Kunst mit Geduld

Viele Völker haben eine durch Handarbeit sehr kunstvoll angefertigte traditionelle Kleidung. Zum Beispiel bestickte das Volk der Mari oder Tscheremissen an der Wolga in Russland seine Kleidung mit vielen, vielen kleinen Stichen auf weißen Leinwandstoff. Diese Stickerei ist keine Dekoration, sondern eine visuelle Sprache. Sie ist wie eine Membran zum Unsichtbaren im Sichtbaren. Das Bild war bei den Mari nicht ein Ding an der Wand, sondern die Kleidung selbst – ein Gegenstand mit praktischer Bedeutung.

Der Dichter Valentin Kolumb drückt es in seinem Gedicht „Geburt der Stickerei der Mari“ aus:

„So, während sie arbeiteten in Zeiten des Friedens, brauchten die Mari nicht Messing, nicht Kupfer, sondern bestickten ihre Hemden und Kleider mit den Farben des Regenbogens.“



Und die Stickereien der Mari wurden als ein Schutz vor dem Krieg bezeichnet. Sie verachteten ja das Gold! Auf dem weißen Leinwandstoff mit genähten feinen Kreuzstichen erzählten sie über das Leben des Volkes.“ (20)

Diese Kunstform der Stickerei erzieht zur inneren Stärke und zwar nicht über Predigten oder Reden, sondern im Tun – im lauten Schweigen mit Zielbewusstsein und kraftvoller Intensität. In diesem Sinne ist sie ein Schutz vor dem Krieg, der Zerstörung aus Leidenschaftlichkeit. Diese Arbeit ist ein Übungsfeld zur Geduld. Die vielen kleinen Stiche lehren, dabeizubleiben und weiterzumachen: Sie ermöglichen eine meditative, Gott zugewandte Grundhaltung.

Die Tugend der Geduld (kshama) wird von Sai Baba besonders hervorgehoben:

„Wenn ihr diese Tugend nicht lernt, werdet ihr im Leben eine Menge Missbehagen und Unfrieden erleben. Wenn ihr nicht zu ertragen lernt, werdet ihr möglicherweise falsche und schlechte Wege einschlagen. Es ist unerlässlich, dass ihr die Wichtigkeit dieser Tugend erkennt. Alle Erziehung, alle Macht und alles Renommee nützen euch ohne diese Tugend nichts. Es gibt eine ganze Reihe von gebildeten Menschen, die durch Bußübungen verschiedene Kräfte entwickeln konnten, und doch war es ihnen nicht möglich, die Früchte ihrer Buße zu genießen, weil ihnen eben diese Fähigkeit auszuhalten und zu ertragen, fehlte. Aufgrund dieses Mangels haben bedeutende Jünger ihren guten Ruf verloren. Mangel an Geduld ist der häufigste Grund dafür, dass Könige ihr Reich verloren haben. Kshama ziert euch wie ein strahlender Juwel. Das Ertragen Können ist euer lebenswichtiger Schutzmantel.“ (21)

In der Erziehung war den Mari der Aspekt des Schutzes durch die Stickerei sehr bewusst. Die Mädchen fingen schon mit 7 Jahren an, diese Kunst des Stickens zu lernen. Es wurde gesagt, dass die Tätigkeit des Stickens die Frau vor allem Bösen schützt. Sogar die Stickerei an den Kleidungsstücken wurde als Schutz gegen alles Schlechte angesehen. Das beruht darauf, dass die Muster selbst eine spirituelle visuelle Sprache der Weisheiten vieler Generationen sind und so das Kind sie beim Kopieren ohne Worte verinnerlicht und selbst in das eigene Kulturerbe hineinwächst. Später im reiferen Alter wird die Frau Neues zu dieser Kunst beitragen können. Außerdem hat die Stickerei auch eine rein materielle Schutzwirkung. Die Kleidungsstücke nutzen zuerst an den Rändern (z. B. am Rocksaum und

Ärmelsaum) ab. Ebenso wie das Sticken, schult das Schnitzen die Geduld. Diese Tätigkeit fordert Konzentration und Bewusstsein dessen, was man erreichen will, denn wenn einmal zu viel abgeschnitten ist, bleibt einem nur übrig, neu anzufangen oder den Plan zu ändern.

3.1.2. Kunst in der agrarkulturellen Landschaft

Nicht nur die Stickerei und die handwerklichen Tätigkeiten fordern Geduld, sondern der gesamte Arbeitsprozess der Landwirtschaft.

„Wenn ihr Reis anbauen wollt, müsst ihr euch ziemlich viel Mühe geben. Das Land muss umgepflügt und mit Dünger und Kunstdünger angereichert werden. Für die Aussaat muss gutes Saatkorn verwendet werden. Dann müsst ihr euer Land einzäunen, um die Pflanzen vor Menschen und Vieh zu schützen. Ihr solltet auch in Abständen das Unkraut entfernen und den Boden ordentlich bewässern. All diese Schritte sind für den Anbau von Reis notwendig.“ (22)

So wie die Beschreibung des Arbeitsgangs beim Reisanbau ist es auch bei Getreide. Die Arbeit auf dem Acker, auf Wiesen und Weiden formte langsam im Laufe der Jahrhunderte in Europa die Landschaft zu einer vielfältigen, regional geprägten Landschaft.

Der Germanist Jochen Möckelmann sagt über die Kunst der Bauern und der Landwirte:

„Ich glaube, wenn man von einer eigenen Kunst der Landwirte und der Bauern sprechen kann in Deutschland, dann in der gestalteten Landschaft ... fast immer ist es diesen Menschen gelungen, im Einklang mit der Natur etwas Großes und Bleibendes zu schaffen. Wir sollten nur aufpassen, dass wir mit unserem heutigen Streben nach Gewinn nicht die kostbaren Gebilde, die Generationen von Bauern gemeinsam mit ihren Gärten gestaltet haben, zerstören.“ (23)

Dazu eine Anekdote aus einem schwäbischen Dorf:

Ein Pfarrer in einer Dorfkirche predigte an Fronleichnam von der Schönheit des Tales. Er sagte: „Hier seht Ihr, liebe Gemeinde, das Wirken Gottes. Er hat aus dieser wüsten Region einen Garten Eden geschaffen.“ Kaum hatte der Pfarrer das gesagt, stand ein älterer Bauer auf, erhob sich – es fiel ihm sichtlich schwer – und sagte: „Herr Pfarrer, es ist schon richtig: ohne den Segen Gottes gedeiht nichts. Aber ihr hättet dieses Tal mal sehen sollen, als Er da oben es allein bewirtschaftet hat.“



Das Gras wachsen hören

Die Kulturlandschaft entwickelte sich im Mittelalter zum großen Teil als ein Werk des Menschen, welches die Vielfalt der Pflanzen, Tiere und Arten der Naturgemeinschaften förderte und uns heute noch erfreut. Viele Pflanzen aus südlicheren

Ländern fanden dabei ihren Weg und Platz in unsere(n) Kulturlandschaften. Viele Mönche waren aktiv im Garten und Landbau. Die Landwirte erwirtschafteten etwa nur dreimal so viel, wie sie gesät hatten, und betrieben eine Dreifelder-Wirtschaft, d.h., dass nach einer Winterung (Wintergetreide im ersten Jahr) und einer Sommerung (Sommergetreide im zweiten Jahr) im dritten Jahr die Brache (zur Erholung des Ackers kein Anbau) folgte.

Diese Wechsel in der Dreifelder-Wirtschaft – also die dreigliedrige Fruchtfolge – kann man in Worten der Kunst als ein lebendes Land-Art-Kunstwerk, das jedes Jahr neu ist, bezeichnen. Auch heute bietet uns die Landwirtschaft Farben und Formen in der Landschaft: zum Beispiel die gelben Rapsfelder, die Farbe der Getreidefelder im Wechsel der Jahreszeiten, die Kühe auf der Weide, die Pferde auf der Koppel oder den Kartoffelacker.

Die Wiesen und Äcker der Agrarkultur inspirieren heute Künstler. Hier zwei Beispiele:



Die Arbeit links betont die Weite des Blicks. Wenn man über die Kartoffelsäcke ging, entstand das Gefühl, als ob man über eine Hängebücke ginge.

Die Spirale auf dem Acker rechts wurde durch das dort liegende Heu inspiriert.

3.2. Kunst und das Tier in der Landwirtschaft

Das Tier und die Landwirtschaft sind eng miteinander verbunden. Zu dem traditionellen Bild eines Bauernhofes gehören Kühe, Pferde, Hunde, Katzen, Hühner und auch Schweine. Gerade im Umgang mit den Tieren ist ein großes Einfühlungsvermögen erforderlich. Für den Philosophen Klaus-Michael Meyer Abich ist der Umgang mit Tieren, ebenso wie der Umgang mit Pflanzen, Böden, Bächen und Landschaften, angewandte Kunst. Der Nutztierethnologe (Nutztierverhaltensforscher) Detlef Fölsch bewertet die gesamte Arbeit der artgemäßen Tierhaltung als Kunst. Dazu einige Beispiele:

„Der Tierhalter schätzt die Tiere ein und nimmt sie aufmerksam wahr. Z. B. 48 Stunden vor der Geburt kommt der sensible Tierhalter der Erwartung des Tieres entgegen und stellt der hochtragenden Sau ausreichendes Nestmaterial zur Verfügung. Am Lebensabschnitt der Fortpflanzung, der Zeit um die Geburt bzw. Eiablage, von der der Tierhalter umfassend Kenntnis haben muss, kann bäuerliche Arbeit Kunst werden – die Entwicklung des natürlich veranlagten Verhaltens ermöglichen, damit die Frucht, d.h. die Nachkommenschaft in Form von Ferkeln oder Eiern für die beteiligten Lebewesen den geeigneten Platz finden.“ (24)

Auch von der Seite der Kunst her, gibt es Ansätze, das Tier der Landwirtschaft in die Kunstarbeit aufzunehmen. Ein Beispiel zu diesem Thema „Landwirtschaft und Tier“ aus der Sicht der Kunst ist das „Haus für Schweine und Menschen“ von Carsten Höller und Rosemarie Trockel, ausgestellt auf der „documenta X“ in Kassel 1997. Dort als Teil der großen Kunst-Weltausstellung, konnte man das ruhige Treiben der Schweine – artgerecht nach den neuesten Kenntnissen der Ökologischen Agrarwissenschaft gehalten – beobachten. Im Grunde das, was man im Dorf, wenn Schweine artgerecht gehalten werden, auch an einem normalen Tag sehen kann.

Dieses Kunstwerk kommentierte der Kunstwissenschaftler Georg Bußmann folgenderweise: „Man schaut auf Leben und spürt das Eigene.“ Es ist wie die Liebe, die von einem göttlichen Wesen, dem Schwein, zu dem anderen göttlichen Wesen, dem Menschen, fließt und umgekehrt. Die Zeit ist hier die Zeit des Werdens und des Wachsens. Sai Baba sagt:

„Liebe ist nicht nur präsent im Menschen, sondern auch in allen Geschöpfen, Vögeln und Tieren. Und das ist nicht alles. Die Liebe durchdringt alles in der Schöpfung. Die Menschlichkeit des Menschen geht zurück, wenn man es verfehlt, diese Liebe wahrzunehmen.“ (25)

Ein Kunstwerk wie „Das Haus für Schweine und Menschen“ kann den Menschen wieder an diese liebende Kommunikation – das Leben spüren – erinnern und es / sie im Menschen wachrufen.

Im Dorf leben auch die Kühe. Die Kunstgeschichte zählt unzählige Bilder von Kühen. In vielen der Kuh-Kunstwerke trägt die Kuh einen symbolischen Wert. Sie wird oft als ein Symbol für Ruhe und Frieden angesehen. Für die Hindus und Buddhisten ist die Kuh ein Symbol der Geduld und der Heiligkeit.

Mahatma Gandhi war ein großer Fürsprecher für den Schutz der Kuh. Gandhi sagt:

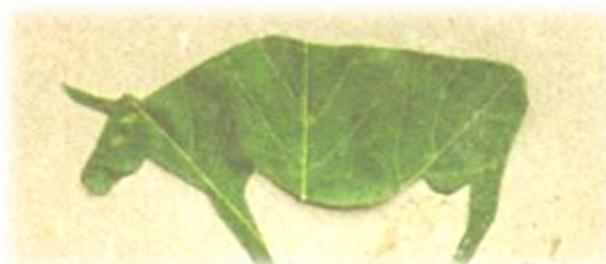
„Der Schutz der Kuh ist für mich eins der wunderbarsten Phänomene in der menschlichen Evolution. Das führt den Menschen über seine eigene Gattung hinaus. Für mich bedeutet die Kuh die gesamte nichtmenschliche Schöpfung. Durch die Kuh ergeht an den Menschen der Auftrag, seine Einheit mit allem, was lebt, zu erkennen. Warum die Kuh als Apotheose gewählt wurde, ist für mich offensichtlich. In Indien ist die Kuh der beste Freund. Sie war der Geber der Fülle. Sie gab nicht nur Milch, sondern machte auch den Landbau möglich. Die Kuh ist ein Gedicht des Mitleids. Der Mensch liest das Mitleid in dem freundlichen Tier. In Indien ist sie die Mutter von Millionen. Schutz der Kuh heißt Schutz der ganzen stummen Kreatur Gottes. Der Seher der vergangenen Zeiten – wer immer er war – fing mit der Kuh an. Der Apell der niedrigeren Stufe der Schöpfung ist umso kraftvoller, als er sprachlos ist. Der Schutz der Kuh ist das Geschenk des Hinduismus an die Welt. Und der Hinduismus wird so lange leben wie es Hindus gibt, die die Kuh schützen.“ (26)



Die Kuh hat viele Symboleigenschaften. In Ägypten war die Kuh ein Symbol der Fruchtbarkeit. Kühe waren dort auch ein Symbol des Himmels, des Lebens und der Wiedergeburt. Die Kuh ist das

Nationaltier in der Schweiz und ein Symbol für die Gemütlichkeit. In den Märchen ist die Kuh die große Nahrung spendende Mutter.

In der Landwirtschaft erlebt der Mensch die Nähe zu der Kuh. Sie ist täglicher Begleiter vieler Bauern. Sicherlich hat die Kuh in diesem täglichen Dialog ihre Symbolkraft entwickelt. In Indien weisen die verschiedenen Körperteile der Kuh auf verschiedene Gottheiten. Zum Beispiel bezeichnen die vier Zitzen der Kuh die vier Veden. „Wenn wir die Kuh als Symbol der göttlichen Ordnung (dharma) ansehen, stellen die vier Veden die Zitzen des Euters dar, in dem die Leben spendende Milch gespeichert ist. Krishna hat die Kuh gemolken und gab der Welt die Milch in Form der Gita.“ (27)



„Ein Gedicht des Mitleids“

Die vier Hufe der Kuh bezeichnen die Existenz, das Bewusstsein, den Gedanken und die Aktion. So angeschaut, wird die Kuh zu einem Träger der Spiritualität im Landbau. Sicherlich zielen viele der Kuhbilder aus der Kunstgeschichte auf diesen erlebten spirituellen Aspekt in der Wahrnehmung der Kuh. Baba sagt:

„Die Kuh verwandelt ihr eigenes Blut in nahrhafte Milch, die den Menschen ernährt. Die Kuh ist das erste Beispiel für die Göttlichkeit der Mutter.“ (28)

Die Kuh-Anatomie kann auch zu einem Tanz inspirieren. So war es bei dem „Tanz durch den Kuhmagen“. Welchen Weg beschreitet das durch die Zunge der Kuh gerupfte und im Mund eingespeichelte Gras, bis es zur wertvollen Milch und dem fast ebenso wertvollen Mistdünger transformiert wird? Dies ist eine enorme Stoffwechsellleistung der Kuh, deren Mägen und Gedärme man als Zentrum des fülligen Leibes ansehen kann, und die 300 bis 500 Liter Blut durch ihre Euter pumpen muss, damit ein Liter Milch gebildet werden kann. Im Grunde ist das eine Verwandlung, die kaum zu begreifen ist, wenn man sich den Anfang und das Ende anschaut.

Baba spricht oft von den Kühen und regt uns an, von ihrem Verhalten zu lernen: „Sammelt, während ihr hier seid, so viel spirituelle Erfahrung wie möglich. Wenn ihr nach Hause zurückkehrt, kontempliert darüber – so wie eine Kuh, die wiederkäut.“ (29)



Eine Szene aus dem Tanz durch den „Kuhmagen“

Oder: „Die Kuh frisst viel Gras, wo immer sie einen grünen Flecken sieht, aber dann geht sie in ihren Stall, um gemächlich wiederzukäuen. So solltet auch ihr nach Hause zurückkehren, alles, was ihr hier gelernt habt, rekapitulieren und es gewissenhaft befolgen.“ (30)

Die „Kühe“ der Sommerschule 1997 im Dorf Altenhasungen machten sich auf den Weg über den Parcours der „Documenta X“ zu den Schweinen im Haus für Schweine und Menschen. Hier überqueren die „Kühe“ gerade die Kasseler Karls Aue in Reih und Glied. Auch die anderen Nutztiere eines Landwirtes: Schaf, Pferd, Stier, Esel, Huhn und Schwein ... dokumentieren sich in den Kunstwerken des ländlichen Lebens. Sie sind Symbole geworden.

Das Pferd symbolisiert Kraft und Vitalität. Es ist ein Sonnensymbol oder es zieht den Himmelswagen. Das weiße Pferd hat eine besondere Stellung. Es weist auf Sonne, Licht, Leben und geistige Erleuchtung hin. Bei den Zoroastriern lautet die Hymne der Sonne aus dem Zend-Avesta, der Heiligen Schrift der Zoroastrier:

„Shining undying swifthorsed sun, Ahura Mazda, shine, shine, shine!“

(Strahlende, unsterbliche, schnellpferdige Sonne, Ahura Mazda, leuchte, leuchte, leuchte!)

Das Schaf ist ein wichtiges Symbol des Christentums. Ein Schaf ist gutmütig, ist ein Symbol für Geduld. In der Bibel symbolisiert das Schaf meist den Menschen. Das Lamm ist wahrscheinlich die älteste symbolische Darstellung Jesu.



Der Stier ist ein altes Symbol für Zeugungs- und Lebenskraft. Bekannt ist der Apis-Stier aus Ägypten. Seine Kennzeichen waren schwarzes Fell mit einer besonderen weißen Zeichnung, unter der Zunge, dem Bild des Skarabäus und ein Schwanz, dessen Haare sich in zwei Stränge aufteilen. Die Zeugungskraft des Stieres galt in Ägypten als Sinnbild der zyklischen Erneuerung.

Der Esel taucht in der griechischen und römischen Mythologie als Symbol für Fruchtbarkeit und Potenz auf. In den Märchen in Griechenland „galt der Esel als Symbol des bösen Prinzips. Er ist das „schlechte Pferd“, störrisch, dumm und faul. Auf dem Esel statt auf dem stolzen Pferd zu reiten, bedeutet deshalb nicht nur Demut oder Demütigung, sondern auch die Beherrschung der niederen Kräfte. In der christlichen Symbolik wandelt sich der Esel zum Symbol der Demut. Jesus reitet auf einem Esel in Jerusalem ein.

„Die Kuh, das Schwein, das Huhn – ist das schon Alles?“ war der Titel eines Kunstworkshops während der Sommerschule „Landwirtschaft, Kunst und Nutztier“ im Sommer 1999. Der Bauer lebt außer diesen Tieren mit einer Vielzahl von kleinen Lebewesen wie Würmer, Insekten, Bienen, Pilze und Mikroorganismen zusammen. Für seine Arbeit sind diese Lebewesen ebenso wichtig wie die Kuh. Sie

sorgen für die Fruchtbarkeit des Bodens und für die Befruchtung vieler Pflanzen. Bei einer oberflächlichen Betrachtung der Arbeit im Dorf wird das leicht übersehen. „Wer die Landschaft begreifen will, der muss den Tieren genauer zusehen. Unsere Landschaft ist auch das Werk, das „Maulwerk“, unserer Haustiere, vor allem der Wiederkäuer (Rind, Schaf, Ziege). Dies ist offensichtlich in den prominenten Urlaubslandschaften, den Alpen, Schottland, Irland. Doch dies gilt auch für weite Bereiche der Niederungen und der Mittelgebirge.“ (31)

Und das geschieht auf unterschiedlichste, vielfältigste Weise, indem die Tiere beispielsweise selektiv Fressen, also nicht alles fressen, indem sie viele Wege auf der Suche nach Fressen zurücklegen und indem sie Blätter oder Rinde der Gehölze am Waldrand fressen, womit sie einen „Saum“ am Waldrand schaffen. Auch fressen die Tiere das Gras in unterschiedlicher Höhe ab, was bei einem Vergleich einer Pferdeweide mit einer Kuhweide ins Auge springt. Außerdem beeinflussen die Tiere durch ihr Liegen und Koten die Vegetation.

Und die höchste Kunst, zu der wir den Haustieren gegenüber herausgefordert sind, deutet sich in einer Geschichte über Narada an, als dieser von Vishnu aufgefordert wird, Ramas Namen in der Gegenwart von neugeborenen Tieren zu wiederholen. Vishnu sprach:

„O Narada, geh zu einer Krähe und sprich das Wort ‚Rama‘ und lass die Krähe diesen Namen wiederholen.“ Narada ging zu einer Krähe und sagte: „O Krähe, dein ganzer Körper ist schwarz, ohne eine Spur von weiß. Wiederhole deshalb bloß einmal Ramas Namen.“ Die Krähe krächzte „Rama“ und fiel sofort tot zu Boden. Narada war traurig, dass die Krähe allein durch das einmalige Aussprechen von Ramas Namen starb. Er suchte deshalb Vishnu auf und berichtete ihm vom Tod der Krähe. Daraufhin schickte ihn Vishnu zu einem gerade geborenen, bezaubernden Pfau und fordere ihn wieder auf, Ramas Namen auszusprechen. Aber Sobald der Pfau „Rama“ rief, fiel er tot um. Dasselbe wiederholte sich bei einem frisch geborenen Kalb, das Narada auf Geheiß von Vishnu aufsuchte. Zu guter Letzt gab Vishnu Narada die Anweisung:

„Oh Narada, geh nun zum Palast des Königs, wo gerade ein Junge geboren wurde, und sag diesem Jungen, er solle nur einmal Ramas Namen wiederholen.“ Narada fürchtete sich sehr, sich dem neugeborenen Prinzen zu nähern, da die Krähe, der Pfau und das Kalb starben, nachdem sie das Wort „Rama“ nur einmal gehört hatten. Er flehte Vishnu an, sein Leben zu verschonen, da der König Narada töten lassen würde, wenn dem neugeborenen Prinzen durch das Wiederholen von Ramas Namen etwas zustieße. Aber Vishnu bestand darauf, dass Narada seiner Anweisung gehorche. Narada machte sich auf zum Palast und bat den neugeborenen Prinzen, Ramas Namen einmal zu wiederholen. Der Prinz begrüßte den Weisen Narada und erzählte ihm, dass er sich durch das bloße einmalige Wiederholen von Ramas Namen von einer Krähe in einen Pfau, vom Pfau in ein Kalb und vom Kalb in einen Menschen, einen Prinzen, verwandelt hatte. Er dankte dem Weisen Narada dafür, dass er ihn in den Namen Rama eingeweiht hatte. Auf diese Weise verleiht der Name eine Geburt als Mensch, was als kostbare Gabe angesehen wird.“ (32)

Das Copyright für das Fotomaterial liegt beim Projektbüro Landwirtschaft und Kunst, wenn nicht anders vermerkt.

[1] Ansprache von Sathya Sai Baba am 15.04.2003

[2] Sathya Sai Baba spricht, Bd. 7, Ansprachen aus der Zeit 1966-1971, zusammengestellt von N. Kasturi, Sathya Sai Vereinigung e. V.

[3] Andererseits hat Swami im Jahr 2007 deutlich vor zu viel Milchkonsum gewarnt: „Je mehr Käse ihr verzehrt, desto schwächer werdet ihr. Ihr solltet auch nicht Milch im Übermaß trinken. Zu viel Milch ist sehr schlecht. Der Milchkonsum sollte sich in Grenzen halten. Die Milch sollte in gleicher Proportion mit Wasser verdünnt werden. Das gleiche gilt für Joghurt. Er sollte nicht dick, sondern halbflüssig sein.“

Auf diese Weise müsst ihr die Nahrung, die ihr täglich zu euch nehmt, kontrollieren.“ (Ansprache Sathya Sai Babas am 28.07.2007)

[4] Ebenda, S. 153

[5] Grama Seva (Service to Village is Service to God). Compiled from Bhagawan Sri Sathya Sai Baba's Divine Discourses by T.K. Sudarshan, Chhindwara, 2000, S.10

[6] Sathya Sai Baba, Sai Kulwant Halle, am 18.06.1996

[7] Sathya Sai Baba, Ansprache am 25.11.1991

[8] Aus dem Erfahrungsbericht eines Bauernsohns aus dem Dorf Kihlovirta in Finnland

[9] Sathya Sai Baba, Dharma – Göttliche Ordnung, Dharma Vahini, Sathya Sai Vereinigung e. V.

[10] Grama Seva, a. a. O., S.16

[11] Aus Heide Haßkerl, Das Glück lebt auf dem Lande, zitiert nach: „Wann wird die bäuerliche Arbeit Kunst?“ Dokumentation Landwirtschaft und Kunst 1999, Frankenhausen, Hrsg, Patrick Meyer-Glitza und Helena Rytkönen, Gesamthochschule Kassel 2000, S.99

[12] Sai Baba Spricht, Bd. 7, S.216-217

[13] Das Wort „colere“ hat im Lateinischen die Bedeutungen „bebauen, bestellen, bearbeiten, (Pflanzen, Früchte) bauen oder ziehen, (den Körper) schmücken, warten, putzen, jemanden oder etwas verehren, heilighalten, (Feste) feiern, hochhalten, lieben, jemandem huldigen“ (Langenscheids Taschenwörterbuch der lateinischen und deutschen Sprache)

[14] Sathya Sai Baba, Die Geschichte von Rama. Strom der Liebe. Rama Kathi Vahini Bd 1, Sathya Sai Vereinigung e. V. Dietzenbach, S.103f

[15] „Sita symbolizes Prakriti (nature). (Sita symbolisiert Prakriti (Natur)“ in Sathya Sai Baba, Ansprache am 15.02.1999

[16] Sathya Sai Baba, Die Geschichte von Rama, a.a.O., S.118

[17] Diese Arbeit entstand während des Künstlersymposiums „Maaseutu ja taide (Ländliche Region und Kunst) im Dorf Paaslahti in Finnland. Foto: Helena Rytkönen

[18] „Wir nennen diese Völker nicht darum primitiv, weil sie einfacher wären als wir – ihre Art zu denken ist oftmals komplizierter als die unsere – sondern weil sie den ursprünglichen Lebensbedingungen der Menschheit näher sind.“ Vgl. Gombrich, Die Geschichte der Kunst, Berlin 2001, S.39f

[19] Vgl. Duden, Herkunftswörterbuch. Etymologie der deutschen Sprache, Mannheim-Leipzig-Wien-Zürich 1989, S.393

[20] Aus: Valentin Kolumb, Die Geburt der Stickerei der Mari

[21] Sathya Sai Baba, Bhagavad Gita, Vorträge des Avatars, Sammlung und Überarbeitung Alvin Drucker, Sathya Sai Vereinigung e. V., Dietzenbach 1994, S.218

[22] Sathya Sai Baba, Sommersegen in Brindavan, 1979, S.130

[23] Jochen Möckelmann, Aspekte der Landwirtschaft in der Kunst, Ein Vortrag während des

Morgensprächs am 27. Mai 2001 in Gresgen (Galerie am Brühl) zu dem Thema „Landwirtschaft und Kunst – Kann bäuerliche Arbeit Kunst werden?“

[24] Detlef Fölsch, in: „Wann wird die bäuerliche Arbeit Kunst“, Dokumentation Landwirtschaft und Kunst, Frankenhausen 1999

[25] Sathya Sai Baba: The power of divine love. <http://www.sssbpt.info/ssspeaks/volume28/sss28-01.pdf>

[26] Young India, 06-10-1921, zitiert in M.K. Gandhi: How to Serve the Cow

[27] Sathya Sai Baba Spricht, Bd. 4, Religion und Geist, S.235

[28] Sathya Sai Baba Spricht, Band 21, Die göttliche Mutter, S.143-144

[29] Sathya Sai Baba Spricht, Band 30, S.217

[30] Sathya Sai Baba Spricht, Band 30, S.127

[31] Götz Schmidt, „Landschaften, in denen es den Tieren gut geht, sind schön. Auswirkungen der Freilandhaltung auf die Landschaft“, in: Mit Tieren leben – Tiere erleben. Soziale Dimension der Mensch-Tier-Beziehung

[32] Sathya Sai Baba, Ansprache am 13.11.2007

*H2H März 2009

Johannes Tauler

Von der Geburt Gottes im Menschen*

Dr. N. Nicolaus

„Willst du in Gottes Innerstes aufgenommen, in ihn gewandelt werden, so musst du dich deiner selbst entäußern, aller Eigenheit, deiner Neigungen, aller Tätigkeit, aller Anmaßung, aller Weise, in der du dich selber besessen hast; darunter geht es nicht.“¹

(Johannes Tauler)

Eines der herausragenden Merkmale der Lehre Sathya Sai Babas ist die Verbindung von Spiritualität und weltlichem Handeln. Die oft zitierte Sentenz „Head in the forest – Hands in society“ fasst dieses



Tauler-Statue an einer Kirche in Straßburg

Merkmal in einem klaren Bild zusammen, und es gibt wohl kaum eine Ansprache, in der Er nicht auf die Notwendigkeit, beide miteinander zu verbinden und zu leben, hingewiesen hätte:

Es gibt zwei große Grundprinzipien, die ihr nie vergessen dürft: Arbeit und Gottesdienst – und diese müssen jeden Augenblick eures Lebens ausfüllen.²

In unserem Kulturkreis kennen wir den Grundsatz benediktinischen Klosterlebens „ora et labora – bete und arbeite“, der ebenfalls die innige Verflechtung spirituellen und weltlichen Lebens fordert.

Unter den christlichen Mystikern ist es vor allem Johannes Tauler, der in seinen Predigten diesen Aspekt von Spiritualität besonders hervorhebt. Für ihn bilden ein „tätiges und beschauliches“ Leben eine unauflösliche Einheit. Die nachdrückliche Aufwertung der Alltagsarbeit, insbesondere der gewöhnlichen Erwerbstätigkeit, die er als

integralen Bestandteil von Spiritualität auffasst, ist für Tauler charakteristisch.

Lebensdaten

Johannes Tauler gehört zusammen mit Meister Eckhart und Heinrich Seuse zu den bekanntesten Vertretern der spätmittelalterlichen deutschsprachigen Mystik. Er wird um das Jahr 1300 als Sohn einer Straßburger Patrizierfamilie geboren. Mit 15 Jahren tritt er in den Predigerorden der Dominikaner ein und studiert Logik, Naturwissenschaften und Theologie – wahrscheinlich auch bei dem 40 Jahre älteren Meister Eckhart. In den Jahren 1314 und 1322/24 jedenfalls, in denen Eckhart nachweislich in Straßburg weilt, wird er ihm wohl begegnet sein. Nach seinem Studium ist Tauler in der Seelsorge für die dominikanischen Ordensschwester und die Gemeinschaften der Beginen³ tätig.

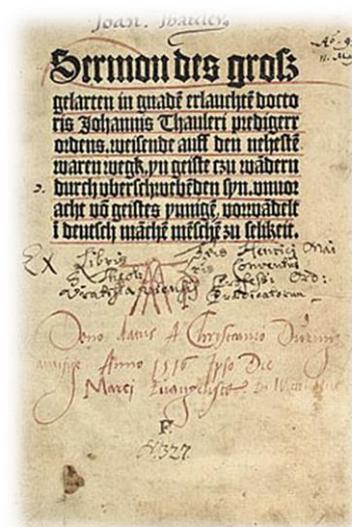
¹ Tauler, zitiert von Werner Anahata Krebber in: <https://mystikaktuell.wordpress.com/2010/11/28/der-mystiker-johannes-tauler-und-zen/>

² Sommersegen in Brindavan 1, 1. Aufl., 1985, S. 224

³ Die Beginen sind eine Gemeinschaft von Frauen, die keinem von der Kirche anerkannten Orden, sondern dem Laienstand angehören, die sich aber an die traditionellen Ordensgelübde wie Armut, Enthaltbarkeit und Gehorsam halten und meist ein ordensähnliches, gemeinschaftliches Leben führen. Sie waren damals päpstlichen und bischöflichen Verfolgungen ausgesetzt. Tauler wandte sich in Predigten scharf gegen Personen, welche die Beginen verachteten oder durch üble Nachrede in Verruf brachten.

Als die Dominikaner 1339 aus Straßburg vertrieben werden – sie hatten sich im politischen Machtkampf zwischen Papst Johannes XXII. und Kaiser Ludwig von Bayern auf die Seite des Papstes gestellt – siedelt Tauler zusammen mit anderen Dominikanern nach Basel um. Dort bleibt er zumindest bis zur Rückkehr des Dominikanerkonvents nach Straßburg (1342/43). In Basel kommt er in Kontakt mit den „Gottesfreunden“, einem der spirituellen Kreise im Umfeld der Mystik des 14. Jahrhunderts, die auch bei Laien verbreitet sind. 1339, elf Jahre nach Eckharts Tod, reist Tauler nach Köln, der letzten Wirkungsstätte von Meister Eckhart, und befasst sich intensiv mit der Lehre des Mystikers. Am 16. Juni 1361 verstirbt Tauler in seine Heimatstadt Straßburg.

Im Rahmen seiner seelsorgerischen Tätigkeit verfasst er etwa 80 deutschsprachige Predigten, die schon zu seinen Lebzeiten handschriftlich überliefert und früh zu Sammlungen zusammengestellt werden. Allerdings werden Tauler immer wieder Predigttexte zugeschrieben, die sich im Nachhinein als nicht authentisch erweisen. Tauler hat seine Lehre nie systematisch dargestellt, sie ist daher nur aus seinen Predigten abzuleiten.



Titel der ersten Predigtsammlung von 1498

Die Predigtsammlungen verbreiten sich später vor allem in den Klöstern, die an den religiösen Reformbestrebungen des 15. Jahrhunderts beteiligt sind. Die ersten Drucke erscheinen 1498 (Leipzig) und 1508 (Augsburg) und enthalten neben authentischen auch unechte Predigten.

Die Autoritäten, die Tauler in seinen Predigten öfter zitiert, sollen belegen, dass „die Geburt Gottes im Menschen“ auch schon andere, vor allem christliche Lehrer, erfahren haben, so beispielsweise Augustinus, Dionysius Areopagita oder Bernhard von Clairvaux, aber auch antike Philosophen wie beispielsweise Platon und Aristoteles. Tauler scheut sich also nicht, auch „heidnische“ Lehrmeister anzuführen, namentlich den Neuplatoniker Proklos (412-485). Dazu bemerkt er einmal:

Ach, ihr Lieben, dass ein Heide das verstanden hat und darauf kam, wir aber dem so ferne stehen und so wenig gleich sind, das bedeutet für uns einen Schimpf und eine große Schande.⁴

Meister Eckhart erwähnt Tauler allerdings nur einmal in seinen Predigten. Anders als sein Lehrer gerät Tauler aber nie ernsthaft in den Verdacht der Häresie. Luther schätzt Taulers Predigten sehr, was zu einer großen Beliebtheit Taulers in den evangelischen Gebieten, wo die Sammlung seiner Predigten bis ins 19. Jahrhundert zu den beliebtesten Erbauungsbüchern gehören, führt. Allerdings ist die Rezeption Taulers im Laufe der kirchlichen Reformbewegungen sehr unterschiedlich und basiert oft auch auf ihm irrtümlich zugeschriebenen Texten.

Auf dem Weg In den Grund

Ähnlich wie Meister Eckhart, geht auch Tauler davon aus, dass Gott im Menschen anwesend ist und nur dort gefunden werden kann. Allerdings lebe der Mensch auf unterschiedlichen Ebenen: auf einer äußeren, sinnlichen Ebene, auf einer inneren, vernünftigen Ebene und auf einer obersten inneren Ebene, dem „Grund“ oder dem Kern seiner Persönlichkeit. Der äußere Mensch werde von tierhaftem, leiblichem Begehren gesteuert und „verharre in den Sinnen bei den Geschöpfen und in den geschaffenen Dingen“⁵. Der innere Mensch sei zwar in der Lage, gemäß seiner Vernunft auch

⁴ Tauler, zitiert in „Der Gott der Mystiker – Johannes Tauler (1300-1361), Forum der Jesuiten – St. Michael – 27. September 2012“, S. 12

⁵ Johannes Tauler: *Predigten*, übertragen und herausgegeben von Georg Hofmann, Freiburg i. Br. 1961, Neudruck in zwei Bänden, 3. Auflage, Johannes-Verlag, Einsiedeln 1979 (Übertragung in modernes Deutsch), Predigt 3, S. 28

vernünftig zu handeln, doch könne er auf dieser Ebene niemals in Gottes „Einsamkeit“ gelangen. Das sei nur dem „Grund“ möglich, der „reinen unvermischten Seelensubstanz“⁶.

Diese drei Aspekte oder Ebenen des Menschen befinden sich allerdings im Widerstreit, da sie gegensätzliche Ziele anstreben. Der Mensch müsse lernen, „den äußerlichen Menschen in einen innerlichen Menschen zu wandeln.“⁷ Voraussetzung für das Gelingen dieser Wandlung sei sein unablässiges Bemühen um Selbsterkenntnis, mit dessen Hilfe die Hindernisse auf dem Wege zur Gotteserkenntnis beseitigt werden können. Hierzu fehle es vielen Menschen leider an Beharrlichkeit, wie Tauler einmal in einer Predigt formuliert: „Darin liegt der größte Fehler, dass ihr das Dabeibleiben nicht habt.“⁸ Das größte Hindernis auf dem Weg in seinen Grund beschreibt Tauler so:

Meine Lieben, woher glaubt ihr, kommt es, dass der Mensch auf keine Weise in seinen Grund zu dringen vermag? Die Schuld liegt daran: da ist eben so manche dicke, greuliche Haut darüber gezogen, gerade so dick wie Ochsenstirnen, und die haben ihm sein Inneres so verdeckt, dass weder Gott noch er selber hineinkann: es ist zugewachsen (...) Was sind das für Häute? Das ist ein jegliches Ding, dem du dich willentlich zuwendest, es sei Vergnügen an Worten, an Werken ... an etwas ohne Gott.⁹

In der eigenwilligen Zuwendung des Menschen an Dinge oder Geschehnisse erfüllt er nicht mehr den Willen Gottes, sondern erfährt sich selbst als den Handelnden und verharret so in der Dualität. Ziel aber ist es, sich von ihr zu lösen. „Man muss einzig Gott meinen und sich loslösen von all dem, was nicht Gott ist.

Ein besonderes Gewicht legt Tauler auf die Unterscheidung von „Lesemeistern“, gemeint sind die gelehrten Theologen, die viel wissen, ihr Wissen aber kaum praktisch umsetzen, und „Lebemeistern“, die ihre spirituellen Erkenntnisse auch umsetzen und vorbildhaft leben. Die Lesemeister „singen das Offizium und lesen viele Bücher und wenden die Blätter emsig vor und zurück“¹⁰ – die Lebemeister hingegen „haben erfasst, was wichtig ist: sie sind auf existenzielle Verwirklichung und Erfahrung aus.“¹¹ Theologische Spekulationen führen unweigerlich in die Zerstreuung, in der man sich schließlich verliert:

Welches ist die Ursache, dass man sich so zerstreut und verliert? Das ist, weil Gott nicht einwohnt deinem Grunde und weil du einen erdachten und gemachten Gott hast, den du nach deiner Weise haben willst, der aber nicht seinem Wesen entspricht.¹²

Im Gegensatz zur Erfahrung Gottes haben solche Spekulationen keinen Wert und verhindern eher noch die Vereinigung, die der Verstand weder verstehen noch erklären könne. Was die Gotteserfahrung „sei und wie, das kann man eher erleben, als man davon zu sprechen vermag; was hierüber gesprochen wurde, ist so ungleich und so gering, wie eine Nadelspitze gegenüber dem großen Himmel.“¹³ Die Theologen verlassen sich auf ihre Vernunft, dünken sich darin etwas Besonderes und verfehlen durch die Wahrheit der Vernunft die lebendige und wesentliche Wahrheit. Denn damit, dass man die Wahrheit erkennt, besitzt man sie noch nicht.¹⁴

⁶ Tauler, Predigt 3 (Hofmann, S. 28)

⁷ Johannes Tauler, hrsg. von Louise Gnädinger, Olten und Freiburg im Breisgau 1983, S. 90 (im Folgenden zitiert als „Tauler, Seitenzahl“)

⁸ Tauler, S. 151

⁹ Tauler, S. 137

¹⁰ Tauler, zitiert in Gnädinger, a.a.O., S. 11

¹¹ Gnädinger, ebd.

¹² Tauler, S. 164

¹³ Tauler, zitiert in „Der Gott der Mystiker – Johannes Tauler (1300-1361), Forum der Jesuiten – St. Michael – 27. September 2012“, S. 9

¹⁴ Tauler, ebd., S. 8

Daher rät Tauler mit ähnlich klaren Worten wie später Jakob Böhme: „Das ist ein unergründlich Ding! Lasst daher euer Geschwätz, eure Auslegungen, eure Streitereien darüber.“¹⁵ Tauler kritisiert auch die in seiner Zeit weit verbreiteten äußerlichen Frömmigkeitspraktiken und körperlichen Bußübungen. Ihm kommt es vor allem auf die innere Einstellung des Gläubigen an, während der äußere Vollzug von religiösen Handlungen sekundär ist. Im Zentrum seiner Predigten steht die Vereinigung mit Gott, die *unio mystica*. Der spirituelle Weg, den ein Mensch gehen müsse, um diese Vereinigung zu erleben, beginne mit der inneren Abkehr von allem Weltlichen, so dass die menschliche Seele leer sei und ganz von Gottes Gegenwart erfüllt werden könne.

Das Aufscheinen der göttlichen Sonne

Die Terminologie Meister Eckharts finden wir auch in den Predigten Johannes Taulers – so auch den zentralen Begriff der „Gottesgeburt“. Sie ist das Endziel jeglichen spirituellen Bemühens und meint das, was wir „Erleuchtung“ nennen, den Übergang von der dualen Erfahrung in die Einheitserfahrung. Tauler lässt nicht ab, zu verkünden, dass die mystische Vereinigung mit Gott schon in diesem Leben möglich sei.

Er selbst hat diese Vereinigung wahrscheinlich erst mit dem vierzigsten Lebensjahr erfahren, allerdings schon früher darüber gepredigt. Ehrlich gesteht er einmal:

Glaubt nicht, dass ich in eigenem Erleben bis dahin gelangt sei. Gewiss sollte kein Lehrer von Dingen sprechen, die er nicht selbst erlebt hat. Doch zur Not genügt, dass er liebe und das im Sinn habe, wovon er spricht.¹⁶

Mehrfach und mit ungewöhnlicher Betonung hebt er das Alter von 40 Jahren hervor. Zuvor sei man „mit so vielerlei beschäftigt, und die Natur treibe ihn (den Menschen) hierhin und dorthin“¹⁷ sodass man nicht zu vollkommenem Frieden gelangen könne; erst danach könne ihm die Wahrheit zuteilwerden – es sind Textstellen mit eindeutig autobiografischem Charakter. Ohne diese Erfahrung hätte Tauler nicht derart authentisch von der Gottesgeburt predigen können, und so stammen die meisten seiner Predigten auch aus der Zeit nach seinem mystischen Erleben.

Der spirituelle Weg beginnt für Tauler mit der „Umkehr“ (*kêr*), zu der er immer wieder aufruft. Sie wirke sich nicht nur äußerlich auf das ethische Verhalten des Menschen aus, sondern sei in erster Linie auch eine Hinwendung zu sich selbst. Als „Einkehr“ (*inkêr*) sei sie dann eine nach innen, in den eigenen „Grund“ der Seele gerichtete Bewegung. Diese Bewegung sei von einem Prozess der Selbsterkenntnis begleitet, auf den Tauler größtes Gewicht legt, da Selbsterkenntnis letztlich in Gotteserkenntnis einmünde.

In seinem „Grund“ angekommen, erkennt der Mensch, „dass (er) schon in seiner Ungeschaffenheit ewig in Gott war. Als er in ihm war, da war der Mensch Gott in Gott.“¹⁸ Schöpfung ist für Tauler ein Hervorgehen der Welt aus Gott, die schließlich als Erlösung in die Rückkehr zum Ursprung mündet.

Dasselbe, was der Mensch jetzt in seiner Geschaffenheit ist, war er von Anbeginn her in Gott in Ungeschaffenheit, mit ihm ein seiendes Sein (ein *istig* wesen mit im). Und solange der Mensch nicht zurückkehrt in diesen Zustand der Bildlosigkeit (*luterkeit*), mit dem er aus dem Ursprung herausfloss, aus der Ungeschaffenheit in die Geschaffenheit, wird er niemals wieder in Gott hineingelangen.¹⁹

Die Voraussetzung für das Erreichen dieses Zieles ist für Tauler sowie für Meister Eckhart die Loslösung des Menschen von allen Bindungen. Sie führe zur „Ledigkeit“ und „Gelassenheit“, worunter nicht nur

¹⁵ Tauler, ebd., S. 10

¹⁶ Tauler, ebd., S. 5

¹⁷ Tauler, ebd., S. 6

¹⁸ Tauler, zitiert in Gnädinger, a.a.O., S. 53

¹⁹ Tauler, Predigt 44 (Hofmann, S. 337)

äußere Armut oder Besitzlosigkeit gemeint sind, sondern auch das Loslassen weltlicher Wünsche, eine absolute geistige Armut oder Leere, ein Loslassen, das letztlich auch den Wunsch nach eigener Erlösung und Seligkeit einschließt.

Willst du in Gottes Innerstes aufgenommen, in ihn gewandelt werden, so musst du dich deiner selbst entäußern, aller Eigenheit, deiner Neigungen, aller Tätigkeit, aller Anmaßung, aller Weise, in der du dich selber besessen hast; darunter geht es nicht. Zwei Wesen und zwei Formen können nicht zugleich nebeneinander bestehen. Soll das Warme hinein, so muss das Kalte notwendigerweise hinaus. Soll Gott eintreten? Das Geschaffene und alles Eigene muss dafür den Platz räumen. Soll Gott wahrhaftig in dir wirken, so musst du in einem Zustand bloßen Erduldens sein; all deine Kräfte müssen so ganz ihres Wirkens und ihrer Selbstbehauptung entäußert sein, in einem reinen Verleugnen ihres Selbst sich halten, beraubt ihrer eigenen Kraft, in reinem und bloßem Nichts verharren. Je tiefer dieses Zunichtewerden ist, um so wesentlicher und wahrer ist die Vereinigung.²⁰

Wenn Tauler davon spricht, dass die Kräfte des Menschen „so ganz ihres Wirkens und ihrer Selbstbehauptung entäußert“ sein müssen, dann meint er nichts anderes, als dass sich der Mensch nicht mehr als den Handelnden verstehen soll. Weiter sei für die Gottesgeburt im Menschen die Erkenntnis entscheidend, dass der Mensch ein „Nichts“ sei, denn das Loslassen bzw. die Gelassenheit beinhalte auch, dass „danach“ nichts mehr übrigbleibt, was zu benennen wäre – also ein „lauteres Nichts“.

Meine Liebe, hältst du von irgendeiner Übung oder Weise, die du praktizierst, dass dies etwas gelte, so wäre für dich besser, du tätest nichts und kehrtest dich in dein reines Nichts, Nichttaugen, Nichtvermögen, als dass du in noch so großer Wirksamkeit stündest inwendig und auswendig, deines Nichts aber vergäßest.²¹

Die mystische Erfahrung, die Tauler einmal als das „vollständige, absichtslose Aufgehen in Gott“²² bezeichnet, erfolge über drei Stufen: den „Jubel“, der aus der Wahrnehmung der „köstlichen Liebeszeichen“ Gottes in der Natur, der „Wunder des Himmels und der Erde“, und aus der Betrachtung der Gaben, die der Mensch selbst empfangen hat, entstehe – eine zweite Stufe der Erfahrung von Bedrängnis und Leid, in der Gott dem Menschen alles wieder wegzunehmen scheine, was er ihm zuvor gegeben hat, und in der sich der Mensch ganz und gar sich selbst überlassen sei – und eine letzte Stufe, den „Durchbruch“, auf welcher der Mensch die Wahrheit erkenne und die „allerwahrste Erkenntnis des eigenen Nichts“ erlangte und eins werde mit Gott. Hier nun ...

... fallen in diesen Menschen alle Hindernisse vollständig weg, und sie empfangen alles ohne irgendeine Vermittlung. Hier fallen weg das Gebet und die Bilder der Heiligen und die Frömmigkeitsweisen und Übungen. Doch soll der Mensch nichts davon abwerfen, bis dass es von selbst abfällt, ... bis dass er die Unterscheidungsfähigkeit verliert. Er wird so eins mit der Süßigkeit der Gottheit, sein Wesen wird dermaßen vom göttlichen Wesen durchdrungen, dass er sich verliert, gerade wie ein Tropfen Wassers in einem großen Fass Wein. So wird der Geist in Gott getaucht zu göttlicher Einigkeit, dass er da alle Unterscheidung verliert, und alles, was ihn dazu gebracht hat, das verliert da seinen Namen, wie Demut, Liebe und er selber. Es ist allein eine lautere, stille, vertrauliche Einheit ohne alle Unterscheidung.²³

Gebete, Bilder der Heiligen, Frömmigkeitsweisen und Übungen – dies alles falle weg, sei aber auf dem Weg zum „Durchbruch“ durchaus nützlich und dürfe nicht abgeworfen werden, bis es von selbst

²⁰ Tauler, zitiert von Werner Anahata Krebber in: <https://mystikaktuell.wordpress.com/2010/11/28/der-mystiker-johannes-tauler-und-zen/>

²¹ Tauler, S. 139

²² Tauler, S. 83

²³ Tauler, S. 79

abfalle. Auch die Unterscheidungsfähigkeit, die Sai Baba uns immer wieder ans Herz legt, falle erst dann weg, wenn es in der Einheit nichts mehr zu unterscheiden gibt. Tauler macht in seinen Predigten den Zuhörern klar, dass das praktische Handeln (noch) zur Ebene gehört, auf der sie sich gerade befinden. Er macht aber auch klar, dass es ein Ziel gibt, auf das hin sich alle Menschen bewegen, und das in der Dualität vorbereitet werden will.

Das innerliche und das äußerliche Werk

Taulers Unterscheidung zwischen dem „innerlichen“ und dem „äußerlichen“ Menschen bezieht sich auch auf das Werk des Menschen, das heißt seine Tätigkeit im Leben. Die von ihm geforderte „Umkehr“ meint einen innerseelischen Vorgang, der keineswegs eine äußerliche Abkehr von den gewöhnlichen Tätigkeiten des Alltags erfordert. Auch schon Teresa von Avila riet ihren Mitschwestern: „Und wenn du eine Kranke siehst, der du eine Linderung verschaffen kannst, sollst du dir nichts daraus machen, dass es dich deine Andacht kostet, sondern dich ihrer erbarmen.“²⁴ – und so argumentiert auch Tauler, wenn er sagt:

Wenn nun der Mensch beim innerlichen Werk wäre und Gott gäbe ihm da ein, er solle das hohe, edle Ding lassen und solle gehen, einem Kranken zu dienen, ihm vielleicht eine Suppe kochen, so sollte dieser Mensch das in Frieden tun.²⁵

Wie schon Meister Eckhart, lehnt Tauler eine wertende Trennung zwischen tätigem und beschaulichem Leben ab. Vielmehr lobt er den ungebildeten Laien ohne theologisches Wissen, der weltlichen Aufgaben erfülle und schwere Arbeit verrichte. Generell betont Tauler den ethischen wie auch den spirituellen Wert der Arbeit einschließlich der gewöhnlichen Erwerbstätigkeit. Die äußere Tätigkeit beeinträchtigt das geistliche Leben nicht, beide bilden vielmehr eine Einheit. Keine Tätigkeit sei an sich geringer als eine andere und der gelassene Mensch ziehe weder das eine noch das andere vor, sondern beides sei ihm gleichermaßen willkommen. Tauler zielt hier auf die rechte Einstellung zur Arbeit:

Meine Vielliebe wisse: was dich in Unfrieden bringt, ist nicht das Amt, sicher nicht, es ist die Unordnung, die du in deinem Arbeiten hast. Tatest du deine Arbeit, wie du sie recht und billig tun solltest, und hättest du dabei ausschließlich und allein Gott im Sinn und nicht das Deinige, weder Gefallen noch Missfallen, liebtest du die Arbeit weder zu sehr noch scheutest du sie ... seht, dann wäre es unmöglich, dass da je Hader oder schlechtes Gewissen darauf fielen.²⁶

Um allerdings in den Stand einer solchen „Gelassenheit“ zu gelangen, bedarf es der inneren Arbeit. Dazu gehöre das Loslassen der „sinnlichen Bilder“, die den Menschen gewissermaßen gefangen halten: Man findet gar manchen, der in der bildhaften Weise sehr bewandert ist und große Freude an solcher Übung besitzt, aber keinerlei Zugang zur Innerlichkeit seiner Seele hat ... Das kommt daher, dass sie zu sehr bei den sinnlichen Bildern verweilen und dabei verharren und nicht vorwärtskommen und nicht in den Grund durchbrechen, wo die lebendige Wahrheit leuchtet: denn man kann nicht zwei Herren dienen: den Sinnen und dem Geist.²⁷

Die „Bilder“ sind für Tauler ein großes Hindernis: „Solange der Mensch mit den Bildern, die unter uns sind, beschäftigt ist und damit umgeht, wird er niemals in den Grund gelangen.“²⁸ Abgeschiedenheit vom Äußeren, das Aufgeben der Anhänglichkeit an Dinge, an Geschöpfe oder Gewohnheiten, der Einklang mit Gott, das Erkennen des Selbst – all das gehört für Tauler zum Weg in den „Grund“. Der

²⁴ Teresa von Ávila, *Die innere Burg*, (Übers. Fritz Vogelsang), Diogenes Verlag, Zürich 1979, S. 101

²⁵ Tauler, zitiert in Gnädinger, a.a.O., S. 48

²⁶ Tauler, S. 132

²⁷ Tauler, zitiert von *Werner Anahata Krebber* in: <https://mystikaktuell.wordpress.com/2010/11/28/der-mystiker-johannes-tauler-und-zen/>

²⁸ Ebd.

Mensch solle sich vor allem nicht so sehr mit Gottes Gaben beschäftigen, denn: „Gottes Gaben sind nicht Gott. Lust soll nur in Gott sein, nicht in seinen Gaben.“²⁹

Ein weiteres Hindernis auf dem Weg bilden die zahlreichen Urteile, die der Mensch über Situationen oder auch über andere Menschen fällt und die ihn in einem unaufhörlichen Reflektieren gefangen halten. Tauler rät, „über niemanden, außer über (sich) selbst“³⁰ zu urteilen.

Was weißt du von deines Nächsten Grund? Was weißt du über Gottes Willen für ihn, oder auf welchen Weg Gott ihn gerufen oder eingeladen hat? Und dessen Werk willst du nach deinem Kopfe bewerten und ihm etwas aufzwingen? Willst du so Gottes Willen umbringen und nach deinem falschen Urteil verbiegen?³¹

Hier benutzt Tauler klare Worte. Das „unrechte Urteilen“ sei eines der Hauptfehler des Menschen und gründe darin, dass der Mensch „in sinnhafter Genügsamkeit, bei Zu- oder Abneigung“³² stehen bleibe. Dadurch mache er selbst die „großen Werke“, die er verrichte, zunichte. Diese Menschen nennt Tauler auch die „anfangenden Menschen“, sie „gehen hin zu äußerlicher Arbeit, in sinnhafter Art und mit ihren eigenen Vorstellungen; und sie bleiben doch, während sie große Werke tun, wie Fasten und Wachen, stehen: Sie beten viel und nehmen doch ihren Grund nicht wahr.“³³ Deshalb mahnt er:

Meine Lieben, achtet auf euch selbst und beurteilt euch selbst. Und wisse, all deiner Lebtage trägst du an deinem Hals eine Natur voller Sünden. Darum richte allein dich und lass deinen Nächsten mit Gott verhandeln und Gott mit ihm, sofern du jemals in diesen Schafstall aufgenommen zu werden hoffst. Und merke dir, über wie viele Menschen du dich erhebst, unter so viele wirst du erniedrigt werden.³⁴

Aber nicht nur die „sinnlichen Bilder“ und das „unrechte Urteilen“ stehen dem Menschen im Wege, um Gelassenheit zu erlangen, sondern auch sein Wille stelle ein solches Hindernis dar. In diesem Zusammenhang zitiert Tauler Jesu Worte: „Ich bin nicht gekommen, meinen Willen zu tun, sondern den Willen meines Vaters.“³⁵ Schließlich müsse noch der Eigenwille verleugnet werden, um zur wahren Demut zu gelangen, die allein zur „wahren Seligkeit“ führe. Selbst großen Meistern und Propheten gelang es nicht, die „wahre Seligkeit“ zu erfahren, denn ...

... sie verharrten in ihrem Willen. Meine Lieben, in ihrem Willen, da liegt der Schaden. Denn der Wille ist recht eigentlich das subjectum, der Untersatz des Hindernisses. Der Wille, er verdeckt das innere Auge. (...) Meine Lieben, der Wille, der muss weg.³⁶

Tauler geht es in seinen Predigten nicht um theologische Darlegungen und das intellektuelle Durchdringen biblischer Lehre, sondern um Anregungen zur praktischen Lebensführung der versammelten Gläubigen – allerdings vor dem Hintergrund der großen Zielsetzung der Gotteserfahrung, die jedem Menschen prinzipiell möglich ist. Er mahnt seine Zuhörerinnen und Zuhörer immer wieder, sich dieses hohen Zieles bewusst zu sein und sich ihm mit aufmerksamer Selbstbeobachtung anzunähern.

Nicht nur ein Leben hinter Klostermauern, sondern ebenso das ganz alltägliche Leben des Laien berge die Möglichkeit, die plötzlich eintretenden Erkenntnis der Einheit allen Seins zu erfahren.

²⁹ Tauler, S. 103

³⁰ Tauler, S. 96

³¹ Tauler, S. 110

³² Tauler, S. 74

³³ Tauler, S. 74

³⁴ Tauler, S. 111

³⁵ Tauler, S. 147

³⁶ Tauler, S. 146f

Selbstpeinigende Innenschau oder Übungen seien eher hinderlich, da der Mensch sich darin – ins Denken verwickelt – zu sehr mit sich selbst beschäftige.

Will der Mensch ... lange bei seiner Schwachheit sich aufhalten und herausfinden, wie es genau dazu gekommen ist oder wie er es anders und so getan haben müsste, hält ihn dies nur fest in seiner Fehlerhaftigkeit. Kehre unverzüglich zu Gott zurück. Bist du in Distanz, wie anders willst du besser dich wieder in Einklang bringen?³⁷

Auch Sai Baba weist einmal explizit darauf hin, wie schädlich solche inneren Dialoge für den Menschen sein können:

Dieses innere Gespräch und das widersprüchliche Hin und Her der Gedanken läuft unaufhörlich, von morgens bis abends, bis das Bewusstsein vom Schlaf übermannt wird. Es schadet der Gesundheit und bringt verfrühtes Altern mit sich. (...) Dieser ununterbrochene Dialog bringt den Menschen in große Schwierigkeiten. Er hüllt den Verstand in tiefe Dunkelheit. Es kann so überhandnehmen, dass er uns den wirklichen Wert des Menschseins nicht mehr erkennen lässt. (...) Das Endergebnis dieser nutzlosen „Verstandesgymnastik“ ist, um die Wahrheit zu sagen, null. Kein Mensch kann sich als wirklich frei betrachten, solange es ihm nicht gelingt, dieses Übel zu besiegen.³⁸

*Sai Briefe 144

³⁷ Tauler, S. 167

³⁸ (Sathya Sai Baba, Erziehung zur Selbsterkenntnis, Vidyā Vāhinī, 1. Aufl., 1985, 2. Aufl., 1992, S. 83 ff

Neujahrsvorsätze

Die besten, die man haben kann*

Aravind Balasubramanyam



Ich verneige mich demütig vor den Lotosfüßen von Bhagawan!

Geliebter Swami, verehrte Ältere, liebe Brüder und Schwestern!

In wenigen Tagen beginnt das Neue Jahr. Wir haben ein weiteres Jahr, eine weitere Reise um die Sonne vollendet, und es fühlt sich wunderbar an, dies zu feiern. Wir lieben es, Gelegenheiten zum Feiern zu finden, was eine gute Sache ist. Tatsächlich sagte Swami in Seinen Vorträgen an Ugadi (Neujahr für die Menschen aus den Staaten Andhra Pradesh und Karnataka): „Jede Sekunde ist neu. Feiert jede Sekunde wie ein Neues Jahr, denn jede Sekunde ist wie der Beginn eines neuen Jahres.“ Aber irgendwie haben wir das Gefühl, etwas als freudevoller zu empfinden, je seltener es geschieht. Wenn etwas nur einmal in zehn Jahren passiert, dann feiern wir das gern großartiger, als etwas, das einmal pro Jahr passiert.

Wahrscheinlich wartet der Avatar darum auch bis zum nächsten Yuga, um erneut zu inkarnieren. Wenn Er nämlich alle hundert Jahre kommen würde, dann würde man sagen: „Ah, wir können auch das nächste Mal noch Seinen Darshan haben, das ist kein Problem, denn Er ist ja da. Er kommt sowieso immer wieder.“

Nun, in diesem Sinne, wenn das Neue Jahr gekommen ist, gehört es zu den üblichen und beliebten Angelegenheiten, dass die Menschen überall in der Welt, in allen Kulturen, über Neujahrsvorsätze sprechen. Diese Vorsätze, die wir beschließen und auch Versprechen, die wir machen, eben alles, was wir im neuen Jahr erreichen wollen. Ganz allgemein können diese Vorsätze in zwei Kategorien eingeteilt werden.

In der einen Kategorie befinden sich Dinge, die wir machen möchten und in der anderen Kategorie Dinge, die wir nicht mehr machen wollen. Also das, wovon ich meine, dass es gut für mich ist, das möchte ich in mein Leben integrieren; und das, wovon ich glaube, dass es schlecht für mich ist, das möchte ich aufgeben.

So sind unsere „To-do-Listen“. Im kommenden Jahr werde ich diese Sache aufgeben, da ich erkenne, dass dies schlecht für mich ist, oder, weil ich es nicht mag. Und dann, dies ist etwas, was ich mag. Daher möchte ich es erlernen, werde damit anfangen und es auch tun. Auf diese Weise stellen wir unsere Liste zusammen. Ich erinnere mich an eine Episode, die in dem Buch „Lebende Göttlichkeit“ von Shakuntala Balu dokumentiert wird. In dem Buch wird die Erfahrung von Dr. Hanuman Tapas

wiedergegeben. Dr. Hanuman Tapas war in den frühen Neunzigern einer der Vizekanzler der Sri Sathya Sai Universität.

Als er einmal bei Swami zum Essen war, bemerkte er plötzlich, dass man ihm etwas auf seinen Teller gegeben hatte, womit er sich nicht wohl fühlte. Es war ein Gericht, das aus Ash Gourd (Anmerkung: eine Art bitterer Gurke), wir nennen es in Indien Lauki, zubereitet wird. Ich denke, dies ist ein Gemüse, das nicht sehr beliebt ist. Es war ihm auf seinen Teller gelegt worden und er erinnerte sich daran, dass er, als er das letzte Mal Benares (Kashi) besucht hatte, einen Schwur vor der Gottheit dort gemacht hatte. Hindus machen so etwas. Wann auch immer man nach Kashi fährt, schwört man, etwas aufzugeben, da gesagt wird, dass dann, wenn man seine letzte Reise antritt, (und die Bestattung in Kashi stattfindet), sichergestellt ist, dass man im (nächsten) Leben voranschreitet.

Also, für diese letzte Reise sollte man etwas aufgeben, und auf diese Weise damit anfangen, sich von der Welt abzulösen. Deshalb schwören die Menschen jedes Mal, wenn sie nach Kashi reisen, dass sie etwas aufgeben, um so immer weniger an weltlichen Dingen zu hängen.

Wahrscheinlich aus genau diesem Grund bin ich selbst niemals nach Kashi (Benares) gereist. Es ist schwierig, etwas aufzugeben. Nun, wie auch immer ...

Als Dr. Hanuman Tapas in Benares war, hatte er sich dazu entschlossen, Ash Gourd als Nahrungsmittel aufzugeben. Er hatte dort gesagt: „Ich werde Ash Gourd in meinem ganzen Leben niemals wieder anfassen.“

Also, als ich nur diesen ersten Teil der Erfahrung gelesen hatte, da kam mir die Idee, dass ich wahrscheinlich hundert Dinge aufgeben könnte, angefangen mit, hm, wahrscheinlich Ingwer. Ich mag keinen Ingwer. Ich fahre also nach Kashi und gebe ihn auf: „Herr, um Deinetwillen gebe ich Ingwer auf.“

Nun, er hatte Ash Gourd aufgegeben und jetzt saß er dort bei Swami und auf seinem Teller befand sich eine große Portion Ash Gourd und er konnte sie nicht essen, da er an seinen Schwur gebunden war. Doch wie konnte er die Ash Gourd nun loswerden unter den beobachtenden Blicken von Bhagawan? Also wartete er. Er versuchte dem Servierenden eine Botschaft zu vermitteln, indem er alles andere afaß, nur eben das nicht. Normalerweise ist es so, dass die Servierenden schauen, was man isst, denn daran erkennen sie, was man mag und was man nicht mag und füllen den Teller entsprechend nach.

Als ich noch sehr jung war, ging das für mich als „Schuss nach hinten“ los. Warum? Nun, ich hatte die Angewohnheit, das Beste bis zum Schluss aufzubewahren. Also, alles, was ich mochte, bewahrte ich auf und aß erst einmal, was ich nicht so sehr mochte. Normalerweise ist Junk-Food für ein Kind viel schmackhafter als etwas Nahrhaftes. Als Kind erscheint einem Junk-Food einfach super.

Inzwischen habe ich erkannt, dass dies auch bezüglich der Spiritualität so ist. Dinge, die bereichernd und nährend für die Seele sind, erscheinen uns oftmals als nicht so gut, nicht so interessant, eben langweilig. Und Dinge, die schädlich für unseren spirituellen Fortschritt sind, erscheinen uns als sehr verlockend. So geht es immer weiter. Wir wachsen heran und sind, physisch gesehen, dann keine Kinder mehr. Aber, ich denke, es ist unser Interesse, was unseren Fortschritt bestimmt, wie weit wir wirklich spirituell heranwachsen.

Also ... alles, was ich nicht essen wollte, wurde mir sofort nachgefüllt. Ich sagte dann: „Nein, nein!“ Und die Servierenden: „Nein, sei nicht schüchtern! Denke dir, du bist bei dir zuhause und iss einfach. Mach dir keine Sorgen! Hab nicht das Gefühl, dass du ein Gast bist!“ Bei mir zuhause würde ich es niemandem erlauben, so etwas auf meinen Teller zu legen. Nun, inzwischen habe ich gelernt, wie man zu verstehen gibt, was man mag und was nicht und verhalte mich danach.

Dr. Hanuman Tapas war natürlich ein Kenner dieser Verhaltensregel und benahm sich entsprechend. Plötzlich bemerkte Swami die Ash Gourd auf seinem Teller und ohne auch nur irgendetwas zu Dr. Hanuman Tapas selbst zu sagen, rief Er den servierenden Jungen zu sich und sagte: „Passt du denn nicht auf? Wo ist dein Verstand beim Servieren? Glaubst du, dass dies ein schmackhaftes Fleischgericht ist, so dass du Hanuman Tapas so viel davon auf seinen Teller gibst?“

Hanuman Tapas hatte damals die Angewohnheit, Fleisch zu essen. Er war kein Vegetarier. Und Swami sagte zu diesem Jungen: „Denkst du, dass dies ein schmackhaftes Fleischgericht ist, so dass du ihm so viel davon auf den Teller gibst?“ Und Swami fuhr fort: „Und darüber hinaus musst du wissen, er ist nach Benares gefahren und hat ein großes Opfer gebracht, indem er dieses einfache Gemüse aufgegeben hat.“

Hanuman Tapas sah Swami an. Wahrlich, Swami rettete Hanuman Tapas so bei dieser Gelegenheit, indem Er den Jungen tadelte und versicherte, dass es kein Problem sei, wenn Hanuman Tapas dieses Gemüse einfach liegen lässt. Aber, mal abgesehen davon, tatsächlich rettete Er ihn in seinem Leben. Das ist das letztendliche Ziel von Swami. Was auch immer Er tut, Er ist nicht an einem sofortigen Nutzen für uns interessiert. Es geht Ihm immer um den Langzeitnutzen.

Nach dieser einen Erfahrung von Swamis Allwissenheit fühlte sich Hanuman Tapas selbst so schlecht, wie er schreibt, da er erkannte, was er getan hatte. Wenn man irgendwo hinget und sagt, dass man etwas für Gott opfern möchte und dann sooo handelt. Nun, es ist so, als würde man sagen: „Es ist dein Geburtstag. Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag! Hier ist eine bittere Gurke. Ich mag sie nicht. Daher denke ich, dass ich sie dir schenken kann.“

Wenn man jemanden wirklich liebt, dem man ein Geburtstagsgeschenk gibt, dann geht es nicht darum, was man selbst geben möchte. Es geht vielmehr darum, was die andere Person mag. Genauso ist es, wenn man etwas für Gott aufgibt. Sollte man da etwas aufgeben, was man selbst nicht mag, oder aber stattdessen etwas aufgeben, was Gott dann erfreut?

Und aufgrund dieser einen Episode wurde seine ganze Familie zu Vegetariern. Sie gaben nicht-vegetarisches Essen vollständig auf. Ich weiß nicht, ob Hanuman Tapas danach auch wieder Ash Gourd gegessen hat. Für Swami ist es egal, ob er Ash Gourd isst oder nicht, ob ich sie esse oder nicht. Für Ihn ist es von Bedeutung, ob ich mich spirituell weiterentwickle. Und ich denke, das ist es, was für uns wichtig sein sollte, denn die einzige Weiterentwicklung, die im Leben einen Wert hat, ist die spirituelle Weiterentwicklung, das spirituelle Wachstum. Jede andere Weiterentwicklung kommt und geht auch wieder. Wie Swami sagen würde: „Geld kommt und geht. Moralisches Verhalten kommt und wächst.“

Vielleicht bist du heute ein Millionär und morgen wieder ein Bettler. Diese Art von Wachstum ist nicht permanent. Nichts ist dabei sicher. Tatsächlich habe ich vor einigen Tagen einen Artikel über eine Studie gelesen, die vor Jahren durchgeführt worden war, eine sehr interessante Studie. Sie beschäftigt sich mit diesen ganzen Spiele-Shows im Fernsehen überall auf der Welt: „Wer wird Millionär?“

In Indien haben wir unsere eigene Version davon. Im Wesentlichen ist es so, dass man am Ende der Show irgendeine Frage beantworten muss und wenn man richtig geantwortet hat, bekommt man eine Menge Geld.

Anschließend hat man diese Leute, die diese großen Geldmengen gewonnen haben, nachverfolgt und festgestellt, dass es nur sehr wenige Menschen gibt, die fünf bis sechs Jahre nach dem Gewinn immer noch reich waren. Also wurde dann geschlussfolgert, dass reich zu sein, rein finanziell, also viel Geld zu haben, nicht davon abhängig ist, ob man es irgendwie, irgendwo gewinnt. Es liegt an etwas anderem. Wenn man dieses Etwas in sich hat, dann wird man auch, ohne Geld gewonnen zu haben, in zehn Jahren reich sein. Aber wenn man dieses Etwas nicht in sich hat, dann wird man, auch wenn einem

eine Million Dollar gegeben werden, nach zehn Jahren wieder in derselben Situation sein wie zuvor. Geld zu bekommen und mit Geld umgehen zu können, sind zwei verschiedene Dinge.

Und so ist es auch in anderen Situationen. Es mag sein, dass wir uns schlecht gefühlt haben, weil wir Swami nicht gesehen haben, oder selbst dann, wenn wir Ihn gesehen haben, haben wir vielleicht keine Interviews bekommen, oder „Ich habe keine Gelegenheit erhalten, mit Swami zu interagieren. Ich habe keinen Ring, keine Kette, kein Armband von Ihm bekommen.“

Meiner Meinung nach sind solche gegebenen Gelegenheiten wie diese Gewinnspiele, wie Lotteriegewinne. Ja, diejenigen, die in der Lotterie gewinnen, haben Glück. Doch das bedeutet nicht, dass alle reichen Menschen in der Welt heute diejenigen sind, die in der Lotterie gewonnen haben. Es gibt heute so viele reiche Menschen in der Welt, die aus armen Verhältnissen kommen und wir hören von solchen „Vom Tellerwäscher zum Millionär Geschichten“. Tatsächlich sind diese Geschichten viel inspirierender für uns, als die Lotterielos-Gewinner-Geschichten.

Ebenso ist es mit Swami. Ich glaube nicht, dass es wirklich etwas ausmacht, wie viel wir physisch erhalten haben, wie nahe wir Ihm physisch sein durften. Denn für Swami war das Ihm physisch nahe zu sein nicht wichtig. „Ihm lieb zu sein“ ist dagegen wichtig. Er würde stattdessen sagen, dass Er Bienen, die von weit herkommen, nur ein wenig Zeit in der Lotusblüte verbringen und den Nektar mitnehmen, bevorzugt, bevorzugt vor den Fröschen, die nahe am Lotus sitzen, auf dem Lotus herumhüpfen und dort für drei bis vier Stunden sitzen, aber nichts vom Nektar in der Lotusblüte wissen.

Und jetzt kommen wir zurück zu den Neujahrsvorsätzen. Wenn wir uns für einen Neujahrsvorsatz entscheiden, dann geht es normalerweise danach, was wir mögen oder eben nicht mögen. Ich bemühe mich darum, aufzugeben, was ich nicht mag, und anzunehmen, was ich mag. Doch was ich mag und was gut für mich ist, mag nicht dasselbe sein. Ich mag vielleicht keine Ash Gourd, aber Ash Gourd mag gut für mich sein. Also, was ich nicht mag, mag tatsächlich gut für mich sein und etwas, was ich mag, mag tatsächlich schlecht für mich sein.

Daher ist es nicht narrensicher, wenn ich dementsprechend meine Liste mit Neujahrsvorsätzen zusammenstelle. Ich sollte danach schauen, was gut und was nicht gut für mich ist. Hier habe ich das Gefühl, dass es hilfreich ist, nach Kurzzeit- und Langzeiteffekten zu unterscheiden. Es gibt vieles, was im Augenblick erst einmal gut zu sein scheint.

Als meine Tochter mich z. B. einmal um ein zweites Eis bat, sah es für sie so aus, als wäre es das Beste, was geschehen könnte, wenn ihre Eltern ihr ein zweites Eis geben. Ich aber weiß, dass sie, wenn sie morgen früh deswegen erkältet ist oder eventuell sogar Fieber bekommt, dies schlecht für sie ist. Und deshalb verweigerten wir ihr ein zweites Eis, selbst bei der Aussicht, uns kurzfristig bei ihr unbeliebt zu machen oder sie für die nächsten zehn Minuten traurig ist, denn langfristig gesehen wäre ein zweites Eis nicht gut für sie gewesen.

Wenn ich hier für einen Langzeiteffekt plädiere, meine ich nicht für ein oder zwei Tage. Wahrscheinlich ist es so, dass die Entscheidung umso besser ist, je länger der Terminus ist. Stellen wir uns einmal vor, wenn ich mich für etwas entscheide, das sich in fünf Jahren als gut für mich erweist, aber schlecht für mich in zehn Jahren ... Nein, nein! Ich sollte mich für etwas entscheiden, das in zehn Jahren gut für mich ist. Nun, was für mich in zehn Jahren gut ist, kann aber in zwanzig Jahren schlecht für mich sein ... Nein, nein! Ich werde etwas nehmen, was in zwanzig Jahren gut für mich ist.

Auf diese Weise können wir den Zeitraum erweitern und betrachten immer längere Zeitabschnitte. Swamis Langzeiteffekt bezieht sich auf unser ganzes Leben. Er sagte: „Ich habe auf eure Geburt gewartet.“ Er wartete also auf unsere Geburt. Dies ist der Zeitraum, über den wir nachdenken sollten, ein Zeitraum, jenseits dessen wir niemals wieder zurückkehren, um noch weitere Zeiten hier (auf der Erde) zu verbringen.

Ein anderes, sehr interessantes Experiment ist bekannt als das Marshmallow Experiment, das an der Stanford Universität durchgeführt wurde. Es ist sehr beliebt. Einige von euch kennen es wahrscheinlich schon. Man nahm damals dafür Kinder im Alter von drei, vier oder auch fünf Jahren als Probanden.

Ein hungriges Kind wurde für das Experiment in einen Raum gebracht und auf einen Stuhl an einen Tisch gesetzt, auf dem ein Marshmallow lag. (Ich wusste nicht, was ein Marshmallow ist, denn in Indien sind Marshmallows nicht so beliebt. Heute weiß ich es.) Es ist eine sehr weiche und etwas zähe Süßigkeit, die nicht so süß und sehr geschmackvoll ist. Im Grunde genommen ist sie süchtig machend für Kinder. Das habe ich herausgefunden, nachdem ich von diesem Experiment gelesen hatte ... und jetzt esse ich viele Marshmallows!)

Also, sie legten diesen Marshmallow vor das Kind auf den Tisch und sagten zu ihm: „Ich verlasse dieses Zimmer jetzt. Der Marshmallow gehört dir. Du kannst ihn essen. Und nach fünfzehn Minuten komme ich hierher zurück. Wenn ich zurückkomme, und du hast diesen Marsh Mellow noch nicht gegessen, dann gebe ich dir noch einen weiteren Marshmallow. Aber wenn du ihn gleich isst, dann war's das. Dann bekommst du nur diesen einen Marshmallow.“

Was sie also im Grunde genommen mit dem Kind machten, war, sich für einen Kurzzeit- oder einen Langzeiteffekt zu entscheiden: „Du bekommst zwei Marshmallows, wenn du wartest, aber nur einen, wenn du ihn jetzt gleich isst.“

Dieses Experiment wurde in verschiedenen Kulturen, in Japan, in Europa, in Indien, in Afrika durchgeführt. Und wenn ihr auf YouTube geht, dann gibt es dort wirklich einige Videos dazu. Nun, ihr sollt wissen, dass sie die Kinder und die Person, die dann hinausgeht, heimlich gefilmt haben. Das Kind im Raum sieht den Marshmallow an und ihm läuft das Wasser im Mund zusammen. Da sind Kinder, die durchhalten und Kinder, die nur darauf warten, dass die Person das Zimmer verlässt und dann den Marshmallow sofort in den Mund stecken und sich keine weiteren Gedanken machen, gemäß „Ein Vogel in der Hand ist besser als zwei auf dem Dach“. Ich esse ihn sofort!

Und dann gibt es da einige smarte Kinder, die machen wirklich erstaunliche Dinge. Ein Kind nimmt den Marshmallow, riecht daran und wartet und leckt einmal daran und legt ihn wieder zurück. Dann ist da ein anderes Kind, das macht einen kleinen Schnitt in den Marshmallow, öffnet ihn, nimmt das Innere heraus und isst das. Dann legt es den Marshmallow zurück, so dass es so aussieht, als hätte es den Marshmallow nicht gegessen, obwohl es davon gegessen hat. Dies ist ein Kind, das den anderen Marshmallow haben möchte, aber auch vorher isst.

Nun, das Interessante daran ist: Nach dem Marshmallow Experiment wurden die teilnehmenden Kinder in ihrem weiteren Leben beobachtet und man ist so zu dem statistisch eindeutigen Ergebnis gekommen, dass die Kinder, die es geschafft hatten zu warten und den Marshmallow nicht aßen, um einen zweiten Marshmallow zu erhalten, in ihrem Leben in jedem Bereich, materiell, emotional, spirituell, besser zurechtgekommen sind als die Kinder, die nicht warten konnten und ihn sofort aßen. In allen Bereichen des Lebens war ihre Bedachtsamkeit besser für sie gewesen.

Ich weiß nun nicht, was aus dem Kind geworden ist, das es schaffte, das Innere des Marshmallows herauszunehmen und den Marsh Mellow dennoch liegen zu lassen. Vielleicht sind dies dann Menschen, die smart und extra smart sind und vielleicht sogar Banken betrügen und so Geld machen. Ich weiß es nicht.

Wie dem auch sei, das generelle Ergebnis, die Schlussfolgerung aus dem Experiment, ist wirklich interessant. Denn das Ergebnis zeigt, dass diejenigen, die eine Langzeitperspektive einnahmen, langfristig gesehen, besser zurecht kamen. Kurzzeitperspektiven bezeichnet man als kurzfristig, da sie nur kurzfristig gute Ergebnisse aufweisen. Es gibt dabei keine Garantien. Und das ist der Schlüssel bei

allem, ob es sich nun um Aktienmärkte oder um Erziehung handelt, einfach überall, wo etwas für einen Kurzeffekt getan wird.

Wenn ich einem Kind beibringe „Lerne dies auswendig und schreibe es dann auf den Prüfungsbogen“, so ist es das, was Swami als Kennzeichen moderner Erziehung bezeichnen würde. Es geht vom Buch in den Kopf und dann zurück vom Kopf auf das Papier. Also vom Papier in den Kopf und dann wieder aufs Papier. Und damit ist die Reise komplett. Das Papier war voll. Es ging in den Kopf und das leere Papier wurde voll und der Kopf ist wieder leer. Der Kopf wird zu einem Karren, der Text von einem Papier zu einem anderen transportiert. Das ist alles.

Kurzeffekt, ja, man erhält gute Noten in der Prüfung. Man besteht mit fliegenden Fahnen. Aber dann, wenn man mit einem Job beginnt ... Tja, Wenn man in der Prüfung abschreibt, an der Universität, dann ... Also, uns wurde gesagt, und das ist sehr interessant, dass, wenn wir abschreiben wollen, dann sollen wir abschreiben. Aber, erinnert euch daran, in zwei oder drei Jahren werdet ihr euch für euren Job einem Interview Forum stellen müssen. Niemand wird euch dort helfen. Ihr mögt hier mit fliegenden Fahnen euer Studium abschließen, vielleicht sogar eine Goldmedaille erhalten. Aber, wenn ihr das Wissen nicht in euch aufgenommen habt, so werdet ihr dort bei dem Interview Forum niemanden täuschen können.

Nehmen wir einmal an, ihr könntet irgendwie doch bei dem Interview Forum betrügen, dann würde sich das zeigen, so wie ihr beginnt zu arbeiten. Wenn ihr erst einmal zu arbeiten anfangt, dann geht es um wirkliche Lebensprobleme und ihr müsst damit umgehen. Dann gibt es dort nichts abzuschreiben. Ihr könnt diesbezüglich dort nichts machen. Ihr müsst das Wissen in euch haben. Daher bringen Kurzeffekte wahrscheinlich nur kurzzeitige Vorteile. Doch wir wollen einen Langzeiteffekt. Und dafür müssen wir langfristig denken.

Wenn wir daran denken, uns für Neujahrsvorsätze zu entscheiden, dann denken wir wahrscheinlich auch darüber nach, was davon kurzfristige und was langfristige Folgen für uns hat.

Ein anderer interessanter Aspekt, um Entscheidungen zu treffen, den ich zufällig fand, wird „Vier Quadranten“ genannt, wobei eine Achse Dinge enthält, die entweder wichtig oder nicht wichtig sind. Auf der anderen Achse befinden sich Dinge, die entweder dringlich bzw. nicht dringend zu erledigen sind. Es ergeben sich vier mögliche Kombinationen auf der Grundlage von wichtig oder nicht wichtig, dringend zu tun oder nicht dringend zu tun.

Die erste enthält Dinge, die zwingend notwendig und wichtig sind. Nun, was fällt mir dabei ein? Hmm, ich benötige Nahrung. Sie ist notwendig, da ich hungrig bin und wichtig für mein Überleben. Ich muss auf die Toilette gehen. Es ist notwendig und wichtig, beides. Und das Gute an Dingen, die notwendig und wichtig sind, ist, dass wir sie sowieso tun. Wir tun sie sowieso!

Das ist so, wenn es sich um Dinge handelt, die wichtig und notwendig sind. Darum hat Swami oft ein Beispiel dafür angeführt: Es gab da diesen Jungen, der Sänger war und Swami sagte zu ihm: „Nun, das Singen war nicht so gut. Du solltest üben.“ Und er sagte dann: „Swami, jetzt ist Examenzeit. Also, ich habe keine Zeit, um zu üben.“ Swami sagte: „Hmmm ... Hast du etwas gegessen?“ „Ja, Swami.“ „Bist du zur Toilette gegangen?“ „Ja, Swami.“ „Es ist Examenzeit und dennoch hattest du Zeit dafür?“ „Swami, ähm ...“

Was Swami damit sagte, war: Ja, bei Dingen, bei denen du das Gefühl hast, dass sie notwendig und wichtig sind, da findest du die Zeit dafür. Und Swami hat dieses Konzept in diesem Beispiel benutzt, um eine Lektion zu erteilen.

Und dann kommt die nächste Kategorie, Dinge die notwendig, aber nicht wichtig sind.

Wenn ich an diese Kategorie denke, dann denke ich an viele schlechte Angewohnheiten, die wir haben, die Abhängigkeiten, die wir haben, Dinge, die wirklich nicht wichtig sind. Wenn ich Angewohnheiten sage, dann meine ich natürlich schlechte Angewohnheiten. Wenn ich von Abhängigkeiten spreche, dann meine ich eine Hingabe an schlechte Neigungen. Ich spreche nicht von „Ich habe mich Swami hingeeben“ oder so etwas. Meine Angewohnheit ist es z.B., dass ich um 4:00 Uhr aufstehe. So etwas meine ich nicht. Ich spreche von schlechten Angewohnheiten und schädlicher Hingabe oder Abhängigkeit von etwas. Diese Dinge sind definitiv nicht wichtig. Aber wir sehen sie manchmal als notwendig an. Sie sind so notwendig für uns: „Also wirklich, wenn ich das jetzt nicht tue, dann weiß ich nicht, ob ich noch weitermachen kann.“ Für einige mag es so einfach sein, wie Kaffee oder Tee zu trinken. „Wenn ich meinen Kaffee nicht um drei Uhr am Nachmittag habe, dann kann ich einfach nichts mehr tun.“

Weil es so notwendig ist, wird es irgendwann auch wichtig. Es war vorher nicht wichtig. Das passiert bei Alkohol, Drogen, Rauchen. Es ist nicht wichtig. Es fängt normalerweise bei einer Sache an, die nicht wichtig und auch nicht notwendig ist. Dies ist nun eine weitere Kategorie, die wir total vermeiden sollten, da Dinge, die nicht wichtig und nicht notwendig sind, sich Stück für Stück, wenn wir sie immer wiederholen, dahin entwickeln, dass sie zunächst wichtig, aber nicht notwendig und später sehr wichtig und notwendig sind.

Und zwar so weit, dass Menschen sich sogar das Leben nehmen, um ihren Abhängigkeiten zu frönen. Ich war schockiert, als ich von einem Ehepaar in Südkorea hörte, das ein Onlinespiel spielte und so darin versunken war, dass sie es zuließen, dass ihr kleines Kind verhungerte. Es war vor drei Jahren in den Nachrichten. Und ironischerweise hieß das Spiel, dass sie spielten „Die Erziehung eines virtuellen Babys“. Online haben sie ein Kind großgezogen und dabei ihr eigenes Kind so vernachlässigt, dass es starb. Und dafür kamen sie dann ins Gefängnis.

Wie kam es dazu? Wahrscheinlich war es nicht wichtig und nicht notwendig, als sie damit begannen, dieses Spiel zu spielen, einfach nur ein Zeitvertreib. Doch wie Swami sagt: „Ein nichts tuender Geist ist eine Werkstatt des Teufels.“ Es beginnt damit, dass sich etwas von nicht wichtig und nicht notwendig hin zu nicht wichtig, aber notwendig entwickelt. Letztendlich wird es notwendig und wichtig.

Darum sagt Swami, dass man mit schlechten Angewohnheiten sofort aufhören soll. Aber wenn es sich um eine gute Angewohnheit handelt, so sagt Swami: „Tue etwas einundzwanzig Tage lang und dann wird es zu deiner Gewohnheit.“

Einundzwanzig Tage lang, es einfach zu tun. Wenn ihr um 4:00 Uhr morgens aufstehen wollt, dann macht es einundzwanzig Tage lang. Es ist schwierig für die ersten einundzwanzig Tage. Als ich es versucht habe, habe ich damit gekämpft. Ich kann immer noch nicht regelmäßig an jedem Tag um 4:00 Uhr aufstehen. Es ist sehr schwer. Doch Swami sagt: „Tue es einundzwanzig Tage lang und es wird zur Gewohnheit.“

Darum sollten wir auch sofort damit aufhören, wenn wir anfangen, uns eine schlechte Angewohnheit zuzulegen. Swami würde sagen: „Wenn du eine Schlange, eine giftige Schlange in deiner Hand hast, wie schnell würdest du sie loslassen?“ – „Swami, ich würde sie sofort loslassen!“ – „Auf diese Weise solltest du mit einer schlechten Angewohnheit umgehen.“ Warum?

Swami sagt dazu: H-A-B-I-T, „habit“ (engl. Wort für Angewohnheit). Glaubst du, dass du sie langsam, Stück für Stück, loswerden kannst? Lasse das H los, dann bleibt noch etwas übrig. Lasse das A los, ein bisschen bleibt übrig. Lasse das B los, es ist immer noch etwas da. Und dann lasse das I los, und Swami würde sagen: „Das T ist immer noch da“, regelmäßiger Tee oder was auch immer. Daher: Wenn du eine schlechte Angewohnheit aufgeben willst, dann gib sie sofort auf.

Einer unserer Professoren aus dem College, Professor Bhagya, fragte einst bei einer Gelegenheit, während er mit Swami im Interviewraum saß: „Swami, ich habe so viele schlechte Angewohnheiten. Wie kann ich eine schlechte Angewohnheit aufgeben? Es ist so schwierig.“ Swami sah ihn ernst an, nahm ein Stück Papier auf und rollte es zusammen zu einer Art Stock. Und Bhagya Sir dachte, dass Swami ihm einen Schlag auf den Kopf damit geben und wahrscheinlich sagen würde: „Komm nicht mit irgendwelchen Ausreden wegen deiner schlechten Angewohnheiten, hab keine Ausreden für schlechte Angewohnheiten.“ Und so spannte er sich an, um dem erwarteten Aufprall zu begegnen.

Aber Swami rollte das Papier einfach ein, sah ihn ernst an und nahm es dann auf und anstatt ihm auf den Kopf zu schlagen, gab er es in seine Hand und sagte: „Glätte dieses Papier jetzt hier für Mich!“ Als Bhagya Sir es losließ, war es ein eingerolltes Papier. Also nahm er das Papier und rollte es andersherum ein, da Swami zu ihm gesagt hatte, dass er es glätten sollte. Und dann ließ er es los. Es war jetzt glatt. Und er sagte: „Swami!“ Und Swami sagte: „Auf diese Weise begegnet man einer schlechten Angewohnheit. Man entwickelt eine entgegengesetzte gute Angewohnheit.“

Swami führte dies so aus: „Stelle sicher, dass du zu der Zeit, an dem Ort, unter den Umständen, an denen du normalerweise deiner schlechten Angewohnheit nachgehst, genau dann, eine gute Angewohnheit entwickelst. Wenn du das Gefühl hast, dass deine Freunde um 16:30 Uhr nachmittags dafür zusammenkommen, dann beginne noch vor 16:30 Uhr mit der Teilnahme an einem Aerobic Kurs oder veranstalte Bhajans oder irgendetwas. Beginne z.B. mit einer Puja bei dir zuhause um 16:30 Uhr nachmittags, von 16:30 Uhr bis 17:30 Uhr am Nachmittag.“

Es geht also darum, eine gute Angewohnheit zu entwickeln. Denn das ist es, was Swami sagen würde: „Der Geist verbleibt dort, wo auch immer er sich hinwendet.“ Man kann eine schlechte Angewohnheit nicht bekämpfen. Wie man so sagt: „Bekämpfe kein Schwein in der Gosse.“ Du wirst auf jeden Fall schmutzig werden und das Schwein wird sich auch noch daran erfreuen.

Und hier ist noch ein anderes Beispiel, das Swami geben würde: „Wenn da ein stinkendes Zimmer ist, so kann man den Gestank nicht herausnehmen. Was kann man tun? Man kann ein Räucherstäbchen anzünden oder ein Parfum versprühen. Aber wir können den Gestank nicht herausnehmen. Wir können einen angenehmen Duft hineinbringen.“ Also, Swami würde sagen: „Entwickle bei schlechten Angewohnheiten eine entgegengesetzte gute Angewohnheit.“ Wenn man eine schlechte Angewohnheit längere Zeit ignoriert, wird sie zu einem Teil des eigenen Charakters, denn „Ein Gedanke wird zu einem Wort. Ein Wort führt zu einer Handlung, eine Handlung führt zu einer Verhaltenstendenz. Diese Tendenz wird zur Gewohnheit und die Gewohnheit wird zur Charaktereigenschaft. Auf diese Weise folgt auf eine Charaktereigenschaft unser Schicksal.“

So gesehen ist eine Angewohnheit das Stadium in der Mitte, wonach es schwer wird, unser eigenes Schicksal noch zu kontrollieren, wenn man einfach immer so weitermacht.

Natürlich fängt alles mit einem Gedanken an und darum ist der Neujahrsvorsatz so wichtig, denn der Neujahrsvorsatz ist ein Gedanke. Und alles beginnt mit einem Gedanken. Und eine Gewohnheit ist das mittlere Stadium, wonach es kein „Zurück“ mehr gibt. Es wird sehr schwierig, wieder umzukehren. Bis dahin ist es möglich. Wenn man in Google Maps oder Apple Maps die falsche Straße nimmt, werden wir immer wieder zur Rückkehr aufgefordert. „Kein Problem, du hast die falsche Straße genommen. Du kannst hier immer noch umkehren. Das ist kein Problem.“ Aber nach einem bestimmten Punkt auf der Karte gibt es kein Zurück mehr. Es gibt keine andere Straße, auf der du zurückfahren kannst, um richtig zu fahren. Nun, dieser Punkt, nach dem es kein „Zurück“ mehr gibt, ist die Angewohnheit. Wenn man darüber hinausgeht, wird es zur Abhängigkeit von etwas, es wird zu einem Teil unseres Charakters, es wird zu unserem Schicksal.

Und darum sind Abhängigkeiten von etwas gewissermaßen verfestigte Angewohnheiten.

Swami nennt noch eine weitere Methode. Bei Angewohnheiten sagt Er: „Gib sie sofort auf!“ Aber bei Abhängigkeiten ist es anders. Swami sagt nicht: „Gib eine Abhängigkeit sofort auf!“ – denn dabei gibt es Entzugserscheinungen und Symptome. Es ist nicht leicht, sogar dann, wenn wir an körperliche Abhängigkeiten wie Rauchen oder Alkoholismus denken. Sie sind nicht mehr nur körperlich, sie wurden bereits zu einem Teil der Biochemie im Körper des jeweiligen Menschen.

Die Chemikalie der Veden sehe ich als eine Wohltat. So ist ihre Wirkung im Körper. Für mich ist es so, dass ich sie brauche, um glücklich zu sein. Darum sind sie für mich vorrangig geworden und dann auch wichtig.

Auf der Ebene einer Gewohnheit sind Dinge nicht wichtig, aber vorrangig.

Doch auf der Ebene einer Abhängigkeit, einer Sucht, werden die Dinge wichtig und zwingend notwendig, obwohl es schädlich für mich ist, da ich nicht in der Lage bin, ohne dieses noch Freude zu empfinden. Und darum, wenn es sich um Süchte handelt, gibt Swami über eine kleine, schöne Geschichte einen Hinweis, eine weitere Methode, wie man Süchte aufgeben kann.

Swami spricht in der Geschichte von einem Mann, der drogenabhängig ist. Er ist einfach nicht in der Lage, die Drogen aufzugeben, obwohl dies alle von ihm wollen. Er weiß auch, dass er sie aufgeben muss. Aber er kann es nicht. Swami sagt, das ist die Zeit, wo ein Heiliger zu ihm kommt und ihn fragt: „Wie viel Opium möchtest du essen?“ Der Mann antwortet: „Ich esse nicht so viel. Aber es ist schwierig damit aufzuhören.“ Der Heilige wiegt daraufhin eine gewisse Menge an Opium ab, sowie eine entsprechende Menge an Kreide und fragt ihn dann: „Okay, du kannst so viel Opium essen, wie das Stück Kreide wiegt. Bist du glücklich damit?“ Der Mann antwortet: „Das ist großartig!“ Was erreicht der Heilige damit sofort? Er stoppt ihn dabei, seine Dosis noch weiter zu erhöhen, indem er sagt: „Iss genau so viel!“ Und dann sagt er: „Kind, lass mich dir sagen, es ist nicht einfach, dies aufzugeben. Du befindest dich jetzt jenseits der Hilfemöglichkeit durch Menschen.“ Der Mann erwidert: „Ich weiß das. Aber ich möchte das ja so gern aufgeben. Nur kann ich es nicht.“ Der Heilige ermuntert ihn: „Gott wird dir helfen.“ Er: „Wie kann ich Gottes Hilfe erhalten?“ Der Heilige: „Bete täglich zu Ihm. Und schreibe nach deinem Gebet dreimal OM auf diese magische Tafel.“ Er gibt ihm eine magische Tafel. Und magischerweise hat er seine Sucht nach zwei Jahren überwunden.

Swami sagt dazu: „Jedes Mal, wenn er die Kreide genommen hat, um dreimal OM auf die Tafel zu schreiben, wurde etwas von der Kreide verbraucht. Und nach und nach verringerte sich die Menge an Opium entsprechend, die er täglich zu sich nahm, bis die Zeit kam, da die Kreide schließlich ganz verbraucht war.“ Schlussfolgerung: Wenn es sich um eine Sucht handelt, muss man langsam daran arbeiten.

Wir sind vielleicht keine Drogen- oder Alkohol- oder Tabakabhängige. Aber, wir sind Abhängige von unseren Sinnen. Und genau deshalb arbeitet Swami so langsam mit uns. Da gibt es für uns z.B. dieses Namasmarana, das wir machen. Es ist wichtig für uns!

Als ich die o. g. Geschichte von dem Drogensüchtigen damals hörte, dachte ich, warum musste er eigentlich dreimal OM schreiben? Er hätte Donald Trump schreiben können und die Kreide hätte sich auch verringert. Er hätte alles Mögliche schreiben können. Warum musste er also OM schreiben? Ich habe das Gefühl, dass das metaphorisch ist, etwas, was uns sagt, dass man Gottes Hilfe braucht. Mit Gottes Hilfe ist alles möglich und man muss sich damit verbinden.

Swami: „Wir sind alle Reflektionen des Göttlichen. Wir sind Charaktere in einem Videospiel, die sich mit dem Charakter identifizieren und nicht erkennen, dass Ich das Spiel bestimme.“

Es passiert gar nichts, wenn ich in einem Videospiel sterbe.

So heißt es auch: „Der Atman kann nicht mit Waffen aufgespießt werden, er kann vom Wasser nicht nass werden, er kann vom Feuer nicht verbrannt werden. Allein der Charakter im Videospiel kann zerstört oder beschädigt oder verletzt werden.“ Nichts davon berührt mich. Ich werde nur berührt, wenn ich mich so sehr mit dem Charakter in meinem Videospiel verwickle, dass ich denke, ich sei der Charakter.

Und genau so ist es auch, wenn ich spiele. Ich spiele einfach weiter, wenn meine Mutter sagt: „Aravind, komm zum Essen!“ Ich sage: „Mom!“ – „Aravind, komm jetzt zum Essen!“ Ich sage: „Mom, nur noch eine Sekunde!“ – „Aravind, komm jetzt zum Essen!“ – „Mom, du hast mich getötet.“ Du hast mich getötet? Ja, ich bin tot. Ich habe mich so sehr mit meinem Charakter im Videospiel identifiziert, dass ich denke, ich sei tot.

Und jetzt, ja, jetzt gehe ich zum Essen. Jetzt, nachdem du mich getötet hast, gib mir wenigstens etwas zu essen.

Genau dasselbe passiert mit uns im Leben. Wir haben uns so sehr in unsere Charaktere und Rollen, die wir spielen, vertieft und identifizieren uns so sehr damit, dass wir vergessen haben, wer wir wirklich sind und auf diese Weise wurde es dann zu unserer Sucht. Wir kommen dort einfach nicht mehr heraus!

(Ende von Teil 1)

*<https://www.youtube.com/watch?v=WyK7FsSC3lc>