



**GOLDMANN**  
ARKANA

## *Buch*

Das Herzstück der indischen spirituellen Texte ist die Katha-Upanischad. Sie erzählt den Dialog des jungen Helden Nachiketa, der auf der Suche nach Unsterblichkeit ins Totenreich vordringt. Er stellt dem Tod die Menschheitsfragen: »Was ist der Sinn des Lebens?« »Was geschieht mit mir, wenn ich sterbe?« Nur widerwillig antwortet der Tod, denn Nachiketass Fragen zielen auf die Quintessenz menschlicher Existenz schlechthin. Der bewunderte indische Philologe und Meditationsmeister Eknath Easwaran stellt die Katha-Upanischad vor und deutet sie als Königsweg zur Erforschung der tiefsten Schichten der eigenen Persönlichkeit. Die Katha lehrt uns, das Leben in seiner ganzen Fülle anzunehmen. Darin liegt ihre zeitlose Weisheit, die gerade heute Trost und spirituelle Führung spenden kann.

## *Herausgeber*

Sri Eknath Easwaran wurde 1910 in Kerala in Südindien geboren. Nach einem Studium der Englischen Literatur wurde er Professor in Nagpur/Zentralindien. 1959 kam er als Universitätslehrer nach Kalifornien. Dort wurde er bald als Buchautor, Übersetzer, als spiritueller Lehrer und vor allem als Meditationslehrer bekannt. 1961 gründete er das Blue Mountain Center of Meditation. Während er als Lehrer kleine Gruppen und den unmittelbaren Kontakt mit seinen Zuhörern bevorzugte, erreichten seine mehr als zwei Dutzend Buchveröffentlichungen weltweit ein riesiges Publikum. Er starb 1999.

*Von Eknath Easwaran liegen bei Arkana folgende weitere Werke vor:*

- Dhammapada (21764)
- Die Upanischaden (21826)
- Meditation (21848)
- Das Mantra-Buch (21894)

Eknath Easwaran

# Die Essenz der Upanischaden

Was passiert, wenn ich sterbe?

Aus dem Englischen  
von Peter Kobbe



**GOLDMANN**  
ARKANA

Die amerikanische Originalausgabe erschien erstmals 1981 unter dem Titel »Dialogue with Death: The Spiritual Psychology of the Katha Upanishad«.

Dieser deutschen Erstausgabe liegt die dritte, überarbeitete Ausgabe zu Grunde, die 2009 unter dem Titel »Essence of the Upanishads. A Key to Indian Spirituality« bei Nilgiri Press, Tomales, Kalifornien, USA, erschien.



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100

Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier *München Super* liefert Arctic Paper Mochenwangen GmbH.

1. Auflage

Deutsche Erstausgabe September 2010

© 2010 der deutschsprachigen Ausgabe

Arkana, München

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© 1981, 1992, 2009 The Blue Mountain Center of Meditation

By arrangement with Nilgiri Press,

P.O. Box 256, Tomales, California 94971, [www.easwaran.org](http://www.easwaran.org)

Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur München

Umschlagmotiv: © John Henry Claude Wilson/

Robert Harding World Imagery/Corbis

Redaktion: Michael Schaeffer

WL · Herstellung: CB

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck: GGP Media GmbH, Pöbneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-442-21920-9

[www.arkana-verlag.de](http://www.arkana-verlag.de)

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort: Die Weisheit Indiens 9  
Einführung 15

## **Der Mythos: Ein Zwiegespräch mit dem Tod**

1. Eine Reise nach innen 31
2. Zwei Wege 56

### **Die Unterweisung:**

#### **Die Reise der Entdeckung des Selbst**

3. Die Stadt mit den elf Toren 79
4. Grobi und Subtila 103
5. Ein Kräftefeld 133
6. Wille und Begehren 158
7. Klares Sehen 184
8. Der Gedankenstrom 215
9. Der Schatten und das Selbst 251
10. Der Tod und das Träumen 279
11. Aufwachen 309
12. Die Lektion vom Flieder 346

## **Die Katha-Upanischad**

Anrufung 379

Teil I 379

Teil II 394

Schreibung und Aussprache der Sanskrit-Wörter 405

Weiterführende Lektüre 407

Kontaktadresse 409

Anmerkungen zur deutschen Übersetzung 410

*Für Christine*





## Vorwort

# Die Weisheit Indiens

Vor einigen Jahren übersetzte ich die von mir so genannten »Klassiker der indischen Spiritualität«: die Upanischaden, die Bhagavad Gita und das Dhammapada.<sup>1\*</sup> Diese uralten Texte, die über Hunderte Jahre hin von Generation zu Generation auswendig gelernt und weitergegeben wurden, bevor man sie aufzeichnete, stellen frühe Kapitel in der langen, stetigen Geschichte von Indiens spiritueller Erfahrung dar. Die Upanischaden, die bis vor den Anbeginn der Historie zurückreichen, kommen zu uns wie Schnappschüsse von einer zeitlosen Landschaft. Die Gita verdichtet diese Einsichten und behandelt sie ausführlich, in einem Zwiegespräch, das sich auf einem Schlachtfeld abspielt, ein Schauplatz, der jetzt noch so passend ist, wie er dies schon vor 3000 Jahren war. Und das Dhammapada, eine Art spiritueller Leitfaden, fasst die praktischen Folgerungen der gleichen Wahrheiten zusammen, die vom Mitfühlenden Buddha um etwa 500 v. Chr. erneut dargelegt wurden.

\* Die hochgestellten Ziffern verweisen auf die Anmerkungen zur deutschen Übersetzung am Ende des Buches.

Diese Übersetzungen erwiesen sich als erstaunlich populär, vielleicht weil sie nicht so sehr als wortgetreue oder literarische Übertragungen gedacht waren, als vielmehr dazu, den tieferen Sinn dieser Textzeugnisse für uns Heutige zum Vorschein zu bringen. Denn eben hier werden diese Klassiker lebendig. Sie sind keine trockenen Texte; sie sprechen zu uns. Jeder einzelne Text ist die eröffnende Stimme eines Gesprächs, an dem teilzunehmen wir aufgefordert sind – eine Stimme, die eine Erwiderung erwartet. Daher sagen wir in Indien, dass der Sinn der heiligen Schriften erst dann vollständig erreicht ist, wenn dieser Ruf im Leben von Männern und Frauen wie Ihnen und mir beantwortet wird. Erst dann erkennen wir, was die heiligen Schriften hier und jetzt bedeuten.

Der britische Journalist und Buchautor Gilbert Keith Chesterton (1874–1936) sagte einmal, dass wir, um die Evangelien zu verstehen, uns nur den heiligen Franziskus von Assisi anzusehen brauchen. Ähnlich würde ich sagen: Um den Sinn der Bhagavad Gita zu begreifen, brauchen wir nicht weiter zu blicken als bis zu Mahatma Gandhi (1869–1948), der sie zu einem Ratgeber für jedweden Aspekt des Alltagslebens machte. Weisheit mag überzeitlich sein, aber um ihre Bedeutsamkeit zu erkennen, müssen wir sie gelebt sehen.

Gemäß der indischen traditionellen Auffassung verläuft dieser Prozess der Aufnahme des vom Kopf Gelernten in die Weisheit des Herzens über drei Stadien, nämlich *Shravana*, *Manana* und *Nididhyasana* (*shravana* neutr.; *manana* neutr.; *nididhyāsana* neutr.); in etwa: das Hören, das Überdenken/

Reflektieren und die Meditation. Diese Schritte können ganz natürlich in einer einzelnen alltäglichen Tätigkeit aufgehen, aber sie können auch Schritte auf einer Reise sein, die sich über Jahre hin entfaltet. Häufig wird diese Reise als Reaktion auf eine Krise begonnen. Was meinen eigenen Fall angeht, so muss ich zwar als Kind die heiligen Schriften viele Male vernommen haben, kann mich aber nicht entsinnen, dass sie irgendeinen tieferen Eindruck hinterließen. Als ich die Bhagavad Gita entdeckte, war ich von der Schönheit ihrer Poesie angetan; ihre Lehren verstand ich hingegen überhaupt nicht. Erst als ich mit Mitte dreißig in eine Sinnkrise geriet, als der äußere Erfolg nicht das sehnliche Verlangen in meinem Herzen stillte, wandte ich mich diesen Klassikern der Weisheit und nicht der literarischen Schönheit wegen zu. Erst dann erkannte ich, dass ich – mit den Worten des Buddha – wie ein Löffel gewesen war, der den Geschmack der Suppe nicht kennt (vgl. Dhammapada, Vers 65).

Seitdem widme ich mich der Umsetzung dieser heiligen Schriften in die tägliche Lebenspraxis – und zwar durch das Ausüben der Meditation. Das Buch, das Sie in Händen halten, ist ein Ergebnis dieses langfristigen Bestrebens. So eine Darlegung kann logischerweise nur äußerst persönlich sein. In meinen Übersetzungen lasse ich natürlich die Texte für sich selbst sprechen; hier hingegen versuche ich erst gar nicht, die Leidenschaft zu verbergen, die diesen Übersetzungen ihre Anziehungskraft verliehen hat. Um die Essenz der Gita, der Upanischaden und des Dhammapada einzufangen, biete ich an, was ich persönlich aus dem Bemühen gelernt

habe, sie in einer komplexen, hastigen Welt zu leben, ja, umzusetzen. Ich schreibe nicht als ein Gelehrter, sondern als ein Forschungsreisender, der von einer langen, langen Reise zurück ist und nun unbedingt mitteilen will, was er entdeckt hat.

Doch wie persönlich die Erforschung auch sein mag – diese Entdeckungen sind universal. Daher ist es nicht verwunderlich, dass jeder dieser Klassiker im Kern um einen Mythos zentriert ist – eine Variation der uralten Geschichte von einem Helden auf der Suche nach Weisheit, die die Welt erlösen wird. In den Upanischaden geht ein Teenager zum König des Todes, um das Geheimnis der Unsterblichkeit herauszufinden. In der Gita sucht der am Vorabend des katastrophalen Entscheidungskampfs zwischen den gegnerischen Heeren stehende Krieger-Prinz Arjuna Führung und Rat bei einem unsterblichen Lehrer, Sri Krishna.

Und hinter dem Dhammapada steckt die Geschichte vom Buddha höchstpersönlich, eine wahre, ins Legendäre verwobene Geschichte: von einem Prinzen, der den Thron aufgibt, um einen Weg zu finden, mit dessen Hilfe jedermann in diesem Leben über das Leid hinausgelangen kann. Diese alten Geschichten sind unsere eigenen – heute so bedeutungsvoll wie eh und je. Der Mythos beteiligt immer den Hörer. Wir identifizieren uns mit seinen Helden; ihre Krisen spiegeln die unseren. Ihre Geschichten erinnern uns nicht nur daran, was diese heiligen Schriften bedeuten, sondern warum sie so wichtig sind. Wie die Texte selbst wollen diese Helden eine Reaktion in unserem eigenen Leben bewirken.

Und so ist denn dieses Buch das Ergebnis einer Reise wie auch gleichermaßen eine Einladung. Wenn Sie mögen, können Sie es als einen Reisebericht voller Erlebnisse von einem weit entfernten Ort lesen und die Schilderungen und Abenteuer genießen, ohne die Mühsal, tatsächlich selbst die Reise zu machen. Aber dieser Ort ist eigentlich nicht weiter entfernt als das Herz. Sollten Sie daher feststellen, dass diese Beschreibung Sie zu Ihrer eigenen Forschungsreise aufruft, so wäre damit gewiss meine höchste schriftstellerische Zielsetzung erfüllt.

### **Anmerkung der Redaktion**

Dies ist eine neue und gründlich überarbeitete Auflage eines ursprünglich mit *Dialogue with Death: The Spiritual Psychology of the Katha Upanischad* (Nilgiri Press, Tomales, Kalifornien, 1981) betitelten Buches. Wir haben eine bisher noch unveröffentlichte Einführung hinzugefügt und einige kleinere Berichtigungen vorgenommen – einschließlich der Tilgung veralteter Quellenangaben –, die der Autor vor seinem Tod im Jahre 1999 vorschlug. Davon abgesehen liegt der Text so vor, wie er ihn hinterließ. Obwohl manche der von Eknath Easwaran angeführten Beispiele nicht mehr aktuell sind, bleiben die Probleme und Prinzipien, die sie veranschaulichen, doch durchaus relevant: Der Kalte Krieg beispielsweise mag hinter uns liegen, doch die globale Bedrohung durch das vielfache Wettrüsten und das nukleare Waffenarsenal ist so brisant wie je zuvor.

# Einführung

Dies ist eine persönliche Erforschung der Grundgedanken der zu den frühesten Quellentexten der indischen Spiritualität zählenden Upanischaden und der erhellenden Perspektive, die sie daraufhin eröffnen, wie man heute leben soll. Mein zentraler Gegenstand ist praxisbezogen: Er umfasst das, was ich – nach jahrzehntelanger Meditationsausübung und praktizierter Meditationsunterweisung – in meinem eigenen Leben als am bedeutsamsten empfinde und erachte.

Die Upanischaden sind wahrscheinlich weltweit der älteste Text der Weisheitsliteratur. Obwohl durch Jahrtausende von uns entfernt, sind die Einblicke, die sie in das Wesen der Erscheinungswelt, den menschlichen Geist und die zugrunde liegende »Gott« genannte Realität vermitteln, heute so unverfänglich wie schon immer. Und die Fragen, die sie stellen, werden nie veraltet sein. Sie sind für alle Menschen jeweils neu, für alle Generationen jeweils ganz frisch, weil es Fragen sind, die sich ein jeder von uns selbst beantworten muss.

Aus Hunderten dieser Textzeugnisse spricht mich insbesondere eines als die Essenz der Upanischaden an. Lyrisch, dramatisch, praxisbezogen, inspirierend umfasst die Katha-

Upanischad die Hauptgedanken der indischen Mystik und legt sie im Rahmen eines mythischen Abenteuers dar, das jeder nachvollziehen kann: der Geschichte von einem jugendlichen Helden, der sich auf der Suche nach der Unsterblichkeit in das Land des Todes vorwagt.

Diesem Beispiel folgend, habe ich dieses Buch ebenfalls wie eine Reise angelegt. In der Katha sind Einsichten ohne Berücksichtigung der Anordnung oder Reihenfolge verstreut, wie Leuchtfackeln, die mal hier, mal da auflodern, um eine verborgene Landschaft zu beleuchten. Und die wesentlichen Ideen werden als selbstverständlich angesehen oder vorausgesetzt, was Jahrtausende später für Leser aus einem anderen Kulturkreis verwirrend sein kann. Hier werden diese Ideen und Einsichten im Verlauf des Erforschens immer tieferer Schichten der Persönlichkeit systematisch dargelegt. So genommen, liefert die Katha eine umfassende Antwort auf die zentrale Frage aller Philosophie: *Wer bin ich?* – die freilich kein bloßer Endzweck ist, sondern nur ein Anfang.

## ***Die Upanischaden***

Die Upanischaden sind das früheste Beispiel in der Geschichte der ewigen Philosophie (oder *Philosophia perennis*): der Entdeckung, dass es unterhalb des unaufhörlichen Wandels der Erscheinungswelt eine unwandelbare Realität gibt, die man tief im eigenen Bewusstsein entdecken kann, indem



man Übungsdisziplinen befolgt, die im Wesentlichen, ungeachtet der jeweiligen Kultur oder Religion, allerorts dieselben sind. Spinoza hätte die Upanischaden zitieren können, als er diese Entdeckung Jahrtausende später in einem einfachen Satz zusammenfasste: »Das Endliche beruht auf dem Unendlichen, und das Unendliche ist Gott.«

Das ist die Sprache der Philosophie, aber die Upanischaden sind keine Philosophie. Sie tragen keine Meinungen vor, entwickeln keine Theorien und diktieren auch kein Dogma. Sie protokollieren Erfahrungen, direkte Begegnungen mit einem Land jenseits des Wandels. Sie sind – im wörtlichen Sinne des Sanskritausdrucks – *Darshanas* (Sing. *darshana* neutr.), »Sichtungen/Erschauungen«. Wie alt sie sind, können wir nicht wissen; lange bevor sie niedergeschrieben wurden, wurden sie von Generation zu Generation in einer noch heute praktizierten, akribisch wortgetreuen mündlichen Überlieferung weitergegeben, so dass sie, als sie dann schließlich in schriftlicher Form auftauchen, fast von jenseits des Anfangs der Zeit zu kommen scheinen.

Angesichts dieser Altertümlichkeit ist es erstaunlich, wie direkt sie jetzt zu uns sprechen. Wir hören in ihnen die »Stimme des Ewigen«, immer unmittelbar, immer neu, immer so, als ob sie zu jedem Einzelnen von uns persönlich spräche – zu Ihnen und zu mir. Die Upanischaden sind genau deswegen ewig gültig, weil sie Realitäten beschreiben, die sich nicht verändern. Und in ebendieser Hinsicht werden sie in Indien immer schon geehrt: nicht als geschriebene Werke, sondern als Grundbestandteile einer unwandelbaren

Landschaft – des eigentlichen Fundaments der Wirklichkeit. Forschungsreisende, die zum ersten Mal den Himalaya sehen, zeichnen auf, was sie sehen, aber die Aufzeichnungen sind nicht das Erlebnis. Die Upanischaden sind wie das Erlebnis selbst, eine innere Schau ohne Grenze zwischen Beobachter und Beobachtetem, so atemberaubend unbeschreiblich wie das erste flüchtige Ansichtigwerden des auf dem Scheitelpunkt der Welt schimmernden Mount Everest.

Aber das Erlebte ist in Worte gekleidet, und daher strapaziert jede einzelne Upanischad die Sprache, leidenschaftlich bestrebt mitzuteilen, was sich nicht ausdrücken lässt. Bei ihrer Lektüre fühle ich mich an jenes merkwürdige Stückchen Papier erinnert, auf das der berühmte Philosoph Blaise Pascal (1623–1662) eine ähnliche Begegnung aufzeichnete – ein mathematisches Wunderkind und einer der glänzendsten Stilisten des Französischen, dem es bei dieser Erfahrung derart die Sprache verschlägt, dass er nur Bruchstückhaftes hinkritzeln kann:

*Seit ungefähr abends zehneinhalb bis ungefähr  
eine halbe Stunde nach Mitternacht*

*FEUER*

*»Gott Abrahams, Gott Isaaks, Gott Jakobs«, nicht  
der Philosophen und Gelehrten.*

*Gewissheit, Gewissheit, Empfinden: Freude, Friede.*

Pascal schrieb das nur für sich persönlich auf, aber andere Meister der Sprache vor und nach ihm versagten gleicher-

maßen bei der Aufgabe, diese Erfahrung in Worte zu fassen. Thomas von Aquin (1225–1274) äußerte nach einer ähnlichen Begegnung gegen Ende seines Lebens schlicht: »Alles, was ich geschrieben habe« – praktisch die gesamte Grundlage der katholischen Theologie –, »scheint mir wie Stroh zu sein ... im Vergleich zu dem, was ich gesehen habe und was mir offenbart worden ist.« Shankara, ein indischer Mystiker von gleich großer Autorität, war poetischer: »Worte kehren dort verängstigt um, außerstande hinüberzureichen.« Und Mechthild von Magdeburg (1210–1280), auch in ihrer Prosa noch lyrisch, bekennt: »Von all den heiligen Dingen, die Gott mir gezeigt hat, kann ich nur ein Wörtchen sagen, das nur so viel enthält, als eine Biene Honig an ihren Füßen aus einem vollen Stock tragen kann.«

Was auch immer diese Erfahrung beinhalten mag – obwohl sie letztlich unbeschreiblich ist, ist sie doch voller Bedeutung; das können wir aus der Umwandlung der Persönlichkeit ersehen, die sich daran anschließt. Doch wie können ganz normale Menschen wie Sie und ich hoffen, aus den Aufzeichnungen derartiger Erfahrungen zu lernen, wenn sie durch Unaussprechlichkeit und zufällige Einsicht gekennzeichnet sind? Manch einer dürfte wohl sagen, dass wir das nicht können; dass wir sie einfach nehmen müssen, wie sie sind. Aber besonders heutzutage muss es viele Menschen geben, die, wie ich, sich mit Staunen und Verwunderung nicht zufriedengeben, sondern unbedingt verstehen, begreifen wollen; und eben dafür müssen die Worte und das intellektuelle Urteilsvermögen wieder in Dienst gezwungen werden,

damit sie zumindest ein wenig Sinn von dem vermitteln, was außerhalb ihrer Reichweite liegt.

Wie Forscher, die dieselbe Szene aus verschiedenen Blickwinkeln beschreiben, stellt jede einzelne Upanischad von ihrem je eigenen Standpunkt aus diese zufälligen, unaussprechlichen Schnappschüsse von einer transzendenten Wirklichkeit in den Raum. Wenn wir diese Schauungen allesamt aneinanderfügen könnten, bekämen wir womöglich eine Karte, die die ganze innere Geografie der Seele klar hervortreten lässt.

Doch die Upanischaden selbst liefern keine derartige Karte, und ohne eine ist es schwierig, diese Bruchstücke zu einem kohärenten Ganzen zusammenzustellen. Außerdem – wie sehr sie uns auch faszinieren und inspirieren mögen – ist ihr praktikabler Sinn häufig alles andere als klar, sondern vielmehr so dunkel, dass schon für ihre damaligen Rezipienten das Sanskritwort *upanishad*<sup>2</sup> die Nebenbedeutung »geheim« erlangte. Denn sie zu verstehen erfordert die Ausübung spiritueller Disziplinen – eine zeitaufwändige, langwierige Angelegenheit, die diejenigen ausschließt, die nicht gewillt sind, sie zum Brennpunkt ihres Lebens zu machen.

Mit anderen Worten – und vielleicht nicht überraschend: Um die Upanischaden zu verstehen, muss man tatsächlich selbst zu ihrer Quelle gehen. Das Fazit ist fast paradox: Mystiker aus anderen Traditionen wie etwa Zhuangzi, Dschalaloddin Rumi, Teresa von Avila oder der Baal Schem Tow hätten keine Schwierigkeiten damit, diese Zeugnisse klar zu erkennen, doch deren Sinn bleibt Pascals »Philosophen und

Gelehrten« verborgen – und uns Übrigen ebenso, bis wir diese Übungsdisziplinen selbst auf uns nehmen oder einen Führer finden, der diesen Weg schon zurückgelegt hat.

### ***Die Katha-Upanischad***

Mit einem solchen Führer kann jedoch die Essenz dieser leuchtenden Textzeugnisse zu Tage gefördert werden; und insbesondere zwei oder drei ragen heraus durch einen ganz speziellen Anklang bei jedem heutigen Menschen, der verstehen will, was es mit diesem großartigen Abenteuer eigentlich auf sich hat.

Von diesen ist, wie ich bereits sagte, die Katha-Upanischad mein persönlicher Favorit – kraftvoll, poetisch und praktikabel. Verglichen mit anderen Upanischaden ist sie relativ spät zu datieren, vielleicht nur 3000 oder 4000 Jahre alt, neu genug, um die Einsichten früherer Upanischaden in eine einzige leuchtende Ausströmung zu versammeln. Praktisch findet man da sämtliche Grundgedanken der indischen Spiritualität, nicht in systematischer Darlegung, aber voll entfaltet; und da diese wahrlich die Eckpfeiler der ewigen Philosophie sind, könnte man behaupten, dass die Katha das Wesentliche der Mystik aller Traditionen enthält. In ihr finden wir Grundlagen der Theorie und Praxis, die später in der Bhagavad Gita bis ins Einzelne ausgearbeitet werden und bisweilen sogar an den Mitfühlenden Buddha erinnern.

Die Ähnlichkeiten mit der Gita sind besonders interes-

sant. Beide Werke sind Zwiegespräche, in denen ein Mensch von einem unsterblichen Lehrer Anweisungen zu einer höheren Form der Lebensgestaltung erhält. In beiden sind auch die zentralen Fragen ebenjene, die schon seit frühester Zeit gestellt wurden: *Wer bin ich? Was ist der Sinn und Zweck des Lebens? Wie soll ich leben?*

Und vor allen Dingen ist die eigentliche Kernaussage beider Werke die freie Wahlmöglichkeit. Sie skizzieren alternative Lebensstile, zeigen deren Konsequenzen auf und überlassen es uns auszuwählen. Das ist eine sehr positive, praxisbezogene Herangehensweise. Probleme werden zu Herausforderungen; weise zu leben wird zu einem Abenteuer, das Wagemut, Entschlossenheit und Geschick erfordert. Schon allein die Schauplätze deuten darauf hin: Die Gita entfaltet sich auf einem Schlachtfeld; die Katha im schattenhaften Reich des Todes.

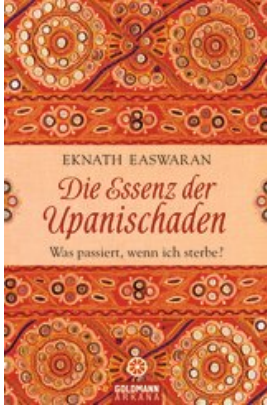
In ihrer einfachsten Grundform findet sich die Geschichte, die den Rahmen für die Katha abgibt, in der ältesten der hinduistischen heiligen Schriften, dem Rig-Veda.<sup>3</sup> Ein Vater sagt seinem halbwüchsigen Sohn, er solle »dorthin gehen, wohin bereits seine Vorfahren gegangen sind«. Der Junge gesellt sich zu den Toten, aber sein Glaube und Mut bringen Yama, den König des Todes, dazu, ihm zu zeigen, wie man ins Leben zurückkehren kann. Eine spätere Version fügt einige Dialogteile sowie den Namen des Jungen – Nachiketa – hinzu, aber kaum mehr.

Wie ein großer Dramatiker übernahm der anonyme Seher, der uns die Katha-Upanischad hinterließ, dieses mythische

Fragment und gestaltete es zu einem Meisterwerk spiritueller Unterweisung aus. Nachiketa ist keine konturlose Figur mehr; er wird lebendig; wir erkennen ihn. Wie Arjuna in der Bhagavad Gita steht er für Sie und mich, für alle, die den tiefen Drang in sich fühlen, zu erfahren, wozu das Leben da ist und warum wir hier sind. Und der Tod ist der ideale Lehrer – direkt, herausfordernd, einer, der partout kein Blatt vor den Mund nimmt. Schritt für Schritt führt er seinen Schüler durch die Schichten der Persönlichkeit bis zu der finalen, tief im Bewusstsein erfolgenden Entdeckung eines unwandelbaren Selbst jenseits von Zeit und Tod.

In dem vorliegenden Buch versuche ich, diese erhabenen Einsichten auf den Boden der Tatsachen zurückzuholen, damit wir ihre Weisheit in den Ereignissen des Alltagslebens erkennen können. Dann entdecken wir, vielleicht mit einiger Überraschung, dass ein Tausende Jahre altes visionäres Textzeugnis tatsächlich ein Bezugssystem für das Verständnis unserer selbst, der Welt heute und sogar der alltäglichen Neuigkeiten bereitstellt.

So dargelegt ist die Katha, trotz ihrer ekstatischen Schau, alles andere als weltfremd. Ihre fundamentale Lektion beinhaltet, wie man leben soll – nicht unwesentlich, marginal, sondern unter vollster Entfaltung unseres menschlichen Leistungsvermögens. Genau das bringt Yama dem Nachiketa bei, und ebendiese praktische Umsetzbarkeit im täglichen Leben verleiht der Katha-Upanischad so große Bedeutung für unsere heutige Welt.



Eknath Easwaran

### **Die Essenz der Upanischaden**

Was passiert, wenn ich sterbe?

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Taschenbuch, Broschur, 416 Seiten, 12,5 x 18,3 cm

1 s/w Abbildung

ISBN: 978-3-442-21920-9

Goldmann

Erscheinungstermin: August 2010

Das Herzstück uralter indischer Spiritualität hält gerade für heutige Leser eine Fülle von faszinierender Weisheit bereit

Das Herzstück der indischen spirituellen Texte ist die Katha Upanischad. Sie erzählt den Dialog des jungen Helden Nachiketa, der auf der Suche nach Unsterblichkeit ins Totenreich vordringt. Er stellt dem Tod Fragen, die auf die Quintessenz menschlicher Existenz schlechthin zielen. Der bewunderte indische Philologe und Meditationsmeister Eknath Easwaran stellt die Katha Upanischad vor und deutet sie als Königsweg zur Erforschung der tiefsten Schichten der eigenen Persönlichkeit. Die Katha lehrt zeitlose Weisheit, die gerade heute Trost und spirituelle Führung spenden kann.