

wenn aus äußeren Gründen eine bestimmte Stunde vorweg festgelegt sein muß, beginnt nicht in ihr erst die innere Verbindung mit Gott: sie wird nur aus der Vielfalt anderer Pflichten entbunden.

Andererseits versteht man aber auch, warum die Lehrer des geistlichen Lebens so sparsam sind mit einer Unterweisung über das Schreiben während der Betrachtung. Das schreibende Betrachten, das wohl alle Großen in der Welt der religiösen Innerlichkeit wenigstens zeitweise geübt haben, muß sich letztlich von selbst einstellen und ist dann jedem subjektiven Zweifel enthoben. Das Schreiben als gesuchte und gewollte Hilfe aber, eine Betrachtungsstunde sinnvoll zu erfüllen, bedarf im Einzelfall jeweils einer weisen und selbstlosen Prüfung, ob es wirklich „Gott und die Seele“ sucht, oder aber ein Ausweichen der Seele vor Gott ist, vielleicht auch nur ein Umweg, aber eben doch ein solcher.

Indische und christliche Meditation

Von Josef Neuner S.J., Poona (Indien)

Die Aktualität einer Gegenüberstellung indischer und christlicher Meditation beruht auf zwei Gründen: Zunächst muß die immer intimer werdende Begegnung des Westens mit der Spiritualität des Ostens über allgemeine Eindrücke und Gefühle, über die bloße Neugier am Fremdländischen hinauswachsen und zur Beschäftigung mit konkreten Fragen führen. Diese ernste Beschäftigung ist vor allem notwendig, wo der Zauber der östlichen Welt benützt wird, um den Glanz des Christentums zu verdunkeln. Es wird für alle, die im Osten einen kürzeren, ästhetischeren Weg religiöser Erhebung suchen, sehr nützlich sein, sich durch die dürren asketischen Weisungen hindurchzulesen, in denen die östlichen Weisen ihren Weg zu tieferen religiösen Erfahrungen niedergelegt haben; und es wird dem Christen zu einer unerwarteten Bestätigung seines Christenglaubens, wenn er die Wege östlicher Askese aufsteigen sieht bis zu jener letzten Höhe des Suchens, wo der Mensch nach den härtesten Entsagungen und Anstrengungen sein eigenes Mühen hinter sich wirft in den Abgrund gänzlichen Unvermögens und nur von Gott her sein Heil erwartet, von „dem Berge, von dem mir Hilfe kommt“.

Der zweite Grund der Aktualität des Themas liegt in der Notwendigkeit, Sinn und Methode der christlichen Betrachtung immer wieder neu zu prüfen und zu verstehen. Es ist nicht genug, die Notwendigkeit der Betrachtung mit der kirchlichen Gesetzgebung für Priester und Ordensleute zu begründen. Wenn nicht das Wesen der Betrachtung und die Hauptmomente der Betrachtungsmethode aus dem Wesen des Heilsgeschehens abgelesen und verständlich gemacht werden können, dann müssen auch die verehrungswürdigsten Traditionen und die segensreichsten Gesetzgebungen fruchtlos bleiben. Eine solche Begründung der Betrachtung aus dem Wesen des christlichen Heils wird uns erleichtert und vielleicht in manchen Punkten geklärt und vertieft, wenn wir sie mit der Betrachtung in der nicht-christlichen

Welt vergleichen. Diesem doppelten Zweck mögen die folgenden Ausführungen dienen. Wir sprechen zuerst von Wesen und Methode der klassischen Form der indischen Betrachtung im System des Yoga — es folgt eine Skizze der Umformung, die die Betrachtung in den theistischen Systemen Indiens erfährt — wir schließen mit dem Vergleich indischer und christlicher Meditation.

1. Die Meditation im System des Yoga

1. Das Wesen der Meditation

Beim Versuch, den Begriff der Meditation in Indiens religiösen Traditionen abzugrenzen, wird man zunächst auf die Schwierigkeit stoßen, daß ungefähr alles, was in den Bereich religiöser Übung hineingehört, zugleich in engster Beziehung zur Meditation steht. Das Wort „Sādhana“, d. h. religiöse Übung, umfaßt einen fast unübersehbar weiten Bereich von Betätigungen: Die alten rituellen Opfer, das Singen der vedischen Hymnen, das Schweigen der Einsiedler, die Buße der Asketen, die Versenkung der Weisen, die Leib- und Seelengymnastik der Yogis, der Tempeldienst der Priester, die zeremonielle Observanz der Familienväter und -mütter, all das fällt unter Sādhana. Diese Übungen werden in verschiedenen Schulen und Sekten geübt und gelehrt. Und doch ist das Ziel der vielen Übungen eines: die innere Erfahrung, das bewußte Einswerden mit dem Ewigen, in welcher Form es auch immer vorgestellt wurde. So kommt es, daß die Innewerdung des Absoluten, das Aufleuchten des reinen Bewußtseins jenseits der begrenzenden Gegenstände, jenseits auch der das Bewußtsein färbenden empirischen Seelentätigkeiten als letztes Ziel aller Übung aufgefaßt wurde. Von dieser Zielsetzung aus empfangen alle Wege ihren Sinn und ihre Berechtigung. N. K. Brahma sagt¹: „Die Nützlichkeit der vielfachen Übungen besteht immer nur in ihrer Kraft, emporzuführen zur spirituellen Erfahrung“. Deshalb läßt sich auch nicht leicht eine deutliche Grenze ziehen zwischen der Betrachtung als dem Heilsweg der Erkenntnis und den anderen Heilsmethoden. Schließlich münden alle anderen Pfade in den Weg der Bemühung um das Innewerden des Ewigen, d. h. in die Betrachtung.

Für unseren praktischen Zweck also mögen wir wohl ritualistische Heilswege und tantrische Magie übergehen, obgleich ihre Beziehungen zur Meditation eigener Erwägung wert wären. Alles aber, was uns etwa der Yoga über die asketische Formung des Heilssuchers sagt, oder was fromme Volksreligion vom Singen und Singen des heiligen Namens Kṛṣṇas erhofft, muß wenigstens in die vorbereitenden Stufen der Meditation eingeordnet werden. Die Summe der asketischen Tradition Indiens wurde ja schon in den Aphorismen des Yoga dem Meditationsweg integriert. Die Einordnung der eigentlich religiösen Betätigungen aber wurde nur zum geringsten Teil vom klassischen Yoga selbst vollzogen, und auch da erst von späteren Kommentatoren. Sie geschah hauptsächlich in den theistischen Sekten, die die alten asketischen Traditionen mit den lebendigen religiösen Ausdrucksformen des Anrufens, des liebenden Sich-Versenkens, des dienenden Sich-Weihsens bereicherten. Daß dabei auch das Wesen der Betrachtung anders formuliert wurde als im klassischen Yoga,

¹ Philosophy of Hindu Sādhana. London 1932, S. 40

ist begreiflich. Davon muß im zweiten Teil kurz die Rede sein. Als Ausgangspunkt aber haben wir die Formel für das Wesen der Meditation zu nehmen, wie sie sich in Patanjalis Yoga Sūtras findet und wie sie von dem klassischen Kommentator Vyāsa erläutert wird.

In Patanjalis Aphorismen wird Yoga definiert: „*Yoga ist die Beherrschung seelischer Vorgänge*“ (1,2); und sogleich wird das Ziel dieser Beherrschung hinzugefügt: „Dann steht der Seher in seinem Eigenwesen“ (1,3). Damit ist zuerst die zentrale Stellung der Meditation bestimmt. Man muß sich vor dem Mißverständnis hüten, als sei die indische Meditation einfach Übung, seelische Betätigung, die uns als Mittel zu einem über ihr liegenden Ziel diene. Meditation ist zugleich Weg und Ziel; sie ist Weg, soweit sie sich der seelischen Kräfte bedienen muß; sie ist Ziel, soweit sich im Gebrauch der seelischen Kräfte mehr und mehr das absolute Bewußtsein erschließt. Alles Bemühen des psychischen Apparates ist also dahin gerichtet, sich selbst auszuschalten und das Bewußtsein in seiner absoluten Selbstheit leuchten zu lassen. Nachdem das erste Buch der Aphorismen von der fortschreitenden Reinigung gehandelt hat, von der Ausscheidung aller empirischen Elemente aus dem Bewußtsein, muß es auch noch diese Tätigkeit des Ausscheidens ausschließen. Der letzte Aphorismus lautet: „Wenn auch dieses (das Ausscheiden) unterdrückt ist, dann (entsteht) eben durch die Unterdrückung von allem die samenlose Innewerderung“ (1,51). Das will sagen, daß jeder psychische Akt notwendig das Saatkorn neuer psychischer Vorgänge einschließt und dadurch den Menschen in der Bewegung und Begrenzung empirischer Seelenvorgänge zurückhält. Erst da, wo sich das bewegende psychische Prinzip selbst ausgeschlossen hat, entsteht jener Zustand unbegrenzter, gegenstandsloser, beziehungsloser Innewerderung, der „samenlos“ ist, d. h. der nicht mehr in die Kausalreihen empirischer Vorgänge hineingeht. Der höchste Zustand der Meditation ist also zugleich der Zustand absoluten Heils, absoluten Seins, absoluten Bewußtseins.

In unserer geläufigen Vorstellung muß sich Betrachtung notwendig mit einem Gegenstand oder mit einer Person befassen, auf die sich die seelische Aufmerksamkeit richtet. Der klassische Yoga kennt zwar auch den Gegenstand der Betrachtung, aber sein letztes Ziel ist das gegenstandslose Bewußtsein. Jeder Gegenstand, der im Verlauf der übenden Vorstufen gewählt wird, hat daher nur funktionelle Bedeutung, da es eben für den Beginner unerlässlich ist, seine seelischen Tätigkeiten in einem konkreten Gegenstand zu konzentrieren. Die Wahl des Gegenstandes aber ist völlig belanglos, sie hat rein technische Bedeutung. In seinem Kommentar spricht Vyāsa von den Gegenständen, an denen sich die Sammlung gleichsam kristallisieren kann: „Sammlung bedeutet die Festigung des Bewußtseins an solchen Orten wie der Nabelgegend, dem Lotos des Herzens, dem Licht des Gehirns, der Nasenspitze, der Zungenspitze und ähnlichen Teilen des Körpers“ (zu 3,1). Ziel ist ja ausschließlich die Festigung der Konzentration. Sūtra 1,39 sagt: „Betrachtung nach beliebiger Wahl“, und Vyāsa kommentiert: „Laß ihn betrachten was immer er will. Ist er stetig geworden in diesem einen Gegenstand, so erlangt er Stetigkeit ebenso in anderen Gegenständen.“

Bei dieser Frage nach dem Betrachtungsgegenstand erhebt sich notwendig die Frage nach der Stellung Gottes im Yoga. Tatsächlich hat der klassische Yoga die Existenz Gottes anerkannt, und er hat die Betrachtung Gottes auch empfohlen. Eine gewisse Zweideutigkeit in der Haltung dem persönlichen Gott gegenüber ist nicht zu leugnen — sie führt wohl zum letzten Problem der indischen Betrachtung. Zunächst nämlich erscheint die Stellung Gottes im Betrachtungssystem des Yoga rein äußerlich. Die Meditation ist ein autonomer Vorgang im Menschen, der in keiner Weise auf eine transzendente Welt bezogen ist. Daher wurde auch die Einfügung theistischer Abschnitte in die Yoga Sūtras als unorganisch empfunden, als ein Zugeständnis „aus religiösen Rücksichten“, d. h. als die pietätvolle Übernahme Upaniṣadischer oder populärer Vorstellungen². Andere freilich glauben, daß der Gottesglaube viel ursprünglicher mit dem Yoga verknüpft ist, und daß „kein Grund vorliege, an der einstimmigen Überlieferung der Inder zu zweifeln, daß der Yoga von Haus aus theistisch gewesen sei“³. Aber auch wenn man sich der zweitgenannten Ansicht anschließt, bleibt doch die Verbindung des Yogin zu Gott seltsam künstlich, man möchte sagen unreligiös. Die Betrachtung Gottes oder, wie Jacobi „prapīdhāna“ übersetzt, die Anbetung Gottes, ist nur als eines der Mittel neben anderen aufgezählt, um zur autonomen Erkenntnis des Absoluten zu gelangen (1, 23). In diesem Zusammenhang steht auch die Definition Gottes als einer distinkten Geistmonade, die von jeder Befleckung durch Leid, Wirken und Wirkfrucht rein (1, 24) und deren Allwissenheit unübertroffen ist (1, 25). Gott erscheint also hier keineswegs als Schöpfer oder als letztes Ziel des Menschen, sondern ausschließlich als das reine Geistwesen, das von jeder Befleckung durch die Weltelemente bewahrt ist. Für den Yogin hat Gott nur exemplarische Bedeutung, da in ihm das Ideal des Yogin verwirklicht ist, in reiner Transzendenz über die materielle Welt sein eigenes Selbst voll zu besitzen. Selbst der Hinweis, daß Gott „Lehrer (Guru) der Vorfahren geworden ist, ohne durch Zeit begrenzt zu werden“ (1, 26), läßt sich (nach Glasenapp) noch ohne jede Annahme einer göttlichen Heilstätigkeit dem Menschen gegenüber erklären. Denn der Guru wirkt auf seinen Schüler (nach indischer Auffassung) weit mehr durch das Beispiel als durch das aktive Lehren. So würde der ganze theistische Hauptabschnitt der Yoga Sūtras gar nichts anderes besagen, als daß Gott der höchste Yogin ist, der im vollen Selbstbesitz seiner geistigen Wesenheit von allen Schatten des Wandels und der Tätigkeit bewahrt bleibt.

Und doch deutet schon im klassischen Yoga die öftere Wiederkehr des Hinweises auf die „Anbetung Gottes“ als des vorzüglichsten Mittels zur Erlangung der Vollendung auf eine tiefere Bedeutung Gottes hin, die sich nicht auf bloße Vorbildlichkeit beschränkt. Tatsächlich haben ja auch die Kommentatoren in steigendem Maße Gottes Bedeutung für den religiösen Fortschritt genauer umschrieben. Vyāsa schreibt ihm „Mitleid mit den anderen Wesen“ zu. „Er entschließt sich, die Seelen aus der Verstrickung in die Welt zu erlösen“ (zu 1, 25); Gott wird zum gnadenvollen Helfer auf dem Heilsweg. Noch später präzisiert Vācaspati den „beliebigen

² H. v. Glasenapp, Die Philosophie der Inder, Kröner, Stuttgart 1949, S. 223.

³ H. Jacobi, Die Entwicklung der Gottesidee bei den Indern, Schröder, Leipzig 1923, S. 38.

Gegenstand“, an dem sich die Konzentration sammeln kann, als heilbringenden Gegenstand. Er zitiert das Viṣṇu-Purāṇa, in dem Gottes Avatāras, d. h. menschliche Erscheinungsformen als Betrachtungsgegenstand beschrieben sind: „Die menschliche Erscheinungsform des Herrn läßt keinen Raum mehr für das Verlangen nach irgend einem anderen Gegenstand der Betrachtung“ (zu 3, 1). Hier öffnet sich der Ausblick zu weiteren religiösen Entwicklungen des Yoga im Zusammenhang mit den Bhaktibewegungen. Davon ist im zweiten Teil mehr zu sagen. Im klassischen Yoga aber haben wir nur die ersten Ansätze dazu, und auch sie erst in späteren Kommentaren. Die Yoga-Meditation der Aphorismen ist ein völlig autonomer Erlösungsweg des individuellen Menschen.

2. Die Meditationsmethode des Yoga

In der Darstellung der *Meditationsmethode* des Yoga beschränken wir uns zunächst wieder auf den klassischen Yoga. Wenn auch in der Gnosis des Advaita, oder in den emotionalen Richtungen der Bhaktireligion viele Elemente der Methode geändert werden, so bleibt doch das Grundschema des klassischen Yoga ein fester Bestand in der gesamten Meditationspraxis Indiens.

Das klassische Übungssystem umfaßt acht „Glieder“ (angas). Die zwei ersten betreffen die charakterliche Bereitung, die drei folgenden die körperlichen Vorbedingungen, die zwei letzten die Stufen der Meditation.

Die charakterlichen Forderungen bestehen zunächst in einem negativen Inzuchtnehmen ungeordneter Neigungen. Sie umfassen Gewaltlosigkeit (ahimsa), Wahrhaftigkeit (satya), Nicht-stehlen, Keuschheit, Nicht-begehren. An der Bedeutung, die diesen Forderungen etwa in Gandhis Spiritualität, in seiner „ahimsa“ und in der „satyagraha“-Bewegung zukommt, kann man ersehen, wie tief sich diese Vorstellungen der indischen Seele eingepreßt haben.

Gewaltlosigkeit bedeutet den Willen, keinem Lebewesen ein Leid zuzufügen. Das Gebot findet sich schon in vorbuddhistischer Zeit, z. B. in Chandogya-Upaniṣade 3, 7, 14, und erscheint besonders für den Asketen als unentbehrliches Mittel der Läuterung. Im Lauf der Jahrhunderte wurde das Gebot immer wieder in rein äußerlichem Sinne interpretiert. Daher die seltsamen Bräuche etwa der Jaina-Sekte, deren Mitglieder ein Tuch vor dem Munde tragen, damit sie nicht etwa im Einatmen ein Insekt töten. Der Sinn des Gebotes aber liegt ursprünglich auf asketischem Gebiet, im Vermeiden aller Leidenschaft und Unruhe, die die Stille der Sammlung durchbrechen könnte. Die völlige Unterdrückung aller Leidenschaft gehört notwendig in das Bild des indischen Heiligen. Selbst in der Kritik an der Person Jesu erscheinen immer wieder die Hinweise auf seine Leidenschaft in der Reinigung des Tempels oder bei der Verfluchung des Feigenbaums.

An zweiter Stelle steht *Wahrhaftigkeit*, d. h. die Übereinstimmung von Wort und Gedanke mit den Tatsachen, so Vyāsa zu 2, 30. Wieder handelt es sich um eine ethische Forderung, die sich in die ältesten Zeiten zurückverfolgen läßt, zu Vedas und Upaniṣaden. „Wahrheit allein gewinnt ihn (den Ātman), nicht Unwahrheit; durch Wahrheit allein wird der Götterweg bereitet, auf dem die Weisen gestillten Begehrens dahin emporsteigen, wo der höchste Ort der Wahrheit ist“ (Mundaka

Upaniṣad 3, 1, 6). Aber neben der ethischen Bedeutung von Wahrheit und Wahrhaftigkeit, und vielleicht vor ihr, liegt die religiöse oder auch magische Furcht vor der Lüge. Nach Manus Gesetz ist die Lüge ein Grund ritueller Unreinheit (Manu 5, 145). Ferner ist das Erlernen der Wahrheit im Vedastudium ein strenges Reservat der Zweimalgeborenen, d. h. der rituell gereinigten Kasten. Nie durfte ein Kastenloser die hl. Schriften berühren. All diese Vorstellungen mögen in der „Wahrhaftigkeit“ des Yoga mitklingen.

Die dritte und fünfte Forderung, *Freiheit von Diebstahl und von Begehren* sind vielleicht noch tiefer in der indischen Tradition verwurzelt. Alles Leid der Welt kommt vom Haften an den Sinnendingen, vom Willen zu besitzen und zu genießen. Alles Streben nach Erlösung muß sich daher von diesen Bindungen lösen. Wunschlosigkeit bedeutet die „Vernichtung der Samenkraft des Übels“, sie führt zur „vollen Unabhängigkeit“ (3, 49)⁴.

Auch die *Keuschheit* hat seit den frühesten Zeiten einen bedeutenden Platz in der Vollkommenheitslehre Indiens. Mit aller Strenge wird sie vom Brahmanenschüler verlangt, solange er im Hause seines Lehrers die heilige Lehre in sich aufnimmt, denn „man kann den Ätman nur finden, wenn man ihn in dem keuschen Leben eines Brahmanenschülers gesucht hat“ (Chandigya Upaniṣad 8, 5, 1). Nach seiner Lehrzeit tritt der Brahmane in das Familienleben ein. Aber wiederum wird Keuschheit von ihm verlangt, wenn er gegen Ende seines Lebens das Familienleben aufgibt und als wandernder Sanyasi umherzieht, gelöst von allen Banden dieses Lebens.

Der negativen Zucht werden die positiven Observanzen gegenübergestellt. Sie umfassen wiederum fünf Forderungen: Reinheit, Zufriedenheit, Askese, Studium und Betrachtung Gottes. In manchen dieser Begriffe klingen noch alte magische oder rituelle Vorstellungen an, aber sie sind im klassischen Yoga auf eine ethische Ebene gehoben. Reinheit bezieht sich zuerst auf das Reinigungszeremoniell, das für die brahmanischen Opfer verlangt war. Bei Patanjali aber wird sie neben der *Reinlichkeit* des Körpers und der reinen Qualität der zu genießenden Speisen auch auf jede geistige Form der *Reinigung* bezogen wie die Reinigung von Stolz, Eitelkeit, Eifersucht.

Zufriedenheit ist die positive Seite des Gleichmuts. Sie bedeutet die heitere, entkrampfte Gemütslage, in der allein der innere Läuterungsprozeß sich entwickeln kann.

Askese erinnert zunächst wieder an die magischen Unmenschlichkeiten, mit denen Büsser der Legende, aber auch der Geschichte, überirdische Mächte für sich zu erringen strebten. Solche Askese hat nichts mit dem Bewußtsein von Sünde oder Sühne zu tun, sie ist vielmehr das unheimliche Anstauen von Machtpotenzen im Menschen oder auch in Göttern, mit denen Herrschaft gewonnen wird, Feinde besiegt, widerspenstige Herzen von Liebe bezaubert werden. Bei Patanjali aber ist die Askese vergeistigt. Sie ist nicht mehr magisches Machtmittel, sondern wird ein Element der Charakterschulung: Geduld und Ertragen von Hunger und Durst,

⁴ Über die Bedeutung des Gleichmuts in Indiens Spiritualität siehe *diese Zeitschrift* 25 (1952) S. 439—457.

Hitze und Kälte. Die bizarren Formen der Selbstpeinigung, wie sie die Epen schildern und alte Skulpturen zeigen und wie sie auch heute noch vorkommen, das jahrelange Stehen auf einem Bein, das Starren in die grelle Sonne, sind in den Sūtras ersetzt durch Schweigen und Fasten.

Studium führt schon näher in die Sphäre der eigentlichen Betrachtung. Vyāsa unterscheidet in seinem Kommentar zwei Stufen: das Lesen über die Lehren der Erlösung, also das Eindringen in die Theorie, die aller Yoga-Übung zugrunde liegt, und das wiederholte Aussprechen der heiligen Silbe „Om“. Diese heilige Silbe ist nicht etwa ein willkürlich gewählter Laut, sondern sie ist die klangliche Gestalt des Absoluten. Phonetisch besteht sie im gleichzeitigen Erklingen aller Vokale (so ist natürlich die traditionelle Transkription „Om“ sehr unzulänglich). Wenn die Veden die Entfaltung des Absoluten im Wort sind, seine empirische klangliche Offenbarung, so ist die heilige Silbe die Zurückfaltung der Veden in den absoluten Klang, in den alles Rezitieren der heiligen Verse ausklingt. Was die Wiederholung der heiligen Silbe für den Eingeweihten bedeutet, mag aus der uralten Erzählung der Chandogya Upaniṣade deutlich werden (1, 4). Es wird berichtet, wie sich die Götter vor dem Tode fürchteten, und daher in den dreifachen Veda flüchteten. „Der Tod erspähte sie daselbst, wie man einen Fisch im Wasser erspäht ... Dies merkten die Götter und ... sie flüchteten sich in den Om-Laut ... Jene Silbe ist das Unsterbliche, das Furchtlose; indem sich die Götter in sie flüchteten, wurden sie unsterblich und furchtlos“. Damit ist gesagt, daß die drei Veden als die empirische Gestalt des Absoluten dem Tode unterworfen sind — sie gehören in die Welt der Vergänglichkeit. Die heilige Silbe aber ist das Absolute, in dem alles Werden und Sterben aufhört. Das Sprechen der heiligen Silbe gehört zu den bedeutendsten Übungen auf dem Wege der Erlösung, sie ist die lautliche Einübung auf das Absolute, in dem sich alle Unterschiede im unterschiedslosen Zusammenklang auflösen. Im Verklingen der heiligen Silbe vollzieht sich das Wesen der Betrachtung, das Hinübergleiten aus der Erfahrungswelt in die Welt des Absoluten.

Die letzte Übung ist die „*Betrachtung Gottes*“ als des Urbildes des Yogin. Wir haben davon schon gesprochen.

An die Behandlung der charakterlichen Voraussetzungen schließen sich die körperlichen Übungen. Es sind zuerst die „Sitzweisen“ (āsana) (2, 46). Indische Tradition hat eine Reihe von Körperhaltungen erprobt, die für die Sammlung besonders förderlich sind, und die in den Kommentaren genau beschrieben werden. Das grundlegende Prinzip für die Wahl der Körperhaltung wird in den Sūtras formuliert: „Stetig und angenehm“, d. h. es müssen Unannehmlichkeiten vermieden werden, durch die der freie Gebrauch der geistigen Fähigkeiten beeinträchtigt wird. Der Geist darf durch keinerlei körperliche Anstrengungen von seinem Vorhaben abgelenkt werden; ebenso aber muß auch jede schläfrige Erschlaffung vermieden werden.

Es folgt die Regelung des Atems (2, 49). Die Sūtras beschreiben die Übung als das Zurückhalten der Bewegung des Ein- und Ausatmens. Über die gesundheitlichen Gefahren, die gerade diese Übung mit sich bringt, und die Notwendigkeit genauer und erfahrener Leitung ist hier nicht zu handeln. Daß die Regelung des

Atmens auf das Bewußtsein und Befinden des Menschen tiefsten Einfluß ausübt, ist wohl anerkannt. In Indien ist die Atmung seit uralter Zeit innigst mit der Individualität des Menschen verknüpft. Im Atem vollzieht der Mensch seine individuelle Existenz; Beschleunigung des Atems bedeutet gesteigerte Individualität und Selbstbehauptung, etwa in der Erregung; verlangsamtes Atmen bedeutet die Annäherung an das überindividuelle Leben, an die Existenz jenseits zeitlicher und räumlicher Beschränkungen. Nur von hier aus versteht sich der seltsame Gebrauch der „samādhī“, der uns am Ende des Lebens mancher indischer Asketen begegnet, daß sie sich lebend einmauern ließen. Das Aufhören allen Atems ist das Eingehen in die Absolutheit der überempirischen und überindividuellen Existenz. Da die Betrachtung eben zu jenen überindividuellen Sphären führen soll, ist Regelung und Beschränkung des Atems von großer Wichtigkeit.

Es folgt endlich die Zurückziehung der Sinne (2, 54). Sie besteht nach den Sūtras darin, daß die Sinne nicht mit den Sinnesgegenständen in Berührung kommen und der Ausrichtung des geistigen Selbstbewußtseins (citta) folgen. Es handelt sich um die völlige Umkehr ihrer naturhaften Bewegungsrichtung. Dem naturhaften Menschen drängen sich die Sinnesdinge auf, er wird von außen bestimmt; der innerliche Mensch beherrscht sein ganzes Leben aus der Sphäre des Geistigen; bei ihm folgen, wie Vyāsa in seinem Kommentar sagt, die Sinne dem Geist, „wie die Bienen im Fluge der Königin folgen und sich da niederlassen, wo sich die Königin niederläßt“. Es geht also in dieser Übung nicht um das bloße Vermeiden von Zerstreuungen, sondern um das Zurückziehen des Menschen aus der ihm wesenhaften, zuständlichen Zerstreuung an die Sinnenwelt. Schon die alte brahmanische Tradition hatte die sichtbaren Opferfeuer der rituellen Opfer umgedeutet und auf die Feuer der Entsagung angewandt: „Sie gießen das Gehör und die anderen Sinne in das Feuer der Entsagung“ (Bhagavadgīta 4, 26).

An die Beschreibung der Vorbedingungen zur Meditation schließen sich, im 3. Buch, die drei Stufen der Versenkung. An erster Stelle steht Konzentration, d. h. die Fixierung der Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Gegenstand. Wir sahen, daß dabei die Natur des Gegenstandes gleichgültig ist, daß ihm rein funktionelle Bedeutung zukommt. — Die zweite Stufe ist Betrachtung im engeren Sinn (dhyānam), „die eindeutige Ausrichtung der geistigen Bemühung“. Die Kommentare sagen uns, daß es sich um das fortgesetzte Streben handelt, den betrachteten Gegenstand zu erfassen, unter Ausschluß jedes anderen Interesses. Aber, wie wir sahen, ist es nicht das Interesse am Gegenstand als solchem, das zu seiner Betrachtung führt, sondern nur seine Fähigkeit, unsere seelischen Betätigungen völlig zu absorbieren. In der dritten Stufe, der Versenkung (samādhī), ist das Subjekt völlig in dem erkannten Gegenstand absorbiert, wobei das Objekt aber bewußt bleibt. Darüber erhebt sich der letzte und endgültige Zustand des reinen Bewußtseins, in dem Subjekt und Objekt völlig ausgelöscht sind.

Man kann also den Weg des Yoga folgendermaßen charakterisieren: 1. Er ist eine streng zielgebundene Anstrengung, bei der jede Übung ausgerichtet ist auf die Lösung des Bewußtseins aus seinen empirischen Bedingtheiten, auf das wahre Stehen in sich selber. 2. Diese Anstrengung umfaßt den ganzen Menschen, Leib

und Seele und jede Fähigkeit. Sie ist ein Gewebe aus physiologischen, psychischen und ethischen Faktoren. 3. Sie ist wesentlich Selbsttätigkeit des Menschen. Gewiß kann man sagen, daß der Yoga wesentlich Methode ist und daß daher alles darauf ankommt, welchem Ziel die eigentätigen Mittel der Yogapraxis untergeordnet werden. Die meisten Mittel sind auch tatsächlich indifferent bezüglich des Zieles. Aber das System als Ganzes, wie es konkret vorliegt, ist ein System der Selbsterlösung des Menschen, der versuchten Emanzipation aus den empirischen Bedingungen zum absoluten Bewußtsein.

II. Die Meditation in Verbindung mit den theistischen Systemen

Trotz der engen Verknüpfung des klassischen Yoga mit dem dualistischen System des Sāmkhya und damit zu einer konkreten, autonomen Erlösungslehre bleibt es doch wesentlich Übungssystem, und als solches läßt es sich weithin auch mit anderen Philosophien und Heilswegen verbinden. In die Geschichte der indischen Erlösungslehren ist natürlich die Verbindung des Yoga mit dem Vedānta von besonderer Bedeutung. Wie Śaṅkaras Philosophie den Primat indischer Geistigkeit beansprucht und die meisten Anhänger gewonnen hat, so hat sie auch die meisten Heilssucher angezogen. Die konkreten Wege der Heilsverwirklichung sind dabei größtenteils dem Yoga entnommen. Als Endziel aber erscheint nicht mehr das absolute Bewußtsein der Geistmonade (puruṣa), wie im Sāmkhya, sondern die überpersönliche Absolutheit der Ātman.

Eine wirklich neue Ausrichtung aber erscheint das System des Yoga zu erfahren, wo er sich mit den großen religiösen Systemen des Vaiṣṇavismus verbindet. Das Wesen dieser theistischen Sekten besteht darin, daß ihr Kern weder gnostisch noch asketisch noch rituell ist (so sehr diese Elemente auch in ihnen immer wieder erscheinen), sondern religiös, daß also das Verhältnis zum persönlichen Gott, und damit die Initiative Gottes, auf dem Heilsweg eine ungleich größere Rolle spielen. — Statt die Geschichte des Yoga und seine Methoden in verschiedenen theistischen Sekten zu verfolgen, sei hier der Kürze und Übersichtlichkeit wegen die Wandlung beschrieben, die der Yoga in der Bhagavadgīta durchgemacht hat. Denn die Gīta ist doch das am allgemeinsten anerkannte Kompendium theistischer Religiosität (bhakti) in Indien und erlaubt uns, auf engem Raum die ganze Breite des Problems von Eigentätigkeit des Menschen und Alleinwirksamkeit Gottes auf dem Heilsweg zu überschauen.

Wir erinnern uns an die ursprüngliche Bedeutung des Yoga. Seine Anfänge hat J. W. Hauer beschrieben⁵: „Yoga heißt ja Anspannung und bedeutet in der brahmanischen Zauber- und Opferpraxis Anschirrung der Zauberkraft oder des Gottes durch Zauberspruch, Gebet, Lied und Opferhandlung, und etwa noch angestrengtes Nachdenken“. Je mehr sich der Mensch der in seinem eigenen Innern verborgenen Kräfte bewußt wird, um so mehr wird Yoga Konzentration der eigenen Fähigkeiten. Im klassischen Yoga werden nicht mehr die Mächte, die über dem Menschen sind, angespannt, sondern die Seelenkräfte im Menschen selbst.

⁵ Die Anfänge der Yoga-Praxis im alten Indien, Stuttgart 1921, S. 190.

Die Gīta kennt Yoga auf drei Stufen: zunächst auf der Stufe der Charakterbildung. Er hat seine magischen Ursprünge vergessen und ist zur inneren Bereitung und Anspannung des Menschen für seinen Aufstieg zum Absoluten geworden. Es ist im wesentlichen die Stufe des klassischen Yoga, wie sie oben beschrieben wurde. Die Gīta behandelt sie im 2. Gesang.

Sie kennt aber eine zweite Stufe. Das Heil der Gīta besteht ja nicht mehr in der Lösung des Menschen aus der Welt, sondern in der persönlichen Beziehung zu Bhagavān, dem Erhabenen, dem Gott der Liebe und der huldigenden Verehrung. Der Herr (Īvara) des Yogasystems war nur ein Vorbild der Versenkung, der Gott der Gīta ist der Ursprung allen Seins und der letzte Ruhepunkt aller Bewegung. Gewiß sind wir Menschen tief versenkt in die Wandelwelt der Elemente (7, 13) und von ihnen verblendet. „Während ich, so spricht der Erhabene, alle Wesen, vergangene, gegenwärtige und zukünftige kenne, kennt mich von ihnen keines“ (7, 26). Deshalb ist es für den Menschen auch durchaus notwendig, sich über die Welt der Täuschung emporzurichten, und alle Methoden des Yoga sind in diesem Bemühen einzusetzen. Aber die eigentliche Heilung unserer Blindheit besteht eben nicht in einem bloßen Aufgeben und Auslöschen unseres sinnhaften Daseins, nicht hauptsächlich in der Distanz zur Welt, sondern in der Nähe zu Gott. Deshalb ist es nicht genug, alles Haften an der irdischen Welt aufzugeben, es ist vielmehr positiv an Gott hinzugeben. Es wird gelehrt, daß wir mitten im tätigen Leben, im Kampf (8, 7) und besonders in der Stunde des Hinscheidens Gott allein im Sinne haben sollen (8, 5). „Sicheren Besitz bringe ich denen, die ungeteilten Herzens mich allein im Sinne habend, mich verehren und so mir immerdar verbunden sind“ (9, 22). Yoga ist also nicht mehr autonomes Bemühen des Menschen, sondern ist das Bemühen, sich selbst und alle Werke und Absichten ganz in die Hände Gottes zu geben: „Höre von mir, wie du mich zweifelsfrei und vollkommen erkennen wirst“ (7, 1). — Auf dieser Stufe also ist die geistige Selbstzentrierung des Yogin durchbrochen und in die lebendige Beziehung des Menschen zu Gott aufgelöst. Letztes Heilziel ist das lebendige Hingewandt-sein und Hineingegeben-sein in den liebenden und geliebten Gott. Von diesem letzten Ziel ist auch der Weg bestimmt, die Betrachtung: Sie ist nicht mehr das Zurückziehen aller Sinne und allen Tuns in die Isoliertheit des Selbst, sondern das Durchbrechen dieser Isolation in die lebendige Nähe zu Gott.

Eine letzte Stufe — und eigentlich seine völlige Umkehrung — erreicht das Yogasystem im 12. Gesang der Gīta. Der Gesang schließt sich an die erschütternde Vision, in der Arjuna Gott als das Urgeheimnis der werdenden und vergehenden Welt erschaut hat: Gott als die verschlingende und alles Sein in sich zurückziehende Zeit, als das Geheimnis, das dem Menschen in allen Qualen und Grauen und Untergängen der Welt und des Lebens begegnet. Gibt es neben oder jenseits dieser schauervollen kosmischen Offenbarung Gottes noch ein inneres Geheimnis des Ewigen? Und wie kann es gefunden werden? Durch den Weg der Erkenntnis oder der liebenden Hingabe? — In der Antwort wird zunächst der Weg der liebenden Hingabe empfohlen, der Weg derer, die „mit Glauben erfüllt ihr Gemüt in sich eingehen lassen und mich in beständiger Sammlung verehren“

(12, 2). Es wird also der Weg der inneren Sammlung in Gott empfohlen. Aber dieser Weg ist nicht so leicht für den ungeübten Anfänger. Deshalb folgt die weitere Empfehlung: „Wenn du aber nicht in dieser Weise deine Gedanken fest auf mich zu richten vermagst, dann trachte mich zu erreichen durch systematische Yoga-Übung“ (12, 9). Hier ist natürlich Yoga nicht mehr im klassischen Sinn als autonomes Übungssystem verstanden, sondern als praktische Einübung der Übergabe aller Seelenfähigkeiten in die Betrachtung und den Dienst Gottes. Aber auch für diese Übung kennt die Gita noch einen Ersatz: „Wenn du auch zu solcher Übung nicht fähig bist, dann richte dich mit Eifer auf meine Werke. Denn wenn du die Werke, die für mich getan sind, betreibst, wirst du zum Ziel kommen“ (12, 10). Ob es sich hier allgemein um die Ausrichtung aller Werke auf Gott handelt, oder (nach *R. Otto*) um die frühen volkstümlichen Kulturformen der Sekte der Vaiṣṇavas, ist für uns weniger bedeutend. Wichtig ist nur, daß die Gita selbst einen Verzicht auf die gesamte seelische und leibliche Disziplin der Yoga kennt, daß es also zuletzt nicht mehr darauf ankommt, was der Mensch mit seinem eigenen Bemühen aus sich zu machen vermag, sondern nur auf seine innerste Intention, mit der er all sein sichtbares Tun zur Verleiblichung der liebenden Dienstgesinnung seines Herzens macht. — Nun folgt ein letzter Weg, offen für diejenigen, die nicht einmal in äußeren Werken ihre Gesinnung der Liebe zu verleiblichen vermögen: „Bist du aber auch dazu unvermögend, dann nimm zu meiner Wundermacht deine Zuflucht und übe in Selbstbezwungung das Aufgeben aller Werke“ (12, 11). Hier ist der Weg vorgezeichnet, der später als „prapatti“, als das Sich-Hinwerfen zu den Füßen Gottes, gelehrt wird, eben nicht mehr ein Weg einübender Hingabe, auf dem wir gleichsam unsere Gesinnungen, Gedanken und Werke mühsam zuerst einfangen und dann in der umfassenden Geste der Liebe Gott schenken. Nicht mehr der Mensch handelt durch seine Yoga-Übung, sondern nun ist es Gottes Yoga-Macht, „meine Yoga“ (*mad-yoga*), die die Initiative ergreift und den Menschen in ihre Gemeinschaft hineinzieht. Dieser Ausdruck des „Yoga-Gottes“ ist ein Kernbegriff der theistischen Systeme für alle Machtentfaltung Gottes nach außen; hier steht er für das Geheimnis der gnadenhaften Heimholung des Menschen, die Gottes Tat ist. Die Anfangsposition des Yoga hat sich völlig gewandelt: da ist nichts mehr von eigenwilligem Greifen nach göttlichen Mächten, sondern nur das „seine Zuflucht nehmen“ in Gottes Macht, so daß der Mensch, der auf eigenen Wegen Gott nicht finden kann, in dem Strom der Liebe, der von Gott ausgeht, zu seinem Ziel getragen wird.

Hier öffnet sich auch der neue Sinn der Betrachtung. Sie ist nicht mehr ein Vorgang, der ausschließlich der Reinigung des geistigen Selbst, dem Ruhen des Bewußtseins in ungetrübter Bewegungslosigkeit zustrebt, sondern sie ist der Ausdruck der lebendigen Liebe zu Gott. Sie kann zu einem wahren Reuegebet werden: „Vergib mir wie ein Vater dem Sohn, wie ein Freund dem Freund, wie ein Liebender der Geliebten“ (11, 44). Sie ist innige Gemeinschaft der Einwohnung: „Es wohnen die, die in Liebe mir anhängen, in mir, und ich wiederum in ihnen“ (9, 29). Sie ist verbunden mit der Sicherheit des Heiles: „Wer auf

mich sein Vertrauen setzt, erlangt durch meine Gnade die höchste und unvergängliche Stätte“ (18, 56). Sie wird zur Neugestalt des ganzen Lebens: „Was du tust, was du issest, was du opferst, was du gibst, was du an Askese übst, tue es mir hingegen“ (9, 27). Sie schafft sich einen neuen religiösen Ausdruck, fern von den komplizierten Riten vedischer Opfer, dem Kinde viel leichter als dem Weisen: „Wer mir in Liebe ein Blatt, eine Blume, eine Frucht, einen Trunk Wasser opfert, das nehme ich an als in Liebe dargereicht, mit frommem Gemüt“ (9, 26). In dieser persönlichen Liebe Gottes sind alle gleich, es gelten keine sozialen Kastenunterschiede mehr: „Wenn sie zu mir ihre Zuflucht nehmen, selbst wenn sie aus einem sündigen Schoß stammen, seien sie auch Frauen oder Vaiśyas oder Śudras, so kommen sie dennoch zum höchsten Ziel“ (9, 32). Die Betrachtung des Bhakta besteht also nicht mehr in der Konzentration im eigenen Selbst, sondern im fortschreitenden Sichverlieren in Gott, in dem sich alle Kastenunterschiede auflösen, wo alle selbstherrliche Magie entmächtigt wird, wo selbst alles Eigenwirken des Menschen sich nur noch in die Mühe zusammenfaßt, sich selbst zu lassen: „Mich denkend, sei mir hingegen, mir opfernd, mich verehrend, zu mir wirst du kommen, wahr ist mein Versprechen, du bist mir lieb“ (18, 65). So wird auch die Gemeinde der Bhaktas geschildert: „Ihr Sinnen ganz auf mich gewandt, ihr Leben ganz mir hingegen, belehren sie einander, sprechen sie stets von mir. Sie sind zufrieden und glücklich.“

Im einzelnen wird sich die Betrachtung verschieden gestalten. Gott kann betrachtet werden als gegenwärtig in allen irdischen Dingen: „Ich bin das Selbst, das im Herzen aller Dinge wohnt, ich bin Anfang, Mitte und Ende aller Dinge“ (10, 20). In besonderer Weise sind die sinnfälligen Erscheinungsformen Gottes, die Avatāras, Gegenstand der Betrachtung. Sie werden in den Puranas in epischer Weitläufigkeit beschrieben. Oft besteht das Denken an Gott im Flüstern seines Namens. Von den einhundertundacht heiligen Namen Kṛṣṇas, die auf der Zunge seiner Verehrer sein sollen, heißt es (Pancarātras 4, 1, 39): „Diese Namen vernichten alle üblen Einflüsse, zerstören alles Elend, vermehren die Lebensdauer. Schon in diesem Leben bringen sie Früchte, die sonst durch Güte, Buße und Pilgerfahrten zu heiligen Stätten erlangt werden. Diese Früchte erlangt man zehnmillionenmal. Die Kinderlosen empfangen Söhne, die Erfolglosen Erfolg, die Armen werden reich, die nach Sieg Begehrenden erlangen Sieg. Kinder und Kühe werden wohlgenährt, Fieber schwinden, Freiheit und Erlösung werden erlangt, die Sünden von Millionen von Generationen werden vernichtet“. Die Verehrung der heiligen Namen führt zu den gewaltigen Namenhäufungen: tausend für Vasudeva, den ursprünglichen Bhakti-Gott, tausend für Rādhā, Kṛṣṇas Geliebte usw. Besonders das Singen der Līlās, d. h. der ewigen Spiele Kṛṣṇas, und das oft asketische Schauspiel, in dem seine Taten verherrlicht werden, dient der unauslöschlichen Einprägung der hinreißenden Macht und Schönheit des Gottes in die Herzen seiner Anhänger.

Wie immer sich im einzelnen die Versenkung in Gott gestalten mag, eines ist allen diesen Formen des Betens, Singens und Spielens gemeinsam: daß sie Ausdruck und zugleich Mittel zur innigeren Gemeinschaft mit Gott werden. In allen

Formen menschlichen Ausdrucks singen sie das ewige Lied der Liebe von Gott und Mensch.

III. Indische und christliche Meditation: der Vergleich

1. Der Vergleich mit dem klassischen Yoga

In der Gegenüberstellung der indischen und christlichen Betrachtung haben wir wieder deutlich zu unterscheiden zwischen dem klassischen Yoga-System und den theistischen Systemen. Wenn wir die Methode des klassischen Yoga überschauen, finden wir fast für jeden einzelnen Punkt die Parallelen in der christlichen Betrachtungslehre, etwa in den Exerzitien des hl. Ignatius. Auch da erscheint Betrachtung in dem umfassenden Zusammenhang „Geistlicher Übungen“, in die „jegliche Art, sein Gewissen zu erforschen, zu betrachten, zu beschauen, mündlich und geistig zu beten und andere geistliche Betätigungen“ eingeschlossen sind, „jegliche Art, die Seele zu bereiten und zu disponieren zur Entfernung aller ungeordneten Neigungen, und nach ihrer Entfernung den göttlichen Willen zu suchen und zu finden“ (Annot. 1). Der Bereich der Übungen faßt, wie im Yoga, die negative Seite der geistigen Neugeburt, die Unterdrückung des Ungeordneten und die positive Seite des Gleichmuts, der Buße, des Studiums und der geistlichen Lesung und der Übung verschiedener Gebetsformen. Auch Ignatius kennt Anweisungen über die geeigneten Körperhaltungen während der Betrachtung (additio 4) und dabei lehrt auch er, in Übereinstimmung mit Patanjali, die völlige Unterordnung des körperlichen Gehabens unter das geistige Ziel, d. h. die bessere Sammlung. Die Beherrschung der Sinne ist auch für ihn eine Grundforderung für die Betrachtung, und seine Anweisungen über den Beginn der Betrachtung, das Sich-Versetzen in Gottes Gegenwart, die Sammlung der Einbildungskraft in dem Geheimnis, das ich betrachte usf., dienen dem einen Zweck, alle störenden Einflüsse zurückzudrängen und mit allen Kräften der Seele nach dem Geheimnis zu greifen, das Gottes Offenbarung uns geschenkt hat. In all diesen Einzelheiten gibt es Parallelen, gibt es aber auch Unterschiede, die jedesmal aus grundsätzlichen Unterschieden abgeleitet werden können und müssen. Uns geht es in dieser vergleichenden Gegenüberstellung um die grundsätzlichen Haltungen.

Wir haben zuerst zu fragen, was das Wesen der christlichen Meditation im Vergleich zur Meditationspraxis des Yoga ausmacht. Christliche Meditation versteht sich nur aus dem Wesen christlichen Heils. Unser Heil ist von Gott gewirkt in der geschichtlichen Offenbarung und Heilstat Jesu Christi. An diesem Heil haben wir teil durch die sakramentale Eingliederung und immer neue Berührung mit Jesus Christus, unserem Heil. Sakramentale Anteilnahme muß aber wesentlich verflochten sein mit geistiger personaler Anteilnahme, mit dem lebendigen Glauben an Jesus Christus, mit dem Nachvollzug seines Lebens und seiner Gesinnungen, mit der Nachfolge im Gehorsam gegen den Vater. In der Betrachtung handelt es sich um diese geistige Eingliederung in das Heilswerk, so daß es unser eigen werde, oder richtiger, daß unser ganzes Leben eingestaltet werde in das Heilsmysterium, das im Leben, Sterben und Auferstehen Jesu Christi bereits vorbildlich für uns alle vollzogen ist. Wenn wir also konkret fragen (analog

den Fragen, die wir eingangs für den Yoga beantworteten), welches die Stellung der Betrachtung im Organismus des christlichen Lebens sei, dann müssen auch wir sagen, sie ist Weg und Ziel zugleich. Sie sucht unser Einswerden mit dem Mysterium Christi, mit den irdischen Stufen seines Weges, mit seinem Leben und Leiden und endlich in der jenseitigen Vollendung seiner Herrlichkeit, die nicht mehr zur Betrachtung des Pilgers, sondern zur Schau des Vollendeten gehört. Selbst wenn in manchen Betrachtungen die „praktische Anwendung“ fast ausschließlich im Vordergrund zu stehen scheint, kann es sich doch niemals nur um eine gedankliche und willensmäßige Auseinandersetzung mit moralischen Forderungen handeln. Immer muß Betrachtung, wo immer sie ansetzt, im biblischen, liturgischen oder ethisch-religiösen Raum, zu dem einen und einzigen Mysterium führen, in dem unser Heil beschlossen ist, in das Mysterium Christi und seine geistige Aneignung.

Im Christentum ist also Betrachtung ebenso zentral wie im Yoga, denn es gibt keine Erlösung ohne die geistige Aneignung des Heils, das in Christus beschlossen ist. Damit aber stehen wir vor dem ersten radikalen Unterschied, der die christliche Betrachtung vom Yoga trennt, der objektiven Gegebenheit des Betrachtungsgegenstandes. Während der Yoga den Menschen in sein Inneres führt und darin die Absolutheit sucht, führt die christliche Betrachtung den Menschen über sein Selbst, ja über jede Sphäre bloß menschlichen Könnens hinaus in das Heilsgeschehen, das von Gott herkommt. Betrachten ist für den Christen nicht nur die Funktion des Konzentrierens der Seelenfähigkeiten, sondern wir betrachten Jesus Christus, ihn selbst oder eines der Geheimnisse um ihn, in seinen Vorbildern, in seiner Kirche oder in seinen Heiligen. Die Objektivität dieses vorgegebenen Gegenstandes ist charakteristisch für Eigenart und Methode der christlichen Betrachtung, auch für ihre oft so nüchterne Alltäglichkeit. Gewiß soll jede Betrachtung in den letzten Sinn des christlichen Heilsgeschehens hineinführen, in die überströmende Liebe, mit der Gott uns in Christus geliebt hat und unsere Liebe zurückströmt durch Christus zum Vater, aber diese Liebe besteht nicht nur, und nicht einmal in erster Linie, in ekstatischen Erhebungen des Herzens, sondern in der schlichten Bereitschaft, das Heilsgeschehen hinzunehmen, wie es uns in Jesus Christus gegeben ist, in der Einübung auf seine Gesinnung, in der Willigkeit zu seinem Werk und Reich. Der betrachtende Christ also findet zuerst Christus und in ihm die schöpferische Kraft des Gotteswortes, die sein Selbst umzuformen vermag. Deshalb sind auch alle fortschreitenden Stufen der christlichen Betrachtung immer nur neue Grade dieser Angleichung, dieses Sich-Vergessens in das gottgegebene Christusgeheimnis hinein, in immer größerer Einfachheit und Fülle, in immer wesentlicheren Tiefen, in nie versiegender Kraft. Die gesamte Bewegung der christlichen Betrachtung geht vom Selbst hinweg. Betrachtend vollzieht der Christ den letzten Sinn seines Seins, daß es zu Gott hin ist, daß es in Christus, dem menschengewordenen Wort, beim Vater sei, daß sein ganzes Wesen teilhabe an der ewigen Rückkehr, in der des Vaters Wort immer im Geist der Liebe zu seinem zeugenden Schoße heimkehrt. Es braucht nicht eigens bewiesen zu werden, wie sehr diese Haltung dem ursprünglichen Yoga-Ideal entgegengesetzt ist. Jede Selbstzentrie-

rung, jedes Finden des Absoluten in sich selbst ohne die lebendige Beziehung zum persönlichen Gott ist dem Wesen des Christentums zuwider.

Der zweite Wesensunterschied liegt im Akt der Betrachtung selbst. Das Bemühen des Yogin zielt auf die Selbstausschaltung des gesamten seelischen Apparates hin. Keine der Fähigkeiten des Menschen kann an der Erlangung des Absoluten beteiligt sein, denn sie alle gehören ja in die Sphäre der Wandelbarkeit, der wirkenden und leidenden Kausalität. — Christliche Betrachtung besteht nicht in der Ausschaltung der Seelenkräfte, sondern in ihrer Umformung und Neuausrichtung. Alle Kräfte werden eingesetzt, um im harmonischen Zusammenwirken den Gegenstand der Betrachtung, das Geheimnis des Heils zu ergreifen — oder richtiger, sie müssen sich von diesem Geheimnis ergreifen und erfüllen lassen. Für das Gedächtnis gibt es die neue Welt von Ereignissen, Bildern, Zeichen der Heilsgeschichte; für das Verstehen öffnen sich, nach der grundsätzlichen gehorsamen Glaubensunterwerfung, die weiten Wege göttlicher Heilstaten, jener Gottesgedanken, die erhaben sind über Menschensinnen wie der Himmel über die Erde; und für das Streben gibt es die neue Möglichkeit, auf die unendliche Gottesliebe zu antworten, mit der Gott sich uns Menschen in Christus zugewandt hat. Deshalb endet ja auch der ganze Weg geistlicher Übungen nicht etwa in dem völligen Aufgeben menschlichen Tuns, sondern in der Hingabe der drei Grundkräfte der Seele an Gottes Liebesgeheimnis: Nimm hin mein Gedächtnis, meinen Verstand und allen meinen Willen; und in der Hingabe dieser drei Vermögen in Gott hinein vollzieht der Mensch die totale Weihe seines Selbst, seiner Freiheit, d. h. jeden Verfügens über sich selber. Nun verfügt Gott allein.

Es ist gewiß nicht zufällig, daß die Grundunterschiede der christlichen Betrachtung und des Yoga gerade in diesen beiden Punkten liegen: In der persönlichen Beziehung zu Gott und seinem offenbarenden Wort gegenüber der yogischen Selbstversenkung und in der Erhebung und Übergabe aller menschlichen Fähigkeiten anstelle ihrer Ausschaltung. Beide Unterschiede weisen genau in die Mitte des christlichen Heilsgeheimnisses, auf das fleischgewordene Wort. Das Wort ist das lebendige und ewige Du zum Vater, es ist Person. Wer immer in Christus sein neues Verhältnis zum Vater findet, findet es als Person. Deshalb ist Erlösung weit entfernt von jeder Isolierung des Menschen in seinem geistigen Bewußtsein, sie ist ebenso fern von der Auflösung des Menschen in eine überpersönliche All-Einheit. Sie ist vielmehr das gesteigerte „Du“, die Möglichkeit, in unserem Herzen zu rufen „Abba, Vater“. Personsein ist Ansprechbarkeit. In Christus sind wir vom ewigen Wort des Vaters angesprochen und zu einer vollen und gültigen Antwort befähigt. Betrachtung ist das Bemühen, das zu uns gesprochene Wort der Liebe, Weisheit und Kraft aufzunehmen und zu beantworten mit unserem ganzen Wesen. Denn das Wort ist ja Fleisch geworden. Dadurch gehört die von ihm aufgenommene Menschennatur unwiderruflich hinein in das ewige Du des Wortes zum Vater, und mit seiner Menschennatur sind wir alle eingeschlossen in das neue Verhältnis zu Gott, wir mit allen unseren Fähigkeiten. Dieser Einschuß des gesamten Bereiches menschlichen Seins in das neue Verhältnis zum Vater muß sich langsam im Leben des Christen erfüllen. Deshalb bezieht sich die geistige Schu-

lung auf die ganze menschliche Natur, auf alle Fähigkeiten, die im Menschen sind. Gewiß ist diese Umschulung lang und hart, und sie wird im Leben nie vollendet. Aber der Christ hat ja den Weg — er ist Christus eingegliedert durch Glaube und Taufe, und durch seine Teilnahme an Christi Leben und Sterben wird er hineingetragen bis in das Geheimnis seiner Verklärung. Dann ist seine ganze Natur, mit allen ihren Fähigkeiten, endgültig umgeformt. Das letzte Ziel des Menschen ist daher nicht die Emanzipation aus der Welt heraus, die Absonderung von Natur und Leben, sondern der erlöste Mensch und in ihm, in einem ersten Anfang wenigstens, die erlöste Welt.

2. Der Vergleich mit den theistischen Systemen

Wir haben noch zu den theistischen Formen der Meditation ein Wort zu sagen, d. h. zu der Betrachtung, die tatsächlich nicht mehr die Einengung auf das isolierte geistige Selbst kennt, sondern ihr Heil in der Liebe Gottes allein und in seiner Macht findet. Hier scheint tatsächlich das persönliche Du des Menschen zu Gott, zur letzten Ursache der Erlösung und zur einzigen Quelle ewiger Wonne erhoben zu sein. Wir werden auch sicher nicht leugnen — und es ist oft genug anerkannt worden —, daß sich eben in dieser Lehre der Gita und in ihren späteren Entfaltungen in den Bhakti-Systemen das ursprünglich religiöse Bewußtsein ausspricht, das weder im selbstzentrierten Yoga noch im unpersönlichen Advaita zu seinem Recht kam.

Trotzdem ist eine klare Grenzlinie gegenüber dem Christentum, seiner Heilslehre und daher auch seiner Betrachtung zu ziehen. Über all den Versuchen, diese Linie auch mit Hilfe religiöser Phänomenologie festzulegen⁶, muß die Aufgabe, die grundsätzliche Unterscheidung aufzuweisen, doch der Dogmatik zufallen. Um Betrachtung, um jede menschliche Betätigung in der Beziehung zu Gott zu verstehen, müssen wir immer zuerst Gottes Heilsplan und Heilswerk für den Menschen erwägen. Die Gita, und mit ihr alle theistischen Systeme in Indien, glauben an die Zeitlosigkeit und Unwandelbarkeit der geistigen Seele des Menschen. Der Zustand der Verblendung und Verstrickung ist ihr nur äußerlich. Sie ist wie der Spiegel, dessen Spiegelfläche von Staub bedeckt ist. Seinem Wesen nach ist der Spiegel ohne Fehler, nur äußere Hemmnisse verdunkeln seinen Glanz. Ebenso bleibt die Geistseele immer unberührt in ihrem eigentlichen Selbst; immer ist sie rein geistig, immer hingeordnet auf die Liebe Gottes, immer frei von Neigungen und Leidenschaften des materiellen Daseins. Nur ist dies lichte und reine Selbst der Seele unter den dichten Hüllen der Materie verborgen. In theistischen Systemen also besteht Gottes Tätigkeit der Seele gegenüber darin, daß er die trennenden Hüllen entfernt, daß er die vielfachen Verstrickungen des Menschen in Welt und Karma durchbricht. Im Yoga ist diese Entfernung das Werk des Menschen, in der Gita, wenigstens in bestimmten Texten, das Werk Gottes.

Christliche Erlösung aber bezieht sich nicht nur auf trennende Hüllen, sondern betrifft den Menschen in seinem innersten Wesen. Durch die Sünde ist das ganze

⁶ Siehe *Th. Ohm*, Die Liebe zu Gott in den nicht-christlichen Religionen, E. Wewel Verlag, Krailing vor München 1950, S. 450—456.

Selbst des Menschen Gott entfremdet, ist in Ohnmacht und Tod gestürzt. Der Sünder kann und darf Gott nicht mehr seinen Vater nennen, nicht etwa, weil er Gottes Liebe in den Verblendungen der Welt vergessen hätte, sondern weil er sie verwirkt hat, und weil er sich der schöpferischen Liebesmacht Gottes eigenmächtig entzogen hat. Alles Heil liegt daher in der Liebe Gottes, die nur von Gott selbst neu geschenkt und neu gewirkt werden kann, nur durch sein schöpferisches Wort, das in die letzte Tiefe des Menschenherzens hineinklingt und aus Sündern Gerechte macht, das uns hineingliedert in die Gemeinschaft der Gerufenen und neu Geschaffenen. Und was von Gottes Wirken dem Sünder gegenüber gilt, ist ebenso wahr für den ganzen Weg der Heiligung. Jede Phase des Fortschritts kann immer nur die lebendige Antwort des Menschen auf Gottes heiliges Wort sein. Deshalb ist die christliche Betrachtung wesentlich bestimmt von der schöpferischen Bedeutung des Gotteswortes. Sie ist hörende, erwägende, sich bereitende Offenheit des Menschen für Gottes Werk an ihm. Betrachtung ist immer viel mehr als ein Nachdenken oder Sich-Entschließen zu neuen sittlichen Anstrengungen, mehr auch als ein Bittgebet um Hilfe für den nächsten Schritt. In der Betrachtung brechen die Furchen des Menschenherzens auf für die göttliche Saat. Der Mensch läßt sich hineinziehen in das Geheimnis des Gottesreiches, und er ist bereit, sich formen zu lassen nach dem Bilde dessen, in dem wir alle berufen sind.

So reicht also Betrachtung hinein in die letzte, persönliche Tiefe des Menschen und in das innerste Reich seiner Freiheit, weil sie Antwort auf Gottes schöpferisches Wort ist. Und diesem Wort stellt sie sich zur Verfügung, um seinen Auftrag in der Welt auf sich zu nehmen. Dies ist der zweite Wesensunterschied, auch von der Betrachtung der Gita und von den höchsten Formen ihrer Gottesliebe. Die Gottesliebe der Gita kennt wohl die Wonnen der persönlichen Hingabe und Versenkung in Gott, aber es ist eine Hingabe immer jenseits der Welt; es ist ein Zustand, in dem der Mensch emportaucht aus den Wirrnissen und Verblendungen der Welt in der wonnevollen Verheißung: „Du wirst zu mir kommen“. Die Welt mag unterdessen weiterrollen in ihren unerlösten Kreisen von Lust und Leid, von Werk und Tod und immer neuen Anfängen und Vergänglichkeiten. — Demgegenüber hat die christliche Betrachtung immer und notwendig ihre Beziehung zur Welt, eben weil sie die bereite Aufnahme des schöpferischen Gotteswortes ist. Gott hat in Jesus Christus den Menschen und in ihm die Welt in seine Gemeinschaft gerufen. Deshalb wird der erlöste Mensch, in dem Gottes Wort wohnt, zum Mittelpunkt, von dem aus Gottes Liebe, Weisheit und Macht in die Bereiche der Kultur und des Lebens eindringen. Es gibt im Ringen um die Erneuerung der Welt keine größere Macht als die Kontemplation, die echte und christliche Betrachtung, die nicht einfach der Welt zu entrinnen sucht in die abgesonderten und gesicherten Sphären des individuellen Heils, sondern die Gottes Schöpferwort in sich aufnimmt und durch sich wirksam werden läßt. Das letzte Wort christlicher Betrachtung ist daher immer Dienst am Reiche Gottes.