

Sei ein Baum

Auszug aus dem Buch «Dog, Yogi, BanyanTree» von Dr. Rajan Sankaran, 2017, mit freundlicher Genehmigung des Verfassers; (übersetzt von Dr. Gauger)

"Ein Mensch ist ein Teil des von uns sogenannten Ganzen, ein Teil, der in Zeit und Raum begrenzt ist. Er erlebt sich selbst, seine Gedanken und Gefühle als etwas vom Rest Getrenntes, eine Art optische Täuschung seines Bewusstseins." Albert Einstein

Lonavala ist eine kleine Stadt etwa zwei Autostunden südlich von Mumbai entfernt. Auf einer kleinen Anhöhe gelegen und mit sehr starken Regenfällen gesegnet, ist es bei Tagesausflügeln beliebt, besonders während des Monsuns, wenn man viele Wasserfälle sehen kann.

Von dem, was ich von meiner Mutter herausgehört habe, war es wahrscheinlich hier, dass ich kurz nach deren Hochzeit in einer kurzen und ökonomischen Reise unbeabsichtigt gezeugt worden war. Ich wurde neun Monate später geboren, dank des sehr starken Widerstandes meiner Mutter gegenüber dem Wunsch meines Vaters, abzutreiben. Er hatte sich gewünscht, vor der Geburt von Kindern etwas Zeit miteinander zu verbringen. Angesichts ihrer nachgiebigen Natur war es wahrscheinlich die einzige Gelegenheit in ihrem Leben, bei der sie sich in ihrer Beziehung behaupten konnte.

Zehn Kilometer von Lonavala entfernt, befindet sich ein grosser See namens Pawna Lake. Unsere homöopathische Stiftung besitzt ein Stück Land am Ufer dieses Sees, auf welchem es ein kleines Gebäude mit drei Zimmern gibt.

An einem ruhigen, regnerischen Nachmittag stand ich auf der Veranda dieses Gebäudes und blickte auf die üppig grüne Landschaft. Weit und breit war keine Menschenseele zu sehen. Es war ein einzigartiger Moment, nur die Gegenwart der Natur zu haben.

Dies sind die Augenblicke, in denen man dazu neigt, in sich hineinzuschauen. Ich war in Gedanken versunken und dachte über einige grundlegende Fragen nach, wie zum Beispiel "Wer bin ich?" und "Was mache ich hier?".

In diesem Moment fielen meine Augen auf einen Baum, der ein paar Meter vor mir stand. Er sah für mich aus wie jeder andere Baum, und mit meinem begrenzten Wissen über Bäume kann ich Ihnen nicht sagen, welche Baumart es war. Ein Gedanke entstand in meinen Kopf: empfindet der Baum das Gefühl von "Ich" genauso wie ich? Beschäftigt er sich mit ähnlichen Fragen wie ich?

Als ob er meine Gedanken lesen würde, fing der Baum plötzlich an, mit mir zu sprechen.

Er sprach ganz leise, aber in der Stille konnte ich es ganz deutlich hören.

In einem freundlichen Tonfall sprach er:

In gewisser Weise sind wir uns sehr ähnlich. Wir sind beide geboren. Wir wachsen beide, tun das, wozu wir bestimmt sind, und dann sterben wir. Ich beginne mit einem Samen. Das Saatgut, das auf geeigneten Boden fällt, beginnt zu wachsen. Boden, Wasser und Sonnenlicht nähren es. Die Jahreszeiten stärken ihn. Wenn es sich um einen fruchttragenden Baum handelt, trägt er die Früchte, für die er bestimmt ist. Vögel finden darin Zuflucht, während dem

Tiere und Menschen seine Früchte essen. Schliesslich, wenn die Zeit gekommen ist, stirbt der Baum."

Der Baum sprach weiter und ich hörte zu, eingehüllt in seine Worte:

"Stell dir vor, ich sage dir: 'Mein Name ist Ramesh, und ich komme aus einer adeligen Linie. So viel grösser als das Gras bin ich; schau, wie toll ich bin! Ich habe so gute Früchte und helfe so vielen!' Wenn ein Baum das sagen würde, würdest du vielleicht antworten: 'Du dummer Baum! Der Samen war da, der Boden war da, und die DNA war da. Du hattest keine Wahl. Du hast nichts getan. Du bist ein Ausdruck der Natur, ein Teil der Schöpfung.'

Das ist genau das, was ihr Menschen über euch selbst sagt, alles über, wie wichtig ihr seid, wie weise, wie gross. Du sprichst, als ob du es wärst, der dich selbst erschaffen und dir all diese Eigenschaften gegeben hat. Du hast dich nicht selbst erfunden. Du hast dich nicht entschieden, geboren zu werden. Du bist im Schoss deiner Mutter empfangen worden und gewachsen. Deine Kultur, Familie und Gesellschaft waren dein Boden. Die Ernährung erfolgte durch die Natur. Und auch die meisten der sogenannten "bewussten Entscheidungen", die dein Leben prägen, werden von deinem Temperament, deinen Erfahrungen, deinen familiären und sozialen Umständen bestimmt. Wie wir, tragt ihr die Frucht, für die ihr bestimmt seid. Und eines Tages, wenn die Zeit kommt, wirst du sterben.

Aber du sagst in dieser Welt: 'Seht, was ich bin! Sieh dir an, was ich erreicht habe' oder du sagst: 'Ich bedaure, dass ich nicht so gross werden und so viel erreichen konnte, wie andere.' Ist das wirklich wahr? Oder ist es deine Illusion? Du kannst dich mit deinem Namen und deiner Form, deinem "Ich" identifizieren oder dich als Werk der Natur, als Teil der Schöpfung sehen."

Der ruhige See lag vor mir, umgeben von den grünen Bergen. Dann sah ich fünf Boote im See und Männer in jedem von ihnen wie wild rudern. Es war ein Ruderwettkampf.

Als er sah, wie ich die Boote betrachtete, fuhr der Baum fort:

"Hier ist ein friedlicher, ruhiger Ort, aber die Menschen nutzen ihn für den Wettbewerb! Ihr wollt immer wissen, wer besser, schneller und stärker ist. Ihr werdet immerzu vergleichen. Nichts lasst ihr für sich allein stehen. Wenn ihr einen Berg seht, fragt ihr: 'Wie gross ist dieser Berg? Ist er grösser als der andere?'

Wenn ihr in den Urlaub fahrt, fragt ihr: 'Ist dieser Ort besser als der andere? Haben wir einen Fehler gemacht? Hätten wir stattdessen an einen anderen Ort gehen sollen?' Auch das Zimmer, das man im Hotel bekommt, bringt ähnliche Fragen mit sich: 'Ist dies das beste Zimmer, das es gibt?'

Dein Verstand kann nichts betrachten, ohne es mit etwas anderem zu vergleichen. Du vergleichst Menschen, Freunde, Situationen, Objekte.... so ziemlich alles. Du vergleichst auch deine eigene Erfahrung mit anderen Erfahrungen, die du gemacht hast. Wenn du dich unglücklich fühlst, sagst du, dass es schlimmer ist, als glücklich zu sein.

Stell dir vor –nur für einen Moment - ein Leben ohne Vergleich. Es müsste ein Leben sein, ohne überhaupt den Verstand zu benutzen. Es müsste ein Leben sein, das im Moment gelebt wird. Es müsste ein Leben sein, in dem man erlebt, was ist, wie es ist.

Zu vergleichen ist die Funktion des Geistes, des Egos, des "Ich"-Seins, des Individuums. Wenn du aufhörst zu vergleichen, schaltet sich der Verstand ab. Wenn es keinen Verstand gibt, gibt es keinen Stress, nur Frieden, nur Sein."

Ich hatte eine Frage: "Wie kann ich den Verstand aufhalten?"

Der Baum antwortete: "Das musst du nicht. Genaugenommen, du kannst es gar nicht. Aber es gibt einen Weg, trotz des Verstandes in Frieden zu sein. Der Geist ist wie eine Diskothek, voller Lärm, Aufregung und Bewegung. Aber in Wirklichkeit ist es ein sehr kleiner Raum im Vergleich zum Rest des Universums. Wir leben in diesem kleinen Raum und fühlen uns die ganze Zeit mit Gedanken, Gefühlen und Ideen bombardiert. Etwas ausserhalb dieses winzigen, lauten Raumes befindet sich eine grenzenlose Weite der Stille und des Friedens. Alles, was wir tun müssen, ist, aus diesem Raum herauszutreten, und der Frieden ist bereits unser. Es geht nur darum, wo wir uns befinden, ob wir in der Disco sind oder nicht. Sobald wir da draussen sind, sind wir in Frieden. Die Disco geht immer noch weiter, und der Raum darin mag weiterhin laut sein, aber wir sind aus dem Lärm draussen und in der Stille.

Von diesem Aussichtspunkt aus siehst du dich nicht als das kleine 'Ich', sondern als einen Faden im Gewebe der Schöpfung, du wirst ein Baum wie ich. Der Gedanke 'Ich bin Soundso' verschwindet. Du wirst ein Teil der Natur. Damit werden die Attribute des Ich-Seins, wie Angst, Bindung, Lust, Gier, Verlangen und Wut alle abnehmen. Dann wirst du dir mehr bewusst, wie du deine Rolle als Teil der Schöpfung erfüllen kannst."

Der Baum hielt inne, als ob er mich das, was er bisher gesagt hatte, verdauen liess. Eine kühle Brise wehte sanft aus Richtung des grossen Sees. Die Wolken hatten sich ein wenig geteilt und ein Lichtstrahl von der Sonne hatte sich auf den Weg zu meinem Standort gemacht. Irgendwo tief in mir schlugen die Worte des Baumes einen Ton an.

Eine Frage kam mir in den Sinn: "Was ist mit all den wunderbaren Menschen, die ich in meinem Leben getroffen habe? Wofür soll ich sie halten?"

Der Baum schien meine Gedanken zu lesen, denn er antwortete: "Sie alle kamen und gingen. In Wirklichkeit sind sie weder gekommen noch gegangen. Sieh in dich hinein, sie sind alle da. Sie waren es immer und sie werden es immer sein. Du bist sie und sie sind du. Fühlst du es nicht?"

Plötzlich fühlte ich, wie alle in mir ihre Köpfe nacheinander nach oben schoben, so wie es Kinder in der Klasse tun, wenn ihr Name aufgerufen wird. Der Raum in mir schien gross genug zu sein, um alles zu enthalten, was ich gesehen habe, jeden, den ich getroffen habe und treffen werde. Es fühlte sich an wie ein riesiges Universum, in dem alles zusammengefasst ist. Ich war etwas verwirrt. Wer ist dann das 'Ich' in mir?" fragte ich.

Der Baum begann wieder zu sprechen:

"Du solltest dich selbst und alle anderen als Teil dieser einen Natur sehen. Eine Pflanze, die giftige Früchte trägt, ist ebenso Teil der Natur wie die, die nahrhafte Früchte bringt. In der Gesellschaft erachtest du Menschen mit Demut, Mitgefühl und Weisheit als deine wunderbaren Führer. Diese sind wie Bäume, die nahrhafte Früchte tragen. Man sieht auch Menschen mit schädlichen Absichten; aber wie die Pflanzen, die giftige Früchte tragen, sind auch diese Menschen Teil der Natur. Sowohl Kaninchen als auch Schlangen sind ein integraler Bestandteil des Existenzgefüges. Wir sind alle Manifestationen der gleichen Einheit.

Man muss keine Tugenden kultivieren oder sich zwingen, sie zu erwerben. Alle Tugenden, die einen guten Menschen ausmachen, kommen automatisch in dem Moment, in dem man sich selbst nicht als eine verstandesdefinierte Identität, sondern als einen Baum betrachtet. Indem du ein Teil der Ganzheit bist, entwickelst du Demut, Liebe und Akzeptanz.

In dem Moment, in dem dieses kleine 'Ich' verschwindet, läuft alles andere automatisch ab. Was ihr tut, kommt nicht mehr vom individuellen 'Ich', sondern ist eine Funktion des grösseren 'Ich', das durch euch wirkt. Alles, was nötig ist, ist eine Veränderung der Wahrnehmung.

Sei ein Baum wie ich."

Der Baum hörte auf zu sprechen und bewegte sich weiter im Wind. Die kräftigen Wolken darüber hatten beschlossen, einen leichten Nieselregen zu senden. Ein paar Vögel flogen von den fernen Bergen zurück zu ihrem Nest. Ich fühlte mich eins mit den Elementen. Mutter Natur, meine noch grössere Amme, schien mich in ihrem Busen aufzunehmen.

Es fühlte sich an wie die Heimkehr eines müden Wanderers.

