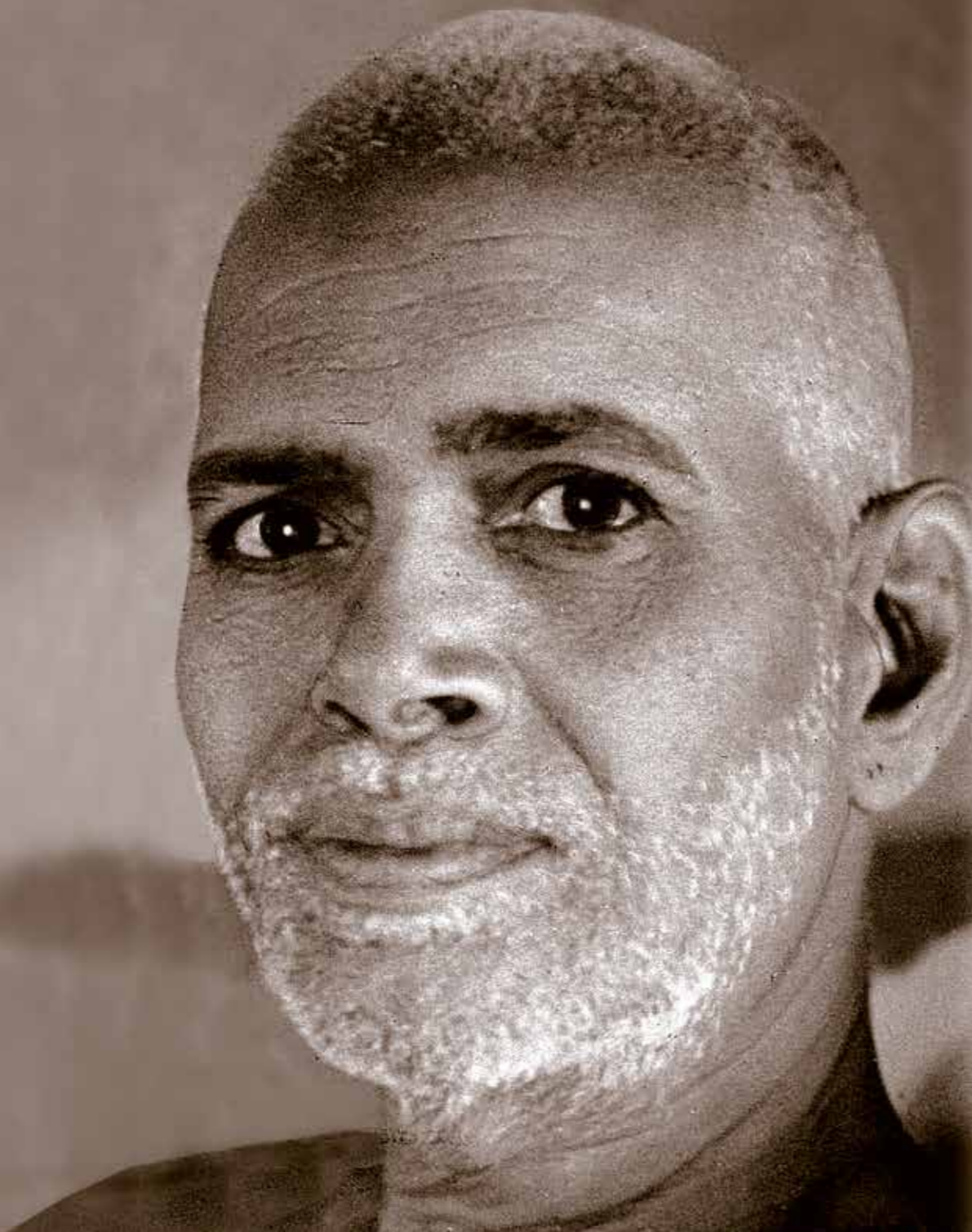


# DER WEISE VOM BERGE

Die Inder verehren ihn als Heiligen und in der westlichen Welt gilt er als einer der größten Weisen, die das 20. Jahrhundert hervorgebracht hat: „Sei, was du bist“, lautet Ramana Maharshis klare und kraftvolle Botschaft. Seine Unterweisungen sind eine Einladung, den Pfad der Selbstergründung zu beschreiten – eine aufregende Reise ins eigene Herz.

Von Irene Nießen

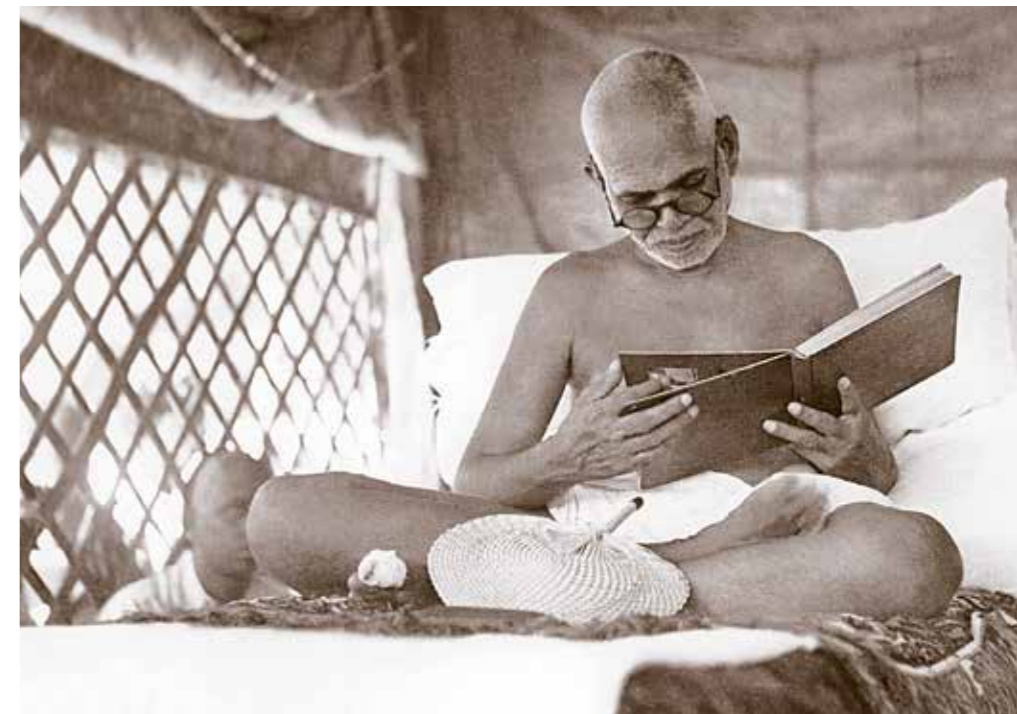


WIE EIN AUF DEM RÜCKEN RUHENDER HANUMAN hebt sich die Silhouette des Arunachala in der Morgendämmerung ab. Von Lichtfäden durchzogene Wolkenstränge ziehen über den langen Kamm hinauf zur Spitze, die in Nebel gehüllt ist. Shiva zeigt sich bedeckt. Der heilige Berg der Hindus, dessen Bedeutung die des Kailash noch übersteigt, gilt als Manifestation des Gottes Shiva. Der Legende nach soll er in Form einer Feuersäule den Göttern Brahma und Vishnu erschienen sein. Der „Hügel des Lichts“ oder „Hügel der Morgenröte“, was Arunachala übersetzt bedeutet, bezieht sich auf das göttliche Licht Shivas, das den Berg wie eine Aura umgibt. Angezogen von dieser besonderen Kraft machen sich alljährlich Millionen von Menschen auf den Weg, den heiligen Berg zu umrunden oder zu besteigen: als spirituelle Übung, als Bitt- und Bußgang unter Shivas Obhut. Wer sich auf den rot-weiß markierten Pfad begibt, darf hoffen, dass Sünden verziehen und Wünsche erfüllt werden, dass Karma gelöscht und Befreiung erlangt wird.

Die Pilgerstadt Tiruvannamalai am Fuße dieses heiligen Berges befindet sich inmitten eines energetischen Zentrums: Seine drei Kraftkoordinaten sind der 980 Meter hohe Arunachala, die vor mehr als 1500 Jahren an seinen Ausläufern errichtete Anlage des Arunacalesvara-Tempels, der als eines der bedeutendsten Shiva-Heiligtümer Südindiens gilt, und Ramana Maharshi. Dieser große Seher lebte von 1879 bis 1950 und gilt als einer der bedeutendsten Weisen des 20. Jahrhunderts. Der von ihm gegründete Ashram ist mittlerweile ein Mekka für Sinnsucher aus der ganzen Welt.

## DIE JUNGEN JAHRE

Venkataraman Iyer, der später als Ramana Maharshi bekannt werden soll, wird am 30. Dezember 1879 als zweites von vier Kindern in Tiruchulli in Südindien geboren. Sein Vater, ein kluger und großzügiger Mann, arbeitet am Gericht, seine Mutter ist eine tief spirituelle Frau. Als der Vater am 18. Februar 1892 stirbt, zieht die Familie zu verschie-



denen Verwandten – Venkataraman und sein älterer Bruder kommen zum Onkel nach Madurei. Das, was später seine Erweckung genannt wird, vollzieht sich in mehreren Episoden: Als er zum ersten Mal vom Berg Arunachala hört, hat er so etwas wie eine Vorahnung, und als ihm bei seinem Onkel ein Buch mit den Lebensgeschichten der 63 Tamil-Heiligen in die Hände fällt, überkommt ihn eine überwältigende Freude. Die Erzählungen der Entsagung, die zur Vereinigung mit

Todesangst überkommt ihn. Doch statt sich ihr auszuliefern, fragt er sich, was genau dabei ist, zu sterben, während er fühlt: „Ich sterbe.“ Ist dieser Körper das „Ich“? Um dies zu ergründen, macht er sich steif wie eine Leiche und hört auf zu atmen. Dabei nimmt er keine Todesangst wahr, sondern unabhängig vom Körper die ganze Kraft des „Ich“ als universales, unsterbliches Selbst. Diese Erkenntnis des Selbst als unsterbliches Bewusstsein wird zum Kern seiner Lehre.

*„Es gibt keine Stufen der Verwirklichung und keine Grade der Befreiung. Es geht nicht um das Werden, sondern um das Sein. Bleibe dir deiner selbst bewusst und alles andere wird erkannt werden.“*

dem Göttlichen führt, inspirieren ihn zu Ehrfurcht und Nachahmung. In dieser Zeit erwacht in ihm jener Bewusstseinsstrom, den er und seine Schüler später als ‚Meditation‘ bezeichnen. Nur wenige Monate später, mit etwa 16 Jahren, führt dieser Bewusstseinsstrom zur Selbstverwirklichung. Wieder geschieht es im Haus seines Onkels: eine plötzliche

„Das ‚Ich‘-Empfinden gehört zur Person, zum Körper und Verstand. Wenn ein Mensch zum ersten Mal sein wahres Ich erkennt, erhebt sich etwas anderes aus der Tiefe seines Seins und nimmt von ihm Besitz. Dieses Etwas ist hinter dem Geist. Es ist unendlich, göttlich und ewig. Solange ein Mensch sich nicht auf diese Frage nach dem wahren Selbst ein- ➤



*„Der Geist ist von Natur aus rastlos. Beginnen Sie damit, ihn von dieser Eigenschaft zu befreien; geben Sie ihm Frieden, befreien Sie ihn von Ablenkungen; erziehen Sie ihn, nach innen zu schauen und sorgen Sie dafür, dass dies zur Gewohnheit wird.“*

lässt, werden ihn Zweifel und Ungewissheit ein Leben lang begleiten. Was nützt es, über alles Bescheid zu wissen, wenn du nicht weißt, wer du selbst bist?“ (Aus: Gespräche mit Paul Brunton).

Der junge Erleuchtete eckt an. Ihn interessieren weder die Schule noch seine Freunde, das frühere Ego ist verschwunden. Stattdessen meditiert er und hält sich mit Hingabe im Tempel auf, um seiner Seele neuen Halt zu schenken. Den Erwartungen an einen heranwachsenden Sohn aus bürgerlicher Familie entspricht dieses Verhalten natürlich nicht. Als sein älterer Bruder ihn schimpft, er führe sich wie ein Sadhu auf, genieße jedoch die Annehmlichkeiten eines häuslichen Lebens, weiß Venkataraman, dass er sich nun auch äußerlich lösen muss. Er

entledigt sich jeden Besitzes und macht sich auf den Weg zum heiligen Berg Arunachala. Später wird er diesen Berg in Anlehnung an Sri Shankara, der ihn als Berg Meru bezeichnete, das Herz der Erde und den spirituellen Mittelpunkt der Welt nennen.

#### AM BERG ARUNACHALA

In den Hallen und an den Schreinen des Arunacalesvara-Tempels beginnt die zweite Phase seiner Selbstverwirklichung: der vollkommene Rückzug von der äußeren Welt. Monatelang verbringt er in meditativer Versenkung, in Samadhi. Dabei nimmt er weder das Ungeziefer wahr, dass sich ihm in die Haut frisst, noch den Wechsel von Tag und Nacht. Während dieser Zeit muss ihm ein junger Swami Nahrung in den Mund legen, da er nicht

darauf reagiert, wenn man etwas vor ihn stellt. Später wohnt er in verschiedenen Höhlen am Arunachala und immer mehr Menschen suchen seine stille Gegenwart. Damit beginnt allmählich die dritte Phase, die ein halbes Jahrhundert dauern soll und in der er für „alle, die zu ihm kamen, ein strahlend helles Licht“ ist. (Arthur Osborne)

Als Ramana Maharshi die Erfahrung des reinen Seins, der Identität mit dem Absoluten im Alter von 16 machte, wusste er noch nichts von den heiligen Schriften der Hinduisten. In Tiruvannamalai kommt er jedoch mit der Lehre des Advaita-Vedanta in Kontakt. Da erkennt er, dass er das Gelesene wie die alten Rishis [die Seher der Veden, Anm. d. Red.] bereits intuitiv immer schon wusste. Advaita bedeutet Nicht-Zweiheit und meint, dass nur das Absolute existiert. Es ist die einfachste und zugleich tiefste Lehre, die letzte Wahrheit jenseits der Komplexität der Kosmologie. Was wir für unser „Ich“ halten, ist nichts als ein Konstrukt unseres Egos – unterschiedliche Rollen, die wir spielen und die wir für die Wirklichkeit halten. Mit diesen Rollen erschaffen wir unsere persönliche Wirklichkeit und unser Leid. Das, was wir für Individualität halten, ist Maya, Illusion. „Das Wirkliche ist immer, was es ist. Wir müssen nur damit aufhören, das Unwirkliche für wirklich zu halten.“ Finde das „Selbst“ hinter der „Ich-Konstruktion“ und du findest Stille, Frieden, Glück. „Deine Aufgabe ist es, zu sein – und nicht dieses oder jenes zu sein.“ Um diese Bewusstseins-ebene zu erreichen, empfiehlt er die Methode der Selbstergründung. „Erforsche unaufhörlich die Frage ‚Wer bin ich?‘, lehrt Ramana Maharshi. „Das wirkliche Ich oder das Selbst ist nicht der Körper noch einer der fünf Sinne, noch die Sinnesobjekte, noch die Handlungsorgane, weder Prana, noch der Geist und nicht einmal der Zustand des Tiefschlafs, in dem dies alles nicht erkannt werden kann. Wenn du alles zurückgewiesen hast, indem du dir sagst: ‚Das bin ich nicht‘, ist das, was übrig bleibt, das Ich, und das ist Bewusstsein.“

#### BHAGAVAN SRI RAMANA MAHARSHI

Etwa zehn Jahre, nachdem er seine Familie verlassen hat, um 1907, erklärt einer der glühendsten Anhänger, Ganapati, dass Swami Venkataraman künftig als Bhagavan Sri Ramana Maharshi bekannt sein soll. Maha-Rishi bedeutet: der große Seher, der Weise.

Von 1916 bis zu ihrem Tod im Jahr 1922 lebt auch Ramana Maharshis Mutter etwas oberhalb der Höhle am Arunachala, im Skanda-Ashram. Der Schrein, den der große Weise seiner Mutter nach ihrem Tod bauen lässt, bildet den Mittelpunkt des heutigen Ashram-Geländes. Dass Ramana Maharshi im Westen bekannt wurde, verdanken wir einem Engländer namens Paul Brunton (1898-1981). Der Journalist und Buchhändler, der seinem eigenen Bekenntnis nach aus einer Welt kommt, „in der die Tragödien des Lebens weit stärker empfunden werden als in dieser friedlichen Dschungeleinsamkeit“, trifft im Januar 1931 als erster Westler auf den weisen Mann. Neugierig und skeptisch zugleich betrachtet er Ramana Maharshi, wie dieser auf seinem Bett liegt, nur mit einem weißen Lendentuch bekleidet und umgeben von Jüngern. Er fragt sich, ob da einer vielleicht nur Guru spielt. Je länger er der schweigenden Vorstellung beiwohnt, um so mehr spürt er eine magnetische Anziehungskraft, die all seine Fragen, die er sich bei der Reise zu Ramana Maharshi ausgedacht hat, hinfällig werden lässt: „Es scheint jetzt keine Rolle mehr zu spielen, ob sie gestellt werden oder nicht, wie es auch keine Rolle mehr zu spielen scheint, ob ich die Probleme, die mich bisher beschäftigt haben, löse oder nicht. Ich weiß nur, dass nahe bei mir ein steter Strom der Ruhe fließt, dass ein tiefer Friede mein Innerstes erfüllt und mein von Grübeleien zermartertes Gehirn anfängt, zur Ruhe zu kommen. (...) Mit plötzlicher Klarheit erkenne ich, dass der Verstand sich seine eigenen Probleme schafft, die er dann zu lösen versucht. Für jemanden, der wie ich so hohen Wert auf den Verstand gelegt hat, ist dies eine wahrhaft überraschende Erkenntnis.“ (Paul Brunton: Von Yogis, Magiern und Fakiren).

Ramana Maharshi verlässt in den 54 Jahren, die er bis zu seinem Tod am 14. April 1950 in Tiruvannamalai lebt, den Ort niemals. Er wechselt die Tempel, die Höhlen, doch niemals mehr entfernt er sich vom Arunachala. In dem 1922 erbauten Ashram besitzt er bis zu seiner Krebserkrankung nie ein eigenes Zimmer oder eine abgeschlossene Wohnung. Die Menschen strömen in Scharen zu ihm – mit intellektuellen oder existenziellen Problemen, mit Wünschen und Hoffnungen. Jeder kann jederzeit zu ihm in die Halle kommen. Die alles durchdringende und transformierende Kraft der schweigenden Belehrung [Upadesa, Anm. d. Redaktion] ist sein Markenzeichen und er beeindruckt durch seine innere Stille, Bescheidenheit und Freundlichkeit. Mit seinen mündlichen Unterweisungen, die er in späteren Jahren einführt, beschreitet er methodisch den Weg der Erkenntnis [Jnana, Anm. d. Red.]: Allein durch Konzentration auf die Selbstergründung sei das Ego zu überwinden und das Selbst zu verwirklichen.

#### SEI, WAS DU BIST

Bücher hat Ramana Maharshi allerdings nie geschrieben. Es existieren jedoch zahlreiche Niederschriften seiner Schüler, erschienen als „Gespräche des Weisen vom Berge Arunachala“. Als Hauptwerk gilt indes das von seinem Bibliothekar David Godman herausgegebene Kompendium seiner Unterweisungen: „Sei, was du bist!“ Vor dieser Aufforderung des großen Weisheitslehrers zerbröseln die Wellness-Botschaften unserer heutigen Zeit – „Das gönne ich mir“, „Das bin ich mir schuldig“ – zu dem, was sie sind: Plattitüden einer Konsumwelt und Ausdruck eines unreflektierten Selbstbewusstseins. Wer hingegen den Schlüssel zum Glückseligsein sucht, dem sei die Lehre von Ramana Maharshi ans Herz gelegt. Ihr zu folgen, erfordert Übung, jahrelang. Selbstverwirklichung gibt es nicht zum Nulltarif. Allerdings weist Ramana Maharshi ausdrücklich darauf hin, dass „zwischen Arbeit und Weisheit kein Gegensatz besteht, im Gegenteil: Wer in der richtigen Weise

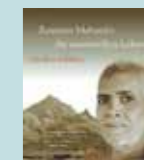
meditiert, dessen dadurch hervorgerufener Geistesstrom wird in das Tagwerk einfließen.“

Die Dämmerung bricht in Indien schnell und unvermittelt herein. Shiva, der sich in der Form des Berges sichtbar gemacht hat, bleibt auch in der Dunkelheit zu erkennen. Sein Licht erhellt jede Finsternis. „Arunachala“, so Ramana Maharshi, „ist das Herz der Welt, ist Shiva selbst. So wie wir uns mit dem Körper identifizieren, so identifiziert sich Shiva, die Höchste Wahrheit, mit dem Berg. Es geschieht aus Liebe zu denjenigen, die ihn zu erkennen suchen, dass Shiva sich in der Form eines Berges sichtbar macht. Der Sucher findet Rat und Trost in seiner Nähe.“ ✦

**Irene Nießen besuchte Tiruvannamalai 2007 und 2010. Sie lebt und arbeitet als Journalistin und Yogalehrerin in Frankfurt am Main.**  
www.yogaloft-frankfurt.de,  
www.medienbuero-niessen.de.

#### BUCHTIPPS:

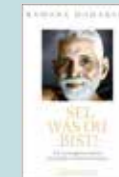
Ramana Maharshi: **Die essenziellen Lehren.** Eine Reise in Bildern. Kamphausen, € 15,50



Ramana Maharshi: **Gespräche des Weisen vom Berge Arunachala.** Lotos, € 25,-

Arthur Osborne: **Ramana Maharshi und der Weg der Selbsterkenntnis.** Eine Biografie. Aus dem Englischen übersetzt von Gabriele Ebert. Books on Demand, € 17,90

Alle Zitate aus:  
Ramana Maharshi:  
**Sei, was du bist!**  
Herausgegeben von David Godman. O.W. Barth Verlag, € 24,99



OFFIZIELLE WEBSITE des Sri Ramana Ashrams:  
www.sriramanamaharshi.org

WEITERE INFOS UNTER:  
www.arunachala-ramana.org