

### **„Du“ und das Problem sind eines, nicht zwei getrennte Prozesse**

Gesagt zu bekommen: „Du bist das Problem und keine Antwort, ob jemand anders sie gibt oder ‚du selbst‘ darauf kommst, wird das Problem lösen, ja, lösen bedeutet, das Problem zu verlängern ---“, das ist nicht das, was ihr hören möchtet, wenn ihr zu Shibendu kommt. Aber das ist das, was er respektvoll vermittelt, da er nicht zur Zunft eines verständnisvollen Psychiaters oder eines Priesters gehört.

Zu einem ernsthaften Verstehens des „Ich“ zu erwachen und nicht teilnahmsvoll das „Ich“ aufrechtzuerhalten, ist Svadhyay. Sympathie dient dazu, ein Problem zu nähren, „Rat“ liefert ein Mittel, das Problem zu umgehen. Solche Antworten helfen nicht, zur Wahrheit des Problems vorzudringen. Es ist nicht negativ oder grausam, unverblümt darauf hinzuweisen, dass das „Ich“ das Problem ist. Svadhyay katalysiert das Verstehen und spendet deshalb nicht Trost, indem es den trennenden Mechanismus im menschlichen Bewusstsein fördert und das fiktive psychologische „Ich“ irgendwie verhätschelt.

Den Svadhyay-Prozess der Betrachtung des „Ichs“ ohne einen „Betrachter“ zu vermeiden, ist gleichbedeutend damit, ein Leben in Falschheit und Täuschung zu wählen. Ratgeber, welche dabei helfen, dem illusionären „Ich“ unter dem Vorzeichen der Sympathie oder des Mitgefühls entgegenzukommen, machen sich in Wirklichkeit zu Komplizen der falschen Fragmentierung „Ich“, welches das Phänomen des „Werdens“ in Gang setzt und die Glückseligkeit des „Seins“ verdeckt – die lebendige Qualität des Lebens.

„Sein“ ist ein Schatz (Sampatti), „Werden“ ist ein Schrecken (Vipatti). Selbstgewahrsein ist weder Selbstdarstellung noch Selbstanklage. Svadhyay ist keine Umstellungstherapie für das armselige kleine „Ich“. Es ist die Auslöschung der Ruchlosigkeit des „Ich“ mit all seinem Schmerz, Kampf und Widerspruch. Gewährsein (Svadhyay) ist ehrliche und harte Arbeit, aber das „Ich“ ist unendlich erfinderisch, sie zu umgehen, indem es sich mit übernommenem Wissen zufriedengibt.

Wissen schmeichelt dem „Ich“, es lässt die Illusion des „Wachstums“ und der „Veränderung“ zu, welche nur ein modifiziertes Fortbestehen desselben „Ichs“ sind. Wissen erzeugt nicht Aktion, sondern Trägheit!

Jemand protestierte, „ohne Wissen seien wir nichts“, und ihm wurde gesagt: „Du **bist** nichts ... Und warum auch nicht!“ ... Die Erkenntnis jenes Nichts-Seins ist der Beginn der Weisheit. Wenn Weisheit vollständig und umfassend ist, ist da die Energie der Leere, des Gleichmuts, der Gelassenheit, der Heiligkeit. Anhaltendes Gewährsein löst schließlich den Verursacher aller Probleme auf – das stolze und mutwillig schlaue „Ich“. Aktion folgt nicht der Klarheit. Klarheit ist Aktion.

Gefühle zu benennen, d.h. von Eifersucht, Angst, Verlangen, Glaubenssätzen zu sprechen, verhilft nicht zu Verstehen und Gewährsein. Worte sind belastet mit Andeutungen von Verurteilung oder Rechtfertigung. Der Verbalisierungsprozess ist Teil des „Ich“, welches die Wahrhaftigkeit verneint. Wenn es kein Benennen gibt, wird die „Ich-heit“ zugunsten der „Istigkeit“ aufgelöst.

### ***„Sarvameva Parityajya Mahamauni Bhavanagha“***

Sei bereit zu stillem Schauen ohne Schauenden und ohne Benennung.

Die uneingestanden Lüge („Ich“), die Erklärung, zu der man greift um des Trostes willen, das Wort, was sich für die Sache selbst ausgibt, die Lösung, die das Denken findet – sie alle töten das Gewährsein und halten den Schutzmechanismus des „Ich“ aufrecht. Die fälschlichen Fragmente des eingeschränkten Bewusstseins zu transzendieren und dadurch das ungeteilte Gewährsein einzulassen, bedeutet, sich der tiefsten Weisheit der Menschheit zu öffnen.

***„Avibhaktam Vibhakteshu Tajjanam Viddhi Sattvikam“***

**Jai „Nicht-Benennung“**