

die Ihnen in den Sinn kommen. Jedes Mal, wenn Sie sich diesem Buch wieder zuwenden, werden Sie darin neue Lektionen finden.

Halten Sie immer wieder inne, um über die hier vorgestellten Ideen nachzudenken. Machen Sie sich Notizen über Ihre Gefühle und die Einsichten, zu denen Sie während des Lesens gelangen. Notieren Sie sich auch die Zufälle und glücklichen Fügungen, die in Ihrem Leben auftreten, während Sie zur wahren Macht Ihres Bewusstseins erwachen.

Mein Erwachen

von Krishnaji

Im Frühjahr 2009 reisten Preethaji und ich mit unserer damals fünfjährigen Tochter Lokaa zum Big Bear Lake in Südkalifornien. Wir hatten uns schon lange auf diesen Urlaub gefreut. Zusammen standen wir auf einem Berggipfel und erfreuten uns an der Schönheit ringsumher.

Der riesige kristallblaue See breitete sich scheinbar endlos vor uns aus. Himmel und Erde spiegelten sich in Grün- und Weißtönen in seinem Wasser, silbern und golden funkelte das Sonnenlicht auf seiner makellosen Oberfläche. Die frische, kühle Gebirgsluft füllte meine Lungen und löste in mir ein Gefühl tiefer Freude aus: Wir hatten erwartet, dass es oben in den Bergen, an diesem von Schmelzwasser gespeisten See, kühler sein würde, aber mit einem so beißend kalten Wind hatten wir nicht gerechnet. Mein Körper und mein Geist waren hellwach.

Nach ein paar Augenblicken unterbrach Lokaa aufgeregt die Stille. »Nanna, Nanna, schau!«, rief sie, den südindischen Kosenamen für »Papa« benutzend. Sie zog an meinem Arm und zeigte auf den Bootshafen, wo gerade zwei Jetskies an einem Steg festgemacht wurden. Preethaji und ich schauten uns an. Wie hätten wir zu so viel Begeisterung Nein sagen können?

Lokaas freudige Aufregung war wirklich ansteckend. Auch der Jetski-Verleiher strahlte eine joviale Freude aus. Nachdem er uns die Grundlagen erklärt hatte, fragte er: »Leute, wollt ihr wirklich Schwimmwesten?«

Er fragte es so unbekümmert, dass ich fast sofort antwortete: »Nein, wir kommen ohne klar.« Es vergingen vielleicht dreißig Sekunden, dann stupste Preethaji mich an und sagte: »Lass uns doch lieber Schwimmwesten anlegen.« In diesem Moment wurde mir bewusst, dass wir sie auf jeden Fall brauchten! Preethaji kann nicht schwimmen. Also legten wir die Westen an und gingen zu unserem Jetski.

Ich startete den Motor, und der Verleiher gab uns die letzten Instruktionen, wobei es ihm über den Motorlärm und Lokaas Jubelschreie kaum gelang, sich verständlich zu machen. Wir sollten auf die Geschwindigkeit achten und scharfe Kurven vermeiden. Dann, als wir schon vom Anleger wegfuhrten, rief er uns nach: »Wenn ihr kentert, habt ihr maximal sieben Minuten, um den Jetski aufzurichten, sonst geht er unter.« Und schon brausten wir los.

»Schneller, Nanna, schneller«, spornte mich Lokaa an, und wir lachten. Wir hatten schon eine ziemliche Strecke zurückgelegt, aber der See war so groß, dass es aussah, als könnten wir viele Meilen fahren.

Ich wollte Lokaa und Preethaji ein unvergessliches Erlebnis beschere, also gab ich noch mehr Gas. Ich begann hin und her zu wedeln, in der Hoffnung, eine schöne große Welle zu erzeugen. Stattdessen kippte der Jetski um, und wir fielen in den See.

Alles wurde schwarz. Wir befanden uns unter Wasser. Furcht durchfuhr mich. Preethaji zog panisch an meiner Kleidung. Wo war Lokaa? Strampelnd kämpfte ich mich an die Oberfläche und sah, wie beide ebenfalls auftauchten, ihre Schwimmwesten waren sicher befestigt.

Preethaji hatte Wasser eingeatmet und schnappte keuchend nach Luft. Strampelnd versuchte sie, das Gleichgewicht zu halten. Meine Gedanken überschlugen sich. War sie verletzt? Und was war mit Lokaa? Ein paar Minuten vergingen, bis es mir gelang, die beiden zu beruhigen. Lokaa erholte sich schneller als Preethaji von dem Schock.

»Nanna? Wie lässt sich dieses Ding aufrichten?«, rief Preethaji.

Die Worte des Verleihers hallten mir in den Ohren, während meine Anspannung wuchs. Die Sieben-Minuten-Grenze war sicher nicht mehr weit, also konnte der Jetski jetzt jeden Moment untergehen.

Wir waren weit vom Ufer entfernt, in eiskaltem Wasser und mit nassen Handys. Es war gut möglich, dass dieser Mann, der mit den Sicherheitsvorkehrungen so lax umgegangen war, unseren Unfall jetzt gar nicht bemerkt hatte. Was, wenn uns niemand zu Hilfe kommt?, dachte ich panisch. Wir würden in diesem kalten Wasser erfrieren. Zwar schaffte ich es nicht, den Jetski aufzurichten, aber zum Glück schwamm er noch. Die schlimmste Gefahr schien erst einmal gebannt, trotzdem würden wir warten und hoffen müssen, dass uns jemand rettete.

Inzwischen überschlugen sich meine Gedanken. Ich war wütend, dass wir eine so schlechte Einweisung erhalten hatten. Ich wollte den Verleiher anschreien – ich war sehr wütend auf ihn. Gleichzeitig versuchte ich zu verstehen, warum uns das überhaupt passiert war. Chaotische Fragen schossen mir durch den Kopf.

Warum passiert das meiner Familie? Liegt es an negativem Karma? War es uns bestimmt, als Teil eines kosmischen Plans?

Was soll ich aus diesem Erlebnis lernen?

Keine der Antworten, die mir dazu einfielen, bewirkte, dass ich mich besser fühlte. Wenn ich unseren Unfall dem Karma, einem kosmischen Plan oder einer Lektion zuschrieb, die es für mich zu lernen galt, wäre durch diese Erkenntnis sicherlich meine Wut verflogen, ich hätte etwas Frieden empfunden, und meine Fragen wären verschwunden. Stattdessen hielt die Wut an, und immer neue Fragen tauchten in mir auf.

Was passiert hier gerade mit uns? Was ist das für ein Leiden, das ich in mir fühle?

Ich habe mir immer gern solche großen Fragen gestellt. Tatsächlich kann man sogar sagen, dass ich dazu erzogen wurde. Mein Vater Sri Bhagavan ist ein spiritueller Lehrer und der Gründer der spirituellen Organisation Oneness. Im Zentrum dieser Bewegung steht Deeksha, die Segnung des Einsseins. Als mein Vater noch ein Kind war, erlebte er eine mystische Vision. Eine gigantische goldene Lichtkugel erschien ihm und veranlasste ihn, für die Befreiung der Menschheit zu chanten und zu meditieren. Er gründete eine Schule, in der die Kinder zusätzlich zum konventionellen Lehrstoff die Kunst freudvoller Beziehung erlernten. Auch ich besuchte diese Schule.

Fünfzehn Jahre nachdem die Visionen meines Vaters geendet hatten, begannen sie spontan bei mir. Als ich elf Jahre alt war, erlebte ich Bewusstseinszustände, die für mich völlig neu waren und von denen ich noch nie gehört hatte. Und diese Zustände waren gewissermaßen ansteckend, sodass auch Freunde und Mitschüler sie erlebten.

Eines Tages fragte mich mein Vater, ob ich bereit sei, meine mystische Erfahrung bewusst anderen Menschen zugänglich zu machen. Ich willigte ein, und wenn ich anderen vermittelte, wie sie sich bewusst in diesen Zustand versetzen konnten, erlebten auch sie die Vision der goldenen Lichtkugel.

Manche nannten das goldene Licht Gott; manche nannten es Liebe oder das Heilige.

Wegen meiner einzigartigen Kindheit scheute ich nie davor zurück, die Mysterien des Lebens zu erforschen. Und doch hatten philosophische Fragen sich mir nie zuvor in solcher Dringlichkeit gestellt.

Leider trug keine der Erklärungen, die mir in den Sinn kamen, während ich da so hilflos im kalten Wasser trieb, dazu bei, mich besser zu fühlen. Keine half mir, mich zu beruhigen. Ich fühlte, wie mir die Zornesröte ins Gesicht schoss, wenn ich an unseren Verleiher dachte. Er hatte uns noch nicht einmal erklärt, wie man den gekenterten Jetski wieder aufrichtete. Wie hatte er eine so wichtige Information vergessen können? Wie konnte jemand so verantwortungslos sein?

Es gelang mir nicht, meine Wut zu bändigen. Meine Gedanken drehten sich im Kreis. Das war merkwürdig, denn seit meiner Kindheit hatte ich nie zugelassen, dass ich meine Selbstkontrolle verlor und mich von Gefühlen überwältigen ließ.

Da ich mich mit diesem inneren Chaos extrem unwohl fühlte, lenkte ich meine Aufmerksamkeit fest entschlossen nach innen. Und in diesem Moment erkannte ich die simple, banale Wahrheit: Ich war nicht wütend auf das Universum, das Leben oder unseren Verleiher; ich war wütend auf mich.

Schließlich war ich es gewesen, der in seiner überschwänglichen Begeisterung am Bootssteg gesagt hatte, wir bräuchten keine Schwimmwesten. Hätte Preethaji nicht auf den Schwimmwesten bestanden, hätte ich an jenem Tag wahrscheinlich meine Familie verloren.

Als ich diese meine Wahrheit erkannte, beruhigte sich das innere Chaos augenblicklich.

Was dann geschah, kann ich nur als einen großen Prozess des Leerwerdens beschreiben.

Jede Ausflucht, nach der ich in den Momenten des Leidens gesucht hatte – jede metaphysische Idee, mit der ich mich jemals getröstet hatte, wenn ich mit Unglück konfrontiert wurde –, verschwand. Trost und Sicherheit waren keine Optionen mehr.

Ich raste mit unvorstellbarer Geschwindigkeit vorwärts – wohin? Ich wusste es nicht. In dieser großen inneren Stille erkannte ich die wahre Natur aller leidvollen Augenblicke, die ich jemals erlebt hatte. Eine Erkenntnis durchstrahlte mein gesamtes Sein: Die zentrale Ursache allen Leidens ist obsessiv ichbezogenes Denken.

Endlich verstand ich nicht nur mein eigenes Leiden. Ich wurde Zeuge des gesamten Leidens der Menschheit. In diesem Moment erkannte ich mit zweifelsfreier Klarheit die wichtigste Ursache für alles menschliche Unglücklichsein: eine obsessive Beschäftigung mit ich, ich, ich. Sorge, Nervosität, Traurigkeit, Unzufriedenheit, Wut und Einsamkeit entstehen, wenn unser Denken unentwegt um uns selbst kreist.

Jede Nervenfaser in meinem Körper pulsierte mit der Erkenntnis, dass der einzige Weg, uns selbst von Stress und Unglücklichsein zu befreien, darin besteht, den Bann der Selbstbesessenheit zu brechen.

In diesem Zustand merkte ich plötzlich, wie mein Gefühl, ein »erlebendes Ich« zu sein, vollkommen verschwand. Es gab keinen Menschen mehr, der litt oder nicht litt, und es gab auch keine Ursache mehr für das Leiden. Kein Krishnaji war da, der darauf wartete, dass jemand seine Familie rettete. Es gab kein isoliertes Selbst.

Ich war grenzenlos. Ich erlebte ein gewaltiges, großartiges Gefühl des Einsseins mit Preethaji und Lokaa und allem, was mich umgab. Es gab keine Unterscheidung mehr zwischen ihnen und mir, zwischen der Erde und meinem Körper, der aus der Mutter Erde hervorgegangen war.

Als ich diesen Körper, den ich meinen nenne, näher ansah, erblickte ich meine Mutter, meinen Vater, meine Großeltern und deren Eltern – alle Generationen, die vor mir kamen. Ich erkannte alle Menschen seit Anbeginn der Zeit als meine Vorfahren.

Es gab keine getrennt existierenden Wesen, keine getrennt existierenden Dinge, Ereignisse oder Kräfte. Ich sah in mir die enorme Weite des Ozeans, des Himmels und aller Dinge dazwischen. Ich war das Universum. Das ganze Universum war ein gigantischer Organismus, ein großer Prozess, in dem alles in allem existierte.

Alles, was existierte, war das Eine. Das Heilige. Das, was wir in der hinduistischen Kultur »Brahman« nennen und was manche als das Göttliche bezeichnen.

Aber ich erlebte das Göttliche nicht als getrennt von mir.

Es gab keine Trennung. Keine Zeit.

Das gesamte Erlebnis schien mir ein Leben lang zu dauern, obwohl nach lediglich fünfundzwanzig Minuten ein Rettungsteam eintraf. Als ich darauf wartete, dass sie zunächst meine Familie aus dem Wasser holten, erwachte in mir ein leidenschaftlicher Wunsch: Ich wollte allen Menschen zu der Erfahrung verhelfen, die ich gerade gemacht hatte, um es ihnen zu ermöglichen, sich zu befreien.

Ich will, dass wir uns befreien: von der Vorstellung, wir wären voneinander getrennt; von dem Krieg, den wir in uns und in der Welt um uns spüren; von dem Leiden, durch das unser Leben sich klein und sinnlos anfühlt.

Ich hatte erkannt, dass es die Bestimmung jedes einzelnen Menschen ist, ein schönes Leben in einem schönen Seinszustand zu führen. Ich hatte den Weg entdeckt, der aus dem Leiden herausführt. Der Pfad lag klar vor mir.