

bensauffassung versuchen wir alle die Schätze der Natur auszubeuten, aber in Wirklichkeit werden wir immer mehr in die Komplexität der materiellen Natur verstrickt. Obwohl wir daher schwer kämpfen, um die materielle Natur zu bezwingen, werden wir jedoch mehr und mehr von ihr abhängig. Dieser illusorische Kampf gegen die materielle Natur kann sofort beendet werden, indem wir unser ewiges Krishna-Bewusstsein wiederbeleben.

***Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare*** ist der transzendente Vorgang, dieses ursprüngliche Bewusstsein wiederzubeleben. Indem wir diese transzendente Schwingung chanten, können wir alle unheilbringenden Dinge in unserem Herzen fortwaschen. Das Grundprinzip all dieser unglückbringenden Dinge ist das falsche Bewusstsein, dass ich der Herr all dessen bin, was ich sehe.

Krishna-Bewusstsein ist keine künstliche Beeinflussung des Verstandes (Geistes). Dieses Bewusstsein ist die ursprüngliche natürliche Energie des Lebewesens. Wenn wir diese transzendente Schwingung hören, wird dieses Bewusstsein wiederbelebt. Diese einfachste Methode der Meditation ist für das gegenwärtige Zeitalter empfohlen.

Auch durch praktische Erfahrung können wir sehen, dass man durch das Chanten des *Maha-mantras* oder des großen Gesanges zur Befreiung, sogleich eine transzendente Ekstase verspüren kann, die von der spirituellen Ebene herab kommt.

Im materialistischen Lebenskonzept sind wir eifrig darum bemüht, nach Sinnesbefrie-

digung zu streben, so als befänden wir uns auf der niederen tierischen Stufe. Ist man ein wenig über die Stufe der Sinnesbefriedigung hinaus, befasst man sich mit gedanklicher Spekulation, um aus dem materiellen Gefängnis herauszukommen. Ein wenig über dieser spekulativen Stufe versucht man, die höchste Ursache aller Ursachen - innerhalb und außerhalb aller Dinge – herauszufinden, wenn man intelligent genug ist. Und wenn man tatsächlich die Ebene spirituellen Verständnisses erreicht, nachdem man die Stufen von Sinnlichkeit sowie mentaler und intellektueller Spekulation hinter sich gelassen hat, befindet man sich auf der transzendentalen Ebene.

Das Chanten (Rezitieren) des *Hare-Krishna-Mantras* wird direkt auf der spirituellen Ebene ausgeführt, und somit befindet sich diese Klangschiwingung über allen darunter liegenden Ebenen des Bewusstseins, nämlich der sinnlichen, mentalen und intellektuellen Ebene. Es ist daher weder notwendig, die Sprache des Mantra zu verstehen, noch bedarf es gedanklicher Spekulation, noch irgendwelcher intellektueller Überlegungen, um dieses *Maha-mantra* auszusprechen. Es erscheint durch seine eigene innere Kraft direkt von der spirituellen Ebene, und daher kann jeder an diesem Chanten teilnehmen, ohne irgendeine Qualifikation mitzubringen. Auf einer fortgeschrittenen Stufe wird natürlich erwartet, dass man kraft spirituellen Verständnisses keine Vergehen begeht.

Zu Beginn mag es sein, dass nicht alle der acht möglichen transzendentalen Ekstasen erlebt werden können. Diese sind: 1) Wie

betäubt sein, 2) Schweißausbruch, 3) Sträuben der Haare, 4) Brechen der Stimme, 5) Zittern des Körpers, 6) Wechsel der Körperfarbe, 7) Tränenausbruch und 8) Trance. Allerdings gibt es keinen Zweifel daran, dass man nach einer gewissen Zeit des Chantens sofort auf die spirituelle Ebene erhoben wird, wobei man als erstes Anzeichen den Drang verspürt, während des Chantens des *Maha-mantras* zu tanzen.

Wir haben dies tatsächlich beobachtet - selbst ein Kind kann beim Singen und Tanzen teilnehmen, oder selbst ein Hund. Wenn jemand allerdings zu sehr in das materielle Leben verstrickt ist, dann dauert es natürlich etwas länger, um zu dieser Erkenntnis zu gelangen, aber selbst ein materiell vertiefter Mensch wird sehr rasch auf die spirituelle Plattform erhoben.

Wenn das Mantra von einem reinen Geweihten des Herrn in Liebe gechantet wird, hat es auf die Hörer die größte Wirkung, und daher sollte dieses Chanten von den Lippen eines Geweihten des Herrn gehört werden, so dass eine sofortige Wirkung erzielt werden kann. Soweit wie möglich sollte man das Chanten von den Lippen Nichtgottgeweihter vermeiden. Milch, die von den Lippen einer Schlange berührt wurde, hat eine vergiftende Wirkung.

Das Wort ***Hara*** ist eine Anredeform der Energie des Herrn, und die Worte ***Krishna*** und ***Rama*** sind Anredeformen des Herrn Selbst. Sowohl ***Krishna*** als auch ***Rama*** bedeuten "die höchste Freude", und ***Hara*** ist die höchste Freudenenergie des Herrn, die sich im Vokativ zu ***Hare*** verändert. Die

höchste Freudenenergie des Herrn hilft uns, den Herrn zu erreichen.

Die materielle Energie, Maya genannt, ist auch eine der vielen Energien des Herrn, und wir, die Lebewesen, sind ebenfalls eine Energie, nämlich die marginale Energie des Herrn. Die Lebewesen sind der materiellen Energie übergeordnet. Wenn die höhere Energie mit der niederen Energie in Berührung ist, entsteht eine unvereinbare Situation; doch wenn die höhere marginale Energie mit der höheren spirituellen Energie, *Hara*, in Verbindung ist, befindet sie sich in ihrem glücklichen, normalen Zustand.

Diese drei Wörter, nämlich *Hare, Krishna*, und *Rama*, sind die transzendentalen Samen des *Maha-mantra*. Das Chanten ist ein spiritueller Hilferuf an den Herrn und Seine Energie, die bedingte Seele zu beschützen. Dieses Chanten ist genau wie das unverfälschte Weinen eines Kindes nach seiner Mutter. Mutter Hara hilft dem Gottgeweihten, die Gnade des höchsten Vaters, Hari oder Krishna, zu erreichen, und der Herr offenbart sich dem Gottgeweihten, der dieses Mantra aufrichtig chantet.

Kein anderes Mittel spiritueller Erkenntnis ist in diesem Zeitalter des Streites und der Heuchelei so wirksam wie das Chanten des *Maha-mantra*:

*Hare Krishna Hare Krishna  
Krishna Krishna Hare Hare  
Hare Rama Hare Rama  
Rama Rama Hare Hare*

Das Wort **Mantra** setzt sich aus den beiden Silben **man** und **tra** zusammen, die von

**manas** und **trajate** abgeleitet sind, was so viel wie Geist und befreiend bedeutet. Ein Mantra ist also eine (spirituelle) Klangschwingung, die den (materiell verschmutzten) Geist befreit.

Um sich im Spiegel so zu sehen, wie man wirklich ist, muss dieser vom Staub befreit sein. Ein staubiger Spiegel hat keine Reflektionseigenschaften. In ähnlicher Weise verhält es sich mit unserem Verstand (Geist), von welchem man sagt, er sei der Spiegel der Seele.

Um also die Seele durch den Verstand (Geist) wahrzunehmen, muss dieser vorher gereinigt werden. Die materiellen Verschmutzungen des Verstandes werden durch das Mantra beseitigt, so dass sich dann die Seele im Geist widerspiegeln kann.

Mantras sind Klangschwingungen, die uns mit einer höheren spirituellen Wirklichkeit verbinden. Selbsterkenntnis und Gottesverwirklichung ist daher das eigentliche Ziel der Mantra-Rezitation.

Ein Mantra (spirituelle Klangschwingung) besitzt genau diese Kraft, nämlich den Geist aus den materiellen Dualitäten zu befreien und das Bewusstsein auf die Gegenwart Gottes im Herzen zu richten. Das ist die direkte Bedeutung des Wortes Mantra.

Beim Chanten (Singen, Rezitieren) von Mantras (spirituelle Klangschwingungen) wird das Bewusstsein gereinigt, so dass man das wahre innere Selbst erkennen kann.

*A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada*

[www.prabhupada-books.de](http://www.prabhupada-books.de)

# Hare Krishna

## Die transzendente Schwingung

हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे  
हरे राम हरे राम राम राम हरे हरे

Die transzendente Schwingung, die durch das Chanten von *Hare Krishna, Hare Krishna, Krishna Krishna, Hare Hare, Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama Hare Hare* entsteht, ist die erhabene Methode, unser transzendentales Bewusstsein wiederzubeleben. Als lebendige spirituelle Seelen sind wir alle ursprünglich Krishna-bewusste Wesen, doch durch unsere Gemeinschaft mit der Materie, die seit unvordenklicher Zeit besteht, ist unser Bewusstsein jetzt durch die materielle Atmosphäre verschmutzt.

Die materielle Atmosphäre, in der wir gegenwärtig leben, wird als Maya oder Illusion bezeichnet. Maya bedeutet "das, was nicht ist". Und was ist diese Illusion? Die Illusion besteht darin, dass wir alle versuchen, über die materielle Natur zu herrschen, während wir uns in Wirklichkeit unter der Gewalt ihrer strengen Gesetze befinden. Wenn ein Diener künstlich versucht, den allmächtigen Meister nachzuahmen, sagt man von ihm, er sei in Illusion. In dieser verunreinigten Le-