

DIE UPANISHADEN

Turiya, der vierte Zustand – jenseits der Zersplitterung
unseres Wesens wartet die ursprüngliche Ganzheit
und Einheit

TEXT ■ DR. RALPH SKUBAN

Alles ist AUM, uranfängliche Schwingung, sagt die *Mandukya-Upanishad*. Das Sein ist Klang und das heilende Licht darin. Zahllose Schöpfungsgeschichten der Menschheit, zeitlos und interkulturell geteilt, zeugen von diesem Verständnis. Auch in der Genesis, dem Schöpfungsbericht der Bibel, finden wir diese vertraute Idee: Gottes Geist schwebt da über den Wassern, und seine Stimme erklingt, die sagt: „Es werde Licht!“

Wir sind ein Teil von AUM, ein Teil von Brahman, von ALLEM-WAS-IST, sind selbst aus Klang und Licht geschaffen. So ist es nur schlüssig, zu sagen, dass wir die Wirklichkeit des Seins in uns selbst finden können. Genau davon spricht die Mandukya nun, wenn sie sagt, dass *Atman*, unsere tiefste Wirklichkeit, eins ist mit Brahman. Doch warum auch immer, die Ganzheitlichkeit unseres Wesens ist zersplittert. Atman zeigt sich in unserem Geist in vier Facetten. Drei davon repräsentieren nur einen Ausschnitt unserer Ganzheit, der vierte erst verbindet uns wieder mit ihr. Die ersten drei werden mit AUM in Verbindung gebracht. Der vierte ist die Stille danach.

Das A in AUM steht für *Vaishvanara*, unser Wachbewusstsein. Dies ist der uns vertrauteste Aspekt von Atman. „Wer den Wachzustand versteht“, sagt die Mandukya-Upanishad, „verwirklicht alle seine Wünsche und wird Erster unter den Menschen.“ Ist es nicht tatsächlich so, dass, wer die Spielregeln in dieser physischen Welt am besten beherrscht, am weitesten kommt, am meisten *Name and Fame* ernten kann? Die moderne Industrie-Zivilisation glaubt – übrigens als einzige Kultur der Menschheit! –, dass allein der Wachzustand die Wirklichkeit spiegele.

Das U in AUM, *Taijasa* oder der Traumzustand, genießt in unserer Kultur hingegen nicht den Ruf, ein Reich zu sein, in dem tiefere Wahrheiten auf uns warten. Das sieht die Mandukya anders, wenn sie uns wissen lässt, dass, wer den Traumzustand beherrsche, „große Weisheit und die Achtung aller Menschen“ erlange. Das war in schamanischen Kulturen tatsächlich so – und in diesem Sinne waren auch die alten Rshis Schamanen, die von inneren Entdeckungsreisen ihre Botschaften mitbrachten. Auch Patanjali begriff den Traum als einen Weg, jenen inneren Frieden zu finden, der das große Ziel des Yoga ist. Doch die Weisheit des Träumens gilt den meisten modernen Menschen nicht viel. Wurden wir in der Schule gelehrt, auf unsere Träume zu achten, uns an sie zu erinnern, wertzuschätzen und in ihnen eine sogar noch tiefere Wirklichkeit zu sehen als im Wachzustand?



„Turiya, der vierte Zustand des Bewusstseins,
erfährt nicht die äußere oder innere Welt.
Er ist nicht-differenziert und jenseits
von Denken oder Nicht-Denken.
Die Sinne können ihn nicht erfahren,
noch kann er erkannt werden
durch Vergleichen oder logisches Schließen.
Er ist unbegreiflich, unausdenkbar und unbeschreiblich.
Reines Bewusstsein, das Wahre Selbst,
die Auflösung aller Dinge.
Turiya ist still, vollkommen glücklich und unvergleichlich.
Verwirkliche diesen Zustand!“

„Der vierte Zustand, Turiya, ist die Stille nach AUM.
Sie kann nicht vom Verstand oder den Sinnen erfasst werden. Das
ganze All löst sich in ihr auf.
Es ist ein glückseliger Zustand, unvergleichlich.
Wer AUM erkennt, dehnt sich in kosmisches Bewusstsein aus.“

Der traumlose, tiefe Schlaf, von dem die Mandukya dann spricht, gilt uns noch viel weniger als ein Ort der Weisheit. Genauso nämlich nennt die Mandukya diesen Zustand: Prajna – Weisheit. Das M in AUM steht dafür. Er sei das „Maß und das Ziel“. In diesem mächtigen Zustand geht unser Bewusstsein jede Nacht nach Hause zu der Quelle, aus der es kommt. Wegen der Glückseligkeit, die wir im Tiefschlaf erfahren, erwachen wir morgens frisch und ausgeruht. Doch erinnern wir uns daran, was wir im Zustand des Tiefschlafs erfahren haben? Wir betreten dieses Reich jede Nacht unbewusst. Könnten wir dieses wundersame Land der Stille doch bewusst erfahren, so würden wir erleben, was jenseits von AUM ist, jenseits von ALLEM-WAS-IST: Turiya, den „vierten Zustand“. Yoga oder Vereinigung. Moksha oder Befreiung. Kaivalya oder totale Losgelöstheit. Turiya ist das Ende des Zersplittertseins unseres Geistes und das Eintauchen in die uranfängliche Einheit.

Wie mag wohl ein Mensch sein, der Turiya, den Zustand des Absoluten, erlangt hat? Davon soll in der nächsten Folge die Rede sein. ■



Dr. Ralph Skuban publiziert Bücher und hält Seminare zu Themen der spirituellen Philosophie. Er begleitet regelmäßig Teacher-Trainings und gründete zusammen mit seiner Frau eine eigene Yogaschule.

www.ralphskuban.de, www.kaivalya-yoga.de



Ralph Skuban: *Du bist unsterblich, sagt der Tod: Der Schlüsseltext der Upanishaden zur Vergänglichkeit*, Goldmann Verlag 2016