

# Gleichnis der zwei Vögel in den Upanishaden



Das Gleichnis der zwei Vögel auf dem gleichen Baum, ist eine bekannte Textstelle in den Upanishaden, welche das Verhältnis der **individuellen, menschlichen Seele** zur **universellen göttlichen Seele** beschreibt.

Ganz oben auf dem Baum sitzt der eine Vogel, majestätisch, erhaben und losgelöst von der Welt. Dieser Vogel ist die **göttliche Seele (ātman)**, welche das göttliche Bewusstsein repräsentiert, das in einem Zustand der Einheit existiert und Zeuge der Handlungen des fragmentierten Bewusstseins jedes Einzelnen ist, dabei jedoch distanziert und ungerührt von den Freuden und Leiden der Individuen bleibt.

Weiter unten im Baum sitzt ein Vogel, welcher gerade von den süßen Früchten des Baumes isst. Dieser Vogel symbolisiert die **menschliche Existenz mit der individuellen Seele**, welche sich auf das Leben in der Welt konzentriert. Weil

sie in dieses Leben und die Ergebnisse des Handelns in der Welt eingetaucht ist (essen der süßen Früchte des Baumes), unterliegt sie der Illusion der Trennung und dem damit verbundenen Leiden.

## Inhaltsverzeichnis

- [Inhaltsverzeichnis](#)
- [Einleitung](#)
- [Gleichnisse in den Upanishaden](#)
- [Gleichnis vom umgekehrten Ashvattha-Baum in der Kaṭha-Upaniṣad](#)
  - [Sanskrit-Text und Übersetzung](#)
  - [Wort für Wort Übersetzung](#)
    - [Muṇḍaka-Upaniṣad, Vers 3,1,1](#)
    - [Muṇḍaka-Upaniṣad, Vers 3,1,2](#)
    - [Muṇḍaka-Upaniṣad, Vers 3,1,3](#)
  - [Bedeutung](#)
- [Fazit](#)

## Einleitung

Da die meisten Menschen im **Oberflächenbewusstsein** leben, wie [Sri Aurobindo](#) es nennt, kann das **göttliche Wissen** (brahma vidyā) nicht mit diesem Bewusstsein erfasst werden. Deshalb verwenden die Heiligen und Meister immer wieder **Gleichnisse** als Kommunikationsformen.

Die **Upanishaden** unterscheiden zwischen dem **niederen Wissen** (apara vidyā) und dem **höchsten, göttlichen Wissen** (para vidyā oder brahma vidyā). Gleichnisse bringen das höhere Wissen auf ein niedrigeres Wissens-Niveau, wodurch es dem Oberflächenbewusstsein möglich wird, durch Bilder und Vergleiche etwas vom Höheren ‚verstehen‘ zu können. Dies ist aber nur ein Zwischenschritt, mit dem Ziel der Motivation, weiter an sich arbeiten zu können.

Das Ziel ist nicht das Verstehen, sondern die **Erfahrung** und **Verwirklichung** des göttlichen Wissens. Die Rishis der Upanishaden erklärten ihren Schülern diese Wahrheit durch verschiedene Gleichnisse. Eines davon ist das bekannte Gleichnis der zwei Vögel auf einem Baum.

## Gleichnisse in den Upanishaden

In den Upanishaden kommen mehrere bekannte Gleichnisse vor, wie z.B. das [Wagenlenkergleichnis](#) und das Gleichnis der zwei Vögel, das in der Muṇḍaka-Upaniṣad und der Śvetāśvatara-Upaniṣad enthalten ist.

In diesem Blogbeitrag befassen wir uns mit dem Gleichnis der zwei Vögel, welche in der Muṇḍaka-Upaniṣad beschrieben ist. Die Muṇḍaka-Upaniṣad wird dem Atharvaveda zugeordnet und zählt zu den mittleren Upanishaden. Sie besteht aus drei Teilen mit jeweils 2 Abschnitten und behandelt folgende Themen:

1. Teil: schildert die Vorbereitungen zur Brahman-Erkenntnis (höheres und

niederes Wissen).

2. Teil: enthält die Lehre von Brahman (das Absolute, Gott).

3. Teil: zeigt den Weg zu Brahman (in diesem Teil ist das Gleichnis der zwei Vögel enthalten).

Hier eine Liste einiger Gleichnisse, welche in den Upanishaden vorkommen (erhebt keine Vollständigkeit):

Gleichnis	Upaniṣad	Bemerkungen
<a href="#">Wagenlenkergleichnis</a>	Kaṭha-Upaniṣad	
<a href="#">Gleichnis vom umgekehrten Feigenbaum</a>	Kaṭha-Upaniṣad	auch in der Bhagavad Gītā
Flüsse, welche in den Ozean fließen	Praśna-Upaniṣad	
Rad mit 16 Speichen	Praśna-Upaniṣad	
<b>Gleichnis der zwei Vögel</b>	<b>Muṇḍaka-Upaniṣad</b>	
Tat tvam asi - Gleichnisse	Chāndogya-Upaniṣad	Uddālaka Aruni belehrt Śvetaketu
Gleichnis der zwei Vögel	Śvetāśvatara-Upaniṣad	
Rad mit 10 Speichen	Kauṣītaki-Upaniṣad	

## Gleichnis vom umgekehrten Ashvattha-Baum in der Kaṭha-Upaniṣad

### Sanskrit-Text und Übersetzung

#### Sanskrit-Text der Muṇḍaka-Upaniṣad

3. Kapitel, 1. Abschnitt, Verse 1 – 3

#### Übersetzung von Sri Aurobindo (engl.)

Vom Englischen ins Deutsche übersetzt

dvā suparṇā sayujā sakhāyā samānaṃ vṛkṣaṃ pariśasvajāte |  
tayoranyaḥ pippalaṃ svādvattyanaśnannanyo abhicākaśīti || 3,1,1 ||

Zwei Vögel, schön an Flügeln, enge Gefährten, klammern sich an einen gemeinsamen Baum: von den beiden frisst einer die süsse Frucht des Baumes, der andere frisst nicht, sondern beobachtet seinen Gefährten. (3,1,1)

samāne vṛkṣe puruṣo nimagno'niśayā śocati muhyamānaḥ |  
juṣṭaṃ yadā paśyatyanyamīśamasya  
mahimānamiti vītaśokaḥ || 3,1,2 ||

Die Seele ist der Vogel, der auf dem einen gemeinsamen Baum sitzt; aber weil er nicht der Herr ist, ist er verwirrt und hat Kummer. Wenn er aber den anderen sieht, der der Herr und Geliebte ist, weiss er, dass alles seine Grösse ist, und sein Kummer weicht von ihm. (3,1,2)

yadā paśyaḥ paśyate rukmavarṇaṃ kartāramīśaṃ puruṣaṃ brahmayonim |

tadā vidvān puṇyapāpe vidhūya nirañjanaḥ paramaṁ sāmyamupaiti || 3,1,3 ||

Wenn er als Sehender den Goldenen, den Schöpfer, den Herrn, den GEIST sieht, der die Quelle des Brahman ist, dann wird er zum Wissenden und schüttelt Sünde und Tugend von seinen Flügeln; rein von allem Makel erreicht er die höchste Identität. (3,1,3)

## Wort für Wort Übersetzung

Diese Wort für Wort Übersetzungen stammen teilweise aus dem Buch ‚The Principal Upanishads‘ von Swami Sivananda.

### Muṇḍaka-Upaniṣad, Vers 3,1,1

Sanskrit	Deutsch
dvā	zwei
suparṇā	schönes Gefieder, Vögel
sayujā	vereint, untrennbare Freunde, ständige Begleiter
sakhāyā	gleicher Name, denselben Namen tragend, dieselbe Ursache für die Manifestation habend
samānaṁ	derselbe
vṛkṣaṁ	Baum
pariṣasvajāte	sich klammern, verweilen, sich anschmiegen, einnisten
tayoḥ	der beiden
anyaḥ	eine
pippalaṁ	Frucht des Ashvattha-Baumes
svādu	schmackhaft, süß
atti	isst
anaśnan	ohne zu essen, nicht essend
anyaḥ	der andere (Vogel)
abhicākaśīti	schaut zu

### Muṇḍaka-Upaniṣad, Vers 3,1,2

Sanskrit	Deutsch
samāne vṛkṣe	auf demselben Baum (sitzend)
puruṣaḥ	die geniessende menschliche Seele
nimagnaḥ	versunken (eingetaucht in Weltlichkeit und Unwissenheit)
anīśayā	hilflos (wegen seiner Ohnmacht)
śocati	beklagt, klagt
muhyamānaḥ	verwirrt, sich Sorgen machend
juṣṭaṁ	verehrt; derjenige, der angebetet wird
yadā	wenn
paśyati anyam	den anderen sieht
iśam	Īśvara, der HERR
asya	seine

<b>Sanskrit</b>	<b>Deutsch</b>
mahimānaṃ	Herrlichkeit
iti	so
vītaśokaḥ	vom Elend befreit, frei von Kummer oder Trauer

### **Muṇḍaka-Upaniṣad, Vers 3,1,3**

<b>Sanskrit</b>	<b>Deutsch</b>
yadā	wenn
paśyaḥ	der Seher, der Sehende
paśyate	sieht
rukma-varṇaṃ	goldfarbig, von unvergänglichem Glanz wie der des Goldes
kartāraṃ	der Schöpfer
īśaṃ	Lord, der Herr
puruṣaṃ	Purusha, SPIRIT, GEIST
brahmayoniṃ	Brahman, das die Quelle des manifestierten Brahma oder Hiranyagarbha ist
tadā	dann
vidvān	der Wissende
puṇyapāpe	gut und böse, Tugend und Sünde
vidhūya	abgeschüttelt
nirañjanaḥ	ohne Makel, makellos
paramaṃ	höchste
sāmyam	Identität
upaiti	erlangt, erreicht

### **Bedeutung**

Je nach Doktrin der verschiedenen Vedānta-Schulen, wie z.B. Advaita-Vedānta nach Śaṅkarācārya, Viśiṣṭādvaita-Vedānta nach Rāmānuja, Dvaita-Vedānta nach Madhva sowie weiteren Schulen, werden die Upanishaden-Texte teilweise unterschiedlich ausgelegt und kommentiert.

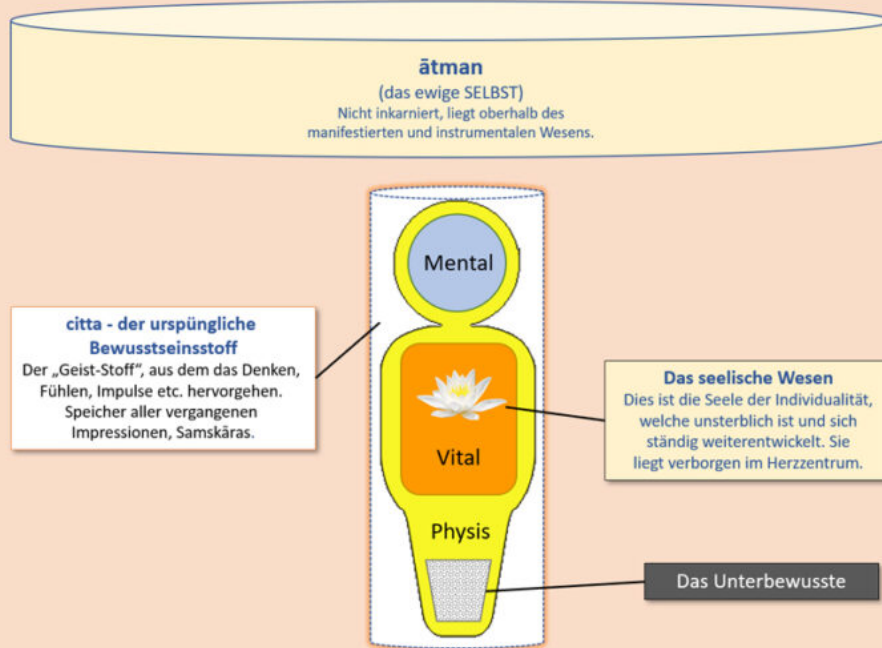


Nach **Swami Vivekananda** (1863 – 1902) sollten die vedāntischen Schriften „auf einer unabhängigen und besseren Grundlage interpretiert werden, als indem wir den Kommentatoren blindlings folgen.“

The Complete Works of Swami Vivekananda, CW7: 411-12

„... Śāṅkarācārya und alle anderen Kommentatoren machten den erheblichen Fehler zu denken, dass alle Veden dieselbe Wahrheit aussprechen. Deshalb ist ihnen vorzuhalten, dass sie diejenigen der scheinbar widersprüchlichen vedischen Texte, die ihren eigenen Lehren zuwiderlaufen, in die Bedeutung ihrer besonderen Schulen zwingen. ... “ CW3:233

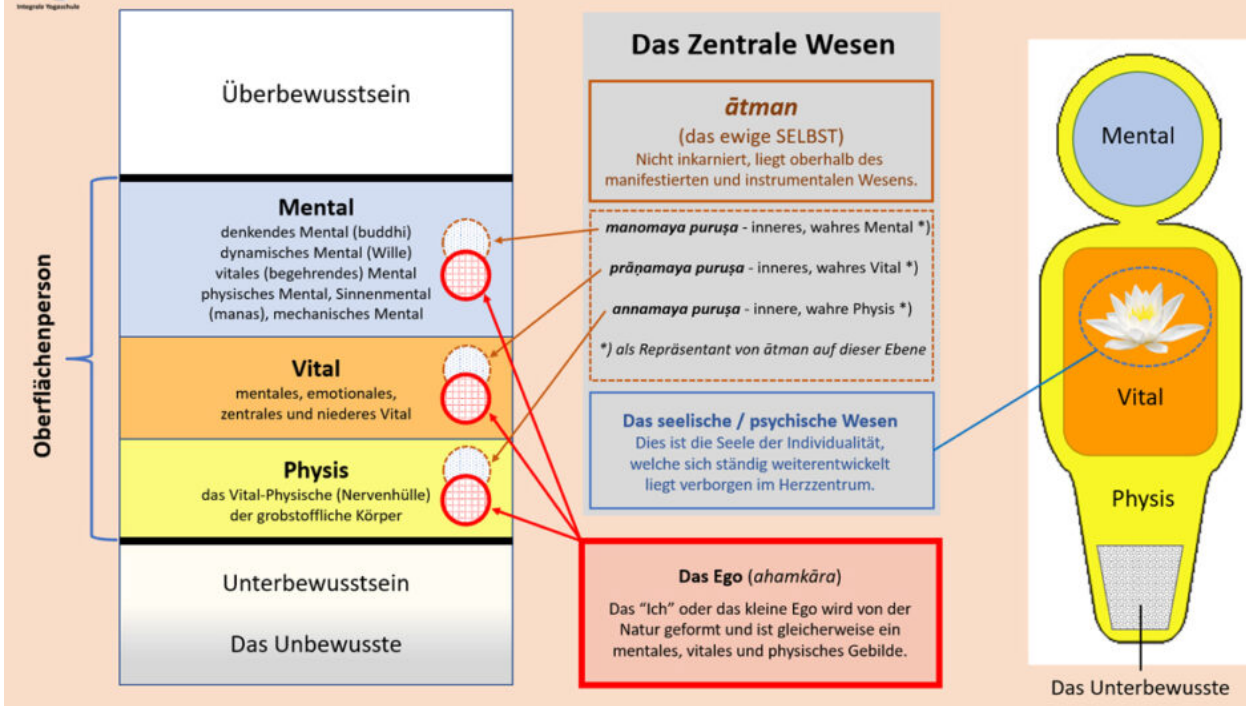
Die nachfolgenden Kommentare entsprechen der Sichtweise des [Integralen Yoga](#) nach [Sri Aurobindo](#). Sie setzen eine gewisse Kenntnis der verschiedenen [Seins- und Bewusstseinssebenen](#) voraus.



Die menschliche Existenz und das ewige Selbst (ātman)  
(Grafik lässt sich durch Anklicken vergrößern)

Der Vogel ganz oben auf dem Baum entspricht dem ewigen SELBST oder ātman.  
Der zweite Vogel meint die menschliche Existenz, bestehend aus Physis, Vital, Mental, Ego und dem seelischen Wesen.

Die drei Verse stellen verschiedene Zustände in der spirituellen Entwicklung des Menschen dar.



## Mensch, der im Oberflächenbewusstsein lebt

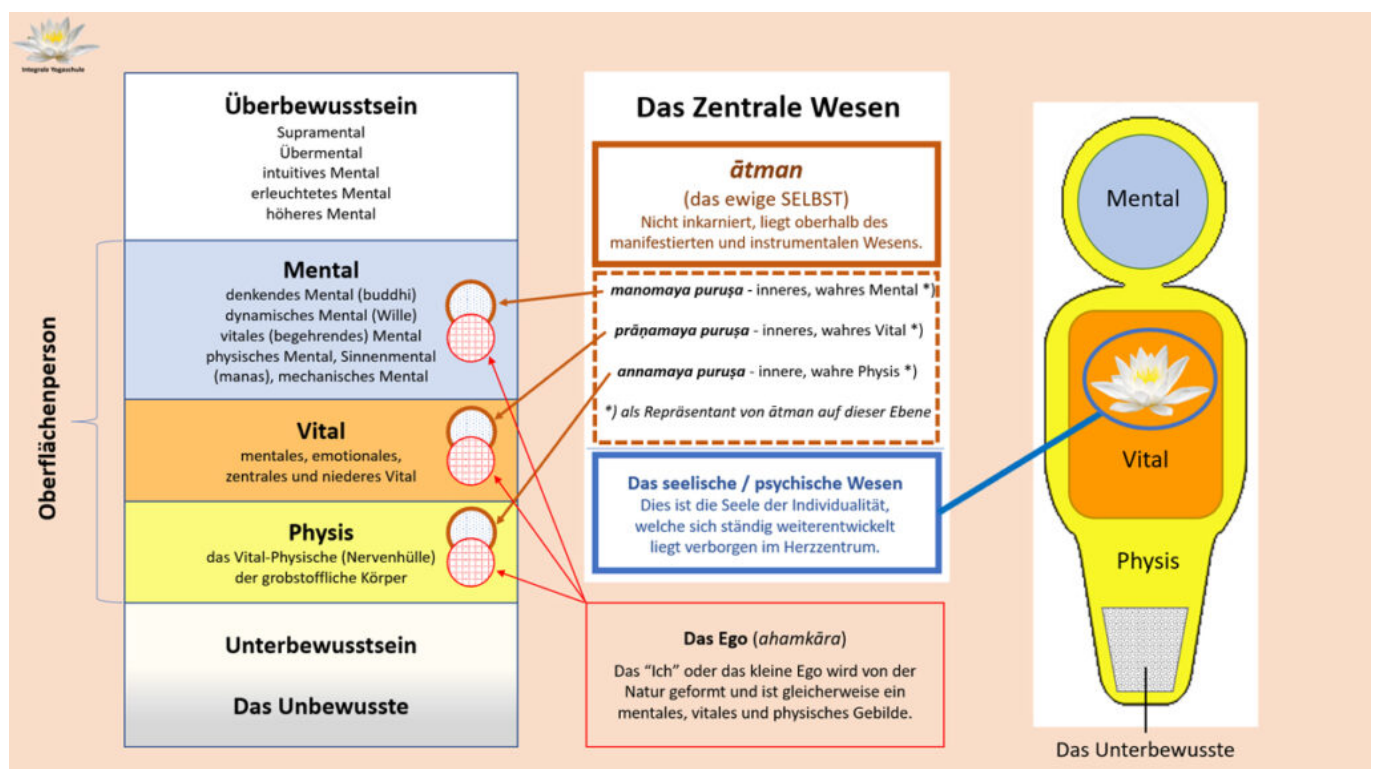
Vers 3,1,1 beschreibt den Zustand eines Menschen, der rein auf das äussere, weltliche Leben konzentriert ist. Das Essen der Früchte des Baumes symbolisiert die Ergebnisse seines Handelns (karma), welche mit Illusion, Trennung und Leiden verbunden sind.

Ein Mensch, der nur im Oberflächenbewusstsein (Physis, Vital und Mental) lebt, wird hauptsächlich durch sein Ego geleitet. Sein Leben ist leidenschaftlich (was Leiden schafft) und ist durch Unwissenheit geprägt.

Sein höheres Selbst oder ātman, das den Vogel oben auf dem Baum symbolisiert, nimmt er nicht wahr. Doch dieses wacht über jede Inkarnation des Menschen. In diesem Entwicklungsstadium ist sich der Mensch seines höheren Selbstes nicht bewusst. Doch ohne dass die Oberflächenperson dies weiss, lenkt ātman gewisse Funktionen durch seine Repräsentanten der verschiedenen Ebenen wie folgt:

- auf der physischen Ebene durch die wahre Physis (annamaya puruṣa)
- auf der vitalen Ebene durch das wahre Vital (prāṇamaya puruṣa)
- auf der mentalen Ebene durch das wahre Mental (manomaya puruṣa)

Siehe dazu auch den Blogbeitrag: [Die 5 Verhüllungen \(koshas\) von Atman.](#)



## Mensch in Verbindung mit dem Zentralen Wesen

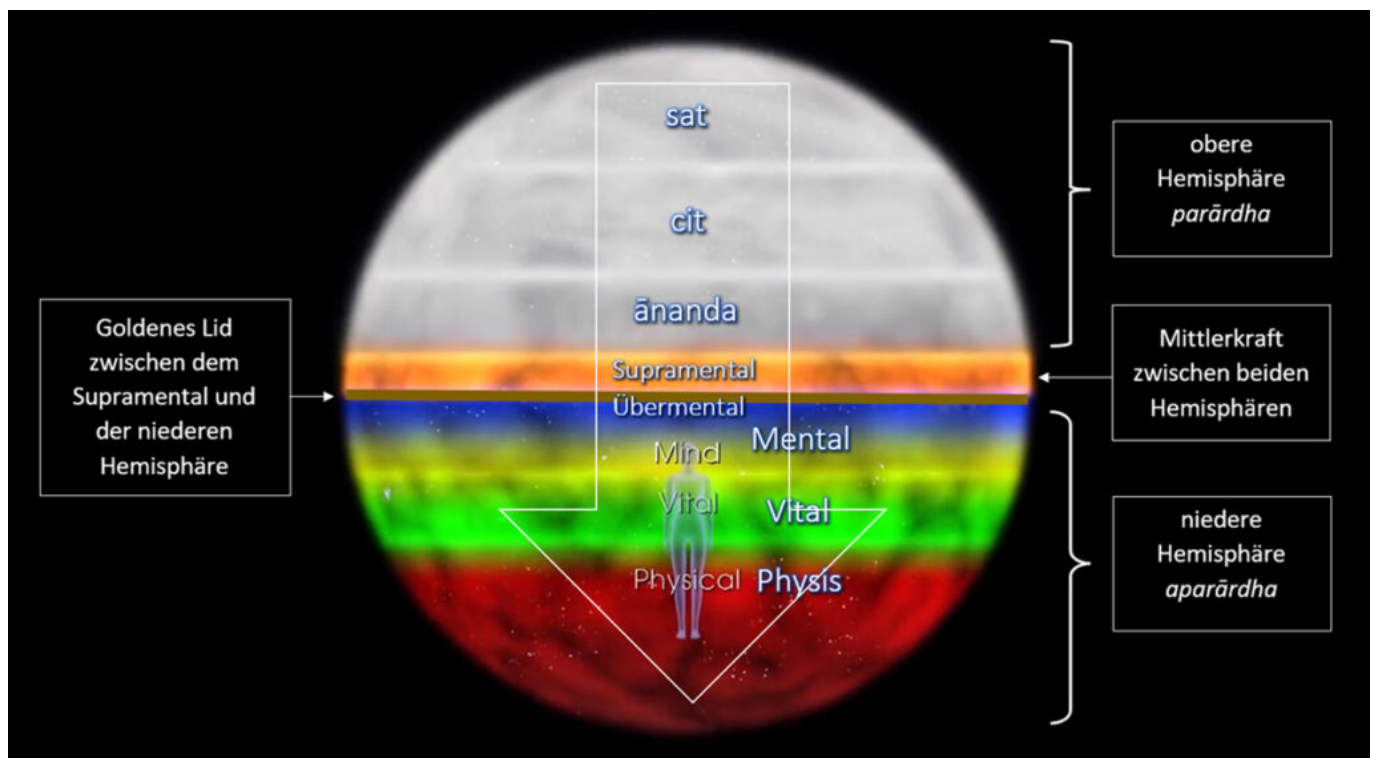
In Vers 3,1,2 ist beschrieben, wie der oberflächlich lebende Mensch mit der Zeit erkennt, dass die Früchte, welche er isst, eigentlich bitter sind und einen unangenehmen Nachgeschmack hinterlassen.

Er wird sich langsam bewusst, dass ein rein äusseres, weltliches Leben schlussendlich nur Leiden erzeugt. Er wird offener für innere Werte und hört

die Stimme der Seele (seelisches Wesen).

Leider vergisst der Mensch in jeder Inkarnation wieder, dass die Früchte des Lebens bitter schmecken. Er wird immer wieder von den Früchten angezogen und dazu verleitet, diese zu genießen. Doch durch wiederholtes Leid wird der Mensch von Inkarnation zu Inkarnation offener für innere Werte. Dies ist der Beginn des Prozesses der seelischen Öffnung (seelische Transformation), welche den Menschen leitet, sich nach oben, seiner höchsten Seele (ātman) hin zu öffnen (spirituelle Transformation).

Sobald er den oberen Vogel (das ewige Selbst) wahrnimmt (erblickt), weicht jeder Kummer von ihm.



### Supramentale Transformation

In Vers 3,1,3 wird geschildert, wie der untere Vogel zum Sehenden wird und den oberen Vogel, das höchste Selbst, sehen kann und göttliches Wissen erlangt, und jenseits von Gut und Böse die höchste Identität verwirklicht.

Der untere Vogel wird eins mit dem oberen Vogel. Dies ist der höchste Entwicklungszustand.

Sri Aurobindo nennt dies die Supramentale Transformation, bei dem die ganze menschliche Existenz (Unterbewusstsein, Physis, Vital und Mental) supramentalisiert (vergöttlicht) wird.

Bevor dies aber geschehen kann und die menschliche Existenz zum Sehenden wird, muss das goldene Lid, das sich zwischen der niederen und der höheren Bewusstseins-Hemisphäre befindet, entfernt werden. Siehe dazu auch mein Blogbeitrag [Sphären des Bewusstseins.](#)

In der **Īśā-Upaniṣad, Verse 15 und 16** wird beschrieben, wie das goldene Lied

entfernt werden kann und wie der HERR (Purusha) geschaut werden kann:

hiraṇmayena pātreṇa satyasyāpihitam mukham |  
tattvam pūṣannapāvṛṇu satyadharmāya dṛṣṭaye || 15 ||

Das Antlitz der Wahrheit ist mit einem goldenen Lid bedeckt. O Nährer (pūṣan)<sup>1)</sup> entferne es, damit ich das Gesetz der Wahrheit erfahren kann.

1) Fussnote von Sri Aurobindo in Die Isha-Upansishad, Seite 14:

„Im inneren Sinn des Veda steht Surya, der Sonnengott, für die göttliche Erleuchtung des Kavi, die über den Geist [Mental] hinausgeht und die reine, selbst-leuchtende Wahrheit der Dinge darstellt. Seine wesentliche Macht ist selbst-enthüllendes Wissen, das im Veda „Schauung“ genannt wird. Sein Bereich wird beschrieben als die Wahrheit, Das Gesetz, Die Weite [*satyam ṛtam bṛhat*]. Er ist der Nährer oder Vermehrer, denn er weitet und öffnet das dunkle und begrenzte Wesen des Menschen zu einem leuchtenden und unendlichen Bewusstsein. Er ist der einzige Seher, Seher Der Einheit und Kenner Des Selbstes und führt ihn zur höchsten Schau. Er ist Yama, der Kontrollierende oder Verfügende, denn er regiert das Handeln des Menschen und sein manifestiertes Wesen durch Das direkte Gesetz Der Wahrheit, *satya-dharma*, und daher durch das rechte Prinzip unserer Natur, *yāthātathyataḥ*; als eine leuchtende Kraft, die aus DEM Vater allen Seins hervorgeht, offenbart er in sich den Göttlichen Purusha, dessen Manifestationen alle Wesen sind. Seine Strahlen sind die Gedanken, die lichtvoll von Der Wahrheit, Dem Weiten ausgehen, doch in dem reflektierenden und teilenden Prinzip, Dem Geist [Mental], gebeugt und entstellt, gebrochen und in Unordnung gebracht werden. Sie bilden dort das goldene Lid, welches das Antlitz Der Wahrheit bedeckt. Der Seher betet zu Surya, sie in die rechte Ordnung und Beziehung zu bringen und sie dann zur Einheit offenbarter Wahrheit zusammenzuziehen. Das Ergebnis dieses inneren Vorgangs ist die Wahrnehmung des Einsseins aller Wesen in der Göttlichen Seele Des Universums.“

pūṣannekarṣe yama sūrya prājāpatya vyūha raśmīnsamūha |  
tejaḥ yatte rūpaṃ kalyāṇatamaṃ tatte paśyāmi yo'sāvasau puruṣaḥ so'hamasmi ||  
16 ||

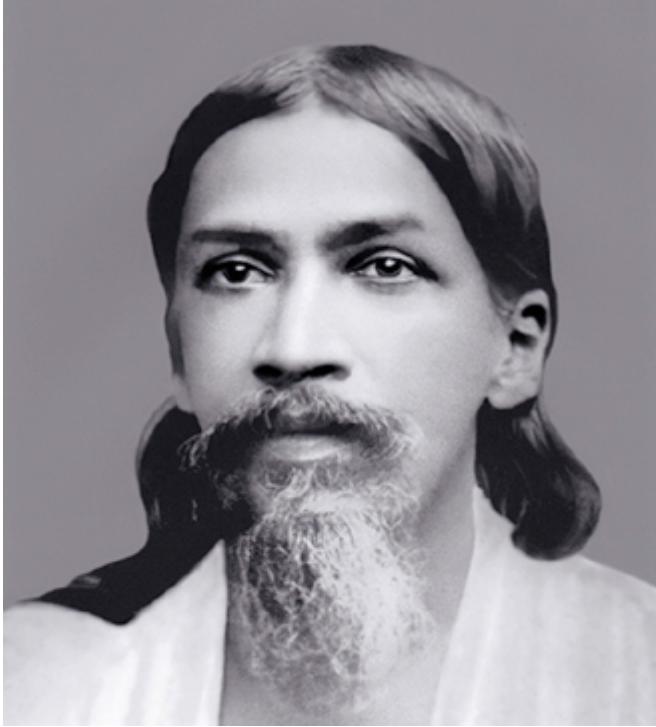
O Nährer, o einziger Seher, o Ordner, o erleuchtende Sonne, o Kraft Des Vaters der Geschöpfe, gib deinen Strahlen die rechte Anordnung, ziehe dein Licht zusammen; Der Glanz, der deine segensreiche Form von allem ist, den erblicke ich in Dir. Der Purusha da und dort, Er bin ich.

**„Dies ist der Herr, der Purusha, das selbst-bewusste Wesen.**

Wenn wir diese Schau besitzen, haben wir das integrale Selbst-Wissen, dies vollkommene Erblicken, dass in dem grossen Ausruf der Upanishad – **so'ham** – seinen Ausdruck findet.

**Der Purusha da und dort – Er bin ich.**

Der Herr manifestiert sich in den Bewegungen und bewohnt viele Formen, doch ist es Einer, der allen innewohnt. Dieses selbst-bewusste Wesen, dieses wirkliche ‚Ich‘, dessen sich das mentale Wesen, das in der Form individualisiert ist, als seines wahren Wesens bewusst ist – es ist Er. Es ist das Ganze; und es ist jenes, was Das Ganze überschreitet.“



[Sri Aurobindo](#)  
[Die Isha-Upanishad](#)

## Fazit

Ein Schimpfwort sagt: „er hat einen Vogel“. Wir alle haben aber einen göttlichen ‚Vogel‘, der majestätisch als ewige göttliche Seele über uns thront und jeden Moment Zeuge aller unserer Handlungen ist. Dies nicht nur in diesem Leben, sondern in allen Inkarnationen. Das Ziel der spirituellen Entwicklung ist, sich diesen ‚Vogel‘ bewusst zu machen und mehr und mehr eins mit ihm zu werden.



[Beitrag von Jean-Pierre Wicht](#)

Ich danke [Wilfried Huchzermeyer](#) für die Durchsicht des Textes und für seine Verbesserungsvorschläge.