



– Die Eine Unendliche –

# Die Sikh-Religion

## Vision einer friedlichen Weltgemeinschaft

Eine geistig und technisch entwickelte Menschheit ist auf eine einheitsstiftende und zugleich die Pluralität wahrende Weltanschauung angewiesen. Ohne eine zukunftsfähige Vision über die Entwicklung der Menschheit ist ein friedliches und respektvolles Miteinander nicht denkbar. Aushandlungsprozesse, die nachhaltig globale Herausforderungen meistern, bedürfen einer Weltsicht, die gleichzeitig die gemeinschaftliche und die individuelle Verantwortung stärken. Einen fruchtbaren und progressiven Beitrag hierzu liefern die Begründer der monotheistischen Sikh-Religion. Die im 15. Jahrhundert entstandene Religion basiert auf einer ganzheitlichen Lebensweise, die eine Balance zwischen religiös und weltlich orientiertem Leben anstrebt. Sie zeigt, wie der Mensch als Individuum und als Teil einer sozialen Gemeinschaft im Einklang mit sich und der Schöpfung leben kann.

## Leben mit Weisheit

Die Sikh-Religion – im Original *Sikhi* genannt – orientiert sich an Weisheiten, die sowohl für die geistige als auch für die soziale Entwicklung von Nutzen sind. Diese zeitlosen Weisheiten (*Satgur*) kommen unabhängig vom sozialen oder nationalen Hintergrund, dem Geschlecht, der sexuellen Orientierung und des Lebensortes des Menschen zur Geltung. Die Verinnerlichung folgender Haltungen und ihre Umsetzung im Alltag stehen dabei im Vordergrund:

- Vertrauen in die Einheit der Schöpfung und Überwindung von Egoismus sowie dem Dualismus Körper/Seele
- Vertrauen in die Allgegenwart des Schöpfers
- Respekt für die Schöpfung (Umwelt, Mensch und Tier) und vor anderen Lebenseinstellungen
- Gleichberechtigung von Mann und Frau
- Religiöse Hingabe, die aus einer tugendhaften Lebensführung, der Lobpreisung der Schöpfung und dem Dienst am Mitmenschen besteht
- Soziales Engagement und ehrlicher Verdienst des Lebensunterhaltes sowie Abgabe eines Teils für wohltätige Zwecke

- Erwerb von religiösem und weltlichem Wissen (*Gian*)
- Streben nach lebenslanger geistiger und sozialer Entwicklung sowie bewusster Lebensführung
- Offene religiöse Diskussion und Reflexion (*Wichar*) sowie aufgeklärte Geisteshaltung (*Bebek bhudi*)
- Vereinbarkeit von Religion und Wissenschaft
- Aktives Vorgehen gegen religiöse, soziale und wirtschaftliche Haltungen, die zu Unrecht führen
- Notwendigkeit eines demokratischen Konsens bei gemeinschaftlichen Anliegen
- Transformation von Begierde, Wut, Gier, Emotion und Stolz in kreative Handlungen
- Unbefangener und natürlicher Umgang mit biologischen Vorgängen wie Pubertät oder Menstruation
- Abstinenz von Stoffen, die das Bewusstsein beeinträchtigen oder den Körper schädigen (Bsp. Alkohol, Tabak und Drogen)
- Nachsichtiger und liebevoller Umgang mit den Mitmenschen
- Wertschätzung von Gastfreundschaft und eines gemeinschaftlichen Familienlebens sowie partnerschaftliche Treue
- Ablehnung sozial oder religiös konstruierter Hierarchien wie Rassismus, Ethnozentrismus oder das Kastensystem
- Ablehnung religiöser Mittelsmänner, „Medien“ und (bezahlter) Ämter wie Priester (Klerus)
- Ablehnung von Aberglauben, Okkultismus und ritualisierten Formen der Religionsausübung



*Respekt vor der Schöpfung sowie eine weltzugewandte, ganzheitliche und würdevolle Lebensweise haben einen hohen Stellenwert für Sikhs. Sie drücken dies traditionell dadurch aus, dass sie ihr Haar ungeschnitten bewahren. Frauen, die ihr Haar bedecken, tragen ein dünnes Tuch oder wie Männer einen kunstvoll gebundenen Turban.*

## Ursprung und Verbreitung

Sikhi (bekannt auch als Sikhismus) wurde von *Nanak*, der 1469 in Talwandi (im heutigen Pakistan) geboren wurde, begründet. Die Bewegung entwickelte sich im 16. Jahrhundert zu einer sichtbaren religiösen und politischen Gemeinschaft. Heute ist die Sikh-Religion eine **anerkannte eigenständige Weltreligion**. Mit über 20 Millionen Menschen weltweit, die sich ihr zugehörig fühlen, zählt sie zur fünft größten Weltreligion. Die Anhänger nennen sich *Sikh* (Schüler zeitloser Weisheit). Sie erkennen Nanak und seine neun Nachfolger als religiöse Meister (Guru) an.

Sikhs kommen aus den unterschiedlichsten nationalen und kulturellen Hintergründen. Die Mehrheit der Sikhs lebt in der Ursprungsregion im Bundesstaat Panjab in Nordindien und in Delhi. In England, Nordamerika und Australien leben etwa zwei Millionen Sikhs. In Deutschland haben sich die knapp zehntausend Sikhs vor allem in Ballungszentren wie dem Rhein-Main Gebiet niedergelassen.

*Von der Frau wird man geboren, in der Frau wächst man heran. Mit einer Frau verlobt und vermählt man sich. Von der Frau erfahren wir Freundschaft, durch die Frau setzt sich der Gang der Welt fort. [...] Wie kann man sie als minderwertig bezeichnen, wo sie doch Königen das Leben schenkt? Aus einer Frau entsteht eine Frau, niemand wäre ohne die Frau. Nanak (sagt), ganz ohne Frau existiert nur die eine Schöpferin.\**

(Erster) Guru Nanak – Guru Granth Sahib, S. 473

## Die einheitsstiftende Vision des Begründers Nanak

Nanak, der in einer hinduistisch und muslimisch dominierten Zeit aufwuchs, sah sich zu keiner der bestehenden Religionen zugehörig. Er bezeichnete sich als Diener und Schüler der Schöpfung. Den Schöpfer erfuhr Nanak als ein bedingungslos liebendes Mysterium, das seelisch zu Lebzeiten erfahrbar ist und nicht erst nach dem Tode, wie gemeinhin gelehrt wurde. Bereits als junger Mann kritisierte Nanak die gesellschaftlichen Zustände, die von sozialer Segregation, religiösem Fanatismus, Ritualum, Aberglauben und dem Mangel an Liebe geprägt waren. Er hinterfragte vermeintlich unantastbare religiöse und soziale Dogmen wie das brahmanische Kastensystem, die Unterdrückung von Frauen und religiösen Minderheiten. Nanak distanzierte sich von verbreiteten Vorstellungen über das scheinbar strafende Wesen des Schöpfers und dem, was den Menschen nach dem Tode erwartet (Paradies, Himmel, Hölle, Reinkarnation etc.). Der belesene und weit gereiste Nanak entwickelte

nach eingehender Auseinandersetzung mit den vorherrschenden Glaubenssystemen eine gegenwartsbezogene religiöse Lebenshaltung, die die Menschen vereinen und nicht aufgrund konkurrierender Glaubensvorstellungen über das Wesen der Schöpfung spalten sollte. Nanak, Ehemann und Vater, unterstrich, dass Religiosität auf Einsicht und alltäglicher Anwendung und nicht auf Konditionierung und Zwang beruhen dürfe. Von der Grundprämisse der schöpferischen Einheit und der Allgegenwart des Schöpfers leitete Nanak Grundrechte wie Gleichberechtigung und Freiheit ohne Unterscheidung zwischen Herkunft oder dem sozialen Status ab.

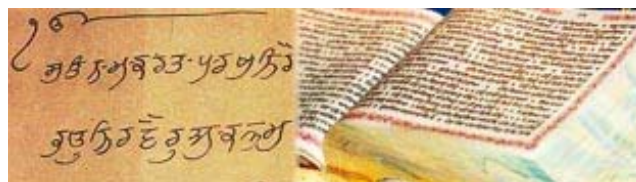
Das Menschenleben ist laut Nanak eine kostbare Chance der sozialen Hingabe und der spirituellen Selbsterkenntnis. Ein wahrhaftes Leben besteht für einen Sikh daher darin, die höchstmögliche Vision seiner selbst zu leben und das Mysterium Schöpfer im Alltag zu erfahren (*Nam*).

*Ich faste nicht, noch begehre ich den Ramadan. Ich diene nur der Einen, die mich am Ende schützen wird. [...] Sie erteilt Gerechtigkeit an Hindus und Muslimen (alle Menschen). Ich mache keine Wallfahrt nach Mekka, noch bete ich in den heiligen Schreinen der Hindus. [...] Ich vollziehe keine Rituale der Hindus, noch rezitiere ich die Gebete der Muslime. Ich habe schlichtweg die eine formlose Schöpferin in meinem Herzen aufgenommen, dort verehere ich sie voller Demut. Weder bin ich ein Hindu noch ein Muslim. Mein Körper und mein Lebensatem gehören Allah (Bezeichnung Gottes bei Muslimen) und Ram zugleich (Bezeichnung des Göttlichen bei Hindus) – der Schöpferin (allen Seins).*  
(Fünfter) Guru Arjan – Guru Granth Sahib, S. 1136

### Guru Granth Sahib – Quelle zeitloser Weisheit

Sikhs finden religiöse Inspiration im *Guru Granth Sahib*. Darin ist die Botschaft der Gurus schriftlich festgehalten. Nanak und seine Nachfolger schrieben in einer außergewöhnlich poetischen Bildersprache zahlreiche Verse (*Gurbani*). Das zusammengefasste Werk genießt unter Sikhs seit 1708 alleinige Guru-Würde. Einzigartig an dieser Komposition, die auf musikalischen Melodiefolgen (*Raag*) beruht, ist die Einbeziehung diverser Sprachen und Verse nordindischer Meister (*Bhagat*), die unterschiedlichsten sozialen Hintergründen entstammten.

*Zu Anbeginn schuf Allah (Schöpfer) das Licht. Dann alle sterblichen Wesen. Aus dem einen göttlichen Lichte entwickelte sich alles. Wen sollen wir da als gut und schlecht erachten?*  
(Bhagat) Kabir – Guru Granth Sahib, S. 1349



*Der Guru Granth Sahib (GGS), verfasst in der eigens von den Gurus entwickelten Schrift Gurmukhi, ist die Quelle spiritueller Inspiration für Sikhs. Die Verinnerlichung der Inhalte ist ein Grundpfeiler des Sikh-Seins. Aus Respekt vor dem Inhalt der Schrift verbeugen sich Sikhs vor dem GGS. Die heutige Standardedition umfasst 1430 Seiten.*

### Gemeinschaft – Grundlage für Entwicklung

*Gobind Singh*, der zehnte und letzte Guru, gründete 1699 beim *Baisakhi*, einem populären Erntefest, die Gemeinschaft *Khalsa*. Ein freiwilliger Taufakt (*Khande di pahul*) für Erwachsene markiert seither die Aufnahme in den *Khalsa*. Dieser Bund verpflichtet sich ähnlich den heutigen Vereinten Nationen (UN), im demokratischen Konsens Entscheidungen für das Wohl der Gemeinschaft zu treffen und umzusetzen. Repräsentiert wird dieser durch den Rat der Fünf Geliebten (*Panj Piare*). Laut überlieferter Tradition verpflichteten sich getaufte Sikhs, fünf Merkmale (*Kakar*) zu erfüllen, die folgenden Hintergrund haben:

- *Kes* – ungeschnittenes Haar: Respekt für die Schöpfung
- *Kangha* – Holzkamm: Reinheit; zur Pflege der Haare
- *Karra* – eiserner Armreif: Teil der damaligen Kriegertracht; er diente der Abwehr von Schwerthieben
- *Kirpan* – kleines Schwert: Gnade; soziale Verantwortung und Gerechtigkeitssinn
- *Kaschaira* – eine Short: gemäßigter Charakter

Grundsätzlich gelten alle Gebote in der Sikhi für Frauen und Männer. Die Gleichheit und Zusammengehörigkeit der Sikhs wird durch einen gemeinsamen Nachnamen symbolisiert. Alle Frauen tragen den Nachnamen *Kaur* (Prinzessin) und die Männer den Namen *Singh* (Löwe).

### Respekt – Grundlage für Frieden

Sikhi legt großen Wert auf gegenseitigen Respekt und Achtung. Im gemeinschaftlichen Abschlussgebet gedenken Sikhs dem Wohl aller Lebewesen. Dieser Gedanke drückt sich auch in den Gebetsstätten (*Gurdwara*) aus. Jeder Mensch, ungeachtet von Geschlecht oder Religion ist eingeladen, den Rezitationen

und Erläuterungen beizuwohnen sowie die kostenfreien Speisen (*Langar*) zu sich zu nehmen.

### Die Gurus – Vorbilder eines ganzheitlichen Lebens

Die Gurus haben die beschriebenen Tugenden vorgelebt und gezeigt, dass diese tatsächlich im Alltag umsetzbar sind. Ihre unkonventionelle Lebensweise inspirierte Menschen verschiedenster Hintergründe. Der bemerkenswerte Zustrom aus den unterschiedlichsten Gesellschaftsschichten, den ihre Bewegung fand, rief allerdings auch Widerstand und Verfolgung hervor. Die Gurus und ihre Gefolgschaft stellten sich aber den Herrschern ihrer Zeit und waren nicht bereit, sich von ihrem Lebensweg loszusagen. Der fünfte und neunte Guru mussten hierfür gar Folter und schließlich den Tod über sich ergehen lassen. Der zehnte Guru verlor seine gesamte Familie in kriegerischen Auseinandersetzungen. Trotz solcher Bedrohungen sahen die Gurus nicht über Ungerechtigkeiten und fundamentalistischen Einstellungen hinweg, sondern kritisierten diese und schufen ihren Möglichkeiten gemäß Raum für Verbesserungen.

Die Gurus haben eindrucksvoll gezeigt, dass Sikhi sich nicht an bestimmte Menschen wendet oder das Wohl eines einzelnen Volkes im Auge hat, sondern eine gesamtgesellschaftliche Vision der Einheit verfolgt. Es ging den Gurus um eine grundsätzliche offene Haltung dem Leben gegenüber, die durchdrungen ist von einer aufrichtigen und lebensbejahenden religiösen Hingabe, jenseits einengender Dogmen und Glaubensvorstellungen.

*Die Schöpferin ist die Hüterin aller Tugenden; den Heiligen ist sie immer eine Stütze, aber selten sind jene, die sie erfahren. Oh mein Geist, verinnerliche Sie, die Hegerin der Welt. Ihre Heiligkeit suchend, findet man Frieden und Befreiung von innerem Leid.*  
(Fünfter) Guru Arjan – Guru Granth Sahib, S. 617

### Ausführliche Informationen finden Sie im Internet

[www.sikh-religion.de](http://www.sikh-religion.de) & [www.sikhi.de](http://www.sikhi.de)

\* **Hinweis:** Die form- und namenlose Schöpferin vereint gemäß dem GGS Männliches und Weibliches. Daher werden die unterschiedlichsten Namensgebungen oder die direkte Anrede verwendet. Guru Arjan schreibt: „Du bist mein Vater, bist meine Mutter, bist mein Verwandter und bist mein Bruder“ (Guru Granth Sahib, S. 103). Da es im Deutschen nicht ohne weiteres möglich ist, die ursprünglich geschlechtsneutrale Sprachform zu bewahren, wurde entweder die weibliche oder die männliche Form für das Mysterium Schöpferin/Schöpfer verwendet.