

Geburt als Beginn einer Reise – eine hinduistische Perspektive

Lavanya Ramalingam – 07.07.2026, erschienen auf www.religion.ch

Was bedeutet es, geboren zu werden? Ausgehend von persönlichen Erfahrungen verbindet Lavanya Ramalingam, Wissenschaftlerin im Bereich Radioonkologie und Strahlentherapie mit Wurzeln in Sri Lanka, biografische Reflexionen mit Einblicken in Vorstellungen von Geburt, Karma und Lebenssinn aus einer tamilisch-hinduistischen Perspektive – von Ritualen rund um Schwangerschaft und Geburt bis hin zu Fragen des Aufwachsens zwischen zwei Kulturen.

Ich erinnere mich noch gut an eine Erfahrung aus meiner Kindheit. Ich war etwa sieben Jahre alt, als ich eines Tages mein Lieblingsstofftier verlor. Ich war sehr traurig und suchte lange danach, aber ohne Erfolg. Irgendwann musste ich akzeptieren, dass es für immer verloren war, und ich blieb mehrere Tage sehr traurig. Ein paar Tage später fand ich das Stofftier plötzlich wieder. Ich war überglücklich. Aber dieses Glück dauerte nur wenige Momente, und danach kehrte ich wieder in meinen normalen Alltag zurück.

In dieser Nacht begann ich darüber nachzudenken. Die Traurigkeit über den Verlust hatte viel länger gedauert als die Freude über das Wiederfinden. Warum war das so? Bedeutet das, dass traurige Gefühle stärker sind als glückliche? Was ist dann eigentlich echtes Glück?

Diese Gedanken lösten viele andere Fragen in mir aus. Am Ende dieser Nacht blieb eine Frage, die mich bis heute begleitet. Ich stelle sie mir immer wieder, versuche Antworten zu finden und denke erneut darüber nach. Diese Frage lautet: «Was ist der wirkliche Sinn dieses Lebens – warum werden wir geboren?»

Suche nach Antworten in Wissenschaft und Spiritualität

Diese Frage begleitet mich seit meiner Kindheit. Während ich aufwuchs, begann ich, mich intensiver mit Religion zu beschäftigen. Ich las religiöse Bücher, beobachtete das menschliche Leben und suchte auch in der Wissenschaft nach Antworten auf die Frage nach dem Sinn des Lebens.

Da ich selbst als Wissenschaftlerin arbeite, betrachte ich viele religiöse Fragen auch aus einer wissenschaftlichen Perspektive. In der Wissenschaft sind wir gewohnt, Dinge zu beobachten, zu messen und durch Belege zu bestätigen. Wissen entsteht dort durch überprüfbare Ergebnisse und nachvollziehbare Erklärungen. Deshalb fällt es manchmal schwer, religiöse Vorstellungen anzunehmen, die sich nicht eindeutig beweisen lassen. Im Laufe der Zeit habe ich jedoch gelernt, dass Wissenschaft und Religion nicht unbedingt Gegensätze sein müssen. Wissenschaft hilft uns zu verstehen, wie die Welt funktioniert, während Religion eher versucht zu erklären, warum wir überhaupt hier sind und welchen Sinn unser Leben haben kann. Für mich persönlich sind beide Wege, Wissenschaft und Spiritualität, Teil meiner Suche nach Antworten.

WISSENSCHAFT UND RELIGION MÜSSEN NICHT GEGENSÄTZE SEIN.

Es ist wichtig zu verstehen, dass Religion und Kultur im hinduistischen Kontext sehr eng miteinander verbunden sind. Manche Traditionen stammen aus religiösen Texten, andere aus regionalen Kulturen. Ich selbst komme aus der sri-lankisch tamilischen hinduistischen Tradition. Viele dieser Traditionen ähneln denen der tamilischen Kultur in Indien, aber es gibt auch einige Unterschiede.

Geburt und Tod im Hinduismus

Im Hinduismus sind Geburt und Tod zwei sehr wichtige Themen. In der Tradition, in der ich aufgewachsen bin, wird der Mensch nicht einfach mit seinem Namen, seinem Beruf oder seiner gesellschaftlichen Rolle gleichgesetzt. Denn selbst wenn sich diese Dinge verändern, bleibe ich immer noch ich selbst. Bin ich also mein Körper? In meiner Tradition wird diese Frage mit Nein beantwortet. Der Körper verändert sich ständig. Er wächst, altert und vergeht irgendwann. Doch etwas in uns bleibt bestehen.

Viele Hindus beschäftigen sich daher mit einer grundlegenden philosophischen Frage: Wer bin ich wirklich? Die meisten hinduistischen Traditionen gehen davon aus, dass unsere Seele – im Sanskrit *Atman* genannt – ewig ist. Der Körper ist vergänglich, aber die Seele besteht weiter. Sie durchläuft einen Kreislauf von Geburt, Tod und Wiedergeburt. Dieser Kreislauf dauert so lange an, bis die Seele einen Zustand erreicht, den man Moksha nennt. Moksha bedeutet Befreiung. Es ist der Moment, in dem die Seele vollständig gereinigt ist und sich mit dem Göttlichen verbindet.

DER KÖRPER IST VERGÄNGLICH, ABER DIE SEELE BESTEHT WEITER.

Ein Bild, das mir persönlich hilft, diesen Gedanken zu verstehen, ist das Bild eines Flusses. Ein Fluss beginnt hoch in den Bergen. Er fließt durch Täler, durch trockene Landschaften, durch Regen und durch viele Hindernisse. Auf seinem langen Weg erlebt er viele Veränderungen. Doch am Ende erreicht er das grosse Meer und wird Teil davon. So ähnlich wird in vielen hinduistischen Traditionen der Weg der Seele beschrieben. Nach vielen Erfahrungen und vielen Leben erreicht sie schliesslich das Göttliche und vereint sich damit.

Wenn ich von Gott spreche, benutze ich oft den Namen Shiva. Andere Menschen verwenden andere Namen wie Vishnu, Murugan oder viele weitere. Ich glaube jedoch, dass – wenn man den Kern des Hinduismus so versteht wie ich – die konkrete Bezeichnung keine grosse Rolle spielt. Gleichzeitig ist mir bewusst, dass es viele unterschiedliche hinduistische Traditionen gibt und nicht alle diese Sichtweise teilen. Ich habe gelernt, Gott nicht unbedingt als eine einzelne Person zu verstehen, die getrennt von der Welt existiert. Vielmehr erscheint mir das Göttliche als etwas, das das ganze Universum durchzieht – als eine miteinander verbundene Wirklichkeit.

Karma und die Bedeutung der Geburt

In der hinduistischen Tradition, in der ich aufgewachsen bin, wird gelehrt, dass die nächste Geburt einer Seele davon abhängt, wie sie in ihrem aktuellen Leben handelt. Dieses Prinzip wird Karma genannt. Karma wird so erklärt, dass jede Handlung eine Wirkung hat. Gute

Handlungen bringen gute Folgen, schlechte Handlungen bringen negative Folgen. Der Mensch trägt Verantwortung für sein eigenes Handeln.



Bild: Kinder im hinduistischen Tempel. Foto: @Christoph Knoch

Deshalb steht die Geburt für uns für einen sehr bedeutenden Moment im Leben. Sie ist der Beginn einer neuen Reise für die Seele. Der Körper wird dabei oft als eine Art Fahrzeug verstanden, das der Seele hilft, ihren Weg zu gehen. Deshalb wird auch der Körper als etwas Wertvolles betrachtet, um das wir uns kümmern müssen.

Rituale rund um Schwangerschaft und Geburt

In vielen hinduistischen Traditionen gibt es Rituale und Feste rund um Schwangerschaft und Geburt. Interessanterweise beginnen diese Rituale oft schon lange vor der eigentlichen Geburt. Ich habe erlebt, dass das Paar traditionell schon bei der Hochzeit mit vielen Segnungen bedacht wird.

Eine bekannte Segensformel spricht von sechzehn Formen von Reichtum. Diese sechzehn Formen von Reichtum umfassen nicht nur materiellen Wohlstand, sondern auch Dinge wie Wissen, Intelligenz, Gesundheit, Stärke, Mut, langes Leben, Moral, Vertrauen, Ausdauer und Erfolg. Zu diesen Segnungen gehört auch der Wunsch nach «guten» Kindern. Der Kindersegen wird also schon lange vor einer Schwangerschaft als Teil eines erfüllten Lebens betrachtet.

Unterstützung während der Schwangerschaft

Es gehört zur Tradition, schwangere Frauen besonders zu umsorgen. Ältere Menschen geben ihren Segen und die Familie versucht, die werdende Mutter bestmöglich zu unterstützen. Eine wichtige Rolle spielt dabei das Essen. In vielen tamilischen Familien ist es ein Zeichen von Liebe und Fürsorge, Essen zuzubereiten und mit anderen zu teilen.

Während meiner eigenen Schwangerschaften habe ich das sehr deutlich erlebt. Viele Menschen aus meiner Familie oder aus dem Freundeskreis haben Essen für mich gekocht und vorbeigebracht. Besonders während der Zeit der Morgenübelkeit war das eine grosse Hilfe. Ich erinnere mich noch heute daran, wie viele unterschiedliche und leckere Gerichte ich in dieser Zeit bekommen habe.

ES GEHÖRT ZUR TRADITION, SCHWANGERE FRAUEN BESONDERS ZU UMSORGEN.

Auch Männer spielen eine wichtige Rolle bei der Geburt eines Kindes, vor allem indem sie ihre Frauen unterstützen. Interessanterweise hat im tamilischen Kontext auch der Bruder der Mutter, also der Onkel des Kindes, eine besondere Bedeutung. In vielen Ritualen spielt er eine wichtige Rolle und wird fast so stark einbezogen wie der Vater. So wird die Verantwortung für das Kind von mehreren Personen getragen.

Valaikappu – die Zeremonie der Armreifen

Ein wichtiges Ritual während der Schwangerschaft ist die Zeremonie Valaikappu. Dieses Fest findet normalerweise im siebten oder neunten Monat der Schwangerschaft statt. Während dieser Zeremonie legen andere Frauen der werdenden Mutter viele bunte Glasarmreifen an. Das sanfte Klingen der Armreifen soll das Kind im Bauch beruhigen und Freude bringen. Es ist ein fröhliches Fest, bei dem die werdende Mutter mit Geschenken und gutem Essen geehrt wird. Gleichzeitig symbolisiert es die Unterstützung der gesamten Gemeinschaft.

Rituale nach der Geburt

Auch nach der Geburt gibt es mehrere wichtige Rituale, besonders im ersten Lebensjahr des Kindes. Am 31. Tag nach der Geburt findet traditionell die Namenszeremonie statt. Der Name wird sorgfältig ausgewählt, oft auf Grundlage des Geburtshoroskops des Kindes. Während des Rituals wird ein Tablett mit Reis vorbereitet. Die Mutter schreibt den Namen des Babys zum ersten Mal auf den Reis. Danach flüstert der Vater oder ein Priester dem Kind den Namen dreimal ins rechte Ohr.

Am 41. Tag wird dem Baby traditionell der Kopf rasiert. Die Haare, mit denen das Kind geboren wurde, werden vollständig entfernt. Dieser Akt symbolisiert die Reinigung von unerwünschtem Karma aus einem früheren Leben. Weitere Traditionen sind zum Beispiel das Stechen der Ohrlöcher bei Mädchen und die erste feste Nahrung – meist ein süsser Reisbrei etwa im fünften Monat. Von Beginn der Schwangerschaft bis ins erste Lebensjahr hinein wird jeder wichtige Entwicklungsschritt gefeiert. Diese Traditionen, so habe ich es erlebt, stärken nicht nur den Glauben, sondern auch den Zusammenhalt innerhalb der Familie und der Gemeinschaft.

Kinderlosigkeit und gesellschaftliche Erwartungen

Meines Wissens gibt es in hinduistischen Traditionen keine klare religiöse Pflicht für Frauen, Kinder zu bekommen. Viele Erwartungen kommen eher aus gesellschaftlichen Vorstellungen als aus religiösen Texten. Heute ist es eher akzeptiert, wenn ein Paar keine Kinder hat.

Trotzdem habe ich manchmal das Gefühl, dass sich viele Frauen nicht wirklich fragen, ob sie Kinder möchten, sondern eher wann.

ICH HABE DAS GEFÜHL, DASS SICH FRAUEN NICHT FRAGEN, OB SIE KINDER MÖCHTEN, SONDERN NUR WANN.

Kinder werden traditionell als grosser Segen gesehen. Ich selbst habe nie wirklich darüber nachgedacht, ob ich Kinder haben möchte. Für mich war immer klar, dass ich Kinder haben wollte. Mein Mann, der sehr reflektiert denkt, fragte mich einmal, ob wir wirklich Kinder wollen oder ob wir einfach gesellschaftlichen Erwartungen folgen. Ich musste darüber gar nicht lange nachdenken. Für mich war die Antwort sofort klar.

Nach der Geburt unserer Kinder musste ich einige Jahre meine beruflichen Entwicklung zurückstellen. Trotzdem habe ich diese Entscheidung nie bereut. Ich fühle mich sehr gesegnet, meine Kinder zu haben. Sie gehören zu den grössten Geschenken meines Lebens. Manchmal frage ich mich dennoch: Kommt dieser Wunsch wirklich nur aus unserem Herzen? Oder wurden wir über viele Generationen hinweg so geprägt, dass wir glauben, Kinder haben zu müssen? Vielleicht werden wir darauf nie eine endgültige Antwort finden.

Leben zwischen zwei Kulturen

Eine besondere Herausforderung ist das Aufwachsen von Kindern zwischen zwei Kulturen. Meine Kinder wachsen in der Schweiz auf, während unsere kulturellen Wurzeln aus der tamilisch-hinduistischen Tradition stammen. Hier sind Feste wie Weihnachten überall sichtbar. Städte sind geschmückt, Schulen sprechen darüber und viele Kinder freuen sich gemeinsam darauf.

Bei unseren eigenen Festen ist das anders. Ein gutes Beispiel ist Deepavali, das Lichterfest. Für meine Kinder ist Deepavali oft ein ganz normaler Tag. Sie gehen zur Schule, ihre Freunde sprechen nicht darüber, und die Umgebung erinnert kaum an das Fest. Natürlich feiern wir Deepavali zu Hause. Wir bereiten traditionelles Essen zu, zünden Lampen an und erklären die Bedeutung des Festes. Trotzdem fehlt das Gefühl eines grossen gemeinsamen Festes. Deshalb ist es manchmal schwierig, bei den Kindern die gleiche Vorfriede zu wecken, die sie zum Beispiel bei Weihnachten haben.

FÜR KINDER WIRD DIE TRADITION IM TEMPEL LEBENDIGER UND VERSTÄNDLICHER.

In solchen Situationen spielen Tempel für uns eine wichtige Rolle. Auch in der Schweiz gibt es hinduistische Tempel, die für viele Familien ein wichtiger Ort sind. Dort können Kinder unsere Rituale sehen, religiöse Geschichten hören und andere Familien mit ähnlichem Hintergrund treffen. Wenn viele Menschen gemeinsam ein Fest feiern, entsteht eine besondere Atmosphäre. Für Kinder wird die Tradition dadurch lebendiger und verständlicher.

Ein letzter Gedanke

Die Geburt ist der Beginn einer wichtigen Reise. Früher habe ich mich manchmal gefragt: Wenn vieles im Leben bereits festgelegt ist, welche Freiheit haben wir dann überhaupt? Heute sehe ich das Leben wie ein Fussballspiel. Wir wissen, wann das Spiel stattfindet, wie lange es

dauert und auf welchem Feld wir spielen. Auch die Regeln sind festgelegt. Aber innerhalb dieser Regeln und dieses Zeitraums gibt es unendlich viele Möglichkeiten, wie wir spielen können. So ist es auch im Leben.

Dabei steht für mich Freundlichkeit und Mitgefühl über allem. In der Bhagavad Gita sagt Krishna, dass gute Taten nicht deshalb getan werden sollen, weil wir eine Belohnung erwarten. Wir sollen das Gute tun, weil es unsere Pflicht ist, das Richtige zu tun. Ich hoffe, dass wir alle unsere Geburt als etwas Wertvolles sehen. Wenn wir verstehen, wie kostbar dieses Leben ist, können wir versuchen, es mit Freundlichkeit, Verantwortung und Bewusstsein zu leben.

Manchmal denke ich dabei wieder an die Frage, die mich schon als Kind beschäftigt hat: Warum werden wir geboren? Vielleicht liegt genau darin die Bedeutung unserer Geburt: die Möglichkeit, in diesem Leben Schritt für Schritt zu lernen, mit Mitgefühl zu handeln und etwas Gutes in der Welt zu hinterlassen.



Lavanya Ramalingam stammt ursprünglich aus Sri Lanka und lebt seit ihrer Jugend in der Schweiz. Sie ist als Wissenschaftlerin im Bereich der Radioonkologie und Strahlentherapie tätig.

In ihren Texten schlägt sie eine Brücke zwischen ihrer tamilischen Herkunft und ihrem Leben in der Schweiz. Ihr besonderes Interesse gilt der Bedeutung hinduistischer Werte in einer modernen, wissenschaftlich geprägten Welt.