

Yoga und Vedanta – Zwei passende Puzzlestücke

Guten Abend Tan,

erst mal vielen Dank für die vielen Informationen zum Thema Dharma. Das bringt für mich etwas mehr Struktur in das Thema. Du hast natürlich Recht, vom Standpunkt des Selbst existiert das Selbst und Dharma ist in der Welt von Ishvara gegeben.

Tan: Sehr gern geschehen. Deine Fragen sind hervorragend und helfen mir durch Antworten mein Verständnis zu strukturieren. Wir sind hier alle eine Gemeinde in Wahrheit. Ein Satsang.

Ralf (Name geändert): Ich bin über Yoga zum Vedanta gekommen. Zuerst mit Hatha Yoga, dann hat mir Manfred eine Übersetzung der Gita in Taschenbuch Format geschenkt, die mir sehr gut gefällt. Anschließend bin ich beim Kundalini Yoga (nach Yogi Bhajan) gelandet und habe eine Ausbildung als Yoga Lehrer absolviert.

Irgendwann hat Manfred dann angefangen vom Selbst und den Vasanas zu erzählen und ich dachte erst, was soll das? Ich besitze ein Buch "Ozean der Weisheit" von Swami Vivekananda, wo es öfter etwas anders dargestellt wird.

Tan: James bezeichnet Swami Vivekananda und Sri Aurobindo als die Autoren der „Vielpfade-Konfusion“. Bhakti Yoga, Karma Yoga, Jnana-yoga, Raja-Yoga ... Pfade die eigentlich nur einer sind. Ich werde mir das Buch vielleicht auch mal genauer anschauen, um das was im Westen hier unter Vedanta bekannt ist besser zu verstehen. Es gibt nicht viele bzw. kaum deutsche Bücher über Vedanta. Mein Verständnis stammt größtenteils von James Swartz der mich als seinen Schüler und ich ihn als meinen Lehrer akzeptiert hatte und von Swami Dayananda und Swami Chinmayananda, deren englische Bücher ich studiere.

Ralf: Ich habe mir vor einigen Monaten das Buch "How to attain enlightenment" von James Swartz bestellt und es hat wirklich gedauert, bis ich in die Materie

etwas einsteigen konnte. Ich hatte auch schon einige sehr schöne Emails bzw. Gespräche mit Manfred zum Vedanta. So nach und nach werde ich damit vertrauter bzw. wird mein mind damit vertrauter. Es ist eigentlich ganz einfach, vom Standpunkt des Selbst, und doch gibt es so viel zu entdecken, obwohl es nichts zu entdecken gibt.

Tan:

Richtig. Von Deinem Standpunkt aus (*Satya*) gibt es nichts zu entdecken. Du bist unendlich, unberührt, unteilbar, unveränderbar. Vom Standpunkt des Ralf aus (*Mithya*) gibt es alles zu entdecken und das was es zu entdecken gilt verändert sich auch noch ständig. ☺ Es ist nicht erfassbar. Die Frage ist wer glaubst Du zu sein? Ralf, oder Du Selbst?

Je nachdem wo der Verstand hin tendiert wechselt die Qualität des Lebens ...von Stille und Frieden ... zu Unsicherheit, Wandel und möglichem Leid.

Ralf:

Nochmal zum Thema Dharma: Man hört oft nebulöse Sätze (im Yoga Umfeld): Dharma exists where the winds of Karma are not blowing. Oder es wird die tägliche Yoga Praxis als Weg beschrieben, der automatisch zum Dharma führt. Doch ich habe Menschen beobachtet, die täglich Yoga machen, sich wirklich abmühen, Mantras aufsagen, sich immer mehr Meditationen aufladen, mit dem Wunsch das Leid zu lindern. Doch wenn man sich einige dieser Menschen anschaut, dann stecken diese oft in einer Sackgasse, in der (aus ihrer Sicht) irgendwie kein für sie sichtbarer Weg raus führt. Zumindest nicht mit Yoga.

Tan: Wenn ein Satz nebulös ist und auch auf Dein Nachfragen hin der Lehrer dies nicht erklären kann oder mag, ist vielleicht ein anderer Lehrer angesagt. James z.B. ist völlig unprätentiös, absolut klar in seinen Aussagen und gibt sich unendlich viel Mühe Dir zu helfen, wenn Du an Ihn herantrittst. Genauso wie Du habe ich während meiner spirituellen Suche in meinem Umfeld lauter Yoga Lehrer (Kundalini-Yoga, Hatha Yoga) und viele andere Hard-Core Meditierende kennengelernt die sehr ernsthaft und mit Bemühen an die Sache rangehen, aber genauso wie Du es sagst in einer Sackgasse stecken und leiden. Der Grund

wurde mir erst klar als ich mir die Texte von James und Swami Dayananda oder auch einfach die Bhagavad Gita gelesen habe. Da steht es drin.

Gita – Kap.3 Vers 3: Krishna sagte, „Ich habe für die Menschen dieser Welt einen zweifachen Lebensstil geschaffen...den Pfad des Wissens (Jnana Yoga) für die Entsagenden und den Pfad der Taten (Karma Yoga) für Handelnde.

Gita – Kap.3 Vers 39. Das Wissen um das Selbst kommt, wenn deine Sinne kontrolliert werden, du dich ihm hingibst und du Glauben an die Lehren der Schriften und die Worte der Lehrer hast. Es bringt kompletten Frieden. Aber wenn es dir an Glauben an die Schriften fehlt, wirst du keinen Erfolg haben, denn für Zweifler gibt es keine Glückseligkeit [.....] Somit widme dich dem Yoga, nimm das scharfe Schwert des Wissens um das Selbst und vernichte diese tief verwurzelten Zweifel über dein Selbst.

Yoga (oder das was im Westen hier als Yoga bezeichnet wird) ist eine Vorbereitung den Körper, das Gemüt und den Verstand in die Lage zu versetzen das Wissen von Vedanta verstehen zu können. Ein ruhigen Verstand (*antah karana suddhi*) ist laut Vedanta Voraussetzung, um das Wissen aufnehmen zu können. Yoga-Formen (Körperliches Yoga, Meditieren, Ernährung, Karma Yoga) und Vedanta sind eine integrale Einheit. Das Yoga bereitet einen vor, damit das Verständnis durch Vedanta (*Jnana*) den Sack zumachen kann. Es sind zwei Puzzle-Stücke die zusammen gehören. Nun haben wir hier im Westen Millionen von Leuten die ernsthaft Yoga machen und sich vorbereiten auf etwas was nie kommen wird und was es hier im Westen leider nur ganz selten gibt: ... Wissen entfaltet durch Vedanta. Das zweite Puzzle-Stück fehlt einfach. Ich hoffe dass wir dies alle gemeinsam Schrittchen für Schrittchen ändern können.

Alles Liebe

Tan
