

Der einzig wahre Guru

Yoga-Philosophie-Atlas:

Den wahren Meister und Lenker – antaryāmin – finden wir in uns selbst.

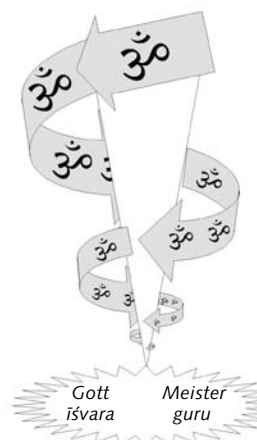
Ist es heute noch notwendig, bei einem Meister des Yoga in die Schulung zu gehen? Und wenn ja, welches ist der richtige Meister? Blickt man auf die Tradition Indiens, so war der persönliche Yoga-Unterricht vorherrschend, geprägt von dem engen Verhältnis zwischen dem Guru genannten Meister und seinem Schüler. Der Meister nahm die von ihm angenommenen Schüler für die Zeit des Lernens in seinen Ashram, sein Yoga-Zentrum oder sogar seine Familie auf. Der Schüler konnte sich in den Wirren des Alltags auf seinen Meister stützen, mit der Gewissheit, bei ihm die Wahrheit des Yoga zu finden. Ein Meister vermittelte dem Suchenden die Zuversicht, auf dem Weg des Yoga gut und richtig geleitet zu werden.

Mit der engen Meister-Schüler-Beziehung ist die Lehrpraxis des alten Indien beschrieben. Heute hat sich in Indien, besonders jedoch in den Ländern des Westens, vieles geändert. In der westlichen Kultur wird allein schon dem Begriff Guru als Meister des Yoga zumeist ein negatives Image beigemessen. Die strenge Unterwerfung unter einen Meister entspricht im westlichen Kulturkreis nicht dem Ideal des modernen, mündigen Menschen, der über sein Leben selbst bestimmen will. Die Kompetenz des Meisters und Gurus, der festlegt, was der Schüler zu lernen hat, wird verlagert auf den selbstbestimmten Schüler, der sich aus dem heute so vielfältigen Angebot der Yoga-Wege das herausucht, was seinen persönlichen Bedürfnissen am meisten entspricht. Der Halt, den die Ausrichtung auf den einen Meister und die eine wahre Tradition gab, wird ersetzt durch den Halt, den der moderne Mensch sich selbst gibt, im Bewusstsein, dass er über sein Leben selbst bestimmen kann.

Welches ist nun der bessere Weg, um Yoga zu erlernen? Entspricht es dem Yoga mehr, sich einem Guru oder einer Tradition unterzuordnen, um so von einem wahren Meister den einen wahren Yoga zu erlernen? Oder sollte man mehr dem modernen Ideal des mündigen Menschen folgen, der sein Leben selbst in die Hand nimmt, sich das Gute von vielen Meistern herausnimmt und das Schlechte liegen lässt? Der Meister oder wir selbst, wer sollte bestimmen?

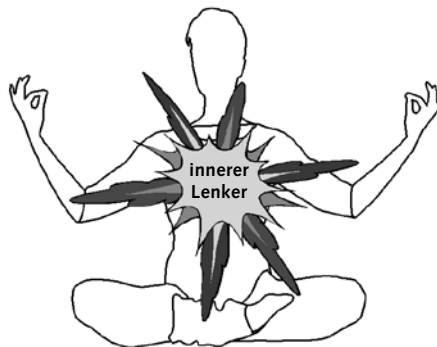
Eine der wichtigsten Antworten auf diese Frage wird in den Yoga-Sūtras des Patañjali im Zusammenhang der Erklärungen zur OM-Meditation im 1. Kapitel gegeben. Der Laut OM wird hier zwar nicht direkt erwähnt. Ganz ehrfurchtsvoll spricht Patañjali nur indirekt von ›dem Laut‹ (praṇava). Diesen Laut gilt es in ständiger Wiederholung (japa) zu meditieren. Das immerwährende Wiederholen von OM führt zur Konzentration des Geistes, gleichzeitig jedoch auch zur Loslösung von all seinen Aktivitäten. OM wird zum Fahrzeug in die Tiefen des menschlichen Bewusstseins.

Diesen Prozess der Verinnerlichung versteht Patañjali als das īśvara-praṇidhāna, als Weg der Hingabe an Gott. Die Loslösung von der Gebundenheit an das Alltagsbewusstsein geschieht in der Hingabe an den göttlichen Grund, der in der Tiefe des Geistes zu finden ist. OM, mit Hingabe meditiert, zieht das Bewusstsein in die Tiefe des Geistes, wo sich Gott offenbart. Die Tiefe des Geistes, zu Beginn der Sūtras mit ›Wesensidentität‹ benannt, heißt jetzt Gott, aber nicht nur das. Jetzt, im 26. Sūtra, stoßen wir auf die entscheidende Stelle, wenn wir



OM-Meditation als Weg zur Erfahrung des göttlichen Guru.

hören: »Von allen früheren Meistern ist er wahrlich der Meister (guru), weil er durch die Zeit nicht begrenzt ist«. Wer den wahren Meister sucht, der braucht nicht in die Höhlen des Himalaya zu gehen. Und auch in den Ashrams an den heiligen Flüssen wird er zwar viele zeitliche Meister, jedoch den wahren Guru nicht finden. Der wahre Meister, der Guru aller Gurus, der wohnt im Innersten eines jeden Menschen. Der wahre, göttliche Meister offenbart sich, wenn sich die Bindungen an das Alltagsbewusstsein lösen und der Geist klar wird für den göttlichen Urgrund in den Tiefen menschlicher Existenz. Patañjali hat schon vor 2000 Jahren den Weg zu dem Guru aller Gurus gewiesen, zum Meister aller Meister. Es geht um den Meister in uns selbst, um dessen Erwachen sich alle früheren, das heißt äußeren Meister des Yoga bemühen sollten. Dieser wahre Meister in uns darf allerdings auch nicht mit unserem äußeren Ich verwechselt werden, das immer wieder versucht, sein Leben in die Hand zu nehmen und selbst bestimmt zu handeln. Dieser wahre Meister liegt tief in uns verborgen, meint unser wahres Selbst, das in den Tiefen unserer eigenen Existenz erfahren wird.



Die Aufdeckung des inneren Lenkers
(antaryāmin) als des höchsten Guru.

Dieser Guru aller Gurus wurde seit alters her mit dem Sanskrit-Begriff antaryāmin, dem »inneren Lenker« bezeichnet. Wenn das Bewusstsein klar geworden ist und der Übende innere Stabilität erlangt hat, dann benötigt er nicht mehr den Halt von außen, sei es durch den äußeren Meister oder durch sein äußeres »Ich«. Führung erfährt der Schüler dann von innen, vom inneren Lenker als der inneren Stimme des wahren Selbst. In der Aufdeckung des wahren Gurus im Innern des Menschen liegt die Essenz aller Yoga-Praxis, sowohl in der traditionellen Meister-Schüler-Bindung als auch im mündigen Lernen der Gegenwart.

Nach einem alten Bild ist der Yoga-Weg mit dem Durchschreiten eines Tores zu vergleichen. Für die einen ist das Tor der Meister. Der Meister zeigt dem Schüler das Tor zu seinem wahren Selbst. Der Meister bildet das Tor, durch das der Schüler zu gehen hat, wenn er zu sich selbst gelangen will. Die große Gefahr besteht jedoch darin, nicht durch dieses Tor hindurch zu schreiten, sondern vor ihm stehen zu bleiben, um sich am Tor festzuklammern oder es gar zu verehren. Das Festhalten am Meister gibt zwar Halt und Sicherheit. Es verhindert jedoch auch das Wachsen auf dem selbst zu gehenden Yoga-Weg.

Für den modernen Menschen ist nicht der Meister das Tor, sondern sein eigenes Ich. Vermeintlich mündig bestimmt der Schüler selbst, welchen Weg er gehen will und welchen nicht. Ich selbst bin das Tor, an dem ich festhalte. Aber auch hier gilt es, durch das Tor meines eigenen Ichs hindurchzugehen. Immer wieder erscheint es auch hilfreich, sich an einem solchen Tor auch festhalten zu können. Wachsen im Yoga heißt jedoch, sich selbst zu verändern, von allem Festhalten an Meistern oder auch an sich selbst loszulassen, um wach zu werden für das, was wirklich trägt, für den inneren Lenker als den einzig wahren Meister und Guru.

Dr. Eckard Wolz-Gottwald