

Lass dein Licht strahlen

Was kommt nach der Erleuchtung?



Zunächst ist festzustellen: das ist natürlich eine Frage, die man sich nur vorher stellt. Gelegentlich wurde während meiner Yogalehrerbildung im abendlichen Kreis die Frage aufgeworfen, »Wie weit man denn auf dem Yoga-Wege (in Richtung Erleuchtung) schon voran geschritten sei?«

Das spricht für eine Vorstellung, dass man nur lang genug üben und praktizieren muss, und plötzlich wird man abends im Bett ohne Licht lesen können, weil man den Status der Erleuchtung erlangt hat. Hm. Noch ohne diese »Erleuchtung« habe ich in den frühen 1980er Jahren ein Buch gekauft, vor allem, weil ich den Titel so tröstlich fand: »Der Erleuchtung ist es egal, auf welchem Weg du zu ihr gelangst«.

Das klang gut, alltagstauglich. Und tatsächlich fügte sich mancher Satz aus einer Radiosendung, aus der Liedzeile eines Popsongs zu einer Erkenntnis zusammen, führte zu tieferer Einsicht und Klarheit. Aber erleuchtet? Hilfreich war die Zensgeschichte, die ich vor vielen Jahren einmal gelesen habe, die ich hier wieder geben möchte, auch wenn sie wahrscheinlich bekannt ist:

»Meister, was muss ich tun, um erleuchtet zu werden?«
»Früh aufstehen, Brennholz holen, Feuer machen,
Wasser holen und Tee kochen.«
»Danke, Meister.«

Am nächsten Tag:

»Meister, und was muss ich tun, wenn ich erleuchtet bin?«
»Früh aufstehen, Brennholz holen, Feuer machen,
Wasser holen und Tee kochen.«

Der Weg zur Erleuchtung ist sicher mehr ein Prozess als ein plötzlich eintretendes Ereignis, geschweige denn etwas auf das man ein Anrecht erwirbt, nur weil man lange genug seine Übungen gemacht hat. Wie schon im vorausgegangenen Deutschen Yoga-Forum (5/08) der geschätzte Kollege Wolz-Gottwald schrieb, kann man interessanterweise des öfteren Menschen antreffen, die in ihrer Selbsteinschätzung nie von einer Erleuchtung bei sich sprechen oder in irgendeiner Form daraufhin arbeiten würden. Mir ist so jemand begegnet als ich eine Weile in einem kleinen Dorf im Westerwald lebte. Abends holten wir unsere Milch bei einem nahen Bauernhof. Und diese Bäuerin dort, mit Gummistiefeln und Kittelschürze im Stall, zeigte wahrhaft universelle Herzenstiefe. Sie sprach Worte der Weisheit, erwachsen aus jahrzehntelangem Leben mit und in der Natur. Von Yoga und Erleuchtungstheorien wird sie sicher nichts gehört oder gelesen haben.

Und was würde zu diesem Thema Nelson Mandela sagen? Vielleicht in Fortführung seiner berühmt gewordenen Rede? »Wieso sollten wir NICHT erleuchtet sein, wieso sollten wir NICHT inneres Licht aus unseren Herzen leuchten lassen und damit die Menschen in unserer direkten Umgebung berühren?« Ja, warum nicht. Also fang an, mit dir und jetzt gleich: Du darfst lächeln und dich eins fühlen mit allem, was dich umgibt. Es ist alles nur eine Projektion deiner inneren Vorstellungen und Bilder, die gesamte sichtbare Welt ist ein von dir und uns Menschen erschaffener Kosmos. Lass dich nicht abhalten, dein Licht in diesen Kosmos zu tragen und es strahlen zu lassen.

Thomas Bannenberg