

Yoga und Tantra - Swami Niranjanananda Saraswati

Du findest das Original auf: <http://www.yogamag.net/archives/2002/bmar02/yogtan.shtml>

Obwohl Yoga weltweit eine grössere Akzeptanz findet als Tantra, muss man zugleich wissen, dass Yoga ein Nebenzweig, ein Teil von Tantra ist. Wir können deshalb erkennen dass viele Komponenten des Tantra, wie etwa Mantra und die Konzentration auf ein Yantra, Bestandteil der yogischen Tradition sind. Die Definition von Yoga ist, die Einheit von Körper, Verstand und Geist zu erfahren. Diese drei Erfahrungszustände sind ein integraler Bestandteil der menschlichen Entwicklung.

Die gesamte Struktur des Yogas ist unermesslich. Sie ermöglicht uns ein Verständnis dafür, wie der physische Körper funktioniert und wie wir die Energien aktiv in unserer physischen Dimension leiten können. Das ist das Wissen um Annamaya und Pranamaya Kosha. Sie ermöglicht uns ein Verständnis der Energien und der Funktionen der verschiedenen Eigenschaften des Verstandes; das ist das Wissen um Manomaya Kosha. Sie ermöglicht uns ein Verständnis über das menschliche Bewusstsein, nicht nur in seiner begrenzten Form, sondern auch in seiner kosmischen, universellen Form; das ist das Wissen um Vijnanamaya Kosha. Und sie ermöglicht uns die Erkenntnis, dass unsere wahre, essentielle Natur nicht auf die weltliche, sensorische und sinnliche Erfahrung beschränkt ist, sondern, dass es über die Sinne hinaus eine Dimension gibt, in der wir die optimale, homogene und integrative Form des menschlichen Bewusstsein erfahren. Eine Dimension, in der Schmerz und Leid, entstehend im Zusammenhang mit der Dimension von Namen, Formen und Ideen, nicht existiert, sondern Einsicht, Erfahrung und gelebte Glückseligkeit herrscht; das ist das Wissen um Anandamaya Kosha.

Um eine Einsicht in diese verschiedenen Dimensionen der menschlichen Erfahrung zu ermöglichen, nutzt Yoga unterschiedliche Techniken. Gewisse sind eigene Techniken, andere kommen aus dem übergeordneten Wissenskörper, dem Tantra, wieder andere aus den Traditionen des Vedanta und Samkhya. Tatsächlich ist Yoga der Faden, der die verschiedenen Gedankensysteme, Traditionen und Philosophien zusammenbringt. Eine Mala besteht aus einzelnen Perlen, doch sind diese mit einem Faden zusammengebunden. Genauso wie Tantra, Samkhya, Vedanta und andere Philosophien als individuell und eigenständig angesehen werden. Was sie für die menschliche Verwendbarkeit sinnvoll macht, ist das Element Yoga, das sie zusammenbringt und ein klares Bild der Vorstellungen, Philosophien, Techniken und Prinzipien dieser verschiedenen Gedankensysteme schafft. Zu denken, dass Yoga ein unabhängiges und individuelles Glaubenssystem oder Philosophie ist, ist deshalb unangebracht und wird dem Ziel und Zweck des Yogas nicht gerecht.

Mantra

Die Aufgabe des Mantras ist es, die geistige Dimension von ihrem selbst erschaffenen Zwang zu befreien. Das ist die Definition des Wortes Mantra. Mantra ist die Kraft, die den Geist von der Macht der Illusion und Ignoranz befreien kann und den Horizont erweitert, um seine wahre

Satyananda Yoga Freundeskreis

Deutschland Schweiz Österreich

Natur erfahrbar zu machen. In diesem Zusammenhang wird das Mantra mit der Verwirklichung von Manomaya Kosha verbunden. Es sind nicht nur Klänge und Worte mit Kraft, die mit verschiedenen Gottheiten in Verbindung gebracht werden. Mantras haben verschiedene Bedeutungen; manche sind yogische Mantras, andere sind universelle Mantras, wieder andere sind religiöse Mantras. Wir erschufen diese unterschiedlichen Assoziationen zu einer bestimmten Person, einem Konzept oder einem Glauben, doch existierten diese Mantras schon bevor wir dazu in der Lage waren, unsere eigenen Assoziationen zu schaffen.

Mantras wurden in jeder Kultur und Tradition, sei es Hinduismus, Islam, Christentum, Vedanta oder Samkhya, anerkannt. So lautet es im christlichen Gedanken: „Am Anfang war das Wort und das Wort war mit Gott.“ Das Wort ist das Mantra. Gemäß des Upanishadischen Gedankens ist es das „Om“. Die *Mandukyopanishad* stellt in ihrem ersten Vers fest;

Omityetatadakharamidam Sarvam Tasyopavyaakhyaanam
Bhootam Bhavadbhavishyaditi Sarvamonkaara Eva,

was folgendes bedeutet: „Das Wort Om, der uranfängliche Klang, repräsentiert Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft und Unendlichkeit.“ Das sind einige Eigenschaften des Klanges Om. Auf diese Weise wirst du feststellen, wenn du die verschiedenen Traditionen betrachtest, dass das Konzept von Mantra schon existierte bevor die menschlichen Wesen auf diesem Planeten erschaffen wurden.

Mantra stellt die göttliche, kosmische Energie, die transformierende, übermenschliche Kraft dar. Wörter übermitteln immer eine Bedeutung. Klänge übermitteln immer eine Bedeutung; sie haben eine bestimmte Höhe, Frequenz und Vibration. Diese Höhe, Frequenz und Vibration wird vom menschlichen Geist verstanden, nicht nur intellektuell sondern auch psychisch. Die Menschen haben den Fehler gemacht zu versuchen, alles mit Hilfe des Intellekts zu rationalisieren. Das ist der größte Fehler, den ein Mensch machen kann. Der Intellekt ist nur ein Bestandteil des Geistes. Es gibt viele Bestandteile und Eigenschaften des Geistes, welche die vom Individuum aufgenommenen Informationen in Form von Wörtern, Vibrationen und in der Form der bestehenden Umwelt, empfangen, filtern und verarbeiten. So, der Punkt der hervorgehoben werden muss ist, dass das Mantra ein kraftvolles, transformatives Werkzeug ist.

Yantras

Yantras sind ebenfalls mächtige Symbole des tiefen Unbewussten; sie sind Symbole der psychischen Persönlichkeit. So wie wir mit unserem Wachbewusstsein Bilder mit Objekten in unserer Welt in Verbindung bringen können, genauso repräsentieren Yantras Symbole, die in der Schöpfung enthalten sind, die Archetypen des menschlichen Bewusstseins sind und das Wachstum des menschlichen Geistes repräsentieren. Es wurde noch nicht viel Aufwand betrieben um die wirkliche Bedeutung von Yantras zu verstehen, weil unser gegenwärtiger Verstand limitiert ist. Yantras sind die eigentlichen Symbole, die das Individuum mit dem wahrhaftigen Bewusstsein verbinden. Yantras sind Werkzeuge, mit dem du das transzendente

Satyananda Yoga Freundeskreis

Deutschland Schweiz Österreich

Bewusstsein erfahren kannst. Die Verwendung von Yantra im Yoga ist dazu da, die Verwirklichung von Vijnanamaya Kosha zu ermöglichen.

Tantra ist definitiv der Vater von Yoga, doch unglücklicherweise wird Tantra im heutigen, sozialen System und der heutigen Glaubensstruktur falsch verstanden. Es gab einen Zerfall unserer Glaubensstruktur und das gilt für alle Bereiche unseres Lebens. Wir sind nicht fähig, die Essenz von Religion oder die Essenz von Philosophie zu erkennen, wir sind nicht einmal in der Lage zu wissen, was normale menschliche Beziehungen sind. Unsere Glaubensstruktur dreht sich um das menschliche Individuum – was „ICH“ als wahr ansehe – das ist alles. Es gibt keine Anerkennung mehr dafür, was wirklich und universell anwendbar ist, es gibt nur Akzeptanz für das, was „ICH“ für mich als angemessen finde, und nichts darüber hinaus. In Folge von selbst geschaffenen Ungleichgewicht, Disharmonie und Egoismus sind wir nicht in der Lage, die Wahrheit hinter dem Schein zu sehen.

Das geschah mit Tantra. Viele Leute denken heute, dass Tantra eine Praxis sei, die Wein trinken, Fleisch essen, Geschlechtsverkehr und die Anwendung von Mantra und Yantra um andere zu kontrollieren und manipulieren, beinhaltet. Leute verbinden Tantra mit Magie – gute und schlechte – je nach dem wie man Gebrauch davon macht. Wie auch immer, Tantra hat drei Aspekte: sattwisch, rajasisch und tamasisch. Tamasisches Tantra kann mit Manipulation und Macht verbunden werden. Rajasisches Tantra wird mit persönlichen Projektionen assoziiert. Sattwisches Tantra ist einzig alleine ein Werkzeug, um die eigenen Beschränkungen zu transzendieren. Unglücklicherweise wird in der Welt heute nur tamasisches Tantra als Tantra wahrgenommen. Sattwisches Tantra ist das lohnenswerte, doch nur wenige Menschen wissen davon.

Trotzdem ist Yoga ein Teil von Tantra. Tatsächlich gibt es ein System im Tantra, das als Yogachara, auf die yogische Weise leben, bekannt ist. Alle Yogapraktiken, sei es Hatha Yoga, Raja Yoga, Patanjalis Yoga, Sivanadas Yoga, das Satyananda oder Iyengar Yoga System, alle fallen unter die Kategorie von Yogachara. Im Laufe der Zeit, wenn das Bewusstsein der Menschen steigt, wird vielleicht die wahre Lehre des Tantra wieder ans Licht kommen. Bis dahin solltest du dein Verständnis von Yoga vervollkommen.