



Patanjalis Yoga Sutren beginnen mit 'ata yoganushasanam' - 'Nun beginnt das Lehren des Yoga'.

Das Wort 'ata' bedeutet 'jetzt'.

In der Indischen Kultur wurde 'ata' synonym für den glückverheißenden Beginn.

Mit 'ata' beginnt ein Werk, mit 'iti' endet es.

So beginnt das Narada Bhakti Sutra mit 'atato bhakti jijnasa'.

Das Brahma Sutra beginnt mit 'atato brahma jijnasa'.

Unzählige Texte beginnen mit 'ata'.

Natürlich bedeutet 'ata' weit mehr als einen glückverheißenden Beginn.

Patanjalis Yoga führt uns zu innerer Ruhe. Während draußen der Sturm weht bleiben wir im Inneren ruhig. Yoga lässt uns das 'ata' erkennen, das 'hier und jetzt'.

Der heutige Mensch ist getrieben. Er rennt gegen Windmühlen. Aber er weiß nicht warum. Und vor allem, er weiß nicht woher die Windmühlen alle kommen. Wir sind Don Quixotes.

'ata' bedeutet, wir erkennen, dass wir im Strudel gefangen sind.

Manchmal bekommen wir Einsicht in das was wir tun. 'ata' bedeutet, dass dies geschehen ist.

'ata' bedeutet, dass wir nach Freiheit von Furcht und Unsicherheit suchen. Dass wir nach einem Leben suchen, das uns frei atmen lässt.

'ata' bedeutet, dass wir unser Zentrum, unser Selbst, erkannt haben. Yoga bedeutet Einheit. Einheit mit der Quelle unseres Daseins. Mit der Quelle, die uns hält, die uns Sicherheit gibt.

Die moderne Welt zeigt uns eine vielfältige Peripherie, doch sie zeigt uns kein Zentrum, sie gibt uns keinen Halt. Wir sind nach außen gerichtet, nicht nach innen. Wir gießen unsere Blätter, nicht unsere Wurzeln.

Eine Geschichte

Ein junger Vogel, gewohnt, sich frei unter dem Himmel zu bewegen, traf eines Tages einen Termiten Verkäufer, der seine Ware feilbot: 'Gib mir eine Feder für eine Termite.' Der Vogel riss sich eine Feder aus und bekam die Termite.

Beim nächsten Mal bot der Verkäufer ihm an: ‚Gib mir eine Feder, du bekommst dafür eine Termiten plus eine Termiten gratis. Der Vogel riss sich eine Feder aus und bekam zwei köstliche Termiten dafür.

Feder um Feder ließ er für die Leckerei.

Bald konnte er nur noch mit Mühe auf einen Baum fliegen, irgendwann ging auch das nicht mehr.

Am Ende konnte er nur noch auf dem Boden herumhüpfen.

In den Himmel zu fliegen war unmöglich geworden.

Eines Tages kam er an einen Termitenhügel. Er dachte, nun könne er seine Federn zurückkaufen. Er suchte den Termiten Verkäufer auf und bot ihm an: ‚Ich gebe dir Termiten und du gibst mir meine Federn zurück. Ich gebe dir drei Termiten für eine Feder.‘

Der Termiten Verkäufer erklärte ihm: ‚Ich verkaufe Termiten. Ich kaufe sie nicht.‘

Es war zu spät. Der junge Vogel hatte seine Freiheit verloren. Er hatte den Himmel aufgegeben.

Yoga ist für Menschen, die erkennen, dass sie wie der junge Vogel leben. Für Menschen, die erkennen, dass sie ihre Federn für Termiten verkaufen.

Yoga ist für Menschen, die ihren Himmel nicht verlieren möchten.

Aus dem Englischen mit freundlicher Genehmigung von Satya Chaitanya