

## Sanskrit, die Sprache der Götter und Yogis

[*Aussage indischer Philosophien: Sprache ist Bewusstsein und Bewusstsein ist Sprache, beide basieren sie aufeinander.*]

Sanskrit ist die älteste kontinuierlich angewandte Sprache auf Erden. Ihre Antiquität und Beständigkeit grenzt an ein Wunder. Es gibt kein grammatikalisches Phänomen, welche sie nicht abdeckt und kein philosophisches Konzept, welches sie nicht schon bis zu Ende formuliert. Sie ist die wunderbare Sprache der Seelenschau, keine andere Sprache erfasst Feinheiten der menschlichen Psyche so exakt und vieldimensional, wie das Sanskrit. Sie war und ist das beliebteste Werkzeug der Yogis und der Götter gleichermaßen.

Reden wir von der indischen Kultur, so denken wir dabei an Yoga - selten aber an Mantra und noch seltener an die Sprache, die all dies hervorgebracht hat. Betrachten wir den Inder in dem, was er denkt, so werden wir dort die Konzepte seiner philosophischen Systeme ausmachen, und wenn wir uns anschauen, was er denn wirklich praktiziert, so werden wir dort überall und zu allen Zeiten das Phänomen des Rituals ausmachen, die Rezitation von Mantren laut und leise. Beide basieren sie auf der wunderbaren Sprache Sanskrit. Der älteste Gebrauch der Wortwurzel  $\sqrt{yuj}$  (*yoga*) ist das „An-jochen an dieses himmlische Gefährt“.

Dem modernen Menschen abhandengekommen, so war es die Grundlage alter Kulturen – das heilige Wort. In so genannter sonantischer Kultur lebten die Menschen in den Klängen und Mantren, den Zuständen schwingenden Bewusstseins, den Gottheiten, mystischen Erfahrungen und Weisheiten ihrer Yogis und Seher. Das Sanskrit war dabei die Matrix für ihre Einsichten, in ihr traten die Götter und Zustände reinen Bewusstseins zutage. Diese Klangformen der Götter und Seinsheiten, die großen Archetypen, galt es zu üben und zu realisieren. Der Yoga war auf diesem Weg ein Werkzeug, nicht das Ziel. Das Ziel war die Befreiung.

An vielen Stellen wird in den Upanishaden mit Nachdruck darauf hingewiesen: „Es kann Sprache dort hin nicht gelangen und auch die Gedanken können es nicht erfassen“. Kein Wort und keine Sprache kann *Es* erfassen.

Das Sanskrit orientierte sich sehr lange an der natureigenen Intelligenz des Universums - so konnte es zu deren bestem Abbild heranreifen. Die Schönheit der Laute, ebenso wie der Sprachaufbau und die Sprachentfaltung, erinnert uns an dieselbe Intelligenz, welche wir nur in der Natur vorfinden. Die Sanskrit Sprache war ein langsames Vortasten an diese Perfektion, welche in der Natur ruht. Der Name Sanskrit bedeutet wortwörtlich die Sprache, „die zur formellen Perfektion“ gelangt ist.

Da jedes Wort eine Klangkomponente und eine Bedeutungskomponente besitzt, so ist es Sprache, die sowohl das Licht einer Anschauung in sich birgt, als uns auch die Bewegung des Klanges erleben lässt. Sprache ist die Schnittstelle von Licht und Bewegung, von Bedeutung

und Klang, von Innen und Außen, und all das auf die subtilste und feinstofflichste Art und Weise. Das Bewusstsein atmet sich durch Sprache.

Oft heißt es, Sanskrit sei zu schwierig. Doch ganz im Gegenteil. Es gibt kaum eine schönere und ganzheitlichere spirituelle Wissenschaft, die mit so viel spielerischer Freude, Inspiration und Erfolg gelernt werden kann wie das Sanskrit. Sie ist die Sprache der Seelenschau, die Sprache der Gegenwart. Wenn wir uns mit ihr beschäftigen, so beschäftigen wir uns mit der ältesten Form des Yogas, dem sich An-jochen an das heilige Wort oder Konzept. Dies ist der Yoga der Sprache, ein Yoga der Gegenwart, ein Yoga der Erkenntnis und subtilen Kraft. Überall birgt die Beschäftigung mit der Sprache, dass wir an ihrer besonderen Kraft teilhaben können und egal ob wir nur den Ast eines Baumes berühren, wir berühren dabei den ganzen Baum.

Der Yoga der Sprache (*vāgyoga*) ist die bewusste Vereinigung von vitalem Wind (*prāṇa*) mit dem Klang des gesprochenen Wortes (*śabda*) und seiner Bedeutung (*artha*) in einem einheitlichen Bewusstsein (*cit*) - die bewusste Einheit von Klang, Bedeutung und Atem. Der Mantra ist der Ort, an welchem diese drei gebunden werden. Er lässt uns an dieser besonderen Kraft nicht nur teilhaben, sondern sie auch üben.

Ein Sanskritstudium beginnt mit dem Alphabet. Jeder Buchstabe des Alphabets ist ein Mantra, die direkte Umsetzung von Bewusstseinskraft in Klang. Dies erfahren wir, wenn wir die 49 Laute des Alphabets rezitieren, ein jeder Laut gleich eine Erleuchtung. Jeder Laut hat einen besonderen Ort im menschlichen Sprachorgan, an welchem er seine stärkste Resonanz entwickelt und eine besondere Anstrengung, welche dabei zu seiner korrekten Aussprache führt – bei Vokalen das jeweilige Zeitmaß und bei Konsonanten die Unterscheidung von sowohl weichen und harten, als auch aspirierten und unaspirierten Lauten. Wahrscheinlich haben wir der Aussprache einzelner Laute in unserer Muttersprache noch nie wirkliche Aufmerksamkeit dargebracht, und nun haben wir hier eine Sprache, welche nur die reinsten, hellsten und resonanzreichsten Laute zulässt und unser Sprachorgan zu einem höchsten Maße in Schwingung versetzt. Das ist eine tolle Erfahrung.

Für den Deutschsprecher leicht lernbar, die korrekte Aussprache des Sanskrit. Korrekt artikuliertes Sanskrit erfüllt unser Sprachorgan mit Bewusstsein, dient der Reinigung der Sprache (*vākśuddhi*), der Reinigung der Gedanken (*cittaśuddhi*) als auch der Reinigung des Körpers (*kāyaśuddhi*). Sie verleiht uns Kraft und erweitert den Geist.

Jeder Laut des Sanskritalphabetes ist die direkte Umsetzung von Bewusstseinskraft in Klang. Indem wir stetig der richtigen Aussprache bezüglich Ausspracheort, Resonanz und Atem gewahr sind, treten wir in einen Fluss der Selbstreflexion, unser Bewusstsein wird zunehmend von der direkten Erfahrung des artikulierten Wortes absorbiert. Mantrayoga ist der stetige Fluss dieser Selbstreflexion.

Das Rezitieren von Mantren in dieser Sprache hat den gleichen Effekt wie Prāṇāyāma, es wird Prāṇa herangebildet und entwickelt. Es wird der Atem weit. Eine gute Atmung kommuniziert mit den Kräften des Universums, während sie eingebettet ist in den Rhythmus des Universums. Gute Atmung löst Energieblockaden. All dies führt zu einem stetig sich weitenden und stetig erhobenen Bewusstseinszustand des Sprechers, der unaufhörlich bleibt, da ein Fluss entsteht, welchen dieser betritt. Hiermit einher geht ein gefestigter und ausgerichteter Geist, denn die

Mantren und Gedanken der Texte sind von zutiefst erhabener Sublimität. Es übt sich der Sprecher somit an einem stetig erhobenen und sich weitenden Bewusstsein in der Schau wunderbarer Konzepte.

Die eigentliche Sanskritpraxis besteht schlichtweg aus der Artikulation der Laute, Worte, Texte und Mantren. Worte hervor zu bringen, sie nach außen zu tragen, zu manifestieren und zu reflektieren, das ist die wichtigste Praxis. Fast alles kann singend gelernt werden. Die Vibration der Sprache soll das Vehikel sein, ebenso wie der Lehrer. Die Sprache selbst zeigt also den Weg. Das Besondere am artikulierten Wort ist es, dass man es direkt erleben kann. Sowohl als Schwingung als auch als die Begegnung mit dem, was das Wort ausdrückt – beide bilden sie die Einheit einer direkten „Begegnung“, eine Unmittelbarkeit sozusagen, mit dem, was das Wort ausdrückt.

Sprache hat Kraft über uns und entweder bindet sie uns in die Welt oder sie schenkt uns Befreiung. Ein paar gehörte oder gedachte Worte genügen, und unser ganzes, inneres Wesen zieht sich zusammen oder erblüht. Sprache hat enormen Einfluss auf unser Befinden. Früh schon lernen wir es, den Eltern wohlzugefallen – oder auch nicht, je nach dem was wir ihnen sagen, was sie hören möchten, in welchen Zustand wir sie versetzen möchten. Dasselbe machen wir auch mit uns selbst.

Über Worte machen wir entweder eine begrenzte Erfahrung, oder wir üben uns an der Grenzenlosigkeit Gottes. Worte lösen in uns ein Gefühl der Freiheit oder der Begrenztheit aus.

Die Worte in der Sanskrit Sprache dringen tief in den Menschen ein, tief in die unteren Schichten des Bewusstseins, dorthin wo man diese edlen Konzepte und lichten Symbole transportiert haben will, die Schlüsselbegriffe der Philosophie, Mantren mit besonderem Inhalt, die Worte einer wunderbaren Realität. Mache selbst diese Erfahrung! Selbst wenn wir ein Wort nur ablesen, so hat es diesen Effekt. Ausschlaggebend ist das bewusste Momentum der Wahrnehmung, während wir es ablesen oder aussprechen.

Es wird immer wieder behauptet, ein Studium des Sanskrit oder des Vedas fördere die Intelligenz. Es stimmt, die Beschäftigung mit dem Sanskrit oder Vedic Chanting erweckt *buddhi* (Intellekt), macht diesen ausgeglichen und ausgerichtet, es erweckt den höheren Intellekt.

Dessen Weiteres:

Vedische Rezitation, so wie auch das Wiederholen anderer Mantren, generiert Kraft. Da wir aus der Magengegend chanten, stimulieren wir unser vitales Feuer (*jaṭharāgni*). Ein gesundes Magenfeuer ist gemäß dem Ayurveda die Wiege aller Gesundheit und Schönheit. Es entfacht das Magenfeuer, ebenso wie das Feuer unseres Intellekts oder unserer Liebe zu Gott.

Vedisches Chanten dient sowohl der Atemschulung als auch der Stimmschulung. Gute Atmung löst Energieblockaden und hebt unser Wohlbefinden an.

Das Chanten in der Gruppe birgt viel Freude. Vedisches Chanten oder ein Sanskritstudium an sich bildet in uns eine spirituelle Grundstimmung aus.

Mantra kann entsprechend mit einer Āsanapraxis verbunden werden. Wir können ein Japa oder Chanten laut oder leise zusammen in unsere Āsanapraxis integrieren. Auch sehr schön bildet es dessen Rahmen.

Ein Yogalehrer, der sich zehntausend Kilometer westlich der Wurzeln dieses Baumes aufhält, kann durch eine Beschäftigung mit dieser Sprache, deren richtigen Artikulation und Intonierung eine Unmittelbarkeit mit der Yogakultur ausstrahlen, eine andere Sicherheit erleben. Ein Sanskritstudium ist ein perfekter Rahmen für ein spirituelles Leben, das stetig voran führt.

Es vermag uns auch in der heutigen Zeit ein spirituelles Studium oder eine Yogapraxis, diese spirituelle Atmosphäre wieder in unser Leben zurückzuholen. Jede ernsthafte Meditationspraxis braucht eine spirituelle Atmosphäre, so wie jede Pflanze echte Erde und das Licht der Sonne.

Um die Blüte auf dem Baum zu schützen, fangen wir bei den Wurzeln des Baumes an. Ein Sanskritstudium schützt die Wurzeln des Yogas, und somit den ganzen Yoga Baum. Yoga nicht seiner selbst willen, sondern als Werkzeug, um aus den Klauen der Egozentrik heraus zu kommen, um etwas Höherem entgegen zu streben.

Exzellenz und Liebe in freien Werken.

Hari Om

© 2010 Vivek Nath