

Bernd Klane

Die Ordnung der Seelenkräfte im Yoga

Die Wirkung des schöpferischen Denkens auf Innenwelt und Umwelt

Inhalt:

1. Lässt sich unser Verhalten durch das Zusammenspiel von Gefühl und Verstand erklären?
Beispiele aus dem täglichen Handeln - Die Bedeutung des eigenen Willen und das svādharma der Bhagavadgītā
2. Die Unterscheidung der Seelenkräfte in der Yoga-Übungspraxis
Der förderliche Aufbau von Spannkraft in vīrabhadrāsana - Die Erweiterung der āsana durch einen seelischen Inhalt (Imagination) - Die Imagination eines geistigen Ideals und die innere Freiheit - Die Unterscheidung von Affirmation, Suggestion und Imagination anhand der Übungsweise – Die Imagination führt zu innerer Erkenntnis
3. Eine Seelenübung anhand einer Pflanze
Die Entwicklung von Konzentration bei der Betrachtung einer Weizenpflanze - Die Erkenntnisbildung zu Ätherkräften (prāna) durch Meditationsübungen - Das schöpferische Denken schafft Raum für wahrheitsvolle Empfindungen, diese wirken ordnend und befeuernd auf den Willen – Das Überschreiten von Paradigmen von Kirche und materialistischer Wissenschaft
4. Gedanken zur Entwicklung von Umweltethik
Unser Umgang mit der Welt : Benützen oder Schützen? - Unterwanderung von Bemühungen zu Nachhaltigkeit durch Profitwillen - Schöpferische Gedankenbildung formt den Willen des Menschen zu tiefer Naturverbundenheit - Die Naturreiche zusammenführen, nicht trennen - Ein Beispiel anhand der Waldnutzung

1. Lässt sich unser Verhalten durch das Zusammenspiel von Gefühl und Verstand erklären?

Wer sich Gedanken um das Zusammenleben der Menschen, um die Gestaltung der privaten oder gesellschaftlichen Zukunft oder auch um den eigenen Fortschritt macht, stößt auf ein bemerkenswertes Phänomen. Das Verhalten der Menschen wird zunehmend so aufgefasst, als würden wir Menschen die eigenen Ansichten und unsere Entscheidungen auf einem persönlichen „Spielfeld“ entfalten, das durch die Koordinatenachsen Gefühl und Verstand (Intellekt) aufgespannt wird. Für das eigene Selbstverständnis betrachtet sich der Mensch häufig im Wechselspiel zwischen diesen beiden Kräften.

In diesem einleitenden Essay soll gezeigt werden, wie uns dieses Menschenbild grundlegend in die Irre führt und der Einzelne erheblich an Gestaltungsspielraum für die Zukunft einbüßt, sei es im Privaten oder im gesellschaftlichen Zusammenhang. Auch nur ein wenig Auseinandersetzung mit einem erweiterten Menschenbild des Yoga schenkt demjenigen, der sich Freiheit im Inneren und Äußeren wünscht sowie Verantwortung gegenüber dem Leben schätzt, weitreichende Möglichkeiten.

Doch zunächst soll die Eingangsthese anhand aktueller Äußerungen und Diskussionen verdeutlicht werden.

- Beispiele aus dem täglichen Umgang:

Ein Mann mittleren Alters interessiert sich für einen Yogakurs und äußert das Anliegen: *„Ich habe den Eindruck, ich lebe zu kopflastig. Ich möchte lernen, meine Gefühle mehr zur Geltung kommen zu lassen.“* Eine Teilnehmerin beschreibt ihr Anliegen so: *„Ich muss mich den ganzen Tag im Büro rational verhalten, abends brauche ich etwas fürs Gefühl.“*

- Die Überschrift eines umfangreichen Artikels zum Thema Klimawandel und menschlichem Verhalten:

„Mehr Gefühl bitte. Mit Argumenten allein lässt sich der Kampf gegen den Klimawandel nicht gewinnen. Man muss die Menschen erreichen und ihnen zugestehen, dem Zeitalter fossiler Energien nachzutruern.“⁽¹⁾

- Ein Zeitungskommentar zum Thema rechter Populismus:

„Die rechte Revolution schöpft ihre Kraft aus einer Welle des Gefühls. Die Linken werden weggespült, wenn sie nur zusehen. Setzt dem rechten Populismus endlich einen linken entgegen!“⁽²⁾

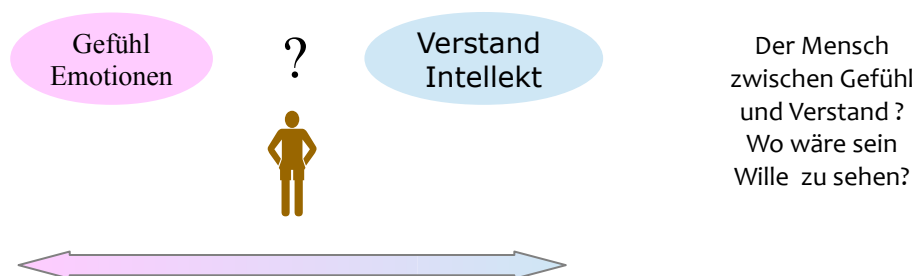
- Eine humorvoll satirische Kolummne zum Verhältnis von Gefühl und Verstand:

„...Das Gefühl hat ja inzwischen den Verstand dermaßen in den Stiefel gestellt, dass der Verstand selbst gar nicht mehr in stolzer alter Verstandesmanier sein „Das ist richtig“ in die Welt donnern darf. Nein, der Verstand muss jetzt, die entsicherte Pistole im Nacken, flüstern: „Es fühlt sich richtig an. ...“⁽³⁾

Oftmals spricht man Frauen mehr eine Gefühlsorientierung, dem Mann eher die Rationalität zu und verbindet dies mit den Tätigkeiten der zwei Gehirnhälften. Relativ neu ist die Behauptung, dass Frauen als Führungskräfte über mehr „emotionale Intelligenz“ verfügen würden.

Der Leser kann selber im Alltagsgeschehen nach Beispielen suchen, bei denen Menschen das Geschehen in diesem „Dilemma“ zwischen Verstand und Gefühl behandeln wollen. Man kann den Eindruck gewinnen, es spielt eigentlich keine Rolle, wie vielfältig und differenziert der Mensch in

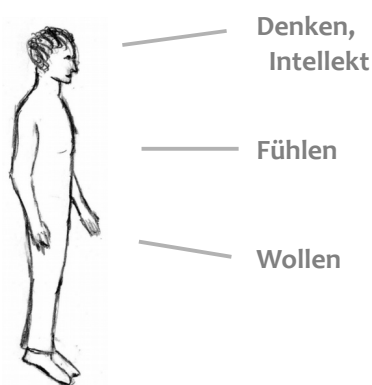
Fachgebieten wie der Psychologie oder der Soziologie mit ihren unterschiedlichen Schulen und Theorien schon lange gesehen wird. Wenn es um das alltägliche Miteinander (oder auch Gegeneinander) geht, wenn Zukunftsvisionen ersonnen oder verworfen werden, lässt sich mit den Polaritäten Gefühl und Intellekt pragmatisch umgehen und erfolgreich argumentieren. Dass dieses Bild offensichtlich nutzbringend angewendet werden kann, hat zu seiner weiten Verbreitung geführt.



Diesem Menschenbild fehlt jedoch etwas Zentrales und dieser Mangel grenzt den Rahmen für das Selbstverständnis des Menschen, für seinen Umgang mit sich selbst und anderen, erheblich ein. Der Mensch wird dadurch genau genommen um eine Kraft reduziert. Dies bleibt für die individuelle Freiheit und die Entfaltung von Lebensperspektiven langfristig nicht ohne gravierende Folgen.

Es ist ein Konsens in den heutigen Wissenschaften über den Menschen, beim Menschen drei wesentliche Kräfte der Seele zu unterscheiden: das Denken, das Fühlen und das Wollen. Bereits diese ganz grundsätzliche Aussage aus dem Schulunterricht⁴⁾ überschreitet die oben so einfach dargestellte Polarität.

Erfahrungsgemäß macht es Menschen keine Schwierigkeiten, Verstand und Gefühl zuzuordnen. Sowie man jedoch den Willen dazu eingliedern soll, verlieren die Beschreibungen von Verstand und Gefühl oftmals an Klarheit und Treffsicherheit.



Die richtige Zuordnung von Denken, Fühlen und Wollen in das eigene Lebensgefüge birgt bereits Komplikationen in sich. Das erleben wir mittlerweile schon daran, dass die Seelenkraft „Wille“ uns im alltäglichen Umgang bereits abhanden geht. Wie kann der einzelne heute seinen ureigenen Willen kennen lernen und diesen von dem Willen eines anderen unterscheiden? Ohne eine eigene Vorstellung, welche Bedeutung der Wille hat, ist das „Dilemma“ zwischen Intellekt und Gefühl nicht lösbar.

Den eigenen Willen finden - das Leben nicht verpassen

Es würde die Möglichkeit dieses einführenden Essays übersteigen, dem Leser ein umfassendes Bild der Seelenkräfte zu vermitteln. Sowohl für das praktische Leben als auch für die eigenaktive Entwicklung der Persönlichkeit sind jedoch schon einfache Überlegungen wertvoll. Drei unterschiedliche Erscheinungen des Willensleben sollen hier zumindest ansatzweise unterscheidbar werden:

- der eigene Wille (wie er mir bewusst ist)
- der Wille eines anderen, der auf mich wirkt
- der ureigene Lebenswille, einer ganz anderen Dimension entsprechend.

Seinen eigenen Willen (wie er einem bewusst ist) lernt der Mensch in der Regel mit dem Erwachsenwerden kennen, indem er immer wieder vor Entscheidungen gestellt wird, zu einer Handlung kommen und mit den Konsequenzen selbstverantwortlich leben muss. Seien es kleine Entscheidungen, wie die Auswahl eines neuen Kleidungsstückes oder einer Speise im Restaurant, oder seien es weitreichende Entscheidungen wie die Wahl eines Partners, einer Arbeitsstelle oder eines Wohnortes.

Der Umgang mit seinen Mitmenschen bringt dabei immer wieder die Notwendigkeit mit sich, den eigenen Willen mit dem Willen eines anderen in einen Kompromiss zu führen, wodurch das Individuum sozialfähig wird. In anderen Fällen muss der eigene Wille an objektive Gegebenheiten des Lebens angepasst werden, z.B. wenn der Wille, ein fernes Land kennen zu lernen an ein begrenztes Urlaubsbudget stößt. Ein stabiler Wille kann den Menschen dann aber auch dazu bringen, mit Kreativität die Gegebenheiten zu überschreiten und neue Möglichkeiten zu kreieren. Zum Beispiel fällt es jungen Menschen mit der entsprechenden Entschlossenheit leicht, sich Grundkenntnisse einer Fremdsprache anzueignen und statt eines Urlaubs eine einfache Arbeit in dem Land der Wünsche aufzunehmen.

Den Willen kennen zu lernen und zu erproben gibt Selbstsicherheit, gleichgültig ob man seinen Willen durchsetzen kann oder ihn zurückstellt. Diese Selbstsicherheit kommt jedoch ins Wanken, wenn der Erwachsene reift, seelische Entwicklungsschritte anstehen und in Krisen die Vielschichtigkeit des Lebens tiefer erkannt wird. Was hat eigentlich diesen Willen - „meinen Willen“- geprägt? Welchen Einfluss hatten die Eltern in der Jugend oder haben sie heute noch? Welcher Einfluss ging von der Gesellschaft und der Kultur, meinen Lehrern und Vorbildern aus? In wie weit lebe ich möglicherweise einen fremden Willen, der z.B. von unserer hochspezialisierten Leistungs- und Konsumgesellschaft nahezu ständig über Werbung und Medien in mich eindringt?

Man mache sich an dieser Stelle einmal klar, welcher Aufwand⁵⁾ in der Werbebranche, in der Personalführung von Firmen und in den politischen Parteien betrieben wird, damit der Mensch glaubt, er will dieses oder jenes Produkt haben, diese oder jene Partei wählen oder diesem und jenem Arbeitsziel dienen. Es gibt nun in der Psychologie, die sich insbesondere in den letzten 150 Jahren in der westlichen Kultur entwickelt hat, viele Sichtweisen und Verständnisansätze, die diesen Fragen nachgehen und es bieten sich heutzutage in Ratgebern vielerlei Strategien für die so genannte Persönlichkeitsentwicklung.

Aus gutem Grund wollen wir aber hier dem Phänomen des eigenen Willens und der eigenen Identität anhand der Yoga-Philosophie nachgehen. Diese Wissenschaft über den Menschen, seinen Ursprung und seinen Entwicklungsweg hat seine Quellen im Indien vorchristlicher Zeit, sie ist nicht nur gut überliefert, sondern hat sich bis heute immer wieder aktualisiert und bietet einen Blick auf Aspekte des Menschenlebens, die uns heute fremd sind.

Die westliche Kultur hat ihr Menschenbild auf eigene Weise entwickelt und ist über markante Schritte wie Kirchenkonstituierung, Mittelalter und neuzeitliche Wissenschaft heute an eine ganz andere Stelle gelangt als andere Kulturen. Was in diesen Schritten an Wissen und Möglichkeiten verworfen und eliminiert wurde, finden wir bei uns schlichtweg nicht mehr vor. Es fällt uns daher zunächst nicht leicht, anhand der Yoga-Philosophie etwas über uns zu lernen, oder anders ausgedrückt in uns etwas als authentisch zu erkennen, für das es seit über 1000 Jahren in der abendländischen, christlichen Kultur keine Worte mehr gibt.

... weiter in der Broschüre . .

„Die Ordnung der Seelenkräfte im Yoga“

Autor : Bernd Klane

Broschüre mit Abbildungen, 64 S.

ISBN 978-3-00-059319-2 erschienen im Selbstverlag 2018

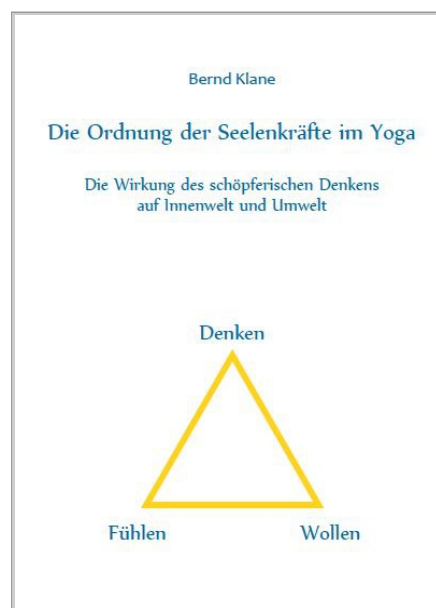
Preis : Euro 11,-

Zu beziehen bei:

Bernd Klane, Sandöschstr. 30, D-88045 Friedrichshafen

Tel. 07541-372708

info(at)yoga-in-friedrichshafen.de



Literaturhinweise und Endnoten zu Teil 1

1) Süddeutsche Zeitung Nr. 127/2016, S. 37 WISSEN; von Christopher Schrader

2) Kolumne von Jakob Augstein S.P.O.N. am 2. Juni 2016

<http://www.spiegel.de/politik/deutschland/populismus-die-linke-muss-mehr-gefuehl-wagen-kolumne-a-1095478.html>

3) Süddeutsche Zeitung 13./14.02.2016, Titelseite DAS STREIFLICHT

4) vgl. Otto Schmeil: **Der Mensch**, Schulbuch für den Biologieunterricht, 1954, S. 109