

Entwicklungsgeschichte des Buches:

Eva, die Bewusstwerdung des Bewusstseins, mit einem Hauch von Samadhi

Rettet die Meditation, das ursprüngliche Ziel in zeitgemäßer Darstellung

In der Regel befragt man zu solchen Themen die Wissenschaft. So hatte auch ich Physik und Mathematik studiert sowie Vorlesungen in Psychologie besucht, wie Goethes Dr. Faust wollte auch ich herausfinden, „*was die Welt im Innersten zusammenhält?*„

Ich entdeckte Vieles, sehr Vieles, leider aber keine Antworten auf Fragen zu meinem eigenen Sein. Die Wissenschaft war und ist auch jetzt noch immer nicht so weit, und sie darf sich dieser Thematik auch nicht in der von uns erwünschten Form annehmen, nämlich ich-bezogen und subjektiv.

Nun, es gibt auch noch die Religionen. Ich war viele Jahre aktives Mitglied einer christlichen Kirchengemeinde und hatte später auch andere Religionsgemeinschaften kennengelernt. Aber, einfach nur zu glauben, das war nicht meine Sache, ich suchte Wissen, nicht Glauben. Es erging mir also wie dem armen Dottore:

„Da steh' ich nun, ich armer Tor, Und bin so klug als wie zuvor!“
Was tun?

*„Es möchte kein Hund so länger leben! Drum hab' ich mich der
Magie ergeben, ...“*

Na ja, nicht als Praxis, aber ich hatte meine Nase auch in magische Literatur gesteckt, jedoch als Naturwissenschaftler war mir das zu suspekt. Anders verhielt es sich mit Yoga, man sprach von der Wissenschaft des Yoga, das klang vertraut und vielversprechend.

Und tatsächlich, in indischen Schriften wie den Veden oder der Bhagavadgita wurden meine Fragen zwar beantwortet, aber wie ich es bereits von der Religion kannte, wurde mir die Antwort einfach vorgesetzt. Möglicherweise fanden sich in den Originalschriften methodische Ansätze, wie ich diese Antworten durch eigenes Erfahren und Überlegen hätte erlangen können, aber ich konnte Sanskrit weder lesen noch verstehen.

Übersetzungen in englischer Sprache oder weiter übersetzt in deutscher Sprache erwiesen sich ebenfalls nicht als hilfreich, bediente sich das Original doch einer bildhaften und symbolischen Ausdrucksweise. Sie entstammte einer Zeit und einem Kulturkreis, der dem Lehrer oder „Guru“ noch uneingeschränktes Vertrauen entgegenbrachte, jegliche Erklärungen waren somit überflüssig und jegliches Gesuch um eine Erklärung galt als Beleidigung. Es war auch nicht hilfreich,

dass viele meiner Yoga-Kollegen und Kolleginnen, welche ich um Rat fragte, einfach zu wissen glaubten.

Endstation, ich wusste nicht mehr weiter, resignierte und vertiefte mich ersatzweise in Arbeit und Überstunden. Oder versuchte es nach Johann Strauss: *„Wer nicht liebt Wein, Weib und Gesang, der bleibt ein Narr sein Leben lang“*.

Mein „zu Grabe getragenes“ Anliegen schlummerte in großer Tiefe und erschien erst im fünften Lebensjahrzehnt wieder an der Oberfläche, um erneut eine Chance einzufordern. Was jetzt? Wie Dr. Faust meine Seele doch noch dem Teufel verschreiben?

Gott sei Dank kam ich auf eine bessere Idee. Zuvor hatte ich mich vorzugsweise auf Wissenschaft und alterprobt Weisheiten verlassen, nach Schopenhauer also vorzugsweise mit fremden Köpfen gedacht. Es war an der Zeit, stärker gemäß Immanuel Kant vorzugehen:

„Sapere aude! Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen ... sich seiner ohne Leitung eines anderen zu bedienen.“

Schon 1908 schrieb Swami Vivekananda sinngemäß: Sollten die Rishis, die alten indischen Weisen, recht gehabt haben, müsste all das, was sie einst wahrgenommen und berichtet hatten, heute noch immer wahrnehmbar und erfahrbar sein. Ich bräuchte also nur die Augen aufzumachen, sorgfältig zu konfrontieren und daraus meine eigenen, wohlgedachten Schlussfolgerungen zu ziehen, anstatt zu glauben, was die Köpfe anderer dachten oder gedacht hatten.

Nun endlich ging es nach und nach voran, brauchte jedoch fast weitere zwei Jahrzehnte, bis ich einigermaßen am Ziel angekommen war. In der klassischen Wissenschaft konnten dank objektiver Methodik einige Wenige Wissen für viele andere zusammentragen. Ging es jedoch um objektiv nicht Erfassbares, musste jeder für sich allein auf subjektive Art und Weise Wissen schaffen. Zum Glück konnten wissenschaftliche „Werkzeuge“ wie Folgerichtigkeit, Reproduzierbarkeit und Widerspruchsfreiheit auch auf Subjektives angewandt werden und so einen profunden, wenn auch „nur“ subjektiven Erkenntnisgewinn ermöglichen. Beide Arten von Wissen erwiesen sich als wertvoll, wie David Servan-Schreiber, Arzt und Forscher, berichtet hatte:

„Nachdem ich zwanzig Jahre damit verbracht hatte, Medizin zu studieren und zu praktizieren, vor allem in großen Universitätskliniken der westlichen Welt, aber auch bei tibetischen Ärzten und indianischen Schamanen, habe ich einige wesentliche Einsichten gewonnen, die sich sowohl für meine Patienten wie auch für mich als hilfreich erwiesen haben. Zu meiner großen Überraschung waren es nicht die Methoden, die man mir an der Universität beigebracht hat ...“

Eva erfreut sich der Wissenschaft, solange möglich und solange der Sache dienlich. Sie bleibt aber nicht stehen, wenn ein Terrain der Wissenschaft nicht zugänglich ist, Eva geht weiter ...

Rettet die Mediation – Das ursprüngliche Ziel in zeitgemäßer Darstellung

Für dieses Buch war noch ein weiterer Ansatz ausschlaggebend.

Alte Schriften, meist in der Form – hoffentlich - originalgetreuer Übersetzungen, versetzten mich regelmäßig in eine Märchenwelt voll unglaublicher Dinge und Fähigkeiten. Ein Yogi, der auf einem bequemen Nagelbrett sitzt und seine Tageszeitung studiert, war dazu geradewegs harmlos. Ich hatte aber nicht studiert, um mich nun mit solchem „Unsinn“ zu beschäftigen und bedauerte den Kauf solcher Literatur erst einmal zutiefst.

Andererseits, mehrfach hatte ich in Rishikesh im Ashram von Swami Sivananda gestanden. Er war Yogi UND in westlicher Medizin ausgebildeter Arzt gewesen, warum erzählte auch er in seinen Schriften dann solchen „Unsinn“? Gab es möglicherweise ein Missverständnis?

Ein Zitat von Sri Chinmoy kam mir in den Sinn:

„Im Gang der Jahrhunderte wäre allerdings das Wissen um die innere Bedeutung dieser Verse und Begriffe fast gänzlich verschwunden und der äußere Aspekt als ihre vollständige Bedeutung angesehen worden.“

Durfte man sich nicht so sehr auf die äußere Beschreibung reduzieren, wäre eine Konzentration auf die innere Bedeutung

zielführender? Es ging um den Menschen, würde ein Vergleich moderner Beschreibungen mit den Darstellungen alter Schriften deren innere Bedeutung offenbaren? Und tatsächlich, erst im Vergleich wurde es mir schrittweise möglich, Missverständnisse aufklären.

Und langsam dämmerte mir, wie die Fokussierung auf objektive Verfahren uns noch nie erreichte technische Errungenschaften ermöglichte. Wie aber gleichzeitig die Vernachlässigung subjektiv introspektiver Verfahren uns zurück in eine geistige Dunkelheit führte, der wir schon einmal entkommen waren, vor tausenden von Jahren ... zumindest als kleine Minderheit.