

## YOGA ÜBER DEN TOD

Leben ist Tod weil die Wirklichkeit non-duales Bewusstsein ist. Die meisten von uns glauben, dass Leben und Tod zwei unterschiedliche existenzielle Faktoren sind: „Jetzt lebe ich und eines Tages werde ich tot sein.“ Aber der Tod ist kein Ereignis sondern schlicht die andere Seite des Lebens. Leben kann ohne Tod nicht existieren und Tod kann ohne Leben nicht existieren. Tag ist Nacht, oben ist unten und Verlangen ist Handlung. Alles hier ist gleichermaßen voneinander abhängig, daher gibt es keinen Moment in dem du nicht tot bist.

Und auf welche Weise erscheint mir täglich der Tod? Er erscheint mir in Form sich ständig verändernder Objekte. Erinnerung dich: alles außer mir, dem grenzenlosen Gewahrsein, ist ein Objekt. Und vergiss nicht, wenn es um die Schöpfung geht, dass es kein Objekt ohne Bewusstsein gibt und kein Bewusstsein ohne Objekte. Ja, ich – das Bewusstsein – bin frei von Objekten. Aber vom Standpunkt eines verkörperten Wesen aus, dem *Jiva*, ist es bedeutungslos von Bewusstsein ohne Objekte zu sprechen genauso bedeutungslos wie von Objekten ohne Bewusstsein. Der Tod ist also einfach nur Veränderung. Geburt ist die Erscheinung eines Objektes und Tod ist das unausweichliche Verschwinden eines Objektes. Warum ist dann das unausweichliche Verschwinden des Körpers, der nur ein vergängliches Objekt unter vielen ist, so wichtig für uns? Wenn du dir deine Erfahrung genau anschaust, wirst du eine zutiefst verstörende, eingebaute Angst finden, die scheinbare Nicht-Existenz des Körpers betreffend. Warum hetzen wir wie verrückt von einer Erfahrung zur nächsten? Warum nehmen wir uns nicht einfach die Zeit und kosten jeden Moment unseres todesähnlichen Lebens aus? Weil wir denken, dass die Zeit knapp wird. Aber die Zeit wird nicht knapp. Die Zeit ist ewig. In diesem Leben oder im nächsten tanzen Leben und Tod Seite an Seite, verschlungen in ewiger Umarmung.

Im zweiten Kapitel der *Bhagavad Gita* sagt Krishna zu Arjuna: „Die Weisen trauern weder um die Toten noch um die Lebenden.“ Diese scheinbar schockierende Behauptung bedeutet ganz einfach, dass die Emotionen, die wir investieren um Objekte zu bekommen oder zu behalten, vollkommen überflüssig sind. Gewinn bedeutet Verlust und Verlust bedeutet Gewinn. Wenn du ein Objekt hast – zum Beispiel eine Erfahrung – dann existiert sie anscheinend nicht, ebenso wie sie anscheinend doch existiert. Was gibt es hier zu gewinnen – oder zu verlieren?

Das Wort „*Yoga*“ hat im Sanskrit zwei Bedeutungen. Die bekannteste Bedeutung ist: „etwas zu erlangen, zu gewinnen.“ Als du den Titel dieses Essays gelesen hast, dachtest du vielleicht ich würde eine spezielle Technik vorstellen, wie man mit Veränderung umgeht. Es gibt keine Technik, die ein sterbliches Objekt in ein unsterbliches verwandelt, zum Beispiel den Körper.

„Thematik“ ist die zweite Bedeutung des Wortes *Yoga*. Daher bedeutet das *Yoga* über den Tod „Die Thematik des Todes“. Worum geht es also? Das Verstehen dieser Thematik verwandelt sterbliche Objekte in unsterbliche Objekte und befreit den *Jiva* von Sorgen. Warum? Wenn wir Leben und Tod ergründen sehen wir, dass es keinen Unterschied zwischen ihnen gibt: Leben ist Tod und Tod ist Leben. Wenn das stimmt – und das tut es – worüber sollte man sich dann Sorgen machen? Wenn du lebst bist du bereits tot. Also tanze Skelett, tanze!