

**Eine gute Frage und eine tiefgründige Antwort**

*Im Folgenden wird ein kürzlicher Dialog zwischen einem Schüler und dem Guru wiedergegeben:*

**Die Frage des Schülers:**

Lieber Guruji,

Ich habe eine Frage bezüglich der Bedeutung des Begriffs „Opfer“ in der Gita. In Kapitel 4, Verse 28 - 29 spricht Krishna über das Opfern von materiellen Besitztümern, aber auch von Handlungen wie dem Einatmen in die Ausatmung - .... Ich kann „Opfern“ verstehen, wenn es sich auf materiellen Besitz bezieht. Aber inwiefern ist das Opfern der Einatmung in die Ausatmung ein Opfer?

Wenn ich darüber nachdenke, stellt sich mir eine Frage.

Was ist die tiefere Bedeutung des Opfers?

**Die Antwort des Gurus:**

Sehr lieber .....,

Deine Frage ist in der Tat tief und vernünftig. Das Wort ‚Yagna‘ in der Sanskritsprache hat je nach Kontext verschiedene Bedeutungen.

1) Opferung von materiellem Besitz, was darauf hindeutet, dass das Leben (zu leben) auf den Bedürfnissen und nicht auf dem denkenden Geist (Gier) basiert sein soll. So ist die Nächstenliebe zu armen Menschen heilig.

2) Beständiges und regelmäßiges Üben verschiedener Körperhaltungen, um den Körper fit und gesund zu halten, sowie das Singen heiliger Worte (in Sanskrit ‚Mantra‘ genannt), um die Aufregungen des Geistes zu beruhigen.

3) Die Kunst der Meditation - wahlfreies Gewahrsein - mit Sorgfalt zu praktizieren, um aus der Enge der Gegensätze im Geist herauszukommen und einen Blick auf das ALLWISSENDE - ALLGEGENWÄRTIGE zu werfen.

4) Eine intensive Bedeutung von ‚Yagna‘ ist ‚Yataartha Gnyan‘, direkt zu wissen, ‚was ist‘ - nicht das Sammeln von geliehenem Wissen aus Schriften und das Formulieren von ‚was sein sollte‘, um sich weiter an dem Mythos namens Verstand, ‚Ich-heit‘ (trennende Psyche), der Krankheit ist, zu ergötzen!!!

Im Kriya-Yoga Programm ist der Abend des ersten Tages ausschließlich dem Kennenlernen und Verstehen der tiefgründigen Lehren des SWADHYAY Phänomens gewidmet.

Am zweiten Tag lernen wir tiefgreifende Kriya-Übungen - die wichtigste davon heißt Kriya Pranayam. Das ist die Neutralisierung der Einatmung durch die Ausatmung und sich dadurch für einen fast „atemlosen Zustand“ zu öffnen. Ich demonstriere dies trotz meines hohen Alters recht gut. Dies wird genau in dem von dir erwähnten Vers Nr. 29 beschrieben.

Dies ist die tiefere Bedeutung des Wortes ‚Opfern‘. Das Opfern des trennenden Bewusstseins (Verstand) für das Aufwachen im nicht-dualen Gewahrsein in unserem eigenen inneren Wesen (Leben).

**Jai Yagna**