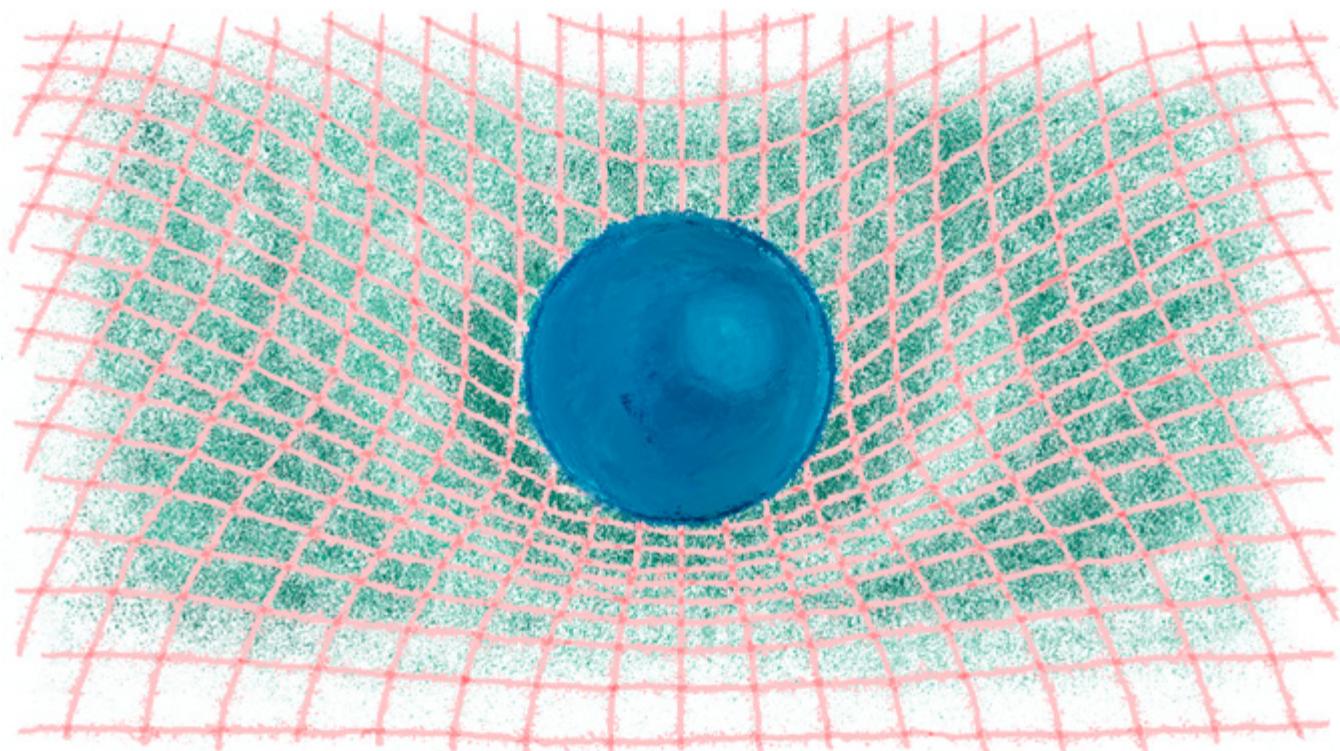


YOGA UND DIE RELATIVITÄTSTHEORIE

Von der relativen und der absoluten Wirklichkeit

Der Vedānta der Upanishaden und die Bhagavadgītā kommen zu der Erkenntnis, dass es eine relative und eine absolute Wirklichkeit gibt. Parallelen zu den Erkenntnissen Albert Einsteins, die in seiner allgemeinen und speziellen Relativitätstheorie zu finden sind, kommen zu ähnlichen, empirisch bewiesenen Schlüssen.

Text: Dr. Dirk R. Glogau



Wir erleben im Alltagsgeist diese Welt so, wie sie anscheinend ist. Betrachten wir diese Welt aber »von außen« – sei es in der Meditation oder in der »modernen« Physik – sind wir in der absoluten Wirklichkeit jenseits der Zeit. – Den gegenwärtigen Augenblick gibt es aus dieser Perspektive gar nicht und die Alltagswelt, so wie wir sie sehen und erleben, existiert nur in in unserem Geist – oder in der

Terminologie des Radikalen Konstruktivismus – in unserem kognitiven System.

Die erste Lektion Krishnas

Im zweiten Kapitel der Bhagavadgītā beginnt Krishna Arjuna zu unterweisen. In seiner ersten Lektion erläutert er, dass das eigentliche Wesen aller

dort auf dem Schlachtfeld anwesenden Menschen nie geboren wurde und nie sterben wird. Alles, was dem Wechsel von Entstehen und Vergehen unterworfen ist, ist lediglich grob- wie feinstoffliche Materie. Und die unterliegt eben diesem Gesetz von parināma. Es gibt also eine absolute Wirklichkeit »hinter« der Welt der Erscheinungen, die reines, zeitloses Bewusstsein ist. In der Terminologie des Vedanta: ātman. Und dieser ist identisch mit brahman, was der deutsche Philosoph Arthur Schopenhauer treffend mit Weltgeist übersetzt hat. In der Philosophie des Advaita-Vedānta, der dann lange nach der Gita mit den Lehren von Shankara seine radikalste Form erreicht, bedeutet das, dass die einzige Realität ātman/brahman ist und die Alltagswelt lediglich Illusion, māyā.

Die Philosophie des OM

Zu diesen Erkenntnissen führen nicht nur philosophische Überlegungen und Spekulationen. Sie sind auch nach Vedānta, Sāṅkya und vor allem Yoga aber auch anderen Traditionen wie den buddhistischen Schulen in der Meditation unmittelbar erfahrbar. Die Māndūkya-Upanishad erläutert diesen Zusammenhang anhand der Philosophie des OM. OM besteht aus vier Elementen: A und U, die lautgesetzlich im Sanskrit zu O verschmelzen, M und der nachfolgenden Stille. Die ersten drei Elemente stehen für das Wachbewusstsein, in dem wir die relative Welt erleben, den Traum und den Tiefschlaf. Das vierte, turīya, steht für die Erfahrung der absoluten Wirklichkeit jenseits der Welt der Erscheinungen. Und die ist eben in der Meditation erfahrbar.

Einsteins spezielle und allgemeine Relativitätstheorie

Interessante Parallelen ergeben sich überraschenderweise, wenn man die Aussagen der speziellen und der allgemeinen Relativitätstheorie Albert Einsteins zu Ende denkt. Besonderes Gewicht kommt diesen Aussagen zu, weil es sich dabei keinesfalls nur um eine Theorie handelt, die mathematisch stimmig darstellbar ist. Die Aussagen der Relativitätstheorie sind empirisch überprüfbar und seit vielen Jahrzehnten experimentell belegt.

Albert Einsteins (1879 bis 1955) spezielle Relativitätstheorie von 1905 und seine allgemeine Relativitätstheorie von 1915 beschreiben die Welt der Objekte. Die Welt/das Universum besteht demnach aus den Aspekten

- Raum-Zeit (drei Raum-Dimensionen plus Zeit) und
- Materie/Energie.

Die Position eines beliebigen Objektes ist durch vier Koordinaten beschreibbar: die drei Dimensionen des Raums Länge, Breite und Höhe sowie Zeitpunkt. Materie und Energie sind quasi Aggregatzustände ein- und desselben Prinzips und können ineinander umgewandelt werden. Wandelt sich Materie in Energie um, werden enorme Energien frei. Das resultiert auf der Formel $E = mc^2$, die bedeutet, dass die freigesetzte Energie sich aus dem Produkt der Masse der umgewandelten Materie mit dem Quadrat der Lichtgeschwindigkeit von circa 300 000 Kilometern pro Sekunde errechnet. Darauf beruht das Prinzip von atomarer Kernspaltung und Kernfusion. Materie krümmt darüber hinaus den Raum, ist also die Ursache der Gravitation. Die kürzeste Verbindung zwischen zwei Punkten ist dann folglich eine Kurve. So können wir beispielsweise Objekte sehen, die eigentlich hinter der Sonne sind.

Die maximale Bewegungsgeschwindigkeit von Objekten im Raum beträgt circa 300 000 Kilometer pro Sekunde. Dabei gilt: Je schneller Objekte sich im Raum bewegen, umso langsamer bewegen sie sich in der Zeit. Ein Prinzip, das beispielsweise bei Teilchenbeschleunigern in der experimentellen Physik genutzt wird, aber auch messtechnisch schon bei schnell fliegenden Flugzeugen nachweisbar ist. Und je schneller sich ein Objekt bewegt, umso größer wird seine Masse. Bei Annäherung an die Lichtgeschwindigkeit geht sie gegen unendlich.

Einstein hat die Verlangsamung der Zeit bei größerer Geschwindigkeit selbst am Beispiel des sogenannten Zwillingsparadoxons erläutert: Zwei Zwillingsbrüder ergreifen unterschiedliche Berufe. Während der eine – nennen wir ihn Sepp – auf der Erde bleibt, wird der andere – nennen wir ihn Max – Astronaut. Max nimmt an einer Raumfahrtmission teil und fliegt mit einem sehr schnellen Raumschiff zu fernen Planeten. Aufgrund der unterschiedlichen Bewegungsgeschwindigkeiten der beiden Zwillingsbrüder im Raum vergeht für sie die Zeit unterschiedlich schnell. Eines Tages kehrt der langsamer gealterte und somit noch jugendliche Max zur Erde zurück und trifft seinen Bruder Sepp wieder. Der ist inzwischen alt und grau geworden, weil er sich aufgrund seiner Langsamkeit im Raum mit maximaler Geschwindigkeit durch die Zeit bewegt hat.

Der Lebenszyklus aller Objekte – also auch aller Lebewesen – ist als Weltlinie in der Raum-Zeit beschreibbar. Dabei gibt es physikalisch so etwas

wie Gleichzeitigkeit und Gegenwart gar nicht. Die Welt- oder Raum-Zeitlinien aller Objekte, also auch von uns Menschen, sind bewegungslos und gewissermaßen unvergänglich, also ewig. Einstein selbst hat daraus gefolgert, dass Gegenwart, Zukunft und Vergangenheit wie Wörter und Sätze in einem Buch sind. Von »außen« betrachtet sind sie sozusagen alle in der Welt enthalten. – So wie in einem Buch alle Seiten vorhanden und mit Worten bedruckt sind – unabhängig davon, auf welcher Seite die Leserin/der Leser gerade liest. Niemand käme auf die Idee, wenn sie oder er beim Lesen eines Buches auf Seite 20 ist, dass die Seite 25 noch nicht geschrieben und gedruckt ist.

»Gott würfelt nicht.« – Einstein hat mit diesem Satz die Überzeugung zum Ausdruck gebracht, dass in seinem Weltbild kein Raum für Zufall ist und Objekte und Ereignisse systemisch miteinander verbunden sind. Es ist sicherlich ein erstaunlicher wie vielleicht auch schöner oder tröstlicher Gedanke, dass alle von uns erlebten Augenblicke und Begegnungen ewige Bestandteile dieses Universum-Buches sind. Vergangene Augenblicke und Begegnungen sind ewig und unvergänglich so wie die Seite 20 eines Buches weiter existiert, auch wenn wir gerade die Seite 25 lesen. In diesem Sinne bedeutet der Tod auch nur den Endpunkt einer Weltlinie, aber nicht das Auslöschen des individuellen Lebens, das ewiger Bestandteil des Universums ist. Alle Wesen und Ereignisse dieser Welt sind somit unauslöschbarer, ewiger Bestandteil des Universums.

Freiheit und Verantwortung

Wenn nun der gegenwärtige Augenblick physikalisch nicht existiert und alle Ereignisse im »Buch des Universums« enthalten sind, stellt sich die Frage, inwieweit es eigentlich Freiheit und Verantwortung überhaupt gibt. Aus der Perspektive der absoluten Wirklichkeit ist dafür wohl kaum ein Raum. Daraus könnte ein fatalistisches Weltbild resultieren, steht doch alles schon in diesem Buch. Im Alltagsgeist gibt es aber weiterhin den gegenwärtigen Augenblick, Vergangenheit und Zukunft. Und auf dieser Ebene der relativen Wirklichkeit gilt weiterhin, dass wir in Freiheit und Verantwortung handeln. Darauf verweist dann auch Krishna in der Gītā, wenn er im weiteren Verlauf des Lehrgesprächs mit Arjuna die Konzepte des Karma-Yoga ausführt. Wir haben in der relativen Wirklichkeit des Alltagsbewusstseins die Freiheit zu entscheiden, ob und wie wir handeln, und wir können uns entscheiden,

unsere Aufgaben zu erfüllen, vor die uns das Leben stellt – oder eben nicht. Und die Konzentration auf den gegenwärtigen Augenblick ermöglicht es uns in der Meditation, die absolute Wirklichkeit zu erfahren. So ist der gegenwärtige Augenblick das Tor zur zeitlosen Ewigkeit und Unendlichkeit absoluten Seins. – Eine Einheitserfahrung, die uns auch in unserem Alltagsbewusstsein verändert, das Geschehen relativiert und uns emotional klärt, so dass wir immer mehr Zuneigung und Mitgefühl allen Wesen gegenüber empfinden. Denn im Kern sind wir alle eins und unvergänglich – tat tvam asi.

Literatur

- A. C. Bhaktivedanta Svami Prabhupada:** Bhagavad-Gita, wie sie ist. Alachua: Bhaktivedanta Book Trust 1987
- Bhagavad-Gita; Ashtavakragita – Indiens heilige Gesänge. Kreuzlingen; München:** Dietrichs Gelbe Reihe 2004
- Easwaran, Eknath (Hg.):** Die Upanishaden. München: Goldmann Verlag 2008
- Glogau, Dirk:** Der Yoga der Physik. In: Deutsches Yoga-Forum 3/2012
- Glogau, Dirk:** Krishnas Lehren. In: Deutsches Yoga-Forum 4/2012
- Hoffmann, Banesh; Dukas, Helen:** Einstein – Schöpfer und Rebell. Dietikon; Zürich: Belser Verlag 1976
- Maturana, Humberto R.; Varela, Francisco J.:** Der Baum der Erkenntnis. München: Goldmann Verlag 2005
- Russel, Bertrand:** Das ABC der Relativitätstheorie. Frankfurt am Main: Fischer Verlag 1997
- Varela, Francisco J.; Thompson, Evan:** Der Mittlere Weg der Erkenntnis. Bern: Scherz Verlag 1992
- von Brück, Michael (Hg.):** Bhagavad-Gita – Der Gesang des Erhabenen. Frankfurt am Main: Verlag der Weltreligionen 2007
- Watzlawik, Paul:** Wie wirklich ist die Wirklichkeit? München: Piper Verlag 2018

DIRK R. GLOGAU

Yogalehrer BDY/EYU, Dr. phil., Leiter der Yogaschule Oberösterreich, Mitglied im Vorstand von Yoga Austria – BYO, Leiter des Yoga Zentrum Bayerwald, www.yoga.at, yogaschule-oberoesterreich.at, www.yoga-bayerwald.de