

Wie laut kannst du sein?

Oder „Never stop dreaming!“

01.09.19

Wie laut kannst du sein? Und was hat das mit deinen Träumen zu tun? Komische Fragen in einem Yoga Blog, denkst du vielleicht!? Sind Yogis nicht das Gegenteil von laut: sanft, behutsam, still? Ja - das sind sie auch. Und manchmal zu sehr. Einer meiner Lehrer, Sukadev Bretz, sagt gerne: "Sei kein lauwarmer Yogi". Hab Ideale. Never stop dreaming. Hör niemals auf zu träumen. Träume sind nicht nur Schäume. Träume sind immer der Anfang. "I have a dream" sagte mal ein sehr kluger und mutiger Mann mit einer Vision. Der Vision, dass alle Menschen, egal welcher Hautfarbe die gleichen Rechte haben und miteinander leben wie Brüder und Schwestern. Er war friedvoll, aber er war nicht leise. Und seine Botschaft war: wenn Du was zu sagen hast, dann sag es laut. Sehr laut...Das ist aus vielen Gründen oft leichter gesagt als getan. Hast Du als Kind vielleicht gehört, dass 'wohlerzogen' heisst: höflich, brav und meistens leise. Hast Du auch mal Ladehemmung, wenn Du Deine Stimme richtig raus lassen sollst (ausser Du bist vielleicht Sänger und Schauspieler...). Ich hatte früher zu solchen Gelegenheiten meistens einen dicken Klos im Hals. **Vor zwanzig Jahren hatte ich eine etwas verrückte Freundin.** Sie liebte es nachts vor die Tür zu gehen und wie eine Wölfin den Mond anzuheulen. Sie wohnte am Waldrand und eines Tages, als wir beisammen saßen, nahm sie mich bei der Hand und sagte "Komm mit!" Sie zog mich den Waldweg entlang bis wir ausser Hörreichweite aller Behausungen waren und sagte "Schrei in den Wald!" Waaas? Ich? Wieso? Wenn mich jemand hört und sich Sorgen macht?" Sie sagte nur "Tu's einfach!" und ich erhob meine Stimme...erst zaghaft, dann lauter, ich tat es ihr nach und heulte wie eine Wölfin und dann schrie ich. Ich schrie was das Zeug hält. Meine Stimme kam aus der Tiefe und befreite sich. Es tat so gut. Seitdem weiss ich, ich kann's. Und ich tu es. Wenn ich Ungerechtigkeit erlebe. Wenn in Indien jemand unsere Reisegruppe bedrängt. Wenn mir ein Mann in einem Nachtzug an die Wäsche will. Ich kann schreien, dass die Wände wackeln....Es sind keine weltbewegende Momente und es ist einfach genau das, was im großen Bild des kleinen Lebens gebraucht wird. Wenn es etwas gibt, wofür du einsteht: zeig Dich! Erhebe deine Stimme: mal leise, mal laut, mal sanft, mal mit einem Erdbeben, wenn es nötig ist. **Sei da mit deiner Stimme.**

Sei da!

Wir freuen uns auf dich.

Shakti

und dein ganzes Team von Yoga Vidya Speyer