

# ***Nada: Das indische Konzept des Klangs***

## ***Interview mit Lav Sharma***

*Yoga Journal:* Lav Sharma, Sie sind erfahrener Yogalehrer, sehr bewandert in der klassischen, indischen Musik und ein beliebter Tablaspieler; Nada Yoga bezeichnet ja eigentlich "Yoga des Klangs". Können Sie uns den Begriff „Nada“ etwas näher erklären?

*Lav Sharma:* Der Begriff Nada stammt aus den Veden, den ältesten religiösen Texten Indiens, die auf Jahrtausende vor Christi Geburt zurückgehen. Nada oder Nad bedeutet wörtlich "die immerwährende Schwingung des Weltalls".

*Yoga Journal:* Welches ist der Zusammenhang zwischen Nad und Musik?

*Lav Sharma:* Alle für unser Ohr hörbaren Klänge entstammen Anahadnad, der absoluten Stille. Wenn wir uns in einer meditativen Stimmung befinden, wo der Geist zum Schweigen kommt und innere Stille herrscht, können wir diesen inneren, nicht manifestierten Klang vernehmen. Nad oder Anahadnad, das heisst hörbare Schwingungen entstehen, wenn die Stille "verletzt" wird, zum Beispiel durch die menschliche Stimme, durch das Anschlagen einer Zimbel, eines Gongs oder des Fells einer Trommel, so dass der Klang sich manifestiert.

Nad, der noch undifferenzierte Klang, umfasst alle Klänge der Tonleiter, die der Musik zugrunde liegen. Werden nun diese Klänge differenziert und auf eine bestimmte Art angeordnet, so entsteht Musik, "Sangeet".

## **„Auch heute noch wird in brahmanischen Schulen das Alphabet gesungen und nicht aufgesagt.“**

*Yoga Journal:* Welches ist der Zusammenhang zwischen den Veden und der klassischen indischen Musik?

*Lav Sharma:* Nad kann sich als Klang (Swara) oder als Wort (Shabda) offenbaren. Das Alphabet wird mit Hilfe von Nad erzeugt und hörbar gemacht. Übrigens wird heutzutage das Sanskrit Alphabet in brahmanischen Schulen Indiens nach wie vor gesungen und nicht aufgesagt, eine Tatsache die auf den gemeinsamen Ursprung von Sprache und Musik hinweist. Aus dem Alphabet entstehen Wörter und aus Wörtern entsteht die Sprache. Somit kann Nad als alles durchwirkende Energie der menschlichen Aktivitäten erachtet werden.

Möglicherweise ist die Rezitation des Rig Veda die Urquelle der heutigen klassischen Musik Indiens. Es ist allgemein bekannt, dass die Veden während Jahrhunderten mündlich überliefert wurden, wobei die Regeln der Aussprache, die Silbenlänge und die Tonlage sehr streng zu befolgen waren. Der melodische Aspekt dieser vedischen Rezitation war allerdings, und ist heute noch, sehr beschränkt. Mantren und vedische Ritua-

le werden gewöhnlich in einer Terz (drei sich folgende Noten der Tonleiter) gesungen, wobei der Grundton als Svarita, die eine Sekunde darüberliegende Note als Udatta und die darunterliegende Note als Anudatta bezeichnet wird.

Im Sama Veda, dem dritten der vier Veden, werden Regeln des vedischen Gesanges eingehend behandelt; im weiteren sind vier neue Noten zugefügt und somit entsteht die vollständige Oktave, Saptak genannt. Saptak bedeutet eigentlich "sieben Grundnoten", sieben Swaras. Diese sieben Swaras kann man ungefähr den Noten der C-Dur Tonleiter gleichsetzen, und sie werden in der indischen Tradition Sa Ri Ga Ma Pa Dha Ni genannt. Die Unterteilung in Zwischentöne ist allerdings sehr viel subtiler und komplexer als in der westlichen Musik. Es bestehen insgesamt 22 Shrutis in einer Oktave, das heisst 22 kleinste Tonunterschiede, die vom menschlichen Ohr noch unterschieden werden können. Nach und nach entwickelten sich zahlreiche, verschiedene Tonarten.



Zeichnung: Hana Vittkova

## **„Die zwei Grundpfeiler der indischen Musik sind Raga, die Melodie und Tala, die rhythmische Struktur.“**

*Yoga Journal:* Wie ist die Musik Nordindiens aufgebaut?

*Lav Sharma:* Das Konzept der indischen Musik ist von dem der westlichen Musik ziemlich verschieden. Die zwei Grundpfeiler der indischen Musik sind Raga, die Melodie oder Tonart, und Tala, die rhythmische Struktur. Ein Raga besteht aus mindestens fünf und maximal sieben Noten einer gegebenen Tonleiter, wobei die Bewegung innerhalb der aufsteigenden (Arohana) und absteigenden (Avarohana) Tonleiter vorgegeben ist. Der Musiker besitzt somit gewisse "Bausteine", auf deren Basis er improvisiert.

Raga bedeutet wörtlich übersetzt "Gefühl, Zuneigung, Emotion"; die Inder hatten seit langem erkannt, dass gewisse Klänge oder Tonfolgen gewisse Emotionen beinhalten, und diese auch in uns auszulösen vermögen. Im Natya Shastra, einer der ältesten Abhandlungen und Lehrbücher der indischen Musik, steht das Folgende in diesem Zusammenhang: "Ein Raga verleiht dem Herzen und Geist des Menschen Farbe und Tönung. „Wenn der Artist die innewohnende Emotion eines Ragas zu entfalten weiss und sich ihr mit Hingabe geradezu unterwirft, so kann er wahre Wunder vollbringen.“

Tala bedeutet soviel wie „rhythmischer Zyklus“. Nach einer rein melodischen Einführung setzt die Begleitung durch Tala ein, was soviel bedeutet wie ein zyklisch wiederkehrender Rhythmus von zum Beispiel 16, 12 oder 10 Schlägen, gewöhnlich auf "Tablas", Pakavasch" oder ähnlichen Perkussionsinstrumenten gespielt. Somit entsteht eine echte Quelle der Inspiration für beide Musiker: sie erfreuen sich alle beide der Freiheit der Improvisation und müssen sich dennoch nacheinander richten, Frage und Antwort spielen und dabei die Spielregeln beachten.

## **„Nada ist der alles durchdringende Klang, der den Menschen mit Glückseligkeit erfüllt und ihm erlaubt, das höchste Ziel zu erreichen.“**

Durch das Zusammenspiel von Melodie und Rhythmus, durch den Dialog und die gegenseitige Herausforderung der beiden Artisten entsteht eine einzigartige Energie und Stimmung, die sich auf die Zuschauer überträgt und ihre Herzen erfüllt. Somit kann Nada als alles durchdringender Klang erachtet werden, der es vermag, den Menschen mit Glückseligkeit zu erfüllen und ihm erlaubt, das höchste Ziel zu erreichen: die Erlösung von menschlichem Leiden."

*Yoga Journal:* Wie kann nun Musik und Klang mit Yoga in Verbindung gebracht werden?

*Lav Sharma:* Einerseits müssen wir uns im Klaren darüber sein, dass die Übersetzung des Sanskrit Begriffs „Swara“ in westliche Sprachen dem eigentlichen Sinn nie ganz gerecht wird. Swara bezeichnet nicht nur den Klang oder die Note, sondern seine Bedeutung ist viel umfassender: Der Begriff Swara besteht aus zwei Teilen. „Swa“ bedeutet „das Selbst“, „Ra“ bedeutet „scheinen“, „aufleuchten“. Wenn Swaras erzeugt werden, erlaubt man dem Selbst, zu erscheinen, seinen Glanz zu entfalten. Es ist das

Selbst, das dem Swara erlaubt, aufzuleben und ergreifend zu sein. Je grösser die Hingabe des Musikers oder Sängers zu seiner Musik ist, umso stärker vermag das Selbst in Erscheinung zu treten.

Somit kann das Praktizieren von Swaras, sei es nun durch einen Artisten oder durch einen Yoga Praktikanten, als ein Weg zurück zum Selbst erachtet werden. Die Vereinigung mit dem Selbst, die Erkenntnis, dass Atman (das Selbst oder die menschliche Seele) und Paratman (das Über selbst, das reine, nicht manifestierte Bewusstsein) schlussendlich dasselbe bedeutet, ist ja das eigentliche Ziel aller Yogapraxis.

Andererseits finden wir in gewissen Upanishaden, so zum Beispiel in der Chandogya Upanishad oder der Mandukya Upanishad genaue Erläuterungen zur Genese und Bedeutung der Silbe „Aum“, sowie zur Praxis, diese Silbe zu rezitieren und darüber zu meditieren. Aum wird ebenfalls als "Urklang" betrachtet, als Ursprung des geschaffenen Universums.

Die Silbe AUM bedeutet nichts anderes als das Selbst. Jedermann der sich dessen bewusst wird, „tritt durch sein Selbst in das Selbst ein“ heisst es in der Mandukya Upanishad. Daraus können wir schliessen, dass das Rezitieren der Silbe Aum uns erlaubt, uns mehr und mehr zu verinnerlichen, um schlussendlich in das Selbst, den Ursprung alles Manifestierten, einzutreten. Somit besteht ein offensichtlicher Zusammenhang mit Musik, Klang, Nada und der Yogapraxis, wo es ja letzten Endes darum geht, das Selbst zu erfahren."

*Das Interview mit Lav Sharma führte Lucie Wildi*



*Lav Sharma*