

Yoga-Bedeutung für die Gesellschaft (Deutsches Yoga-Forum 5/1999)

Was hat Yoga mit Politik zu tun? „Gar nichts!“ will die erste Antwort lauten. Doch dies ist ein Irrtum.

Schon immer war Yoga eng mit dem Bereich des Politischen verbunden. Zahlreich sind die Geschichten von Yogins, die als Ratgeber von Fürsten deren Sichtweise und damit deren Herrschaftsausübung beeinflusst haben. Und wo Yogins sich direkt ins politische Geschehen eingemischt haben, hinterließen sie bleibende Eindrücke. So zum Beispiel Swami Vivekananda, der den Yoga in den Westen gebracht hat oder Aurobindo und seine Lebensgefährtin „die Mutter“, deren Studien wohl zum derzeit größten internationalen sozialen Yoga-Projekt geführt haben: Auroville. Doch das bekannteste Beispiel für die Verknüpfung von Yoga und Politik ist Mahatma Gandhi, der aus seinem yogischen Übungsweg ein Konzept zur politischen Befreiung Indiens geformt hat: Satyagraha.

Bevor wir uns die politische Bedeutung des Yoga an der Schwelle zum dritten Jahrtausend anschauen, muß geklärt werden, was ich unter „Yoga“ und unter „Politik“ verstehe.

Was ist Yoga?

Wenn wir Yoga üben, so praktizieren wir als Individuen, als Einzelne, ganz auf uns selbst bezogen, auf die systematische Schulung des eigenen Geistes ausgerichtet. Die Mittel, die wir dabei anwenden und die Wege, die wir hierfür beschreiten, sind vielgestaltig. Ob wir āsanas einnehmen, prāyāmas ausführen oder direkt eine meditative Übungspraxis wählen, ob wir mantras tönen, Gebete verrichten oder uns im Sinne des karma-Yoga für andere Lebewesen einsetzen, alles dies sind Wege, um die Trübungen unseres Bewusstseins und damit die irrende Wahrnehmung zu beseitigen.

Im Zustand des Yoga ist der Geist klar und befreit von vorgefassten Sichtweisen und festgefügtten Verhaltensmustern. Dann können wir uns und andere Menschen offen und ungetrübt wahrnehmen, alle Aspekte und Schattierungen erkennen und würdigen. Dann können wir Situationen in all ihren verschiedenen Ebenen durchschauen und haben die Freiheit, angemessen zu reagieren (vgl. Yoga-Sūtra 1.3).

Wir erleben uns dann nicht getrennt von allen anderen Lebewesen und erkennen unmittelbar - das heißt ohne den Umweg von Worten und Begriffsbildern: Alles, was wir anderen Lebewesen zumuten, tun wir uns selbst an. Denn alle Handlungen, ja selbst alle Gedanken und Gefühle hinterlassen in unserem Geist Spuren, Samen, die früher oder später aufgehen, wenn wir den Reifungsprozeß dieser Samen nicht unterbrechen. Wir werden mit den Folgen unserer Handlungen unweigerlich konfrontiert werden. Dies sind Naturgesetze, die sich in unserer Innenwelt und ebenso in unserer Außenwelt auswirken. Denn „Innen“ und „Außen“ sind nicht getrennt, sondern hängen unmittelbar zusammen, sind zwei polare Aspekte unserer Existenz.

Was bedeutet „gesellschaftlich“?

Derselbe Sachverhalt wird in der modernen Geisteswissenschaft mit den Begriffen „individuell“ und „gesellschaftlich“ ausgedrückt. Auf unseren Yoga-Übungsweg übertragen liest sich das so: Als Mensch besitze ich zwei Seiten. Einerseits verstehe ich

mich heute als Individuum, als Einzelwesen, andererseits bin ich ein Gemeinschaftswesen. In der Regel leben Menschen nicht losgelöst von anderen Menschen, sondern stehen in mehr oder weniger intensivem und regelmäßigem Austausch mit anderen Menschen oder deren Arbeitsergebnissen. Somit strahlt jeder Mensch Wirkungen nach außen aus, sei es in persönlichen Begegnungen, sei es durch die Früchte seines Handelns. Selbst wenn wir uns zurückziehen wollen, um dem Lärm und der Hektik unseres Alltags zu entfliehen, treffen wir unentwegt auf die Früchte menschlichen Handelns. Die Wege und Straßen, auf denen wir laufen, sind von Menschen gemacht, die meisten Pflanzen und Bäume in unseren Gärten und Wäldern sind Ergebnis menschlicher Züchtung und Pflanzung; ja das Yoga-Konzept selbst ist das Ergebnis eines langen Entwicklungsprozesses, Ergebnis von Selbstversuchen und deren Auswertung, die Yogins und Yoginis über viele Jahrhunderte hindurch unternommen haben. Sie haben sich über ihre Erfahrungen ausgetauscht, sich darüber vermutlich gestritten, irgendwann haben sie sie aufgeschrieben. All dies sind gesellschaftliche Prozesse, die mitunter starke politische Wirkung entfaltet haben. Denken wir nur an die kulturrevolutionäre Wirkung, die der Tantrismus und die frühen Haiha-Yogins und -Yoginis ausgelöst haben: zum ersten Mal seit der Invasion der arischen Krieger auf dem indischen Subkontinent bekamen Frauen die Möglichkeit, spirituelle Unterweisungen zu erhalten. Denn in der patriarchalischen Kultur der Arier galten und gelten Frauen als weniger wertvoll und dürfen deswegen nicht in das heilige Wissen der Brahmanen eingeweiht werden. Im frühen indischen Mittelalter, als der Hatha- Yoga entstand, bildeten sich zahlreiche gemischte Gruppen von Aussteigern; sie entzogen sich der weltlichen und der geistlichen Macht und zogen sich in die Wälder zurück, um als Yogins oder Yoginis Yoga zu üben - ein politischer Akt ersten Ranges (besonders was die Einbeziehung der Frauen betrifft).

Doch all dies ist nur die sichtbare Seite unseres gesellschaftlichen Wesens als Mensch. Ebenso sehr von gesellschaftlichen Einflüssen geprägt sind unsere Denkweisen, unsere Gefühle und unsere Verhaltensweisen. Gesellschaftlich heißt: durch lange Zeit in Verbindung und Wechselwirkung mit anderen Menschen herausgebildet. Solche gesellschaftlichen Wechselwirkungen führten zu Vereinbarungen, wie wir miteinander umgehen, mündeten in Normen und Gesetze. Diese Verhaltensweisen, Normen und Gesetze unterliegen ebenfalls Wandlungsprozessen, die durch gezielte Einflussnahme von Menschen und Interessengruppen mitgeprägt werden.

Genau an dieser Stelle entfaltet der Yoga-Weg seine politische Wirkung. Wir werden uns zunehmend dieser verborgenen Dimension unseres Lebens bewusst und erkennen die Wechselwirkung zwischen uns als Individuen und der Ausstrahlung oder gar der gezielten Einflussnahme auf andere Menschen. Wenn wir diesen Bewusstwerdungsweg systematisch gehen, erlangen wir mehr und mehr die Fähigkeit und die Freiheit, unsere verborgene Tiefenstruktur in dem von uns gewünschten Sinn zu prägen und zugleich unsere Gesellschaft zu gestalten.

Der Begriff „gesellschaftspolitisch“ enthält also eine zweifache Bedeutung: zum einen werden wir immer selbstbewußter und selbständiger, indem wir eine Fülle von Fähigkeiten ausbilden, die es uns ermöglichen, dass wir unser Leben nach unseren eigenen Vorstellungen (anstelle von fremden Erwartungen) gestalten. Zum anderen erkennen wir die gesellschaftlichen Einflüsse auf uns, die wir nun hinterfragen können. Wir können uns die Freiheit nehmen und entscheiden, ob und in welchem Maß wir diese

gesellschaftlichen Erwartungen, Normen und Gesetze akzeptieren oder was wir an deren Stelle setzen wollen.

Es kann also geschehen, dass wir denjenigen, die die gesellschaftliche Macht innehaben, unsere Zustimmung entziehen. Wenn dies massenweise geschieht, verlieren die Ausübenden der Macht ihre Legitimität. Dies ist ein unter Umständen hochbrisanter politischer Prozeß. „Politisch“ werden wir also in dem Moment, wo wir bewusst und aktiv in das gesellschaftliche Leben eingreifen und es nach unseren Vorstellungen zu gestalten versuchen. „Wer zu spät kommt, den bestraft das Leben.“ (Gorbatschow)

Gesellschaftliche Umwälzungen

Heute befinden wir uns in einer besonderen Situation. Sie ist durch tiefgreifende Umwälzungsprozesse gekennzeichnet, die weltweit stattfinden. Diese Veränderungen betreffen nicht nur äußerliche, sichtbare Dinge, sondern besonders auch die verborgene Dimension des Menschen, in die wir mit unserer Yoga-Praxis hineinwirken. Zur Zeit findet ein radikaler Umbruch statt, der weitreichende Konsequenzen im technologischen, ökonomischen und ökologischen Bereich nach sich zieht. Aber dieser Umbruch zeigt auch tiefgreifende zivilisatorische Umgestaltungen, die sich in unserer Alltagskultur, in unserem Wertesystem und in unserem Handeln notwendigerweise auswirken müssen. Angesichts der wirtschaftlichen und ökologischen Turbulenzen können wir uns nicht mehr in unseren Alltag zurückziehen um abzuwarten, bis diese Unruhe vorbei ist, um dann so weiterzumachen wie bisher. Denn die Grundannahmen dessen, was wir als „normal“ empfinden und was wir unhinterfragt an Erwartungen in die Zukunft projizieren, sind in Frage gestellt.

Als Beispiel dafür mag die Grundannahme erhalten, die bis in die achtziger Jahre hinein gültig war, dass man einen einzigen Beruf erlernt, den man dann bis zum Rentenalter (meist in einem einzigen Betrieb) ausübt. Diese sogenannten Normalarbeitsverhältnisse werden bald zur Ausnahme werden. Statt dessen wird es normal sein, dass man mehrere Berufe erlernen muss, denen man entweder gleichzeitig oder nacheinander nachgeht, wobei diese Arbeitsbiografie immer wieder von Phasen der Arbeitslosigkeit unterbrochen wird. Eine andere Grundannahme ist, dass schon Kinder ein allgemein akzeptiertes Gerüst von Normen und sozialen Verhaltensweisen erwerben, das ein Zusammenleben mit anderen Menschen ermöglicht.

Früher entstanden Identität und Lebensstil in lokalen sozialen Zusammenhängen, zum Beispiel in einer funktionierenden Dorfstruktur oder in sozialen Milieus der Städte. Doch heute zerfallen diese sozialen Gemeinschaften immer mehr. Die Folge ist, dass sich heute in unserer Gesellschaft jeder selbst ein Beziehungsumfeld schaffen und ein eigenes Wertesystem mit eigenem Lebensstil entwickeln muss. War früher der Werdegang des einzelnen weitgehend festgelegt, so muss heute jeder seine eigene Entwicklung gestalten. Sehr bald sehen sich viele Menschen vor die Frage gestellt, welchen Sinn das Leben hat und wie man es sinnerfüllt leben kann. Brauchte man sich früher nur anzupassen, so müssen heute völlig neue Basisfähigkeiten erlernt werden, zum Beispiel nachdenkende Achtsamkeit, Flexibilität, Kreativität, Selbständigkeit, Teamfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit u. a.

Gesellschaftliche Basisfähigkeiten durch Yoga

Genau hierbei kann Yoga eine große Hilfe sein; diese Basisfähigkeiten kann man mit Hilfe einer geeigneten Yoga-Praxis lernen. Denn Yoga ist vom Ansatz her ein geistiger

Übungsweg, der die Bewusstmachung und gegebenenfalls Veränderung geistiger Strukturen zum Ziel hat, auch wenn Yoga heute oft zu einer Art Edelgymnastik degeneriert ist. Die Entwicklung, die Yoga-Übende durchlaufen können, ist gesellschaftsfähig geworden, weil sie dringend benötigt wird. Mehr noch: Sie ist zur Voraussetzung geworden, um die gesellschaftlichen Wandlungsprozesse überhaupt überleben zu können. Nur wenn wir uns selbst verändern, werden wir als Einzelne wie auch als menschliche Gattung überleben - dies ist mittlerweile gemeinhin akzeptiert. Immer mehr Wissenschaftler kommen daher zu der Auffassung, dass das 21. Jahrhundert ein spirituelles oder gar nicht mehr sein wird. Kurz: Die yogischen Qualitäten - oder besser: die Fähigkeiten, die wir mit Hilfe des Yoga erwerben können, bilden die Voraussetzung für unser individuelles wie für unser kollektives Überleben. Deshalb ist der Yoga-Weg ein hochmoderner und politischer Weg. Und wer ihn geht, wird früher oder später mit Fragen nach seiner gesellschaftspolitischen Verantwortung konfrontiert. Solche transformierenden Fähigkeiten werden heute dringend gebraucht - und uns als Yogalehrenden kommt bei der Vermittlung dieser Fähigkeiten eine Schlüsselrolle zu.

*Ulrich Fritsch
Team Öffentlichkeitsarbeit*