

Buchbesprechung

Christian Schmidt: Erfahrungsweg Yoga. Gottesbegegnung durch Selbstfindung. München: Claudius 1993 (Reihe Claudius Kontur) 156 S., DM 19,80

Der Untertitel klingt, zumindest für protestantische Ohren, provokativ: „Gottesbegegnung durch Selbstfindung“ – gibt es das? Führen nicht menschliche Erfahrungswege immer nur allenfalls zu tieferer Erkenntnis des individuellen Selbst, niemals aber zur Begegnung mit Gott? Indes trifft dieser Einwand nicht, wenn die beiden Begriffe so zu verstehen sind, wie Mystik und indische Weisheit sie auslegen, nämlich als die unmittelbare Erfahrung des wahren „Selbst“, des immerwährend Umfassenden.

Damit ist bereits das Thema markiert, das den Autor – er lehrt Betriebswirtschaftslehre an einer Hochschule – bewegt. Er möchte einen Überblick über den klassischen Yoga geben, bei Christen und Nichtchristen evtl. bestehende Vorbehalte ausräumen und sie dazu ermutigen, den spirituellen Erfahrungsweg des Yoga aufzunehmen. In einem doppelten Sinn stößt das Buch zum Nachdenken an: Einmal korrigiert es die nicht selten anzutreffende Vorstellung, der Yoga sei nichts anderes als ein Körpertraining mit indisch-folkloristischem Hintergrund und sei in dieser oberflächlichen Weise zu betreiben. Zum anderen mahnt es die theologisch qualifizierte und erst in Ansätzen geführte Auseinandersetzung mit dem Erfahrungsweg Yoga in den Kirchen an. Der Autor vertritt die These, daß christliche Spiritualität und der klassische Yoga nicht im Widerspruch zueinander stehen, vielmehr ein gemeinsames Ziel haben und daß die Yoga-Praxis insbesondere für die Christen der westlichen Kirchen den Weg zu vertiefter Glaubenserfahrung bahnen kann.

Die Intentionen des Autors treffen sich mit denen der Reihe Claudius Kontur, in der das Buch erschienen ist. Bernhard Wolf, Beauftragter der Ev.-Lutherischen Kirche in Bayern für religiöse und geistige Strömungen in unserer Zeit, möchte als Herausgeber „Hilfen und Anstöße für einen

offenen Dialog zwischen christlichem Glauben und neuen religiösen Strömungen geben“. Angesichts der in Bewegung geratenen religiösen Landschaft gelte es „klare Umrisse“ zu gewinnen und die häufig unreflektierte Begeisterung für die sogenannte Neue Religiosität zu überwinden. Unangemessen sei es jedoch, von vornherein nur mit Angst und Abwehr zu reagieren. Vielmehr solle „nach Freiräumen gefragt werden, in denen sich vielleicht Neues entwickelt, dessen Wahrnehmung heilsam sein könnte.“ (S. 2)

Welche Einsichten vermittelt das vorliegende Buch? Zunächst einmal arbeitet es heraus, was das spirituelle Ziel des Yoga ist: „die Vereinigung der Seele des Menschen mit Gott“ (S. 97). Da es nicht nur den einen Yoga als ein in sich abgeschlossenes System gibt, sondern eine bunte Mannigfaltigkeit von Ausprägungen, ist es für den Abendländer nicht ganz einfach, zwischen dem Grundgedanken des Yoga und dessen Nebenformen mit manchmal rein individuellen Varianten oder gar exotischen Beimischungen zu unterscheiden. Schmidt zieht allein das Yoga-Sutra des Patanjali in Betracht, d.h., jenes Quellenwerk des Raja-Yoga, das teils im 2. vorchristlichen Jahrhundert, teils später verfaßt worden ist und den Erfahrungsweg des Yoga in knapper Form systematisch erläutert.

Diesem klassischen Yoga sind die ersten fünf Kapitel des Buches gewidmet. Beschrieben werden die jeweils ineinandergreifenden und wechselseitig sich verstärkenden Elemente des Yoga-Weges: Die Beachtung ethischer Lebensregeln und das Klären von Beziehungen, die Auseinandersetzung mit den eigenen Wünschen, Gefühlen und Verhaltensmustern, ferner die Übungen zur körperlichen Entspannung und seelisch-geistigen Konzentration. Hält der Yoga demnach zwar „ein umfassendes Angebot an Lebenshilfe“ bereit, so greift sein eigentliches Anliegen, wie der Autor schreibt, doch tiefer: Der Yoga möchte „dem Menschen helfen, zu seinem geistigen Wesenskern zu finden und (sich) zu einer erlebten Vereinigung der Menschenseele mit Gott“ führen zu lassen (S. 12). Das Anhalten des Gedankenflusses, das Zur-Ruhe-kommen von Körper und Seele, das innere Schweigen, – sie werden nicht um ihrer selbst willen

gesucht, sondern damit der Mensch wach werde für die Begegnung mit Gott.

Der Autor entfaltet diesen Zusammenhang in gut gegliederten Gedankenschritten und unpräntiöser Sprache. Einprägsame Wortbilder und Zitate, Begriffsübersichten und graphische Darstellungen erleichtern das Mitdenken. Sanskrit-Ausdrücke werden in Wörter der Umgangssprache übersetzt oder gängigen Fachbegriffen der westlichen Psychologie zugeordnet. Alles in allem eine durchdachte Darstellung, erwachsen aus langjähriger eigener Bemühung und angereichert durch Erfahrungen in der Anleitung anderer auf diesem Weg.

Wie ein roter Faden durchzieht das ganze Buch die Frage, wie Christentum und Yoga sich zueinander verhalten. Im letzten Kapitel (S. 96-131) geht ihr der Autor noch einmal gesondert nach. Schmidt bedauert die Vorbehalte gegen den Yoga, die in den Kirchen – besonders auf evangelischer Seite – immer wieder geäußert werden und oft auf ungeprüften Vormeinungen beruhen oder Unterstellungen beinhalten. Um so mehr ist der Autor auf das Gespräch zwischen Christentum und Yoga bedacht, wohl wissend, daß geschichtlich überlieferte Besonderheiten innerhalb der einzelnen Kirchen und zwischen ihnen sich auch und gerade im Bereich spirituellen Lebens auswirken. Die Leitfragen lauten hier: Handelt es sich beim Yoga um eine Religion, womöglich um einen Weg der Selbsterlösung, so daß ein Christ den Yoga nicht praktizieren sollte? Oder gibt es Gemeinsamkeiten bezüglich Lebenspraxis und Lehre, die Christen und Yogis miteinander teilen? Inwiefern vermag der Yoga die christliche Spiritualität zu bereichern?

Erfahrungsgemäß eröffnen sich im Verlauf der Yoga-Praxis neue Zugänge zur Religion, wie der Autor aus eigener Anschauung berichtet: Die Übenden kehren zurück zu ihren eigenen geistigen Wurzeln und beleben ihren Glauben, auch ihre Kirchenmitgliedschaft. Ein Religionswechsel – etwa zum Hinduismus – ist damit nicht verbunden (S. 96-99). Beides leuchtet ein. Denn einmal gipfelt der Weg des Yoga in einer Erfahrung von Gnade und stellt so gerade das aufgeblähte Ego in Frage (S. 128). Zum anderen umfaßt der

klassische Yoga kein religiöses Lehrsystem. Er ist nicht einmal mit einem bestimmten Gottesbild verbunden und kann deshalb in jedem Kontext praktiziert werden (S. 97 ff). Angesichts der Suche nach spiritueller Erneuerung empfiehlt Schmidt den Kichen, sich des Erfahrungsweges Yoga zu bedienen und das Feld nicht irgendwelchen problematischen Gruppierungen zu überlassen (S. 124).

Die von Schmidt festgestellten Berührungspunkte oder sogar Übereinstimmungen zwischen bestimmten Traditionen des Christentums und dem klassischen Yoga machen es jedoch nicht überflüssig, dem nachzuspüren, was beide unterscheidet, evtl. ihrer vollen Integration entgegensteht. Diese Frage kommt im vorliegenden Buch m.E. zu kurz. Das Problem läßt sich ansatzweise vielleicht so formulieren: Der christliche Glaube lebt von der Botschaft der Versöhnung, und diese vermag das Herz des Menschen zu treffen unabhängig vom jeweils erreichten Stand spiritueller Entwicklung. Der Yogi hingegen trachtet danach, zuerst einmal ein Hörender zu werden; aber das gesuchte Ziel liegt nicht in einer bestimmten Heilsbotschaft, sondern in einer Erfahrung des Selbst. Sind das zwei verschiedenartige Wege, die sich wechselseitig zu ergänzen vermögen? Oder lassen sie sich letztlich nicht miteinander vergleichen, weil sich darin unterschiedliche Weisen der Wahrnehmung von Wirklichkeit in West und Ost andeuten? Wie auch immer, diese Fragen verdienen sorgfältige Prüfung, wenn anders die „Ökumene der Religionen“ eine umfassende hermeneutische Aufgabe darstellt.

Als das frühe Christentum sich dem Meuplatonismus öffnete, hat das die christliche Lehre und die Praxis des Glaubens bereichert, sie allerdings auch ein Stück weit über ihre jüdisch-biblischen Wurzeln hinausgeführt. Die Auseinandersetzung darüber hielt länger als ein Jahrtausend an. Vielleicht steht der christliche Glaube heute in der Begegnung mit den Traditionen Asiens vor einem noch tiefergreifenden Entwicklungsschritt. Diesen zu bewältigen schließt freilich ein, daß Christen sich auf einen bislang nicht geübten Erfahrungsweg einlassen und dadurch auch die eigenen Traditionen neu zu begreifen lernen.

Gerd Wiesner