

## Christlicher Yoga und Paulus

Auch für mich war und ist die Frage nach einem „Christlichen Yoga“ ein hochinteressantes Themenfeld, das sehr komplex ist und deshalb sehr differenziert betrachtet werden muss.

Ich denke, mit Paulus, der sagt: „Prüft alles und behaltet das Gute“ (1Tess 5,21), darf man den Blick über den eigenen Horizont wagen, solange man in der eigenen Identität entsprechend verwurzelt ist. Es geht also nicht darum hinduistische Glaubensvorstellungen neben christliche zu stellen und dann wertneutral zu vergleichen; sondern die eigene Beheimatung im Christlichen ist Ausgangspunkt und auch Ziel der Entdeckungsreise. Die eigene Identität beinhaltet für uns Christen das christliche Gottesbild mitsamt den damit gegebenen Implikationen bezüglich Welt- und Menschenbild, Geschichtlichkeit und Erlösungsvorstellung. Das ist also der Glaube an einen personalen Gott, der die Welt aus dem Nichts geschaffen und ins Dasein gebracht hat und in diesem Sinn von ihr völlig verschieden ist, jenseitig und transzendent. Er setzt sich jedoch zu ihr in Beziehung als Gott der Geschichte, der mit dem Menschen, den er als sein Abbild geschaffen hat (Gen1,27), einen Bund schließt (Gen 6,18). Dieses Sich-Einlassen auf die Geschichte des Menschen und der Welt erreicht seinen Höhepunkt, indem Gott sich in Jesus Christus inkarniert und Mensch wird, um die Welt zu erlösen. Diese Erlösung ist uns durch seine Hingabe am Kreuz und seine Auferstehung entgeltig geschenkt worden. Da hat weder Selbsterlösung noch Reinkarnation mehr Platz, sondern durch Gottes Gnade wird uns dazugeschenkt, was wir aus eigenen Kräften noch nicht zu vollbringen in der Lage sind.

Was sind die praktischen Konsequenzen für eine mögliche christliche Yoga-Praxis? Wie eine Kniebeuge in sich noch wertneutral ist und erst ihre Ausrichtung bekommt, je nachdem, ob ich sie in gläubiger Verehrung vor dem Tabernakel oder vor dem Bild einer Hindugottheit mache, so kann ich den Reichtum der Körperübungen, die uns aus dem Hinduismus bekannt sind, nehmen und sie in den christlichen Kontext stellen. Das heißt, im christlich verstandenen Yoga - oder anders ausgedrückt, in christlich ausgerichteten Körperübungen - ist der Körper nicht Gefängnis der Seele sondern Gefäß des Heiligen Geistes. Ich lasse also alle Interpretationen, und Erklärungen aus dem Hinduismus beiseite. Schließlich habe ich keinen hinduistischen Körper, der dann natürlich durch hinduistisches Gedankengut zu erklären wäre; sondern mein Körper ist einfach ein menschlicher Körper. Mit diesem Körper stehe ich in der christlichen Glaubenstradition und vollziehe meine persönliche Beziehung zu meinem christlichen Gott. In Gesten der Verehrung verehere ich Jesus Christus. Wenn ich mit den Übungen sich wiederholende Gesänge verbinde, dann sind das nicht Hindu-Mantren, sondern z.B. Taizé Rufe oder auch Anrufungen aus dem Jesusgebet. Schließlich hat ein christlicher Yoga für mich die Chance und den tiefen Sinngehalt, christliche Grundhaltungen einzuüben. Christliche Grundhaltungen das sind z.B. Haltungen wie Hingabe, Schenken, Gott gegenüber wie ein Kind zu vertrauen, für Gottes Anruf offen zu sein wie eine Schale, die Grundhaltung von Lob und Dankbarkeit usw. So spielt sich die eigene Gottesbeziehung nicht nur im Geistigen ab, sondern wir können ganz bewusst das Geschenk des eigenen Körpers entfalten mit seinen wunderbaren Ausdrucksmöglichkeiten um einstimmen in das Lob Gottes. Wenn es uns dann hinterher auch körperlich noch besser geht als vorher - was kaum zu vermeiden ist - dann mag das ein zusätzliches Geschenk sein, nach dem Motto: Sucht zuerst das Reich Gottes und alles andere wird euch dazugeschenkt.

Ich glaube, ein so verstandener christlicher Yoga kann niemanden von Christus wegbringen, sondern ist geeignet, die Freude am eigenen Glauben in sehr ganzheitlicher Weise zu erleben und zu vertiefen.

Markus Thomm, Newsletter Junges Schönstatt, 10.2008, 20