



© shutterstock.com / Satika

## YOGA UND GESELLSCHAFT

# Yoga-Hype und seine Folgen

Gibt es zum Yoga-Hype noch etwas zu sagen, was nicht längst besprochen und beschrieben ist? Die Allermeisten werden zustimmen, wenn ich hier noch einmal feststelle, dass es vielleicht einen Hype um Yoga gibt, Yoga aber viel mehr ist als ein Hype. Bei der Podiumsveranstaltung »Yoga – Von der Matte ins Leben« wurden hierzu Gedanken ausgetauscht und dargestellt, was ein Hype ist, was ein Trend. Auch der Versuch einer Abgrenzung wurde unternommen – vielleicht waren Sie mit dabei oder aber Sie haben sich den Zusammenschnitt im BDY-YouTube-Kanal angesehen.

Text: Angelika Beßler

Spannend erscheint mir, noch einmal darüber nachzudenken, was es mit mir und meinem Verhältnis zum Yoga macht, dass mir von allen möglichen Werbetafeln lächelnde Frauen in verschiedenen āsana entgegen strahlen und für Möbel, Banken und sonst noch was werben. Was bewegt sich in meinem Geist, wenn Menschen über Yoga sprechen, von denen ich denke, die haben doch keine Ahnung ...

Wie schnell setzen da all meine Vorurteile ein, wie schnell bin ich mit Abwertungen dabei, wie schnell denke ich »das ist doch kein Yoga«, maße ich mir an zu erkennen, was echter Yoga ist und was nur Fassade? Gut, bei Werbung steht ganz sicher nicht die Erfahrung der inneren Freiheit sondern der Verkauf eines mehr oder weniger sinnvollen Produktes im Vordergrund.

Aus der einen oder anderen Rückmeldung nach der Veranstaltung wurde deutlich, dass es einen starken Wunsch nach Abgrenzung gibt – dies ist Yoga, das nicht. Bei Werbung fällt das leicht. Aber sonst? Wer einmal versucht hat, jemandem, der danach fragt, was Yoga denn nun eigentlich ist, wenn es denn kein Sport ist, eine wirklich stimmige Antwort zu geben, der weiß, wie schnell man da ins Stammeln kommt: Yoga ist alt – Yoga ist innovativ; Yoga braucht Marketing – Yoga lebt aus sich heraus; Yoga ist gesund – Yoga schadet; Yoga ist für alle gut – Yoga ist nur für Eingeweihte ...

Ist Yoga ein Erfahrungsweg, so stehe ich wohl immer an dem Ort, bis zu dem ich diesen Weg bisher gegangen bin. Zu beschreiben, wohin der Weg führt oder führen kann – daran versuchen sich die Menschen seit vielen hunderten oder tausenden von Jahren und sie müssen sich behelfen mit: Es ist nicht dies, es ist nicht das (neti neti).

Für mich bleiben nach der intensiven Beschäftigung mit dem Thema in den letzten Monaten vor allem ein paar sehr persönliche Gedanken.

Für mich ist Yoga kein Hype und kein Trend, denn mein Leben ist erfüllt von Yoga. Ich erkenne und lebe den Yoga-Weg soweit, wie ich ihn heute gehen kann, und manchmal geht es dabei auch im Kreis oder einen Schritt zurück. Auf der Matte ebenso wie mitten im Leben.

Jemandem, der mit Engagement übt und versucht, den Yoga in seiner Tiefe zu erfassen oder zu erfahren, für oberflächlich zu halten, nur weil sein Weg vielleicht ein anderer ist als meiner, gehört sicher nicht zur »höchsten Erleuchtungsstufe«. Zu sagen: »es ist nur Yoga, wenn dies und das und jenes berücksichtigt ist«, würde bedeuten, dass ich weiß, was Yoga ist. Nicht für mich, sondern für den Menschen, über dessen Yoga ich da die Stirn krause.

Einordnungen und Bewertungen erleichtern das Leben. Das Höchstmaß an innerer Freiheit bedeuten sie nicht. Ich hoffe, daran denke ich, wenn ich das nächste Mal vermute, dass hinter dem Üben eines Anderen nur der Hype um Yoga steckt.



---

ANGELIKA BESSLER

Diplom-Sozialpädagogin und Yogalehrerin BDY/EYU. Yoga-Lehrtätigkeit seit 1998, seit 2005 selbstständig als Yogalehrerin in eigener Schule »Yoga-in-Ib-benbüren«. Vorstandsvorsitzende des BDY. Seit 2013 Leitung der YAMO, Yoga-Akademie Münster-Osnabrück, BDY-anerkannte Ausbildung.