

# Yogi or not to be

In Köln trafen sich Weltstars des Yoga zum Beugen und Streiten: Ein Kongreßbericht aus einem Land im Gesundheitsausnahmestand

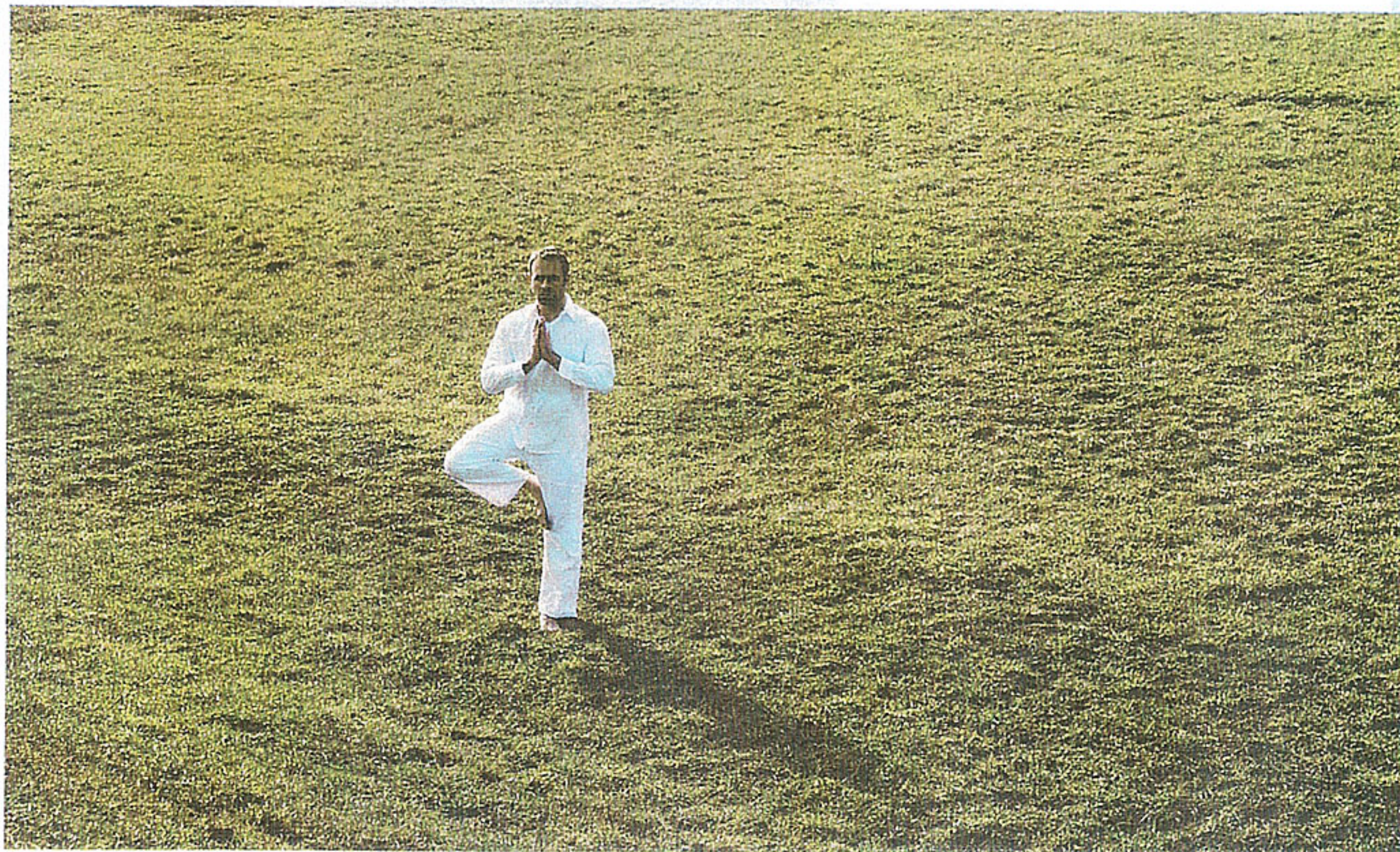
Einer der vielen Vorteile, die wir Yogis haben, ist unsere grenzenlose Freundlichkeit, die Gelassenheit, mit der wir das Leben meistern, etwas, um das uns die Leute beneiden, auch wenn sie uns heimlich etwas dämlich finden. Wir nehmen es nicht persönlich, wenn der Taxifahrer in Köln an diesem kalten Donnerstag abend böse sagt: „Das muß'n Virus sein mit dem Yoga, überall sieht man so Irre in der Stadt.“ Wir lächeln, denn wir wissen, ihm ist es nicht geheuer, er ist noch nicht soweit. Wir wissen das deshalb so genau, weil wir selbst immer wieder von vorne anfangen müssen.

„Deutschland ist das Land mit der höchsten Depressionsrate in Europa“, erzähle ich meiner Freundin Cat, die durch die nasse Nacht vergeblich den Kölner Dom sucht. Nur das Schild einer „Verbraucherzentrale“ blinkt durch den Regen, volle Aschenbecher und Leute, die sich beschweren, stellt man sich da vor. Aber auch das Land mit der am schnellsten wachsenden Yogaszene, und weil Freunde von uns hier zum zweiten Mal eine internationale Yogakonferenz organisieren, sind wir da, aus London angereist für das Wochenende.

## Twist and Haut

Cat ist von Kopf bis Fuß in Sanskrit tätowiert. Sie ist ein kleiner wiedergeborener Buddha aus Hawaii, trinkt nicht, raucht nicht, läßt sich aber die Locken von einem Profi in Mayfair aus den Haaren ziehen. Sie war mal Eventmanager für Condé Nast in New York und hat in der Mittagspause gern bei Bergdorf Goodman Schuhe für 600 Dollar gekauft. Heute beendet sie jeden Satz mit: „Das ist aber auch nur meine Projektion.“ Und freut sich, wenn ich mich darüber kaputtlaufe.

Am nächsten Tag große Aufregung vor dem Kölner Kongreßhotel. Leute aus achtzehn Nationen reisen an, fallen sich um den Hals, die Yogamatten wie einen Gitarrenkoffer geschultert, gerade hat man sich noch in London, New York oder der Kölner Südstadt gesehen. Die meisten kultivieren einen schicken Individualistenstyle, die Frauen haben schöne Körper, die



Worum geht es bei Yoga? Um uns geht es, sagen die einen Lehrer, um unsere Befreiung. Um die anderen geht es, sagen die anderen. Weil ich du und wir alle eins sind.

Foto Imago

Männer glattrasierte Köpfe oder lange Haare. Die anderen Hotelgäste schauen verstohlen herüber. Zu viel offene Gesichter, zu viel gerade Rücken, ein Unwohlsein macht sich breit im Foyer, bei den Frauen in engen Lederschuhen mit Kompromißabsatz und den Männern mit hängenden Schultern, eine Zigarette im roten Gesicht.

Wenn wir ehrlich sind, können wir ihn spüren, den Gesundheitsfaschismus, wie wir ihn als Deutsche vermutlich nennen würden. Die Überlegenheit der Starken, denen die Gesundheitsdebatte des Staates nicht viel anhaben kann, weil sie vor Jahren beschlossen haben, sich

selbst um ihren Körper zu kümmern. Unsere Übungen, die Vorbeugen, Rückbeugen, Twists und Umkehrhaltungen, die uns vor Haarausfall schützen, machen uns unabhängig, kein schlechtes Gefühl, seit klar ist, daß der Staat sich nicht länger kümmern kann.

Deshalb hat diese Konferenz, obwohl sie offen für alle Besucher ist, wie jede Yogakonferenz auch etwas Verschwörerisches an sich. Ein Wochenende, an dem brutal geschwitzt wird, an dem Leute auf dem Kopf, den Unterarmen und den Händen stehen, lernen, in Zeitlupe durch die Luft zu springen, für Stunden singen. Ein Wo-

chenende, an dem die Stars der Szene auftreten, kleine, dünne bescheidene Menschen wie Sharon Gannon und David Life, Dharma Mitra, Dana Flynn aus New York, Mark Whitwell und Bryan Kest aus Los Angeles, Marc Darby aus Kanada, Anna Trökes aus Berlin.

## Freundlichsein reicht

Das sind, auch wenn die breite Masse sie nicht kennt, eine Menge Stars für eine so kleine Konferenz, doch die Amerikaner lieben die Veranstaltung, vor allem lieben sie die Veranstalter, drei überwiegend schwangere Frauen, die unterschiedlicher nicht sein könnten, je-

doch gemeinsam unfaßbare Energie mit einer sympathischen Nachlässigkeit zusammenbringen und übrigens auf diese Weise niemals reich werden. Niemand hier redet von einem Yogatrend oder von Madonna, das tun nur Frauenzeitschriften. Wer hier ist, meint es ernst mit Yoga. Auch die Chefredakteurin einer teuren Frauenzeitschrift, die klaglos ihre Stirn in den staubigen Teppich drückt, in Vorbereitung einer tadellosen Rückbeuge.

Allerdings meinen es einige ernster als andere, und deswegen kommt es am letzten Tag fast zum Eklat. Worum es geht beim Yoga, ist die Frage auf der Abschiedsver-

anstaltung an die Lehrer. Um uns geht es, sagen die einen, um unsere Befreiung. Wer wir sind, wie wir glücklich werden und stark, wie wir Frieden mit uns schließen. Um die anderen geht es, sagen die anderen. Sie sind in der Minderheit, zunächst, und in der Defensiven. Denn sie, David Life und Sharon Gannon, die Gründer von Jivamukti-Yoga, sagen: „Ihr müßt bei den anderen anfangen. Im Yoga geht es genau darum, aus dem Konzept, was steckt drin für mich, auszusteigen. Wenn der einzige Platz, an dem ihr Yoga macht, auf eurer Matte ist, wofür ist das gut? Solange ihr nicht fragt, wie kann

ich dienen, nicht weil ich es besser weiß, sondern weil ich du bin und wir alle eins, ist Yoga üben sinnlos. A yogi? If nothing else kindness is enough.“

Sie sind politische Aktivistinnen, Cats und meine Lehrer, die das simple Prinzip der Freundlichkeit radikal umsetzen. Sie fordern vegetarische, wenn nicht vegane Ernährung, nicht weil man dann noch mal hundert Jahre älter wird, sondern weil die wesentliche Beziehung der Menschen untereinander und allen Arten gegenüber von einem Macht- und Kontrollbewußtsein definiert wird, um das man sich kümmern muß. Gewaltlosigkeit, auf sanskrit Ahimsa, das erste Gebot in den zweitausend Jahre alten Sutras des Yogaphilosophen Patanjali, deren Kenntnis hier vorausgesetzt wird, wird heute in Yogaklassen gerne interpretiert als Aufforderung zum Ausruhen, weil wir alle aus der Zeitung wissen, was wir für einen schlimmen Streß haben. You don't get away with anything, sagen Sharon und David, wenn ihr nicht freundlich umgeht mit der Welt. Reinigt euer Karma. Be humble.

## Denken in Rückenlage

Widerspruch, Streit und Diskussion. Am Schluß respektvoller Abschied. Kindness. Die Yogawelt ist wie die große Welt, ein Kompromiß ist immerhin ein Kompromiß. Dr. Patrick Broome, der Jivamukti nach Deutschland gebracht hat und die Veranstaltung moderiert, sagt hinterher, sie kommen auch deshalb so gern, die Amerikaner, weil es hier wenigstens kracht. Er, eine Mischung aus Johnny Cash und Gisele Bündchen, charismatisch, launisch, dabei absolut loyal und uneitel, ein Intellektueller, der die deutsche Fußball-Nationalelf unterrichtet und die Verehrung der hübschesten Mädchen als „herausfordernd“ empfindet, fängt demnächst in Berlin mit einer neuen Schule wieder bei null an. Nur so, sagt er, ist es sinnvoll.

Das ist Yoga. Praktische Philosophie, Erkenntnislehre, raus aus dem dualistischen System, schwärme ich Cat vor, als wir dreckig und verschwitzt zum Flughafen fahren, aber natürlich: Das ist nur meine Projektion.

KRISTIN RÜBESAMEN