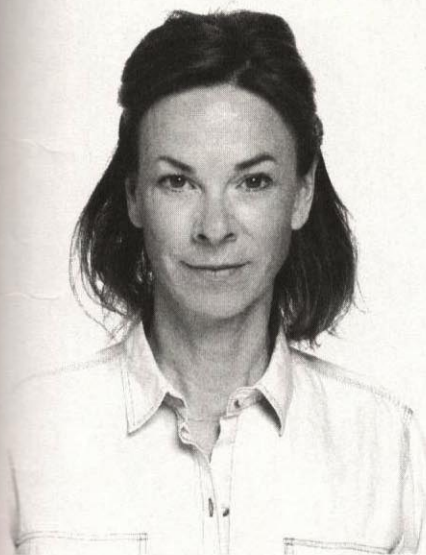


Kultverdächtig: (Wann) stehen Yogalehrer auf dem Sockel?

Zwar stürzten sie in den letzten Jahren reihenweise von den Podesten, aber sie rappeln sich oft in kürzester Zeit wieder auf. Nicht wenige Menschen sehen im Yogalehrer (und der -lehrerin) die logische Fortführung des Rockstars. Unyogischer Personenkult? Allzu menschlich? Oder womöglich eine logische Folge der traditionellen Lehre? YOGA JOURNAL hat nachgefragt.



KRISTIN RÜBESAMEN

Die Chefredakteurin des Online-Portals YogaEasy, Buchautorin („Alle sind erleuchtet“, „Das Yoga-ABC“) und Yogalehrerin unterrichtet 2018 Retreats auf Rügen, im Bregenzer Wald und in Bad Driburg.

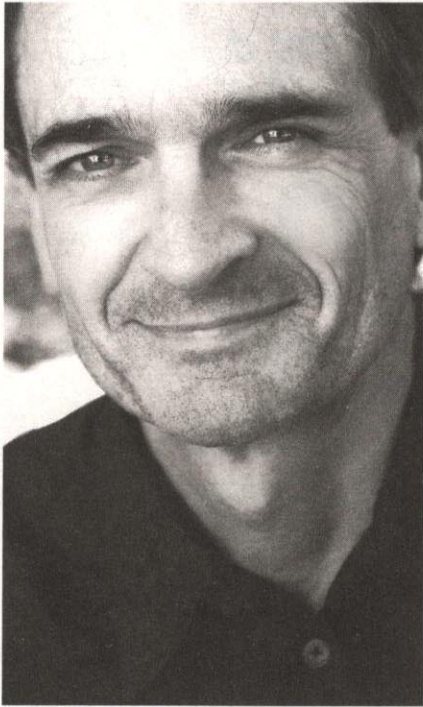
Bevor das jemand anzweifelt: Natürlich gibt es im Yogamilieu Stars. Wie in jeder Branche, in der Geld mit Menschen verdient wird, ziehen einige davon mehr Aufmerksamkeit auf sich als andere. Im Yoga sind das die mit den Werbeverträgen, den Groupies und den zigtausend Bonusmeilen. Sie haben einen Youtube-Kanal, werden von Waffenhändlern zum Unterrichten auf deren Privatinseln geflogen und wuchten in der Wall Street Börsenspekulanten in den Kopfstand.

Schlimm, so ein Starsystem? Reflexhaft lehnen wir im Yoga ab, was wir aus dem echten Leben doch kennen: dass alles seinen Preis hat. Yoga soll sauber bleiben, Yogis leben von Pranayama und Kurkuma-Tee. Wie hart Yogastudios kämpfen müssen, um die Miete zu zahlen, wie hart Yogalehrer kämpfen müssen, um ihre Existenz zu sichern, will niemand wissen. Dass Yogalehrer nicht bezahlt werden, wenn sie krank sind, dass sie überhaupt krank oder alt werden, passt nicht ins Bild.

Dabei zeigt ein Blick in die Geschichte: Yoga und Ruhm gehen durchaus Allianzen ein. Der Fürst von Mysore

engagierte den Lehrer T.K.S. Krichnamacharya, der dadurch zu Ruhm und Ehren kam. Ließ sich Krichnamacharya kaufen? Wir wissen es nicht, aber wir profitieren davon. Denn nur ihm ist es zu verdanken, dass dort in Mysore weitere Stars groß werden und Yoga auf der ganzen Welt populär machen konnten. Ich wette, sowohl B.K.S. Iyengar als auch Shri K Patthabi Jois hätten heute einen Instagram-Account.

Es ist lustig, wie problemlos real existierender Personenkult und seine Ablehnung nebeneinander existieren können. Da in Deutschland der letzte große Personenkult einen Weltkrieg auslöste, ist bei uns kultische Verehrung tabu und gesellschaftlich nur noch im Fußball erlaubt. Wohin aber mit der Sehnsucht der Leute danach, sich jemandem zu Füßen zu werfen? Nach einem, der für das immer komplizierter werdende eigene Leben einfache Antworten parat hat? Der in Gefahr gerät, diese Sehnsucht, weil er selbst Antworten sucht, zu missbrauchen. Vielleicht sollten wir Yogalehrer einen ethischen Kodex formulieren: Yamas 2.0.



MARK STEPHENS

Unser Experte für guten Yogaunterricht hat bereits drei internationale Bestseller über Techniken und Ethik des Yogaunterrichts verfasst.

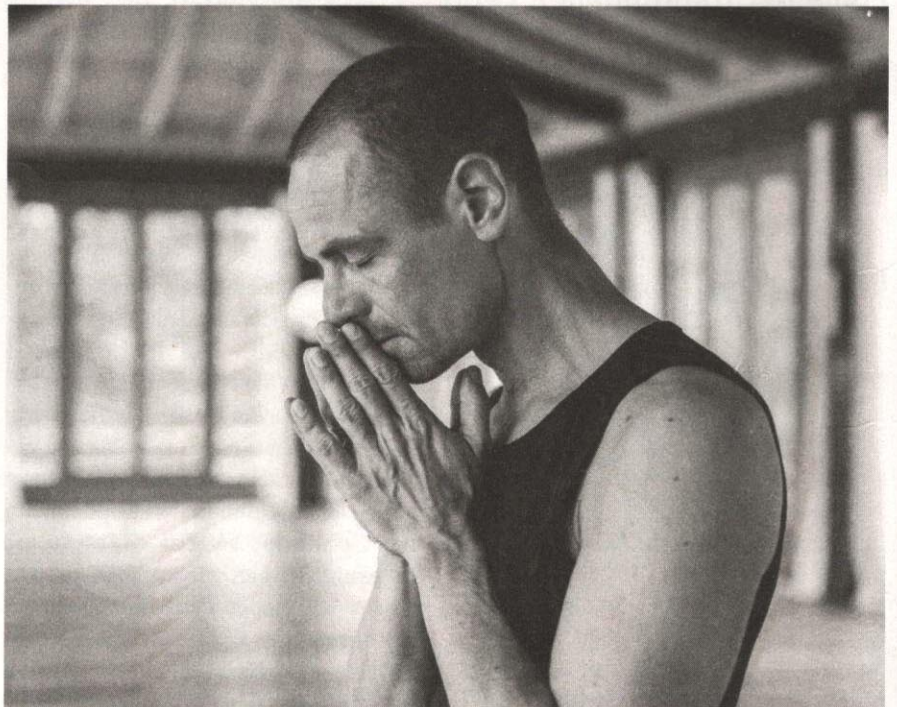
Widersinnig, aber leider wahr: Manche Yogalehrer sind ganz schön selbstverliebt – es gibt sogar ausgesprochene Narzissten. Auch wenn zu Beginn einer Laufbahn noch ehrlicher Respekt und gesunde Selbstliebe stehen: Manchmal kommt es aus vielerlei Gründen dazu, dass sich ein Yogalehrer über seine Schüler stellt und insgeheim (oder ganz offen) deren Gefühle und Anliegen missachtet. Zwar stimmt

es, dass etliche Schüler ihren Lehrer bewundern und auf ein Podest heben, aber es gibt auch nicht wenige Yogalehrer, die diese Macht mit der Zeit lieben lernen und ausnutzen. Einige der traditionellen, noch heute gepflegten Lehren des Yoga tragen ihren Teil zu diesem giftigen Mix bei. Dazu gehört die Vorstellung, dass das individuelle Ego (gemeint ist hier das Gefühl für das persönliche Selbst) eines der größten Hindernisse auf dem Weg zum gelobten Land der Yogaerrungenschaften sei. Will man in der Anleitung von Schülern Ahimsa beachten, muss man als Lehrer zunächst sich selbst gegenüber wahrhaftig sein: Ich muss wissen, was meine eigentlichen Intentionen sind. Die Basis jeder Form des Unterrichtens, Teilens und Weitergebens sollten wahrhaftiges Verständnis, liebende Güte und Respekt sein.

TIMO WAHL

Sein Weg führte über Power-, Sivananda-, Ashtanga- und Jivamukti-Yoga zu einer umfassenden Lehr- und Ausbildungstätigkeit. Er leitet ein Studio in Frankfurt und gilt als Anatomie-Experte.

Ich beobachte im deutschen Yoga, das als Markt ja immer noch wächst, einen Personenkult rund um die Lehrer, die ohnehin in aller Munde und in allen Zeitschriften sind. Das schafft Druck: Zum einen auf die „Betroffenen“, die die auf sie projizierte Erwartungshaltung oft nicht bedienen können. Gleichzeitig erschwert es Lehrern, die ebenfalls etwas zu sagen haben, den Zugang, weil sich alles um ein paar wenige Integrationsfiguren dreht. Von meiner Warte aus gesehen, könnte sich der Markt ruhig weiter öffnen und entwickeln, um Yoga zu einem besseren Werkzeug zu machen. Unabhängig von den immer gleichen Schlüsselpersonen könnte es so auch leichter in anderen Teilen der Gesellschaft ankommen.



Von Schülerseite aus finde ich die Suche nach einem „Leitwolf“ verständlich und sinnvoll – als Orientierung für den eigenen Weg und eine Zielsetzung, an der sich das individuelle Leben ausrichten lässt. Das kann natürlich auch Abhängigkeit schaffen. Ich persönlich habe seinerzeit Ashtanga-Yoga an den Nagel gehängt, da die Praxis hauptsäch-

lich mein Ego befriedigt hat. Rückblickend habe ich das System nur falsch angewendet.

Heute geht es mir im Yoga vor allem um Achtsamkeit, Satya. Als Lehrer frage ich mich kontinuierlich, ob ich eigene Unzulänglichkeiten verdecken oder einfach nur Yoga vermitteln will. Die Antwort: Ich will dem Yoga treu sein.

RONALD STEINER

Der Yogalehrer, Sportmediziner und YOGA-JOURNAL-Autor zählt zu den wenigen traditionell von Patthabi Jois und B.N.S. Iyengar autorisierten Lehrern.

Von wem möchten wir was lernen? Je tiefer wir ins Yoga einsteigen wollen, desto mehr lohnt es sich, diese Frage genauer anzuschauen. Ist der Respekt für eine bestimmte Lehrerpersönlichkeit schon Personenkult? Ich sehe die Grenzen da fließend. Es hilft, sich dessen bewusst zu sein und nicht nur seinen Lehrer sorgfältig zu wählen, sondern auch immer den Sinn des Gesagten für das eigene System

zu überprüfen. Auch ein Blick auf das Leben eines Lehrers ist sinnvoll: Ist es authentisch, lebt er das Gelehrte, ist also das Resultat authentisch, und will ich als Übender in eine ähnliche Richtung?

Meiner Meinung nach muss jeder Lehrer von seinen Inhalten überzeugt sein, sie überzeugend leben und seine Sichtweise undogmatisch vermitteln. Er unterrichtet, was er selbst geprüft und erfahren hat, kann es also überzeugend begründen, warum er etwas so und nicht anders sieht. Dann können die Schüler sehen, ob sie die Antworten überzeugen.

Das Ego ist dabei die größte Gefahr. Um Hybris vorzubeugen, empfehle ich schlicht und ergreifend die eigene tägliche Praxis – als Anfänger am Nullpunkt. Zwei andere Qualitäten finde ich außerdem wichtig für Yogalehrer: Die



innere Freude daran, die eigenen Erfahrungen mit anderen zu teilen. Und eine solide Technik. Also Erfahrung, Freude, Handwerk – und zwar in dieser Reihenfolge.



LUCIA NIRMALA SCHMIDT

Die Yogalehrerin, Atemtherapeutin, Bodyworkerin und Buchautorin leitet weltweit Seminare, Workshops und Retreats und unterrichtet an ihrem Ausbildungsinstitut BodyMind-Spirit in Zürich.

Wenn dich jemand energetisch zutiefst berührt hat und du bei ihm total aufmachen konntest, entwickelt sich diesem

Menschen gegenüber grenzenloses Vertrauen. Um die transformierende Wirkung des Yoga zu erfahren, braucht es solche Momente und eine Verbindung von Herz zu Herz. Hingabe macht aber auch enorm verletzlich. Als Lehrerin muss ich daher aus einer Position heraus unterrichten, in der mir meine Verantwortung in jedem Moment klar ist.

Ich sehe, dass viele der sogenannten Gurus gar nicht mehr selbst praktizieren, was sie lehren. Sie erinnern sich zwar an frühere Transformationen und erzählen davon in Satsangs. Doch ohne eigene Pra-

xis reicht das irgendwann nicht mehr. Sie sehen, dass in ihren Schüler/innen diese Erfahrung noch frisch ist und saugen diese Lebendigkeit wie Vampire auf.

Um als Lehrperson solchen Verstrickungen nicht zu erliegen, braucht es einen hohen Grad an Bewusstheit. Wichtig ist, dass ich meine Themen und Schatten kenne und kläre: Wo sind die eigenen Fallstricke und Defizite? Wieso lehre ich?

Für Schüler/innen gilt: Wenn du in einer Yoga-Tradition deine spirituelle Heimat gefunden hast, bleib da, aber mache keinen Kult daraus. Selbstverständlich gibt es eine persönliche Ebene in der Lehrer-Schüler-Beziehung. Yoga ist durch und durch persönlich. Kult aber entsteht eher aus beiderseitigem Mangel. Wenn es sich um eine Beziehung handelt, die nichts will und sich letztlich nicht braucht, ist es kein Kult, sondern ein Weg, um in den Zustand der Verbindung zu kommen.

Protokolle: **CHRISTINA RAFTERY**

Die Fragen an LuNa Schmidt, Timo Wahl und Ronald Steiner stellte Franziska Weinmann im Rahmen des „YogaEasy Allstars Retreat 2017“.