



## Yoga

Wenn du in das Land kommst, das der HERR, dein Gott, dir gibt, dann sollst du **nicht** lernen, es den Gräueln dieser Nationen gleichzutun. Es soll unter dir niemand gefunden werden, der seinen Sohn oder seine Tochter durchs Feuer gehen lässt, keiner, der Wahrsagerei treibt, kein Zauberer oder Beschwörer oder Magier oder Bannsprecher oder Totenbeschwörer oder Wahrsager oder der die Toten befragt. **Denn ein Gräuel für den HERRN ist jeder, der diese Dinge tut. Und um dieser Gräuel willen treibt der HERR, dein Gott, sie vor dir aus.** Du sollst dich ungeteilt an den HERRN, deinen Gott, halten. Denn diese Nationen, die du austreiben wirst, hören auf Zauberer und auf Wahrsager. Du aber - so etwas hat der HERR, dein Gott, dir **nicht** gestattet!

*5 Mo 18, 9-14*

+ **Bischof von Androusa Anastasios Yannoulatos**

**Heutiger Erzbischof von Tirana und ganz Albanien**

Vielfältige religiöse Gewohnheiten und Strömungen haben sich im Leben der verschiedenen Nationen auf der Welt entwickelt. Wir hoffen, dass ein kurzer Überblick über einige charakteristische Beispiele uns helfen wird, sowohl anderen Kulturkreisen näher zu kommen, als auch uns zu orientieren in den verschiedenen Strömungen, die in unser Land eingedrungen sind.

## Gymnastik

Yoga trat in der westlichen Welt anfangs als eine Form der "Gymnastik" zur seelischen und körperlichen Entspannung auf. Ein grundsätzlicher Unterschied zu der uns vertrauten Gymnastik liegt in der zunächst unbeweglichen Haltung. Viele der reinen Yogaübungen haben für einige Menschen positive Ergebnisse, was natürlich bei anderen Gymnastikformen auch der Fall ist.

Generell kann man sagen, dass die Übungen auf hinduistischen Anschauungen beruhen und Phasen eines weiteren allgemeinen geistigen Werdegangs sind. In ihrer vollständigen Ausführung erstreben sie viel mehr und gehen weit über die Grenzen einer körperlichen Gelenkigkeit hinaus. Die Voraussetzungen und Ergebnisse der Yogaübungen sind - was die meisten normalerweise nicht wissen - eng verbunden mit Methoden der "Meditation" und Erfahrungen, die beladen sind mit hinduistisch philosophisch- religiösen Theorien und Werten, insbesondere mit der Reinkarnationslehre.

Zur besseren Veranschaulichung: so wie Yogaverbeugungen (wie die "Metanoia" unserer traditionellen Askese) nicht einfache Bewegungen des Körpers sind, sondern sich auf einen generelleren Glauben beziehen und eine bestimmte seelische Stimmung und Haltung ausdrücken, geistige Ziele anstrebend, so stehen auf ähnliche Art und Weise - natürlich dem jeweiligen Glauben entsprechend - die komplexeren Yogaübungen mit hinduistischen Anschauungen in Verbindung und verfolgen geistig religiöse Erfahrungen.



### **Verschmelzung, Verbindung**

Das Wort "Yoga" ist eines der mehrdeutigsten Wörter im indischen Wortschatz. Etymologisch bedeutet es "Verschmelzung", "Verbindung", "Vereinigung", "Übung". Die Inder benutzen das Wort, um die mystische Beziehung zwischen dem Menschen und der übersinnlichen Welt zu bezeichnen. Aber auch um die Art und Weise, den Weg und die Methode zu definieren, die zur "Vereinigung", zur "Befreiung" des menschlichen Seins von den vielfältigen Beziehungen und Illusionen der realen Welt führen.

Als "Yoga" werden auch die unterschiedlichen Richtungen und Methoden bezeichnet, die im Laufe der Jahrhunderte die indische Tradition hervorbringt, um die Erlösung des Menschen und seine Vereinigung mit dem Absoluten zu vollbringen. Die drei hauptsächlichsten Typen indischer Religiosität zur Erlangung der Erlösung, der Werke, des Wissens und der Hingabe, werden entsprechend "Karma Yoga", "Jnana Yoga", "Bhakti Yoga" bezeichnet.

Das Wort Yoga wird auch als Bezeichnung einer der sechs klassischen "orthodoxen" Schulen (Darsanas) im Hinduismus benutzt. Somit wird die westliche Welt zunehmend verwirrt durch die Mehrdeutigkeit des Begriffs Yoga. Zusammenfassend erkennt das klassische Yoga als Schule zwar einen einheitlichen Gott an, den Iswara (Herren), akzeptiert aber nicht, dass er sich in die menschlichen Angelegenheiten einmischt. Die Auffassungen über einen solchen Gott könnten natürlich unter keinen Umständen mit der christlich- göttlichen Lehre identifiziert werden.

### **Hauptstadien im Yoga**

Yoga wird über mehrere Unterrichtsstunden gelehrt. Es haben sich sehr unterschiedliche Yogarichtungen im Laufe der Zeit entwickelt, die geläufigeren Stadien dieser Methoden der "Selbstvertiefung" sind acht. a.) Die Selbstbeherrschung: Anpassung an bestimmte Regeln, wie die Meidung geschlechtlicher Beziehungen, des Diebstahls, der Habsucht, b) die Selbsterziehung: sie strebt Gelassenheit, Hygiene und Disziplin bei den Übungen usw. an.

Nach diesen zwei Grundstadien ist der Übende geweiht, erhält einen neuen Namen von seinem Lehrer (Guru) und einen Ritus (Mantra), den er beständig wiederholen soll, um den Weg zu seiner

Erlösung zu beschleunigen. c) Die Körperbeherrschung: durch spezielle Körperhaltungen sollen die Lebensenergien beherrscht werden, d) die Atemregelung: mit der Anwendung dieser Übungen wird der Atemrhythmus verlangsamt, Körper und Geist beruhigen sich und die gesamte intellektuelle Kraft des Menschen wird auf die letzten Yogastadien vorbereitet.



e) Die Sinnesbeherrschung: durch ausdauernde Beobachtung eines Gegenstandes versucht der "Yogi" (d.h. der Schüler des Yoga) die Herrschaft über seine Sinne zu erlangen. f) Die Konzentration der Aufmerksamkeit: Die Konzentration des Verstandes erzielt die Schaffung einer isolierenden Trennwand von den umgebenden Erscheinungen und den inneren

Phantasien. Um dies zu erreichen, hat die hinduistische Lehre verschiedene Techniken entwickelt, unter denen die Wiederholung des heiligen hinduistischen Buchstabens "OM", schweigend oder mit lang gezogenem psalmenähnlichem Rhythmus, das Angucken von eigentümlichen Zeichen usw. vorherrschend sind.

Die zwei folgenden letzten Phasen führen zum letztendlichen Ziel des Yoga: g) Das Denken, das Schauen und die Theorie. h) Die Erleuchtung, die Befreiung: mit der absoluten Konzentration glaubt der Yogi, dass er seine Verbindung, seine Vereinigung mit der übersinnlichen Wirklichkeit realisiert. Es wird gesagt, dass wenn man die letzte Stufe erreicht hat, sich man von der realen Sphäre loslösen kann und zur Erlösung gelangt.

Während in den ersten Stadien noch bestimmte Bewusstseins-elemente erhalten sind, gelangt der Yogi zum Ende hin zu einer Phase der Bewusstseinsüberwindung. Er nimmt nichts mehr wahr, keine Farbe, keinen Geruch, kein Geräusch, keine Berührung, weder sich selbst noch andere. Sein Geist "befreit sich" - so würden es die Eingeweihten nennen - aus der Erinnerung und der Vergessenheit. Das bedeutet für sie Kenntnis und Erleuchtung.

Es handelt sich letztendlich um eine Technik, die die Verbindung zum Absoluten beabsichtigt. Wie wir im nächsten Abschnitt sehen werden, haben die zentralen christlichen Wahrheiten über den Christus-Erlöser, die Gnade, uneigennütige Liebe, das Kreuz, Auferstehung für sie keine Bedeutung.

Es gibt vielfältige Richtungen, Zweige, Tendenzen und Anwendungen des Yoga. In den diversen Schulen wird Yoga nicht auf dieselbe Art und Weise dargestellt. In Europa zum Beispiel und in Amerika handeln und propagieren unzählige Yogagruppen auf eigene Weise mit eigenen Erfindungen, die die Gurus aus Indien missbilligen. Alle diese Systeme der Andacht, der Übungen und der geistigen Erfahrungen bewegen sich in der Regel auch in den Denkkategorien und den religiösen Voraussetzungen des Hinduismus, die sich grundsätzlich unterscheiden von der Lehre des christlichen Evangeliums. Und dies bezüglich fundamentaler Anschauungen, wie über Gott, dem Kosmos, dem Menschen, dem Bösen, der Erlösung usw. Sie führen vor allen Dingen in eine

schreckliche und gefährliche Verwirrung und zum vergleichenden Denken und leugnen somit den ursprünglichen christlichen Auftrag.



### **Yoga im christlichen Zusammenhang?**

Einige westliche intellektuelle Menschen haben versucht, bestimmte Yogaregeln so von der gesamten Lehre zu isolieren, dass sie in einem christlichen Zusammenhang anwendbar sind. Dieser Versuch, die Übungen von der hinduistischen Lehre abzugrenzen, mit der sie eigentlich verschmolzen sind, ist als ob man versuchen würde, das Muskelsystem des Menschen von seinem Nervensystem zu trennen.

Um diese Unabhängigkeit von der starken hinduistischen Atmosphäre und Ethik zu ermöglichen, muß dem eine originelle Neuschaffung vorausgehen.

In so einem Fall würde die christliche Anwendung des Yoga Übungen enthalten, die den Menschen dazu verhelfen, sich in eine tiefgehende Ruhe zu versetzen; nicht nur von äußeren Geräuschen, sondern hauptsächlich von inneren Aufwühlungen, die Sehnsüchte, Unruhen und Phantasien hervorrufen. Eine Ruhe, die es dem in Demut lebenden menschlichen Geist ermöglicht, den wahrhaftigen Auftrag des Heiligen Geistes zu erhören. Aber zu diesem Zweck dürfen keine Methoden gesucht werden, die genau das Gegenteil erreichen, nämlich eine völlige Autonomie des menschlichen Geistes und eine unglaubliche Verwirrung. Das geistige Leben und die geistige Vollendung, gemäß dem christlichen Glauben, ist ein Geschenk der Gnade Gottes und nicht Ergebnis einer unabhängigen menschlich zentrierten Technik. Außerdem gibt es für uns Orthodoxe die vollkommene besinnliche Ruhe des christlichen Ostens, die mit reinen christlichen Voraussetzungen zu dem heilig geistlichen Leben "in Christi", zu Harmonie, "Ruhe" in Liebe geführt haben.

### **Yoga in unserem Land (Griechenland)**

In den letzten Jahren vermehren sich die diversen "Yogazentren" in unserem Land. Die Kenntnisse jedoch und deren Wahrnehmungen sind eher dürftig, allgemein und verworren. Offiziell erscheint Yoga als eine Form der Gymnastik und gewöhnlich wird nur über die körperlichen und die neurophysischen Übungen, über Atemübungen und Ähnliches gesprochen. Sie beschränken sich auf die oben beschriebene dritte Phase



der Körperbeherrschung, die vierte der Atembeherrschung und manchmal dringen sie auch zur fünften und sechsten Phase vor, der Sinnesbeherrschung und der Konzentration der

Aufmerksamkeit. Viele private Schulen versuchen das Religiöse in den Übungen vollkommen vom hinduistischen Charakter zu trennen, um es dem Durchschnittsgriechen zu erleichtern, diese anzunehmen. Andere versuchen zu beweisen, dass Yoga niemals einen religiösen Charakter hatte und hat und reduzieren Yoga auf eine "Wissenschaft", geistige Erkenntnis und psychosomatische Übung. So sehr sie sich aber auch eigentümlicher und großspuriger Ausdrücke bedienen, um die Realität zu verdecken, es ist eine Tatsache, dass die Richtung dieser Technik immer schon religiös oder parareligiös war und ist. Wer sich mit der Meditation des Yoga beschäftigt, wird selbstverständlich in eine hinduistische Richtung geführt. Mit Hilfe der Veden und der anderen heiligen indischen Schriften (Upanisad, Puranas, Sutra, Tantra) versuchen sie, unter der Anleitung des "Lehrers" (Guru), sich die Theorien der Gesetze des "Karma", das die Reinkarnation bestimmt, des "Samsara" - d.h. der Kreislauf der späteren Leben -, in dem man letztendlich die Erlösung erstrebt, des "Moksa" von dieser Welt, der nicht wirklichen (Maya) anzueignen und zu erleben, auf "Wegen", die die hinduistische Tradition vorgegeben hat, wie das Karma Yoga, Jjana Yoga, Bhakti Yoga (wie im ersten Teil des Artikels erwähnt) und ihre vielfältigen Varianten, wie "Mandra Yoga", "Hatha-Yoga", "Raja-Yoga" usw.

Diesen "religiösen Kern" verschweigen und verdecken die unterschiedlichen Yogazentren mit allgemein gehaltenen Phrasen. Sie behaupten z. B., dass es ihr Ziel sei, "vollkommene Menschen zu entwickeln, natürlich, intellektuell und geistig". Die Texte, die der Öffentlichkeit angeboten werden, erscheinen oft unter einem fadenscheinigen sozialen und philosophischen Deckmantel, häufig bedienen sie sich Weisheiten altgriechischer Philosophen oder sogar der Kirchenväter. Für diejenigen aber, die wissen, um was es geht, sind ihre Theorien und Meinungen durchsichtig wie Plastikfolien, durch die sich die tiefere hinduistische Lehre abzeichnet.



Außerdem offenbart das in griechischer Übersetzung vorhandene Schriftmaterial, ihre religiös-philosophische Haltung (z.B. drängt sich in einer Zeitschrift mit dem Titel "Yoga", unglaubliches Material hinduistischer Lehren, sogar Einladungen zu hinduistischen Festen wie das der Sivaratri 15. 02 . 1980). Die Ziele, die in den Satzungen dieser Organisationen beschrieben werden, sind voll von bekehrendem Enthusiasmus, wie die "Verbreitung und Verkündung des Yoga bei allen Menschen, unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Religion und sozialer Schicht", "die Entwicklung fester Pfeiler im Yoga, anwendbar im täglichen Leben".

### **Religiöse Freiheit und Irreführung**

In Griechenland ist "die Akzeptanz der Religionen und die Religionsfreiheit" selbstverständlich gesetzlich verankert. Das heißt aber nicht, dass es erlaubt ist, dass das griechische Volk in die Irre geleitet werden darf von verschiedenen Gruppierungen mit irreführenden Behauptungen über ihre Identität und die beabsichtigten Ziele.

Die orthodoxe Kirche - Träger der Ewigen Wahrheit des lebendigen Wortes Gottes - hält schon jahrhundertlang in vollkommener Ruhe furchtlos jeder Art von Vergleich mit verschiedenen religiös- philosophischen menschlichen Erfindungen stand. Aber sie hat das Recht von offizieller Seite, vor allen Dingen von den Massenmedien, zu fordern, dass die immer wieder auftauchenden Propagandisten verschiedener fremder religiöser Ideen ihre Identität und ihre Geschichte deutlich machen. Es ähnelt einer Verspottung, wenn in einer Satzung eines Yogazentrums steht, dass sie uns vorbereiten wollen "verantwortlich und schöpferisch im sozialen Miteinander zu agieren" mit Theorien und Methoden, die die Entwicklung auserwählter asiatischer Völker so sehr verzögert haben.

Gleichzeitig aber ist es notwendig, dass all diejenigen, die eine große oder kleine Verantwortung gegenüber der Kirche tragen, sich bewusst machen, dass in einer Zeit, in der der freie Austausch

von Ideen auf internationaler Ebene stattfindet, der unruhige forschende Geist der Griechen natürlich Neugier und Interesse für neu erscheinende Ideen, östlichen oder westlichen Ursprungs, in unserem Land zeigt. Eine seriöse Ausbildung der Kleriker, der Theologen, der christlichen Intellektuellen und allgemein eine nüchterne Aufklärung des griechischen Volkes ist nötig. Der beste Widerstand gegen die verschiedenen geistigen Strömungen bleibt letztendlich die beständige stetige und starke Präsenz und der grosse Dienst der orthodoxen Tradition, ihr persönliches und soziales Erleben.

Quelle: [http://www.apostoliki-diakonia.gr/de\\_main/catehism/theologia\\_zoi/themata.asp?contents=antiairetika/contents.asp&main=AT\\_1&file=1.1.htm](http://www.apostoliki-diakonia.gr/de_main/catehism/theologia_zoi/themata.asp?contents=antiairetika/contents.asp&main=AT_1&file=1.1.htm)



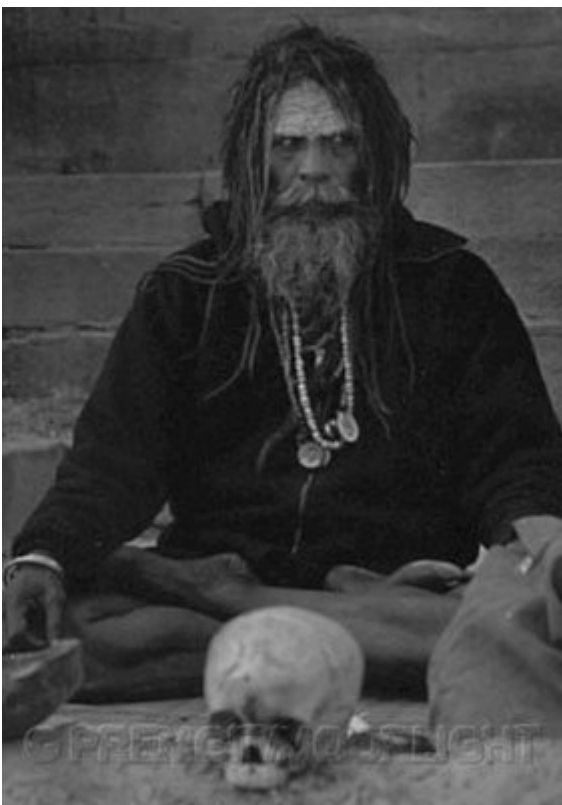
*Naga-Dämon*

Wenn du in das Land kommst, das der HERR, dein Gott, dir gibt, dann sollst du **nicht** lernen, es den Gräueln dieser Nationen gleichzutun. Es soll unter dir niemand gefunden werden, der seinen Sohn oder seine Tochter durchs Feuer gehen lässt, keiner, der Wahrsagerei treibt, kein Zauberer oder Beschwörer oder Magier oder Bannsprecher oder Totenbeschwörer oder Wahrsager oder der die Toten befragt. **Denn ein Gräuel für den HERRN ist jeder, der diese Dinge tut. Und um dieser Gräuel willen treibt der HERR, dein Gott, sie vor dir aus.** Du sollst dich ungeteilt an den HERRN, deinen Gott, halten. Denn diese Nationen, die du austreiben wirst, hören auf Zauberer und auf Wahrsager. Du aber - so etwas hat der HERR, dein Gott, dir **nicht** gestattet!

*5 Mo 18, 9-14*



*Der Dämon Kali (eine hinduistische „Göttin“)*



*Schwarze Magie*

**Denn alle Götter der Nationen sind Dämonen; aber der Herr hat die Himmel gemacht.**

*Ps 95, 5*