

2.2.6 Sahaja Yoga

(Manfred Hutter)

Die unter der Bezeichnung »Sahaja Yoga« bekannte Richtung indischer Spiritualität heißt offiziell »Vishva Nirmala Dharma«, die »Universelle Reine Religion«. Sie geht auf die am 21. März 1923 in Chindvara in Madhya Pradesh (Indien) geborene Nirmala Salve zurück, deren ehrfurchtsvolle Bezeichnung als Sri Mataji Nirmala Devi ihre Bedeutung aus der Sicht ihrer Anhänger widerspiegelt. Seit der offiziellen Etablierung dieser Yogapraxis am 5. Mai 1970 ist Nirmala für ihre Anhänger Guru und Mutter (*mataji*), aber auch die für die Gegenwart vollkommenste Verkörperung der weiblichen Göttlichkeit (*devi*) und der Göttin Shakti. Seit der ersten Hälfte der 70er Jahre hat sie Anhänger in Europa, ein europäisches Zentrum ist ein Haus Nirmalas in Capella (Italien), der Hauptsitz der Bewegung ist Pune in Maharashtra (Indien), wo sie lebt.

Das Menschen- und Weltbild im Sahaja Yoga baut auf der Vorstellung von Nadis und Chakren auf. Nadis sind Energiekanäle des feinstofflichen Bereichs, die dem sympathischen und parasympathischen Nervensystem vergleichbar sind. Götter, individuelle Eigenschaften und biologische Erscheinungen sind diesen Kanälen zugeordnet. Die drei Hauptkanäle beginnen im Mooladhara-Chakra und kreuzen ihre Bahn im Agnya-Chakra (Ajna-Chakra), wobei der mittlere Kanal durch das Sahasrara-Chakra aus dem Körper austritt. Unter einem Chakra versteht man ein Zentrum feinstofflicher Energie, von den sieben Hauptzentren sind die drei genannten die wichtigsten. Die Chakren bilden eine Grundlage tantrischer Traditionen Indiens, bestimmen körperliche Erscheinungen, positive und negative Eigenschaften und sind von Gottheiten besetzt; genauso werden ihnen eine Reihe von Symbolen und Mantras zugeordnet. Entlang des mittleren Kanals und durch die sieben Chakren hindurch wird durch die Meditationstechnik im Sahaja Yoga die Kundalini-Energie emporgeleitet, um dadurch den Einzelnen zur Selbstverwirklichung zu führen. Die Kundalini-Energie symbolisiert jene göttlichen Kräfte, die jeder Mensch besitzt und die ihm die Selbstverwirklichung ermöglichen. Eine entscheidende Neuerung von Sahaja Yoga gegenüber anderen Kundalini-Yoga-Wegen liegt darin, dass der Ausgangspunkt der Kundalini nicht im Mooladhara-Chakra, dem Sitz der Sexualität, sondern erst darüber lokalisiert wird. Dadurch spielt Sexualität im Sahaja Yoga als Mittel

zur Vervollkommnung keine Rolle, wodurch von der tantrischen Anthropologie abgerückt wird. Eine weitere Neuerung ist die Betonung, dass die Erweckung der Kundalini ein »spontaner« (*sahaja*) Yoga-Weg ist, der nicht mehr durch »Geheimwissen« einigen wenigen, sondern jedem möglich ist. Die aufsteigende Kundalini durchquert die einzelnen Chakren und tritt durch das Sahasrara-Chakra aus dem Körper heraus. Dies manifestiert sich in einer »kühlen Brise«. Diese in der Meditation erlebbare Erfahrung der Selbstverwirklichung interpretiert Nirmala als Wirken des Heiligen Geistes. Wer dies erlebt, erlangt einen höheren spirituellen Zustand und wird zum Guru für sich selbst und für andere.

Obwohl jeder sein eigener Guru werden soll, gilt Nirmala deswegen, weil sie diesen Weg zur Selbstverwirklichung gezeigt hat, als Guru par excellence für unsere Zeit; sie steht in einem klaren hierarchischen Verhältnis über ihren Schülern, die ihr – in Indien stärker als in Europa – mit der einer Gottheit entsprechenden Ehrfurcht begegnen. Denn für die Sahaja Yogis begann mit Nirmala ein neuer Abschnitt in der Geschichte, der das Werk früherer Religionsstifter(innen) zum Abschluss bringt. Weil Jesus durch seinen Tod das gesamte Karma der Menschen getilgt hat, spielen in der Lehr- und Lebenspraxis im Sahaja Yoga Karma-Vorstellungen keine Rolle mehr und ein selbstverwirklichter Yogi steht jenseits von Sünden- und Schuldbewusstsein. Wer daher den von Nirmala gezeigten Weg geht, lebt bereits in einer eschatologischen Zeit, die von den Anhängern manchmal als Zeitalter des Heiligen Geistes bezeichnet wird.

Aus diesen Lehrinhalten resultiert eine Lebenspraxis, in deren Mitte die regelmäßige Meditation steht: Man sitzt aufrecht, sodass die Kundalini aufsteigen kann. Vor dem Sitzenden steht häufig ein Bild Nirmalas, eventuell umgeben von Kerzen, Blumen und Räucherstäbchen. Vom Bild gehen wie vom persönlich anwesenden Guru Schwingungen aus, die die Kundalini erwecken. Dieser Art von Meditation wird auch therapeutischer Wert zugeschrieben, wobei körperliches Unwohlsein als Blockierung von Chakren gedeutet wird, was durch vermehrte Meditation behoben werden soll. Da deshalb grundsätzlich jeder Yogi auch Heilkompetenz beansprucht, mag hierin eine Gefahr liegen, eventuelle Krankheitsursachen falsch einzuschätzen. Die Überwindung von Schuldbewusstsein im Zustand der Selbstverwirklichung wirkt sich auf die ethische Seite der Lebensführung dahingehend aus, dass Extreme vermieden und Harmonie angestrebt werden. Daraus resultiert, dass das »Wie« der eigenen Entwicklung als entscheidender betrachtet wird als vorgegebene Regeln und Organisationsstruktur, sieht man von Nirmalas dominierender Rolle ab. Ihre Vorträge und Anweisungen legen für die Yogis die Parameter der Lebensgestaltung in Ehe und Partnerschaft, aber auch hinsichtlich gesellschaftlicher Rollen vor. Die Wahl des Ehepartners geschieht häufig auf Nirmalas Empfehlung, was bei westeuropäischen Anhängern nicht nur Zustimmung findet. Erklärbar ist Nirmalas Praxis aus ihrem indisch-traditionellen Hintergrund. Bezüglich des Frauenbildes verwendet Nirmala gerne einen Vergleich wie folgenden:

»Gott hat zwei Geschlechter aus gutem Grund erschaffen und ich denke, dass diese beiden Geschlechter wie zwei Räder an einem Wagen sind. Natürlich gibt es einen gewissen Abstand zwischen ihnen und – obwohl sie gleich oder ähnlich sind – sind sie nicht

identisch. Eines ist auf der linken Seite und eines ist auf der rechten Seite. Wenn man versucht, das Linke rechts und das Rechte links zu montieren, so funktioniert es nicht ... Deshalb ist dieser Unterschied zwischen den Geschlechtern oder von gender roles (wie man heutzutage sagt) ein Teil der großen Vielfalt, die Gott geschaffen hat.«¹¹⁰

Um diese Vorstellungen zu verwirklichen, bemühen sich Nirmala und ihre Anhänger um die Herbeiführung einer »Sahaja-Kultur«. Diesem Ziel dienen bislang v. a. ein Kindergarten in Rom und eine Schule in Dharamsala in Nordindien. In diesen Institutionen sollen die Werte von Nirmala weitergegeben werden und zugleich der in manchem unerwünschte westliche Einfluss ferngehalten werden. Beide Einrichtungen sind dabei manchmal der Kritik von Eltern ausgesetzt, v. a. wenn ein Partner das Kind nicht in diese Einrichtung schicken möchte, um es nicht von den Eltern zu trennen. Solche kritischen Stimmen finden offiziell eher wenig Gehör. Abgesehen von diesem Spannungspunkt ist aber zu beobachten, dass die etwa 500 bis 600 Mitglieder von Sahaja Yoga im deutschsprachigen Raum versuchen, ihre Lebensgestaltung in die vorgegebenen Gesellschaftsformen zu integrieren.

Quellen: Shri Mataji Nirmala Devi, *Meta Modern Era*, Pune 21996 · Dies., *Sahaja Yoga*, Pune, o.J. · Yogi Mahajan, *The Face of God. A Biography of Her Holiness Shri Mataji Nirmala Devi*, Pune 1995

Literatur: GMS, S. 115-128 · Judith Goney, *Sahaja Yoga. Socializing Processes in a South Asian New Religious Movement*, Richmond 1999 · Manfred Hutter, *Indische Spiritualität in Graz. Am Beispiel von Sahaja Yoga und Sri Chinmoys Yoga Weg*, in: *Katholisch-Theologische Fakultät der Universität Graz (Hg.)*, CD-ROM, in: *Theologie interaktiv*, Graz 1997 · Manfred Hutter, *Shri Mataji Nirmala Devi. Die göttliche Religionsstifterin und das Frauenbild im Sahaja Yoga*, in: ders. (Hg.), *Die Rolle des Weiblichen in der indischen und buddhistischen Kulturgeschichte*, Graz 1998, S. 120-136