

Hat Yoga eine Geschichte¹?

Yoga ist ein Lebensweg²; Yoga ist mehrere tausend Jahre alt³.
Na, dann muss es ja gut sein – wenn es so alt, so bewährt ist. Oder?

I) Um hier Näheres zu erfahren, müssen wir zuerst definieren: was ist Yoga?

Erstaulicherweise fängt es schon hier an, recht kompliziert zu werden: Da gibt es

- Ernährung (Ayurveda)⁴,
- Philosophie (Veden)⁵,
- Körperarbeit (Asana)⁶,
- Atemarbeit (Pranayama)⁷,
- religiöse Wege (Hinduismus, Buddhismus, etc),
- und vieles, vieles mehr...⁸

Patanjali⁹ (ca. 2 Jh. V. Chr) wird dem Begriffsinhalt “Yoga” – ohne mit der Wimper zu zucken – hinzugerechnet. Dann wären wir bei mindestens 2200 Jahren.

Einzelne Asanas finden sich auf Wandmalereien in der Steinzeit (!), als Skulpturen im alten Ägypten, usw. Indessen: auch hier gehen wir – hoppla! – davon aus, dass all dies unter „Yoga“ fällt.

So recht stringent scheint dies alles nicht zu sein. Betrachten wir es also näher.

II) Bei der Lektüre von I) ist doch schon aufgefallen, dass es sich hier eher um „ein buntes Sammelsurium“ zu handeln scheint, dessen Allgemeininhalt man wohl nur im Wege des „kleinsten gemeinsamen Nenners“ definieren können. Dann bleibt übrig, dass „Yoga“ – letztendlich - eine individuelle Praxis ist: ein individueller Weg zum Glück, zur Zufriedenheit, zum Wohlbefinden.

Wir können damit zunächst sagen, dass der Begriffsinhalt des Wortes „Yoga“ doch recht neu zu sein scheint, jedenfalls so, wie wir dies heute verstehen.

Damit taucht aber eine andere, noch viel interessantere, Frage auf:

Warum wird ein spiritueller Individualweg nicht kollektiv als ein solcher verstanden und aufgefasst, sondern – allgemein (!) – als historisch fundiert und *tradiert* verstanden?

Anders gefragt: warum wird eine Abspaltung eines Zweiges auf die tiefste Wurzel eines Baumes zurückgeführt?

¹ Copyright: 17.06.2013 / Christian Koenig, D-51067 Koeln --- www.koenig-chr.de; +49 178 827 0 667

Alle Fussnoten / Hyperlinks sind abgerufen am: 17.06.2013.

Für Veränderungen auf der Ebene der verlinkten Seiten übernehme ich keine Gewähr.

² <http://de.wikipedia.org/wiki/Yoga>

³ Siehe FN 2

⁴ <http://de.wikipedia.org/wiki/Ayurveda>

⁵ <http://de.wikipedia.org/wiki/Veden>

⁶ <http://www.koenig-chr.de/datei/offiziell/052.pdf>

⁷ <http://de.wikipedia.org/wiki/Pranayama>

⁸ <http://www.yoga-vidya.de/yoga-anfaenger/was-ist-yoga.html>

⁹ <http://de.wikipedia.org/wiki/Patanjali>

Zwischenergebnis ist also:

Als Autor kann ich die Frage nach der Geschichte des Yoga – mit historisch korrekter und anerkannter Methodik (und auch: erschöpfungshalber) – nicht beantworten. Warum aber scheuen sich Praktizierende, zu sagen: „Ich gehe ins indische Bodenturnen“ und sagen stattdessen: „Ich gehe ins Yoga“?

Dies scheint mir eine Frage zu sein, auf die eine Antwort bei verschiedenen Disziplinen gesucht werden muss. Diese könnten sein

- Soziologie
- Psychologie
- Sportwissenschaften
- uvm.

Geschichten um Yoga?

Stellen wir aber den Aspekt der Praxis in den Betrachtungsmittelpunkt, bei dem es um Steigerung des Wohlbefindens und mithin um einen Individualweg zum Glück geht, dann sind wir schnell bei dem Punkt, dass unser **westliches** Verständnis der Yogapraxis in unmittelbarem Zusammenhang der gesellschaftlichen Entwicklung steht:

Vor rund 500 Jahren war Erholung und Entspannung, Burn-Out und Urlaub ein gesellschaftlich unbekanntes Thema. Stress und Gestresstsein ist ein Phänomen, dass erst mit der industriellen Revolution aufkam; Burn-Out ist ein Phänomen, dass wir vielleicht seit maximal 100 Jahren kennen.

Yoga als **marktwirtschaftliches Phänomen** ist erst seit ca. 30 Jahren bekannt¹⁰.

Damit können wir sagen:

Es scheint einen unmittelbaren Zusammenhang zu geben zwischen

- Arbeitsverdichtung und Leistungsdruck, zwischen informativer Vernetzung und Informationsflut, zwischen „westlichem Leistungsdruck“ (...)

einerseits

- und einer individuellen Suche aus diesem Teufelskreislauf des „Leistungsdruckes“ hinaus¹¹

andererseits.

Betrachtet man jetzt „die Geschichte des Yoga“ nicht unter dem Aspekt der historischen Genese von einzelnen Körperhaltungen (...), sondern unter dem Blickwinkel der „Auswegsuche“, der „Fluchtwegsuche“ des Individuums, nämlich: weg vom Druck, weg vom Zwang, weg vom Controlling, weg von der finanziellen Rechtfertigung, und also unter dem Blickwinkel der sozialen, soziologischen Relevanz, dann reiht sich der „booming Yoga – business“ nahtlos ein mit Phänomenen

- des harten Drogenkonsumes wie zB. Cocain (als „Bankerdroge“, da Cocain „leistungssteigernd“ wirken soll),
- des Ferienboomes und Massentourismus (Thomas Cook, Centerparks)
- einer Fitnesswelle (Bodybuilding gibt es erst seit ca. 100 Jahren)

¹⁰ Siehe zB die marktwirtschaftliche Entwicklung von Yoga-Vidya: aus dem heiteren betriebswirtschaftlichen „Nichts“ – nämlich einem Studio in Frankfurt – zu einem Ashram im Westerwald, zu einer Zentrale in Bad Meinberg, dann der Nordsee, dann dem Allgäu mit assoziierten dutzenden Stadtzentren bundesweit.

¹¹ Siehe dazu auch: <http://www.koenig-chr.de/datei/offiziell/2012-01-11-v001.pdf>

- eines Esoterik-Boomes.

Ergebnis (?)

Als letztes (?) Zwischenergebnis können wir damit eigentlich nur sagen:

- 1) Eine Historie des Yoga gibt es nicht, und kann es nicht geben. Denklogisch ist dies ausgeschlossen, weil es hier um einen individuellen Weg geht – individueller Yoga kann als Weg nur so alt sein, wie der ihn praktizierende Mensch.
- 2) Die Geschichte des marktwirtschaftlich ausgebeuteten Wortes „Yoga“ ist nur die Kehrseite dessen, was mit der industriellen Revolution angefangen hat, und noch lange nicht am Ende angekommen ist. So gesehen ist Yoga (dies könnte ein psychologischer Blickwinkel sein) die Geschichte der Suche des Individuums nach einem Ausweg aus individuellem Leid. Dies würde dafür sprechen, „Yoga“ (wie zB. auch den „Buddhismus“) auf den Entstehungs-Moment zu datieren, als das Individuum entdeckte: Ich leide, es muss einen Weg aus dem Leid heraus geben und das Individuum dafür Kapazitäten frei hatte (wer von einem Säbelzahniger gejagt wird, denkt nicht an Nadi Shodana).

Schlussantwort kann also sein:

Yoga hat keine Geschichte – es ist immer eine Frage des Jetzt.

Oder aber: Yoga ist ungefähr so alt wie die Entdeckung des Bewusstseins und – synchron dazu – die Entdeckung des Leidens.

