

SOUND OF RELIGION - AUDIOGUIDE ZUR LUZERNER RELIGIONSVIELFALT

Beitrag 05

Von Yoga und Wicca – Ein Bummel durch die «andere» Bruchstrasse

Von Jacqueline Buri, Juni 2017

Ein schöner Tag, die Bruchstrasse lädt zu einem gemütlichen Bummel ein.

Hier reihen sich kleine Geschäfte an hippe Cafés und edle Coiffeursalons. Und was gibt's da so in Sachen Religion? Da denkt man als Erstes an die Synagoge und vielleicht ist auch das Wicca-Lädeli «Zwischenwelt» dem einen oder der anderen ein Begriff. Wir aber beginnen unseren Bummel hier an der Bruchstrasse 10 im dritten Stock in einem weiten hellen Raum mit Holzboden. Es ist das Studio von «bramberg yoga».

Als Teilnehmerin kommt einem eine vital, aber sehr geerdete wirkende Frau entgegen, die einen persönlich begrüsst. Die Yogalehrerin Myrtha Lütolf hat die Yogamatten für die Stunde bereits halbmondförmig hingelegt und alles ist bereit für die Praktizierenden, um den Alltagsstress zu vergessen.

Myrtha Lütolf: «*Om...du bist ganz bei dir, nimmst wahr, wie der Körper auf der Erde liegt und mit einer tiefen Ausatmung Gedanken und Gewicht absinken lässt. Den Kopf in die Mitte rollen und die Beine zurück in die Mitte führen, die Füsse aufstellen, Arme neben den Körper.*»

Auch wenn von draussen Strassenlärm und andere Geräusche hereindringen, vermittelt einem das Ambiente von «bramberg yoga» eine angenehme Ruhe. Auf die einzelnen Teile des Körpers und den Atem konzentriert, gibt es nichts Anderes mehr als sich selber.

Myrtha Lütolf: «*Das rechte Bein am Boden ausstrecken, linke Achillessehne zwischen ersten und zweiten Zeh. Unter- und Oberarme im rechten Winkel zueinander und der Schultergürtel auf dem Boden. Mit einer Ausatmung beide Füsse nach links ablegen. Mit der Einatmung in die Mitte zurück und nach rechts ablegen. Und dann dynamisch einatmen, hin und her, im eigenen Rhythmus!*»

Für nichts sollte man sich schämen, die Atmung soll ruhig hörbar sein. Es ist egal, was die anderen denken. Auch zum Singen wird man am Ende der Stunde eingeladen.

Myrtha Lütolf: «*Om Om Om Shanti Shanti Shanti Om*»

Auf die Frage, wo sich Myrtha Lütolf selbst im Spektrum der Yogapraxis sieht, meint sie, dass sie eine von den Lehrerinnen sei, die Yoga als Ausgleich zum Alltag anbieten. Der Anspruch, den Kursteilnehmern Spiritualität zu vermitteln, finde sie zu hoch angesetzt. Viel lieber erwähne sie Yoga als Übung zur Achtsamkeit. Dazu kommt, sich etwas zu gönnen, Zeit für sich selber zu haben. Nur Wellness sei es für sie aber auch nicht, denn man soll aktiv und sehr bewusst den Körper erfahren und mit ihm arbeiten.

Einem ganz anderen Verständnis von Yoga begegnet man gleich nebenan. Verlässt man das grosszügige Yogastudio, entdeckt man durch eine Glasscheibe einen engen, aber gemütlichen Raum, der ein bisschen an einen *Infodesk* erinnert. Hier hat sich «Brahma Kumaris» eingerichtet. Heike Reber, die ehrenamtliche Leiterin von «Brahma Kumaris Luzern», hat die Stühle kreisförmig angeordnet. Zwei Mal im Monat bietet sie hier eine andere Art Yoga an:

Heike Reber: «Dann, im nächsten Schritt der Meditation, konzentriere ich mich auf die Mitte der Stirn, denn in der Mitte der Stirn sitzt ein strahlender Stern.»

«Brahma Kumaris» nennt ihre Yoga-Praxis *Raja Yoga Meditation*. Wo bei «bramberg yoga» körperbezogene Übungen durchgeführt wurden, sind es hier angeleitete Meditationen, gefolgt von Kurzvorträgen. Betont wird die ewige Seele im Gegensatz zum materiellen und vergänglichen Körper.

Heike Reber: «Ein körperliches Leben oder das Leben des Körpers ist linear, angefangen mit der Geburt. Dann irgendwann ist es zu Ende, das Leben des Körpers. Das ist linear. Aber die Seele, die Seele ist ewig. Da gibt es keine Geburt und keinen Tod.»

«Brahma Kumaris» ist eine weltweit aktive, spirituelle Bewegung, die aus Indien stammt. Ihre Glaubenslehre kann dem hinduistischen Spektrum zugeordnet werden. «Brahma Kumaris» verfolgt das Ziel, die Menschheit zu einer besseren zu machen. Dazu verhelfen soll das Wissen über die ewige Seele, über den Zyklus der vier Zeitalter.

Heike Reber: «Jetzt kann man sich fragen: Ja, auf der Welt leben immer Menschen, viele Menschen. Die schauen oder schauen eben nicht zur Erde. Der Charakter der Menschen hat einen grossen Einfluss auf die Erde. Wenn eine Seele ganz angefüllt ist oder in ihrem Ursprung ist, dann ist sie auch in ihrer Kraft und in ihrer Schönheit. Da gibt es keine Eifersucht auf den Nachbarn, da gibt es keinen Ärger gegenüber dem Partner, da gibt es keinen Streit. Das gibt es alles nicht.»

Durch die stille Einkehr der «Raja Yoga Meditation» sollen die Seelen wieder mit Frieden erfüllt werden. Denn schliesslich seien es die Menschen die das Elend auf der Welt verursachen. In diesem Sinne geht der Appell am Schluss der Meditation wiederum an die eigene Person:

Heike Reber: «Im *Raja Yoga* nennen wir diese Übung *Om Shanti*. *Om* bedeutet «Ich bin, ich bin Licht, ich bin ein spirituelles Wesen, ich bin die Seele» und *Shanti* bedeutet «Frieden».

Versunken in diese Worte gehen wir weiter. Die Bruchstrasse entlangschlendernd halten wir Ausschau, bis wir auf der linken Strassenseite das Hexelädeli «Zwischenwelt» entdecken.

Im Wicca-Laden «Zwischenwelt» werden nicht nur Dinge wie Räucherwerk für Rituale oder Okkultkarten, mit denen man Vorhersagen macht, verkauft. Das Geschäft ist auch Treffpunkt für Naturmystiker und Schamaninnen. Der Besitzer Wilhelm Haas, der selbst die Ausbildung eines Wicca genossen hat, bietet hier auch individuelle Beratungen und Kurse an.

Wicca, altenglisch für Hexe, ist eine neue religiöse Bewegung, in der die Natur hochachtungsvoll verehrt wird. Magie und Rituale sind dabei wichtig und die Vorstellung, dass das Göttliche überall ist.

Wilhelm Haas: «Der Grundkern ist ja der, dass das Göttliche in allem fliesst, also es gibt nichts, was nicht irgendwo mit dem Göttlichen verbunden ist.»

Wicca bezieht sich auf vorchristliche Religionen und gestaltet sie neu. Wie letztlich praktiziert wird, sei dabei jedem selbst überlassen. «Jeder ist sein eigener Priester». Eine einheitliche Struktur gibt es nicht.

So wählt auch Wilhelm Haas aus einer Vielzahl von Ritualen aus.

Wilhelm Haas: «Ich liebe grosse Rituale, zum Beispiel das Rufen der Elemente, das heisst, das Einstimmen mit den Elementen Erde, Feuer, Wasser und Luft, das Herabrufen der Gottheiten.»

Hierzu braucht es auch keinen Tempel, vielmehr ist die Natur das Heilbringende und aufs Minimum heruntergebrochen: man selbst.

Wilhelm Haas: «Für mich ist, wie gesagt, der Tempel die Natur draussen. Ich muss nicht in irgendein Gebäude gehen, wo ich mich (ver-)sammele. Ich kann zu einem schönen Baum gehen, an einen Ort, wo ich spüre, dass dort Kraft fliesst, mich hinsetzen. Nicht zuletzt bin ich in meinem eigenen heiligen Raum.»

Das Selbst ist für Wilhelm Haas sehr zentral:

Wilhelm Haas: «Indem ich den Weg zu mir selber finde, finde ich auch den Weg zum Göttlichen.»

Im Gespräch hat man den Eindruck, Wilhelm Haas lebt und steht für das, was er anbietet, ohne dabei weltfremd zu wirken. Es mache für ihn weder Sinn zu missionieren noch sich zu isolieren. Gerade in dieser Zeit, in der alles durchrationalisiert sei und man andererseits von Informationen überwältigt werde. So antwortet er auf die Frage, wie er das Aufleben von verschiedener Religiosität erklärt und ob es denn nicht eine Realitätsflucht sei:

Wilhelm Haas: «Wir leben in einem Universum, wo durch das ganze Wissen wir immer mehr mit Informationen überhäuft werden und leicht die Orientierung verlieren können. Und was ist da leichter, als wenn wir überfordert sind, Verantwortung wieder abzugeben und dahin zurückzugehen, wo uns andere Leute sagen, was wir zu tun haben und was wir machen müssen?»

Und weiter:

«Man sollte nie den Boden unter den Füßen verlieren, wenn man in die magische Welt einsteigt.»

Bei unserem Bummel auf der Bruchstrasse haben wir vieles entdeckt, was der Volksmund gerne mit Begriffen wie «Esoterik» oder «Alternative Spiritualität» bezeichnet: Doch was haben die Auszeit und Körperarbeit bei «bramberg yoga» mit dem Regenerieren der Seele bei «Brahma Kumaris» oder der Natur bei Wicca gemein?

So unterschiedlich die Zugänge sind, eine Gemeinsamkeit scheint doch der Gegensatz oder Ausgleich zum Alltag zu sein. Bei allen dreien, «bramberg yoga», «Brahma Kumaris» und Wicca, geht es um eine ausseralltägliche Erfahrung, die man losgelöst von irgendeiner sozialen Verpflichtung macht. Verschieden bleibt, wie bestimmend diese Erfahrung für das eigene Leben ist, welche praktische Form sie hat und wie wichtig dabei eine religiöse Lehre ist.

Interviews und Aufnahmen

- Aufnahmen während einer Yoga-Stunde bei Myrtha Lütolf, bramberg yoga, 03.04.2017. Jacqueline Buri/Louis Fedier.
- Interview mit Heike Reber und Aufnahmen während einer Meditation bei Brahma Kumaris Luzern, Luzern, 28.04.2017. Jacqueline Buri/Laurenzia Karrer.
- Wilhelm Haas, Luzern, Dezember 2006. Andreas Zimmermann/Benji Gross.

Literatur

- Mohr, Hubert 2007: «Neopaganismus». In: Hans Betz und S. Browning et al. (Hg.), *Religion in Geschichte und Gegenwart*, Band 6 (4. Auflage), Siebeck: Tübingen, S. 186-190.
- Pearson, Joane E. 2004: «Wicca», in: Lindsay Jones (Hg.), *Encyclopedia of Religion*, (2. Auflage), Thomson Gale: Detroit, S. 9728-9731.



Dieses Werk ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International Lizenz](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).