

Yogaskandale

## Der Unterleib des Gurus

*Geschichten von Yogalehrern, deren Beziehung zu ihren Schülerinnen mehr sexueller als spiritueller Natur ist, sorgen in regelmässigem Abstand für Aufregung. Warum empfinden wir sie als besonders skandalös?*



*Ein Yogameister in der Shirshasana-Pose: Die Stellung hilft bei der Mässigung der sexuellen Energie.*

Nicht noch ein Yogaskandal! Bitte nicht. Kaum ein Guru, der in den letzten Jahren nicht Schlagzeilen gemacht hat. Man kann es schon nicht mehr hören. Zuletzt war es wieder einmal Bikram Choudhury, der Erfinder der «Hot Yoga»-Methode, die nach seinen eigenen Angaben alle menschlichen Leiden von Übergewicht über Impotenz bis zu Krebs heilt. Er wird gerade zum sechsten Mal wegen sexuellen Missbrauchs angeklagt.

Erstaunt das noch jemanden? Selbst seine Anwältin hat ihn bereits angezeigt. «Was soll ich denn tun, wenn Frauen mit Selbstmord drohen, falls ich nicht mit ihnen schlafe?» Gute Frage. Aber nicht unbedingt das, was man von einem spirituellen Führer erwartet. Sollten Yogalehrer nicht bessere Menschen sein?

Yogaskandale sind keineswegs eine moderne Erscheinung, sondern haben eine sehr lange Tradition. Die Übergriffe von Mr. Choudhury, der mit seinem (vorsichtig ausgedrückt) flamboyanten Auftreten – er fährt im Rolls-Royce vor und unterrichtet konsequent in Winzigst-Unterhosen und mit Bling-Bling behängt – immer schon Kontroversen auslöste, erstaunen weniger als zum Beispiel die Vorwürfe gegen Paramahansa Yogananda, dessen «Autobiografie eines Yogi» eines der Standardwerke des modernen Yoga ist.

Der Gründer der Self-Realization Fellowship brachte Yoga via Amerika in den Westen. Er predigte das Zölibat, was ihn nicht daran hinderte, mit seinen Nonnen mehrere Kinder zu zeugen. Nach seinem Tod 1952 wurde publik gemacht, dass er neben seiner Zelle eine Art Harem eingerichtet haben soll. Wer heute ein neues Yogastudio eröffnet, steht unter enormem finanziellem und persönlichem Druck.

### Geballte Verehrung

Auch einer seiner Schüler, Swami Kriyananda, wurde wegen sexuellen Missbrauchs angezeigt. Ebenso die Swamis Muktananda, Satchidananda und Shankarananda, die Begründer von Siddha Yoga,

Integral Yoga und der Shiva School of Meditation and Yoga. In den 1990er Jahren wurden auch Amrit Desai, Leiter des Kripalu Centers, und Sri Swami Rama, Gründer des Himalayan Institute, von ehemaligen Schülerinnen angezeigt.

Man kann also mit gutem Gewissen sagen, dass jede grössere Yogaschule ihren eigenen Skandal hat. Vielleicht besteht da sogar ein direkter Zusammenhang: Eine Schule wird zu gross, ein Lehrer zu mächtig, die geballte Verehrung seiner Schülerinnen vernebelt ihm die Sinne. Möglicherweise gibt es sogar Damen, die mit Selbstmord drohen, sollten sie nicht erhört werden.

Nur wäre das selbst für den Durchschnittsbürger Grund genug, das Weite zu suchen. Geschweige denn für ein spirituelles Vorbild. Aber wie sehr ist Yoga im Westen eine spirituelle Lehre?

Auch in der Schweiz gibt es keine Ortschaft mehr ohne eigenes Yogastudio. Doch erst um die Jahrhundertwende wurde Yoga so richtig Kult, das heisst Mainstream – und damit auch ein Millionengeschäft. Damals veröffentlichte das amerikanische «People Magazine» eine Fotoserie mit dem vielsagenden Titel «Yoga-Hunks», Yoga-Schönlinge. Halb nackt abgelichtete Männer mit ziselierten Muskeln und seelenvollen Augen.

Muss man sich da noch wundern? Den Titel zierte damals Rodney Yee, der erste amerikanische Star-Yogalehrer, der sich mit berühmten Schülerinnen brüstete, eine Reihe von DVD veröffentlichte (natürlich immer mit nacktem Oberkörper gedreht) und der in der Oprah-Winfrey-Show dem Publikum willig etwas vorturnte – anders kann man es nicht nennen.

Rodney Yee behauptete zwar, Yoga stärke seine Ehe, wurde aber 2002 von einer seiner Angestellten angezeigt. Sie warf ihm vor, er habe ihr sofort gekündigt, nachdem sie ihn auf seine Affären mit seinen Schülerinnen angesprochen gehabt habe. Wenig später verliess Yee seine Frau, um eine dieser Schülerinnen zu heiraten. Unterdessen hat er sie zur Yogalehrerin befördert. Sie unterrichten nur gemeinsam, was vermutlich vernünftig ist. Dieser Fall, der damals Schlagzeilen machte, scheint heute vergleichsweise harmlos. Menschen verlieben sich nun einmal, auch wenn sie verheiratet sind. Ehen gehen auseinander, neue werden geschlossen. Warum sollte das bei Yogalehrern anders sein? Der Yogalehrer ist ein Mensch, von dem wir mehr erwarten. So wie von einem Priester, einem Therapeuten.

Oft ist es einfach ein Fall von Wasser predigen und Wein trinken, wie bei John Friend, dem Gründer von Anusara Yoga. Auch er verwaltete bald eine grossangelegte Franchising-Firma. In seinem Unterrichtshandbuch legte er fest, dass sexuelle Beziehungen zwischen Lehrern und Schülern strikt zu vermeiden seien – selber pflegte er diese aber recht offen und ungeniert.

Der gern als «Elvis Presley des Yoga» bezeichnete charismatische Lehrer fiel aber nicht in erster Linie wegen seiner übermässig engen Beziehungen zu Schülerinnen in Ungnade, sondern wegen seiner finanziellen Mausehelei. Obwohl die Tatsache, dass einige dieser Schülerinnen verheiratet waren, mindestens in Amerika zu reden gab.

Dechen Thurman, Sohn von Robert, Bruder von Uma, outete sich als Sexsüchtiger und gab zu, mit mindestens fünf oder sechs Frauen aus jeder beliebigen seiner Klassen geschlafen zu haben. Da seine Klassen zwischen 40 und 70 Teilnehmer haben, klingt das erst einmal gar nicht so schlimm. Da er aber auch konservativ geschätzt 10 Klassen unterrichtet, kommt man allerdings auch so auf eine beachtliche Zahl. Na ja, der Mann ist vergleichsweise jung, vergleichsweise schön, und ein Hauch von Hollywood-Glamour umweht ihn. Geht es uns etwas an, mit wie vielen Frauen er schläft?

Sexuelle Beziehungen zwischen einvernehmlichen Erwachsenen sollten doch kein Problem sein. Was ist der Unterschied zur klassischen Affäre der gelangweilten Hausfrau mit ihrem Tennislehrer? Wer hat je einen Tennislehrer des Missbrauchs angezeigt? Der Unterschied ist, dass wir vom Tennislehrer weniger erwarten als vom Yogalehrer.

### **Die Antwort auf alles**

Der Tennislehrer ist ein Mensch. Er hat seine Grenzen. Er erfüllt seine Rolle. Der Yogalehrer macht das im Prinzip auch. Aber er ist ein Mensch, von dem wir mehr erwarten. So wie von einem Priester, einem Psychotherapeuten, einem Vater. Wir erwarten von ihm, dass er uns rettet. Dass er uns erlöst. Und deshalb sind wir darauf angewiesen, dass die Yogalehrer besser sind als wir. Dass sie mehr wissen als wir. Dass sie glücklich sind, erleuchtet, erlöst: Alles, was wir uns auch für uns selber erhoffen. Guru, nebenbei bemerkt, heisst wörtlich: der Licht ins Dunkle bringt. Ein Guru hat etwas,

was wir nicht haben: eine Taschenlampe in der einsamen Finsternis, zu der sich der moderne Alltag allzu leicht entwickelt.

Aber Guru heisst nicht etwa Heiliger. Heisst nicht Sektenoberhaupt, heisst nicht «der blinden Gehorsam fordert». Ein Guru ist ein Lehrer. Nicht weniger, aber auch nicht mehr. Ein Guru ist mit anderen Worten auch nur ein Mensch.

Ich spüre heute noch die bodenlose Enttäuschung, als mir damals klar wurde, dass meine allererste Yogalehrerin, mit der ich mich angefreundet hatte, auch nur ein Mensch war. Ich war in dieser Honeymoonphase, nach einem knappen Jahr Yogapraxis. Mein Leben hatte sich verändert, ich war durch Yoga stärker und gelassener geworden.

Yoga ist die Antwort auf alles, dachte ich damals. Dann sass ich mit meiner Lehrerin im Café, und sie fing an, über ihren Hintern zu reden, ob dieser zu gross sei beziehungsweise in letzter Zeit grösser geworden war. Ich war kurz davor, die Tasse hinzustellen und zu gehen. Meine Lehrerin war also auch nicht besser als ich?

Von denselben Zweifeln und sinnlosen Obsessionen erfüllt wie ich? Doch genau das schätze ich mittlerweile an ihr: dass sie mir nichts vormachte. Dass sie nicht vorgab, mehr oder besser zu sein. So blieb ich sitzen. Der Honeymoon war zwar zu Ende, aber die Ehe hatte begonnen: eine lebenslange Verbindung voller Höhen und Tiefen, Enttäuschungen und Erfüllung.

Das schützte mich aber nicht vor einer viel tiefer gehenden Enttäuschung. 15 Jahre später wurde mein Lehrer Kausthub Desikachar von diversen Schülerinnen des sexuellen, emotionalen und spirituellen Missbrauchs angezeigt. Hier ging es nicht einfach um Beziehungen zwischen einvernehmlichen Erwachsenen. Hier ging es um tiefergehende Verletzungen, um Manipulation. Obwohl ich Kausthub Desikachar sehr verehrte und viel von ihm gelernt habe, zweifelte ich keine Sekunde daran, dass die Vorwürfe gerechtfertigt waren. Warum? Weil ich selber in seiner Gegenwart immer wieder einmal ein ungutes Gefühl hatte. Immer wieder einmal dachte ich: «Das ist nicht richtig. Das sollte mein Lehrer nicht sagen.» Dieses ungute Gefühl wurde aber immer sofort verdrängt von einer gewissen Eitelkeit. Ich dachte eben auch: «Ich bekomme besondere Aufmerksamkeit. Ich bin eben eine besondere Schülerin!»

## **Starke Seele**

Ich will nicht verallgemeinern, ich weiss nur aus eigener Erfahrung zu sagen, dass diese Bereitwilligkeit, eher dem Lehrer (Vater, Ehemann) zu glauben, als auf das eigene Gefühl zu vertrauen, antrainiert ist, gewissermassen gelernt. Diese Bereitschaft entsteht nicht aus dem Nichts in einer Yogastunde. Aber es ergibt auch Sinn, dass Frauen mit einer entsprechenden Prägung, mit einer entsprechenden Bereitschaft eher in der Yogastunde als zum Beispiel im Tenniskurs anzutreffen sind. Weil wir uns mehr erhoffen als starke Oberarme: eine starke Seele.

Bei allem Streben nach Erleuchtung und Erlösung ist die moderne Yogastunde aber eine sehr körperliche Angelegenheit. Dass dieser spirituellen Sehnsucht in einem gut geheizten Raum voller schöner, gelenkiger und leicht bekleideter Körper nachgegangen wird, erhöht die Gefahr der Verwirrung. Yogalehrer sind also potenzielle Heilsbringer, die zu diesem Zweck im Gegensatz zu Priestern oder Psychoanalytikern ihre (meist perfekten) Körper einsetzen.

In diesem Zusammenhang eine andere Art von Yogaskandal: Chip Wilson, der Begründer der Yoga-Mode-Kette Lululemon Athletica, musste vor einer Weile zurücktreten. Er hatte auf Vorwürfe, seine Yogahosen würden beim Gebrauch durchsichtig, patzig reagiert: Das sei das Problem der Frauen, deren Oberschenkel sich berühren (was Oberschenkel so an sich haben). Seine Marke stehe für eine «Kultur des Aussergewöhnlichen» und sei deshalb nicht für Frauen mit «mittelmässigen» Körpern geeignet.

Erleuchtet zu sein, reicht also nicht: Schlank und schön wünschen wir uns unsere Yogalehrer, und das wollen wir auch selber sein. Wir verlangen das Unmögliche, von uns selber und von unseren Lehrern. Dieses Aufrechterhalten einer quasi heiligen und gleichzeitig supersexy Fassade führt unweigerlich ins Verderben. Denn das, was nicht sein darf, sucht sich unaufhaltsam seinen Weg. Es bricht an die Oberfläche, es platzt wie ein Pickel. Kein schönes Bild, ich entschuldige mich dafür, aber auch kein schöner Tatbestand.

Deshalb wird verschwiegen, was nicht sein darf: zum Beispiel, dass Yogalehrer, wie alle anderen auch, vermehrt unter Burnout leiden. Nur können sie das nicht zugeben, sie können keine Hilfe suchen – weil sie ja selbst die Hilfe sind. Die Antwort. Die Erlösung.

Wer heute ein neues Yogastudio eröffnet, ob in den USA oder in der Schweiz, der steht unter enormem finanziellem und persönlichem Druck, demselben wie jeder, der eine Einzelfirma gründet. Nur wird in der Yogalehrerausbildung sehr viel weniger Wert auf den kaufmännischen Aspekt gelegt, weil es ja im Grunde um Höheres als nur um Geld geht.

Doch es gibt mittlerweile bald mehr Yogalehrer als Schüler, viele behaupten, die Blase sei kurz vor dem Platzen. Die Konkurrenz ist gross. Das Einkommen klein. Wer nicht berühmt ist, muss in aller Regel unten durch. Viele Lehrer sind überfordert, sie haben keine Zeit mehr für ihre eigene Yogapraxis, sie reiben sich auf.

Selbst der Yoga-Star John Friend gestand in einem Interview etwa ein Jahr nach seinem «Fall», dass er oft bis nach Mitternacht am Computer gesessen und die sozialen Netzwerke bedient habe, dass er vollkommen erschöpft gewesen sei, dass er zur Erholung viel zu oft statt zu seiner Yogamatte zu einem Bier gegriffen habe, zu einem Joint. Diese Offenheit kann er sich erst jetzt leisten, seit er nichts mehr zu verlieren hat. Vorher wäre sie bestraft worden.

Diese mangelnde Offenheit innerhalb des Yogamilieus erklärt vermutlich auch, warum ein Buch wie «The Science of Yoga. Was es verspricht –und was es kann» bei seiner Veröffentlichung einen solchen Ärger auslösen konnte. Eigentlich steht in dem Buch nichts anderes drin, als dass Yogaübungen, falsch ausgeführt, unter Umständen zu körperlichen Schäden führen können. Der Autor machte sich angreifbar, weil er gewisse historische Aspekte nicht gründlich genug recherchiert hatte. Er sagte aber nichts, was nicht längst schon bekannt war. Trotzdem gab es massive Kritik, gerade von den grossen Yogaschulen mit vielen Filialen, von den auflagenstarken Yogamagazinen.

Der Autor wurde geradezu verteufelt. Ist es so schlimm, zu wissen, dass falsches Üben zu Verletzungen führt? Nein. Aber über negative Aspekte des Yoga zu reden, das war das eigentliche Tabu. Die Debatte zeigte, dass die Yogaszene manchmal etwas Sektiererisches hat. Yoga ist der Schlüssel zum Glück, das Allheilmittel, die Antwort auf alles. Wer das infrage stellt, macht etwas falsch. Und wird entsprechend weggebissen.

### **Knochentiefe Müdigkeit**

Eine befreundete Yogalehrerin hatte eine schwierige erste Schwangerschaft: ständige Übelkeit, morgendliches Erbrechen bis zur Geburt, schlaflose Nächte, knochentiefe Müdigkeit. Das Schlimmste aber war, dass sie, die seit 15 Jahren streng vegan lebte, nur noch Fast Food essen konnte. Nein, das Schlimmste war, dass sie offen darüber redete.

Ihre Schülerinnen verziehen ihr das nicht. Wie, Yoga schützt vor Schmerzen nicht? Das wollten sie nicht hören. Sie wollten eine Yogalehrerin, die bis im neunten Monat auf dem Kopf stand, die im Lotossitz gebar und selbstverständlich ganz ohne Schmerzen. Meine Freundin musste ihr Studio schliessen. Eine andere therapiert ihre Rückenschmerzen heimlich. Dass sie Krafttraining macht, verschweigt sie ihren Schülerinnen und Schülern: Yoga ist das Allheilmittel, behauptet sie. Die Wahrheit kann sie sich nicht leisten, sagt sie.

Aus diesen Gesprächen mit befreundeten Yogalehrerinnen ist eine Szene in meinem Roman «Montagsmenschen» entstanden. Die an MS erkrankte Yogalehrerin wird von ihren Kolleginnen verstossen, so wie ein verletztes Tier aus der Herde gebissen wird. Die hinkende Gazelle verlangsamt die ganze Herde, macht den Löwen auf sie aufmerksam, gefährdet alle. Der Löwe wäre in diesem Fall die Wahrheit: Yoga ist keine Religion. Yoga ist kein Allheilmittel. Yoga ist etwas viel Besseres: ein umfassendes System zur Wartung von Körper, Seele und Geist. Ein System, das von einem fähigen Lehrer vermittelt werden muss, klar. Aber auch ein System, das auf Verbindlichkeit beruht, auf Eigenverantwortung. Yoga ist eine Art erweitertes Zähneputzen, und wie Zähneputzen muss man es selber machen. Und erst noch jeden Tag. Das kann einem niemand abnehmen. Kein noch so berühmter, charismatischer Lehrer.

Und das ist die gute Nachricht.

Spiel mit den Flammen

Der Empörung über die Schürzenjägerie von Yogis liegt neben Idealismus auch Ignoranz zugrunde. Yoga begann seine Karriere als Sex-Kult: Hatha-Yoga, gemäss «New York Times» die Mutter der heute praktizierten Stile, war einst ein Zweig des mittelalterlichen Tantra, zur Erlangung des Glücks empfahl es neben tiefer Atmung auch Sextechniken.

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts formten die Gründer des modernen Yoga Hatha zu einer erotisch keimfreien neuen Disziplin um, doch Schweiss und spärliche Bekleidung blieben. Eine Gratwanderung: Wie Forschungen zeigen, erhöht Yoga den Testosteronspiegel und löst Hirnströme aus, die denen beim Sex gleichen. Die von Yogaschülern erstrebte Lebensenergie ist schwer von der Libido abzukoppeln. (mah.)