

Nie wieder Krieg. Für eine friedliche Welt!

Ein Essay von Dirk R. Glogau



Nach einigen Jahren Nachrichten über die eskalierende Klimaveränderung inklusive sich häufender und extremer werdender Wetterkatastrophen weltweit und der über zwei Jahre andauernden Covid-19-Pandemie, nun der Krieg in der Ukraine. Auch wenn wir es nicht wahrhaben wollen, es ist leider so, dass in Putins Auftrag meist junge Soldaten in einen Angriffskrieg gegen die Ukraine geschickt werden und versuchen, mit Bodentruppen und Bombardements ein Land zu erobern. Betroffen sind nicht nur militärisch, strategisch wichtige Ziele, sondern in den meisten Fällen die zivile Bevölkerung. Viele dieser „Kriegshandlungen“ verstoßen gegen die Menschlichkeit, das international anerkannte Völkerrecht

und erfüllen oft den Tatbestand von Kriegsverbrechen, wenn nicht gar des Völkermords. Die täglichen Nachrichten und Bilder, die uns erreichen, lassen uns als Yogaübende und -lehrende betroffen, erschüttert und mit dem Gefühl der Hilflosigkeit zurück.

Im Hinblick auf Politik und Religion ist Yoga nach unserem Verständnis weltanschaulich neutral und soll es auch bleiben. Wenn es aber um Gewalt und maßloses Leid geht, sind die Grenzen unserer Neutralität erreicht. Der aktuelle Krieg, aber auch menschengemachte Naturkatastrophen verursachen massenhaft Flucht, Traumatisierung, Verletzungen, Krankheiten und Tod, schlicht grenzenloses Leid auf allen Seiten.

Leid zu vermeiden steht im Mittelpunkt der Ethik des Yoga, insbesondere des Yoga-Sutra des Patanjali. Wenn wir leidvolle Situationen beobachten, empfiehlt uns Patanjali, aus uns selbst heraus karuṇā - Mitgefühl - zu kultivieren und zu leben (YS 1.33). Eine innere Haltung, die auf der einen Seite selbst aus der praktizierten emotionalen Klärung heraus kommt, andererseits auch ein Ergebnis der ganzheitlichen Yoga-Praxis ist. Als allererste Yoga-Übung bei der systematischen Darstellung der acht Glieder des Yoga nennt Patanjali dann ahimsā (YS 2.30, 2,35), wörtlich das Nicht-Verletzen, also die Gewaltlosigkeit. Dazu gehört auch, Gewalt nicht direkt oder indirekt und auch durch Passivität zu verursachen oder zu dulden. Aus all dem resultiert der in den Texten des Yoga und Vedanta allgegenwärtige Grundgedanke von śanti, dem Frieden für alle Wesen dieser Welt. Yoga bedeutet also nicht, in Zeiten wie diesen wegzuschauen und in die Heile-Welt-Blase des Yoga abzutauchen. Wir sollten alle tun, was wir tun können, um der Forderung nach Frieden und Gewaltlosigkeit Ausdruck und Wirkung zu verleihen.

WAS WIR ALLE TUN KÖNNEN

Wir werden Kampfpanzer, Flugzeuge, Bomben und Raketen nicht wegmeditieren können. Aber wir können möglichst laut und ausdauernd Frieden fordern und entsprechende Initiativen unterstützen. In den letzten Wochen hat es schon einige beeindruckende Friedensdemonstrationen insbesondere in

den mitteleuropäischen Großstädten gegeben. Erst vor kurzem fand beispielsweise unter dem Titel „Sound of Peace“ in Berlin mit 50 namhaften MusikerInnen, ein Programm von über zehn Stunden und geschätzten 15.000 TeilnehmerInnen statt. Auch in Wien wurde am 19.03.22 ein zehnstündiges Benefizkonzert mit 40.000 BesucherInnen veranstaltet. Weitere sind in Planung und auch die Aufrufe des ukrainischen Präsidenten Selenskyj zeigen Wirkung.

Wir sollten verstehen, dass eine Diversifizierung bei den Protestbewegungen nicht hilfreich ist. Die einen sind für den Frieden, die anderen gegen die Klimaerwärmung, die nächsten für den Naturschutz. Die Forderungen nach Frieden, nach Klimaschutz / Umweltschutz, nach Natur- und Artenschutz / Biodiversität oder nach Tierschutz und für Maßnahmen gegen Armut und Hungersnöte stehen ja nicht irgendwie unabhängig nebeneinander. Diese Themen hängen systemisch miteinander zusammen. Für den Ukrainekrieg zeichnen sich jetzt beispielsweise schon massive Auswirkungen auf die Energiepolitik und auf die Welternährungslage wegen drohender Ernteausfälle ab.

Ich wurde 1960 im Nachkriegsdeutschland und in den kalten Krieg hinein geboren. Die Schrecken des 2. Weltkriegs habe ich im gesellschaftlichen Nachhall und durch viele Zeitzeugen und Relikte des Krieges tief in mir aufgenommen. Der Pazifismus und der Slogan „Nie wieder Krieg“ liegt mir gewissermaßen in den Genen. Geprägt haben mich die 1970er Jahre mit ihrem

Flower-Power-Lebensgefühl, zu dem damals schon Yoga und die indische Philosophie und Kultur gehörte und die Friedensbewegung, die mit „Peace, no War!“ Teil unseres Selbstverständnisses wurde.

Was uns heute als Perspektive bleibt, ist die generationsübergreifende Wiederbelebung der Friedensbewegung mit der unüberhörbaren Forderung nach Frieden und Freiheit und der konsequent gelebten Gewaltlosigkeit. Und dazu gehören natürlich auch die aktuellen ökologischen Themenbereiche. Frieden, Klimaschutz / Umweltschutz, Natur- und Artenschutz / Biodiversität oder auch Tierschutz lassen sich nicht sinnvoll voneinander trennen. Wer sich für eine bessere Zukunft einsetzen möchte, kann eigentlich nur Ziele in allen diesen und weiteren Bereichen verfolgen.

HELFEN, WO ES GEHT

Über die Forderung nach Frieden hinaus sollten wir schauen, wo wir wie konkret helfen können. Dazu gehört mit Sicherheit die finanzielle und materielle Unterstützung von Hilfsorganisationen, ehrenamtliche Mitarbeit, Aufnahme und Unterstützung von Geflüchteten vor Ort und was auch immer sich in der nächsten Zeit noch an Möglichkeiten ergibt.

Und natürlich beginnt śanti immer und vor allem bei uns selbst. Und von uns selbst aus kann śanti dann immer größere Kreise ziehen. Dabei bildet die eigene meditative Praxis die Basis und den Ausgangspunkt für ein aktives En-

gagement für eine friedlichere und bessere Zukunft im Sinne der Yoga-Ethik.

*„Du und ich - wir sind eins.
Ich kann dir nicht wehtun,
ohne mich zu verletzen...“*

*Wirkliche Gewaltlosigkeit heißt:
völlige Freiheit von Groll, Zorn und Hass
und
eine überquellende Liebe für alles und
jeden...“*

*Gewaltlosigkeit lässt sich nicht
passiv praktizieren.*

*Ich halte Gewaltfreiheit für sinnlos,
wenn sie nicht direkt und aktiv
zum Ausdruck gebracht wird.“*

Mahatma Gandhi, zitiert nach Arun Gandhi 2020, S. 98 ff.

Friedensmantra „OM śanti śanti śantiḥ“

- Śanti - Mögen liebevolle Zuneigung und Mitgefühl allen Wesen gegenüber Frieden in unseren Geist bringen.
- Śanti - Mögen wir uns alle in Frieden miteinander verbinden.
- Śantiḥ - Möge sich der Frieden von uns aus in alle Welt ausbreiten und alle fühlenden Wesen erreichen.

Das Mantra kann nach einer vorhergehenden Erläuterung in eine geführte Meditation hinein genommen werden. Beispielsweise das Mantra einmal gemeinsam rezitieren, dann eine Klangschale anschlagen und mit der Wahrnehmung auf den leiser werdenden Ton fokussieren. Nach einem Moment Stille wiederholen.

Friedensgebet

Tat tvam asi - Das bist du

Du bist die Frau, die sich mit dem Gefühl der Betroffenheit die aktuellen Fernseh-nachrichten anschaut.

Du bist der Mann, der sich im Internet in-formiert und nicht wirklich realisieren kann, was derzeit geschieht.

Du bist die junge Frau und Mutter, die aus ihrer Heimat geflüchtet ist und mit ihrem Kind und ihrem Hund in einer der mitt-el-europäischen Großstädte ankommt - erschöpft, verängstigt und traumatisiert.

Tat tvam asi - Das bist du

Du bist die Frau, die seit Wochen mit ihrer Familie in irgendeinem Keller oder einer U-Bahnstation ausharrt - ohne Wasser, ohne Heizung, ohne ausreichende Nahrung und Kleidung, begleitet vom Lärm der Bomben und Raketen und der Angst, verschüttet zu werden.

Du bist die Frau, die durch einen Bomben-angriff ihr Zuhause und alle Habe verloren hat und nun nicht mehr weiß, wie ihr Leben und das ihrer Familie weitergeht.

Du bist der Mann, der verzweifelt versucht, seine Familie und sich aus einem umkämpf-ten Gebiet herauszubringen.

Tat tvam asi - Das bist du

Du bist der junge ukrainische Soldat, der voller Todesangst versucht, seine Heimat gegen feindliche Bodentruppen zu vertei-digen und dabei von Gewehrkugeln ge-troffen wird.

Du bist die Bürgermeisterin, der Arzt, der Pfarrer, die Lehrerin, die sich dafür ein-setzen, die Menschen ihrer Umgebung zu schützen.

Du bist die alte Frau und der alte Mann, die versuchen, die feindlichen Truppen mit Jagdgewehr und Molotow-Cocktails aufzu-halten.

Tat tvam asi - Das bist du

Du bist die Menschen, die sich waffenlos feindlichen Panzern verzweifelt entgegen stellen und versuchen, diese aufzuhalten.

Du bist der junge russische Soldat, der in seinem Panzer verbrennt, der Pilot, der mit seinem Hubschrauber abstürzt, der Wehr-pflichtige, der von einer Gewehrkugel töd-lich getroffen wird.

Du bist die russische Mutter und der ukra-inische Vater, die maßlose Trauer durchle-ben, wenn sie vom Tod ihrer Kinder erfah-ren.

Tat tvam asi - Das bist du

Es ist an der Zeit, die Forderung nach Frie-den unüberhörbar zu machen. - In allen Sprachen und Ländern, in möglichst vielen Städten und Dörfern, in Straßen und auf Plätzen und in sozialen Medien. Denn alle Wesen möchten nur eines: Frei sein von Leid und glücklich sein - und in Frieden le-ben. Darin - und nicht nur darin - sind wir eins: Tat tvam asi - Das bist du.

OM shanti, shanti, shantih Dirk Glogau

LITERATUR:

Arun Gandhi: „Sanftmut kann die Welt erschüttern. 150 inspirierende Weis-heiten meines Großvaters Mahatma Gandhi“, Dumont 2020

*Patanjali: „Das Yogasutra
Von der Erkenntnis zur Befreiung“
Einführung, Übersetzung und
Erläuterung von R. Sriram,
Theseus 2006*

AUTOR:

Dirk R. Glogau, Yogalehrer BDY/EYU, Dr. phil., leitet mit Laura Casu die Yogaschulen OÖ und Erlangen, Vor-standsmitglied von Yoga Austria - BYO. www.yogaschule-oberoesterrei-ch.at, www.yogaschule-erlangen.de