

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---

GESELLSCHAFT

---

## „Gabriele, geh auf deine Matte!“

Die Welt um uns herum wird populistischer, hasserfüllter, bedrohter. Und was machen wir? Yoga!

VON GABRIELE HEISE

 10. APR 2019

Meine lieben Yogaschwestern (wo sind eigentlich die -brüder?), immer wieder bewegen mich Gedanken darüber, wie wir sanftmütigen Wanderer auf dem inneren Weg mit den eskalierenden Bedrohungen unserer Demokratie umgehen. So viel Spaltung und Konfrontation gab es lange nicht mehr bei uns. Die rohe, brutale Sprache, Aufmärsche und Kampfrhetorik vergiften die Öffentlichkeit. Viele von uns scheuen sich, politische Nachrichten überhaupt noch zur Kenntnis zu nehmen. Wer spirituell gestimmt ist, geht durch harte Zeiten. Immer mehr Menschen fühlen sich nicht mehr an die Standards einer demokratischen Streitkultur gebunden und ziehen es vor, ihre Unzufriedenheit und Aggressivität nur noch in vereinfachenden Parolen brüllend zu artikulieren.

Wie verarbeiten wir, die wir uns für sensible Zeitgenoss\*innen halten, diese Zuspitzungen, ohne bloß in die diversen Innenräume zu flüchten, die inzwischen zur spirituellen Selbstoptimierung gehören?

Wenn ich Gespräche mit Yoginis suche, löse ich meistens Schweigen aus und verlegenes Stammeln. „Ich weiß auch nicht...“, „Ich lese gar keine Zeitungen mehr ...“, „Ich gucke keine Nachrichten ...“ – diese Antworten sind häufig. Es scheint, als ob es im spirituellen Milieu tatsächlich eine Parallelwelt gibt, die sich gegen die politische Sphäre abzuschotten versucht. Die abfälligen Erwiderungen eines Yogafreundes, als ich von einem Artikel in der *Süddeutschen* erzählte, zogen mir die Schuhe aus: „Ach Zeitungen – da steht doch überall das Gleiche drin!“ Und das sagt er mir, die ich als Journalistin aus meiner Zeit bei einer Rundfunkanstalt weiß, wie sehr in den Konferenzen gestritten wird, damit Themen sachgerecht präsentiert werden! Das polemische Gerede von den *fake news* scheint tief eingedrungen zu sein in das Denken einiger Eingeweihter. Der praktische Nutzen ist offenkundig: Man gewinnt eine bequeme Rechtfertigung dafür, die Mühen kritischer Meinungsbildung aufzugeben.

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---