



SEXUALISIERTE GEWALT

Ein yoga-psychologischer Ansatz zum Verständnis von sexualisierter Gewalt im Umfeld des Yoga

Mit Julie Salter, der langjährigen persönlichen Assistentin von Swami Vishnudevananda, Gründer der internationalen Sivananda Yoga Vedanta Zentren und Ashrams, wurde kurz vor Weihnachten ein weiteres Opfer von sexuellem Missbrauch im Bereich des Yoga bekannt.

Text: Martin Witthöft

Einige Monate nach dem Tod von Vishnudevananda Mitte der 1990er Jahre, trennte sich Julie Salter nach 21 Jahren von der weltweit agierenden Gemeinschaft, gab alle Ämter auf und legte ihren spirituellen Namen ab. 2007, mehr als zehn Jahre später, bat sie die Leitung der Organisation um eine Anhörung. Vor einem eigens eingerichteten Gremium berichtete sie hier erstmals über ihre mehrjährige und sexuelle Beziehung mit Vishnudevananda. Sie beschrieb, dass sie

diesen Kontakt als nicht freiwillig erlebte, ohne sich in der Lage zu fühlen, ihn aus eigener Kraft zu beenden. Die Schilderungen von Julie Salters wurden von dem Rat als unglaubwürdig eingestuft und von der Organisation zurückgewiesen.

Wenn wir über sexuellen Missbrauch reden, ist es wichtig, zuerst an die betroffene Person zu denken. Mitfühlend, verständnisvoll, würdigend und



unterstützend. Beschäftigen wir uns sofort mit den TäterInnen, den Umgang mit der Tat oder möglichen Maßnahmen, bleiben die Opfer erneut alleine. Dass Julie Salter mit ihrer Geschichte jetzt ein weiteres Mal an die Öffentlichkeit geht, erfordert, wie bei allen Frauen und Männern, denen ähnliches widerfahren ist, enormen Mut. Ihre Bereitschaft zu diesem Schritt ist mehr als eine Einladung an uns, die eigene Akzeptanz und Toleranz für Strukturen zu überprüfen, die einen Missbrauch von Macht begünstigen.

Handlungen sexualisierter Gewalt finden immer in einem Kontext von Machtungleichheit statt. Wie kommt es dazu, dass wir in Gemeinschaften, deren zentrales Anliegen die Entwicklung von Gewaltlosigkeit (ahimsā), Wahrhaftigkeit (satya) und Mitgefühl (karunā) ist, eine große Anfälligkeit für sexuelle Gewalt und Missbrauch beobachten? Nachfolgend einige Anmerkungen zu avidyā als möglicher Ursache zur Begleitung einer notwendigen Diskussion.

Verwechslung 1: Sinnlichkeit und Sexualität

Eine Anfälligkeit des Yoga für sexuelle Übergriffe entsteht sicherlich mit seinem körperlichen Arbeitsfeld. Diese Ebene braucht immer ein besonderes Bewusstsein, eine klare Ethik und gewachsene Reife über den Umgang mit Grenzen. Nicht umsonst gibt es eine differenzierte Diskussion über »Hands-on«, die Art und Weise und die Notwendigkeit von Berührungen im Unterricht, um SchülerInnen vor Grenzverletzungen zu schützen. Schon Patañjali weist im Yoga-Sūtra auf

die Gefahr der äußeren Reize hin (4.11). Das gilt nicht zuletzt für die Ebene unserer triebhaften Instinkte. Die körperliche Ebene des Yoga-Unterrichts öffnet uns immer auch in eine sinnliche Erfahrung. Das ist wichtig und heilsam, denn Sinnlichkeit ist eine Verbindung zu unserem Kontakt mit dem Selbst.

Wenn aber LehrerInnen den sinnlichen Raum mit Sexualität verwechseln oder eine Vermischung zulassen, kommt es unweigerlich zu Grenzverletzungen: Hier fehlen Bewusstsein, Ethik und Reife, um eigene sexuelle Bedürfnisse und Impulse klar zu erkennen, zu regulieren und aus der Beziehung zu SchülerInnen herauszuhalten. Stattdessen wird der Unterricht zu einem »Gelegenheitsraum« (analog zum Begriff der Gelegenheitskultur im Kontext von institutionellem Missbrauch) und damit zu einem Rahmen für sexuellen Missbrauch.

Verwechslung 2: Vergangenheit und Gegenwart

Die Begriffe der Übertragung und Gegenübertragung stammen aus der Tiefenpsychologie und bieten für unser weiteres Verständnis der Beziehungsdynamik zwischen LehrerInnen und SchülerInnen eine gute Unterstützung. Übertragung beschreibt, dass wir unbewusst eigene Gefühle, Erwartungen oder Wünsche aus der Vergangenheit, insbesondere aus der Kindheit, auf aktuelle Beziehungen »übertragen«. Übertragungsgefühle werden besonders leicht ausgelöst, wenn der Kontakt dazu neigt, alte Eltern-Kind-Muster zu aktivieren. Dazu gehört auch die Beziehung zwischen Lehrenden und SchülerInnen. In dieser oft »positiven Übertragung« wird dem idealisierten Lehrenden zum Beispiel die Rolle des wissenden, verständnisvollen oder gütigen Erlösers zugeschrieben. Die hier empfundenen Gefühle stammen aus unbefriedigten Beziehungsbedürfnissen der Vergangenheit und werden nun stellvertretend an die Person des Lehrenden gerichtet.

Gegenübertragung beschreibt, dass wir auf die Übertragungsgefühle reagieren, anstatt sie als solche zu verstehen. Hier beginnt eine Beziehungsdynamik, bei der die Augenhöhe verloren geht. In privaten Beziehungen ist unser Gegenüber immer auch ein Spiegel, in dem wir uns selbst erkennen und überprüfen können (siehe Witthöft, Heft 05/2019). Dagegen sehen SchülerInnen in uns oft, was sie brauchen, nicht was wir sind. Daher braucht es für die Lehrenden ein klares Bewusstsein über ihre Rolle und Funktion. Nimmt der/die Lehrende positive Übertragungsgefühle von SchülerInnen persönlich und beginnt eine Beziehung, können SchülerInnen diese Verwechslung aufgrund

ihrer eigenen Übertragungsgefühle nur schwer erkennen. Das gilt natürlich auch, wenn diese Dynamik zu einer sexuellen Beziehung führt. Bereits hier kann man von (Macht-)Missbrauch sprechen.

Für PsychotherapeutInnen besteht die Verpflichtung zu regelmäßiger Reflexion der eigenen Rolle in der Supervision, auch um solche Vermischungen zu verhindern. Ich weiß von international bekannten tantrischen Lehrern, dass sie sexuelle Beziehungen mit ihren Schülerinnen haben und diese mit der Besonderheit ihrer Tradition rechtfertigen. Aber der Glaube, die Gefühle von SchülerInnen ausreichend beurteilen zu können, beinhaltet eine massive Gefahr für psychische Verletzungen. Besonders Menschen, die in ihrem Leben bereits Missbrauch erlebt haben oder in autoritären Familienstrukturen aufgewachsen sind, haben es oft schwer, sich von Beziehungsangeboten abzugrenzen, die das Risiko erneuter Grenzverletzungen beinhalten. So neigen sie eher dazu, sich in hierarchisch angelegten Systemen unterordnen und schlechte Behandlung, Demütigung oder sexuelle Handlungen zu akzeptieren. Vor dem Hintergrund ihrer Geschichte ist das nicht immer der Ausdruck einer reifen und freien Entscheidung.

Verwechslung 3: Hingabe und Unterwerfung

Viele Schulen des Yoga pflegen mit den GründerInnen ihrer jeweiligen Tradition einen besonderen Umgang. Darin liegt der Wunsch, das empfangene Erbe in Liebe und Dankbarkeit zu würdigen. Bilder der LehrerInnen stehen auf Altären, eingerahmt von Blumen, Schmuck und Kerzen. Die »bedingungslose« Hingabe an den Guru, der das Göttliche verkörpert, wird in der Bhagavadgītā als ein kraftvoller Weg der Befreiung empfohlen, auf dem das Ich in dem so immer tiefer werdenden Vertrauen überwunden werden kann. Stellt eine Gemeinschaft aber ihre Lehrenden und Lehren über die Wirklichkeit der Mitglieder, erstarrten die ursprünglichen Inhalte zu dogmatischen und starren Glaubenssätzen. Ihre Bedeutungen werden nicht mehr aktualisiert, erforscht, hinterfragt und lebendig gehalten (anushāsana), sondern nur überliefert und gelehrt. Das wird besonders problematisch, wenn ein/e GründerIn von seinen/ihrer SchülerInnen quasi heilig gesprochen und damit für unfehlbar erklärt wird. Immer wenn wir das Göttliche über die Nächstenliebe stellen, haben wir den Kontakt zum Göttlichen verloren (avidyā).

Befreiung (moksha), die wir als eine Lösung von unseren Identifikationen (samyoga) verstehen, bedeutet nicht, dass wir damit unfehlbar werden. Das Gefühl



eigener Unfehlbarkeit ist immer ein Hinweis auf Überheblichkeit und Allmachtsfantasie. Und unser Bedürfnis nach der Unfehlbarkeit anderer erwächst aus dem regressiven Wunsch, erlöst zu werden. Zugleich ist die Behauptung von Unfehlbarkeit immer auch ein Ausdruck passiver oder aktiver Macht: »Ich weiß etwas, was du nicht weißt. Wenn du mir nicht glaubst, bist du nur zu unreif, um meine Wahrheit zu erkennen.« Diese Haltung erzeugt eine hohe Gefahr für Anpassungsverhalten. Hinzu kommt, dass die vertikale Struktur von Macht die Entstehung von regressivem Empfinden und Verhalten fördert: »Die sind groß, ich bin klein. Die wissen viel, ich weiß wenig. Die sind reif, ich bin unreif.« So geraten wir in die Perspektive des Kindes. Ein zentrales Bedürfnis des Kindes ist es, zu gefallen, geliebt und anerkannt zu werden. Wenn das Erleben des Kindes nicht gefragt ist oder als unpassend zurück gewiesen wird, passt es sich den Erwartungen der Umgebung an (siehe Witthöft, Heft 6/2019). Eine solche Selbstaufgabe und damit verbundene Unterwerfung macht extrem anfällig für Machtmissbrauch, natürlich auch in der Form sexueller Ausbeutung. Donna Fahri, neuseeländische Yogalehrerin und #MeTooYoga-Aktivistin, bezeichnet die ausgesprochen autoritären Lehrweisen mancher Traditionen als »pedagogy of abuse«, eine Pädagogik des Missbrauchs.

Machtstrukturen gibt es in fast allen Bereichen des Lebens. Die behauptete Unfehlbarkeit einer Tradition verstärkt ihre Entstehung enorm.

Verwechslung 4: Das Absolute und das Konkrete

Auf dem spirituellen Weg wird häufig von der Überwindung des Egos gesprochen. Im Yoga sind damit die Ichhaftigkeit von asmitā und die Neigung zu



Identifikation, samyoga, gemeint. Aus der psychologischen Perspektive gibt es jedoch auch wichtige, unverzichtbare Ich-Funktionen. Dazu gehören unter anderem die eigenständige und kritische Wahrnehmung der Realität, die Wahrnehmung unserer Bedürfnisse (auch in Bezug auf Grenzen), die Fähigkeit zu Selbstschutz, Selbstbehauptung. Fordern Lehrende, Schulen oder Traditionen die undifferenzierte Aufgabe des Egos und damit der entsprechenden Ich-Funktionen, entsteht ein hohes Risiko für alle erdenklichen Formen von Grenzverletzungen, weil SchülerInnen Selbstverleugnung und Unterwerfung (das Konkrete) mit spiritueller Entwicklung (das Absolute) verwechseln. Auch dies ist eine naheliegende Ursache für das gehäufte Vorkommen von sexuellem Missbrauch in spirituellen Gemeinschaften. Ein einfacher Schlüssel für das differenzierte Verständnis des Egos ist: In Kontakt mit dem Konkreten, mit der Welt, unseren Beziehungen brauchen wir ein achtsames und mitfühlendes Ich, das in der Lage ist, uns zu vertreten. Im Kontakt mit dem Absoluten stellt das Ich ein Hindernis dar, denn es bildet einen Pol der trennenden Dualität (siehe Witthöft, Heft 6/2019).

Verwechslung 5: Täter und Opfer

Opfer sexueller Übergriffe geraten leicht in eine lähmende Dynamik von Schuld- und Schamgefühlen. Das wird noch verstärkt, wenn sich eine Tradition, Gemeinschaft, Person oder Lehre als allwissend, überlegen oder unfehlbar darstellt. So glaubt das Opfer selbst an den entstandenen Grenzverletzungen schuld zu sein und das eigene Ego und empfundene Leid zu wichtig zu nehmen. Oft schützen sich Tätersysteme, indem sie die Schuldgefühle der Betroffenen bestätigen. Julie Salter wurde bei ihrer Anhörung 2007 entgegnet: »Mary Magdalene was the wife of Jesus but only talked of the teachings.« »Victim blaming«, »Schuldumkehr«, führt zur erneuten Verletzung der betroffenen Person und erschwert auch in der Folge den Prozess der Verarbeitung. Missbrauch öffentlich zu machen und die Person oder Organisation mit ihrem Verhalten zu konfrontieren, fühlt sich für das Opfer dann oft wie Verrat an, so als würde die/der Betroffene das Heilige, Helle, Reine beschmutzen. Sich dieser Täuschung bewusst zu werden, ihr zu widersprechen und zu widerstehen, ist eine gewaltige Aufgabe und erfordert Mut.

Abschluss

Wenn wir verstehen wollen, wie es im Yoga zu sexualisierter Gewalt kommen kann, scheint es mir hilfreich, die verschiedenen Ebenen der Verwechslung, avidyā, zu erkennen. Darüber hinaus spielen noch

viele weitere Faktoren eine wichtige Rolle, für deren Ausführung an dieser Stelle der Platz fehlt. Interessierte LeserInnen finden unten einige Hinweise zu Veröffentlichungen und Diskussionen über das Thema.

Organisationen, die von Missbrauchsfällen betroffen sind, stehen vor einer sehr großen Aufgabe. Satya, die Wahrhaftigkeit, ist nicht nur eine Tugend und Verhaltensregel. Satya ist ein kraftvoller Weg der Befreiung. Die Erfahrung zeigt, wie wichtig es ist, nicht nur auf das Vergehen Einzelner zu schauen, sondern zu versuchen, die offenen und verdeckten Mechanismen zu verstehen, welche die Entstehung von sexuellem Missbrauch begünstigen. Und auch sich selbst immer wieder zu hinterfragen: Wie bewusst gehe ich mit meiner Rolle und Verantwortung um?

Ich habe Julie Salter 1994 in Indien kennengelernt und sie gehörte für mich zu den prägenden Begegnungen dieser Reise. Vielen Dank Julie, dass du diesen mutigen Schritt gegangen ist. Für dich und für uns.

Über Rückmeldungen und Fragen zu dem Artikel oder zur Yoga-Psychologie freue ich mich sehr.

Literatur

- Enders, Ursula:** Grenzen achten – Schutz vor sexuellem Missbrauch in Institutionen. Köln: Kiepenheuer und Witsch 2012
- Frick-Baer, Gabriel:** Trauma – Am schlimmsten ist das Alleinsein danach. Neukirchen-Vlyun: Semnos Verlag 2013
- Huchzermeyer, Wilfried:** Das Yoga-Lexikon. Karlsruhe: Edition Sawitri 2009
- Sriram, R.:** Patañjali – Das Yoga Sutra. Bielefeld: Theosus Verlag 2006
- Tietke, Mathias:** Zwischen Zölibat und Triebhaftigkeit. Deutsches Yoga-Forum 02/2010
- Witthöft, Martin:** Mitgefühl, Achtsamkeit und Pulsation. Energie & Charakter – Zeitschrift für Biosynthese u. Somatische Psychotherapie 2010



MARTIN WITTHÖFT

Ausbildung in »Biosynthese – somatische und tiefenpsychologisch fundierte Psychologie« bei David Boadella. Yogalehrer seit 1995. Arbeitet in eigener Praxis für Einzelarbeit, Paare und Gruppen seit 2004. Gründungsmitglied und Ausbildungsleitung des »Instituts für Yogapsychologie« in Berlin. Autor verschiedener Artikel zum Thema Yoga und Psychologie. Zurzeit entsteht ein Buch über Yoga-Psychologie.
www.yogapsychologie.com,
info@yogapsychologie.com