

Meditative Praktiken

Meditative Praktiken sind verschiedene Formen der Selbsterlösung, z.B. als gymnastische Übungen getarnt wie beim Yoga, als Konzentrations-Übungen wie bei der Transzendentalen Meditation (TM), oder als Entspannungs-Übungen wie beim Autogenen Training (AT).

Das Ausmaß und die Ausbreitung der verschiedenen meditativen Praktiken und die Offenheit ihnen gegenüber war noch nie so ausgeprägt wie in der heutigen Zeit.

Viele Menschen werden mit diesen Strömungen konfrontiert. Deshalb ist es nötig, die Irrwege dieser Bewegungen im Prinzip zu erkennen, um ihnen wirkungsvoll begegnen zu können.

Betrachten wir kurz die folgenden Meditationsformen:

Yoga

Es gibt verschiedene Arten von Yoga, jedoch alle mit dem gleichen Ziel: die völlige Herrschaft über das „Ich“ auf körperlichem, seelischem und geistigem Gebiet zu erlangen. Schließlich erreichen verschiedene Stufen des Yoga die Erhebung des „Ich“ zum höchsten Wesen - in Indien zum Gott Brahma. So ist Yoga eine Religion der Selbsterlösung.

In der westlichen Welt erscheint Yoga harmlos als eine Folge von „gymnastischen Übungen“. Aus der Haltung und Sammlung mancher Übungen geht ganz offensichtlich der sakrale Charakter hervor. Menschen, die Yoga üben - auch wenn es in einer dem Westen stark angepassten Form erfolgt -, öffnen sich immer, wenn auch unwissend, einer fremden Geisteswelt und den Mächten, die dahinter stehen.

Transzendente Meditation

Unter diesem Namen wird eine Übung verstanden, die angeblich zu einem seelischen Ausgeglichensein führen soll (zum Beispiel zu tiefem inneren Frieden, zum Auflösen des Egoismus, zu vollkommener Freiheit). Der Übende, der still dasitzen muss, ohne einen Gedanken zu fassen, sich lediglich auf eine Silbe - genannt „Mantra“ - konzentrieren soll, weiß oft nicht, dass eine solche Haltung zu einem gefährlichen, unkontrollierten Öffnen des Unterbewusstseins führen kann, was in vielen Fällen eine Psychose (Geisteskrankheit) zur Folge hat. Der Übende weiß auch nicht, dass er in der TM der hinduistischen Religion huldigt, und dass die Einführungszeremonie ein klassisches Hindu-Ritual in Sanskrit bedeutet.

Autogenes Training

Auch das AT gehört zu den meditativen Praktiken. Es erscheint in der Unterstufe als Entspannungsübung harmlos und zudem verlockend, da es durch die sechs Grundübungen zu einer Entspannung und Ruhestellung des Körpers und seiner Organe führt.

Wer jetzt meint, dass dieser Zustand der Ruhe, der tatsächlich erreicht werden kann, die besten Voraussetzungen zum Beten und Bibellesen bietet, hat sich total geirrt. Denn die dabei notwendigen Gedanken und Vorstellungen sind nicht auf Gott gerichtet, sondern müssen ganz auf den Körper konzentriert sein, und zwar in einer Weise, die bereits den Beginn der oben beschriebenen meditativen Versenkung ausmacht (sprich Selbst-Hypnose).

So kommt der Gläubige unter einen fremden Geist und wird verleitet - auch durch den Erfolg der Übungen -, täglich zwei- bis dreimal AT zu üben. Die „stille Zeit“ zum Bibellesen und Beten wird dabei zwangsläufig vernachlässigt. In der Folge geht der Gläubige im Glauben zurück, weil sich eine Gleichgültigkeit gegenüber dem Gebet und dem Wort Gottes eingestellt hat. ...

Hinzu kommt, dass der Gläubige im Zustand der Selbst-Hypnose versucht ist, sich von schlechten oder auch sündhaften Gewohnheiten und Charaktereigenschaften selbst zu erlösen.

Volks- und Schriftenmission, D-32657 Lemgo-Lieme



www.gnade.de