

# DER GEIST IST UNENDLICH und seine Heimat sind wir

**Mit Meditation die Welt verändern – die letzte verbliebene Methode oder der Anfang einer wirklichen Wende?**

**Ein Augenschein an einem «MedMob» in Berlin → von Christine Ax**

**D**as Wetter hat uns in diesem Jahr ziemlich im Stich gelassen. Ich stehe im Berliner Tiergarten am Rande des «Global Stone»-Projektes und freue mich, dass hin und wieder die Sonne durchkommt.

Steine aus fünf Kontinenten wurden unter der Leitung von Wolfgang Kraker von Schwarzenfeld hier platziert. Jeder Stein hat einen Geschwisterstein zu Hause zurückgelassen. Der österreichische Künstler und Weltumsegler möchte mit dieser Installation die Verbundenheit aller Menschen auf allen Kontinenten sichtbar machen. Die Steine sind geografisch so ausgerichtet, dass sie mit kosmischer Hilfe mit ihren Geschwistersteinen in Verbindung stehen.

**Die schön polierte, schwarze Zunge kommt aus Afrika** und wird «*Hoffnung*» genannt. Der rosa Wahlfisch mit den schönen weiss-beigen Streifen ist der «*Stein der Liebe*» und lag bis 1997 auf dem Gebiet der Pemón-Indianer in Venezuela. Ausgerechnet der Stein der Liebe sorgt seit Jahren für Verdross. Es gibt Pemón, die behaupten, er sei heilig und gestohlen worden. Der Geschwisterstein fühle sich jetzt einsam. Und regnen könne es auch erst wieder, wenn er zurück ist. Inzwischen beschäftigen sich das Auswärtige Amt, die Venezolanische Regierung und die Medien mit dem Fall.

Wolfgang Kraker von Schwarzenfeld und die Ethnologen, die ihm mit Gutachten zu Hilfe eilen, erzählen die andere Seite der Geschichte. Der Stein

wurde ihnen offiziell geschenkt. Ausserdem gibt es Dokumente, die das rechtmässige Verhalten beweisen. Allein: Was vermag ein solcher Schriftsatz, wenn wir uns im Bereich religiöser Vorstellungen bewegen?

Das ist nicht nur im Venezuela der Fall. Es gilt auch für Berlin. Unweit der Wiese stehen prächtige Gebäude, in denen Männer in goldbestickten Soutanen uns weismachen wollen, dass es Jungfrauen gibt, die Kinder bekommen. Wir bezahlen sie gut dafür. Unter der Kuppel des Bundestages gibt es Politiker, die mit Inbrunst das Recht verteidigen, Neugeborenen nach der Geburt eine harmlose Hautfalte abzuschneiden. Täglich beschwören seriös aussehende Männer und Frauen unendliches Wachstum in einer endlichen Welt als Ausweg aus jeder Art von Krise. Bei Gott! Auch wir leben in Widersprüchen!

Ich aber bin heute Nachmittag nicht wegen der Steine hier, sondern weil ich der Einladung einer jungen Frau gefolgt bin. Felicitas Knitsch kenne ich seit Mai diesen Jahres. Schon bei unserer ersten Begegnung hat sie mir von ihrem Wunsch erzählt MedMobs zu organisieren. Von «Flash-Mobs» hatte ich reden hören. Von MedMobs nicht. FlashMobs sind eine Erfindungen der Web 2.0-Generation. Man verabredet sich auf facebook zu einer überraschenden gemeinsamen Aktivität im öffentlichen Raum. Wer kommt, der kommt – und bleibt, um ein Beispiel zu nennen, auf ein vereinbartes Zeichen, für einige Minuten regungslos.





**Verschließe nicht deine Augen vor dem Leiden und lasse dein Bewusstsein nicht für seine Existenz abstumpfen.**

Buddha

**Die MedMob-Bewegung gibt es seit Anfang 2011.** Inzwischen wird weltweit in 350 Städten öffentlich meditiert, u.a. in Berlin, München, Zürich. Die Einladung zum achten Berliner «MedMob» dieses Jahres verdankt Berlin einem Zufall. Felizitas hatte im Frühjahr ein Youtube-Video gesehen, das sie nicht mehr losliess. Es zeigt 300 Menschen aller Altersgruppen, Hautfarben und Religionen wie sie am 28. August 2011 im State Capitol Building gemeinsam meditieren. Ein bewegender Moment. Ich kann ihre Begeisterung verstehen.

**Es wird still. Fünfundvierzig Minuten liegt ein lautes Schweigen über dem Gelände.**

Auf dem Einladungsflyer steht: «Let us share a moment in love. Human beings unite in meditation every month at the same time in all big cities across our lovely planet. Be part & feel magic.» Und: «Triff Dich hier in Berlin in liebevoller Verbundenheit mit Deinen Mitmenschen. Wir gehören keiner bestimmten Religion, Konfession, spirituellen oder politischen Richtung an. Jeder kann nach Belieben kommen und gehen, wie es gerade eben passt. Sitz, lieg, schlaf, bete, meditiere oder levitiere. Hauptsache Du kommst.»

Dass der Juli-MedMob inmitten des Gopal Stone Projekt stattfindet, ist auch so ein Zufall. Felizitas hört von den Auseinandersetzungen um den Stein der Liebe an diesem Nachmittag zum ersten Mal. Ich

sitze im Kreis derjenigen, die wie ich zu früh kamen. Wir plaudern und finden, dass Felizitas den Ort gut ausgewählt hat. Wir fragen uns, ob die liebevollen Gedanken, die heute in den Äther geschickt werden, dazu beitragen werden, die deutsch-venezuelanische Krise in der causa «Stein der Liebe» zu befrieden.

**Das gemeinsame Meditieren soll übrigens nicht nur uns gut tun,** sondern ganz objektiv den Weltfrieden und das Glück der Menschheit befördern. Anhänger der Transzentalen Meditation zum Beispiel halten es für wissenschaftlich belegt, dass TM die Kriminalität senkt und Wohlstand, Glück und Gesundheit fördert. Ich weiss nicht so richtig, was ich davon halten soll. Und ich frage mich, ob gemeinsames Beten, Singen oder Stricken – sofern es mit den gleichen Absichten erfolgt – nicht den gleichen Effekt haben kann. (Siehe Kasten).

Neben mir sitzt Bhaisa-Titali-Joy (Foto). In seinem früheren Leben war er Bretrone. Dies war ihm bemerkenswerter Weise möglich, ohne jemals Franzose zu sein. Als Jugendlicher wollte er nach Tahiti. Tatsächlich wurde daraus eine lange Reise zum eigenen Selbst. Ein anderes haben wir ja nicht. Mir drängt sich der Eindruck auf, er ist dort tatsächlich angekommen. Der freischaffende Guru lebt seit mehreren Jahren in Berlin und übt in dieser «wahnsinnig spirituellen Stadt» die «Kunst des SEINS» aus. Bhaisa-Titali-Joy ist an diesem Samstagnachmittag der bunte Fleck am Horizont.

Nicht nur er, auch Sarah – Künstlerin und ursprünglich aus Neuseeland – ist seit Stunden hier. Als die Sonne am höchsten stand, waren sie und Bhaisa-Titali-Joy in einer Meditation zugunsten ➤



des Chief Raoni vereint. Der Häuptling ist einer der prominentesten Verteidiger des brasilianischen Urwalds und der Völker, die dort leben. Sein Volk wehrt sich schon seit Jahrzehnten gegen die Pläne der brasilianischen Regierung, den Fluss Xingu zu stauen, um mit Hilfe eines gigantischen Wasserkraftwerkes Elektrizität zu erzeugen. Gegen dieses Projekt hatten im Mai 2008 rund 1000 betroffene indigene Gruppen und Flussanwohner in Altamira erfolgreich protestiert. Sarah ist dem Chief 1992 auf der Rio<sup>+10</sup> Konferenz begegnet.

**Während wir noch darüber spekulieren, ob und wie die positive Energie des Meditierens der Welt gut tut,** füllt sich die Wiese. Immer mehr BerlinerInnen – jung und alt – betreten die Bühne. Man begrüsst sich und setzt sich auf eine der mitgebrachten Unterlagen.

Schon als ich Felizitas zum ersten Mal traf, war sie auf dem Sprung nach Indien. Sie hatte den Auftrag übernommen, vor Ort herauszufinden, welchen Nutzen eine Software stiften kann, die den Vertrieb einer «Grünen Kiste» unterstützt. Lokale Produkte schnell und ohne Zwischenhandel an AbnehmerInnen zu bringen, wäre ein guter Beitrag für eine Entwicklung der bäuerlichen Landwirtschaft.

Felizitas gehört zu einer Generation, die mit der Globalisierung gross geworden ist. Man könnte sagen, sie ist das menschlichste Gesicht dieser Entwicklung. Felizitas hat in Christchurch, Neuseeland, Soziologie und Spanisch studiert. Ihre Freundin in Ägypten. Sie haben Freunde in der ganzen Welt. Indien ist ihren Herzen ebenso nah, wie der Vorort in Sachsen, in dem ihre Eltern eine ganze Woche und mit dem ganzen Dorf die Silberne Hochzeit gefeiert haben. Nachhaltigkeit ist ein Wert, mit dem sie gross geworden ist. Zwanzig Jahre hat ihre Familie hart gearbeitet, um ihren Traum zu leben: Heute gehört ihnen ein Ferien-auf-dem-Bauernhof-Hof mit angeschlossener Gastwirtschaft. Was auf den Tisch kommt, ist aus der Region und mit Raffinesse zubereitet. Politik interessiert Felizitas. Sie ist ein politischer Mensch. Aber das Wichtigste für sie ist, dass wir selber die Veränderung sind, die wir anstreben. Sie will nicht nur über das gute Leben reden, sie möchte es leben. Mit ihrem grossen Herzen ist sie mit Haut und Haar auf der Suche nach einer guten (besseren) Zukunft für alle.



Meditation ist für sie der Weg, Kraft und Frieden zu finden. Sie sagt, der Weg nach innen hilft ihr, sich von Fremdbestimmung und Konsumwünschen zu befreien: «Wir können nicht immer andere Menschen oder die Umwelt für unsere Unzufriedenheit verantwortlich machen.» Ohne das grosse Erdbeben 2011 wäre sie vermutlich immer noch in Neuseeland. Die bebende Erde hatte ihr kurzzeitig den Boden unter den Füßen weggezogen. Jetzt ist sie seit einem Jahr in Deutschland. Frisch verliebt, wie sie ist, strahlt sie noch mehr Glück und Zuversicht aus, als bei unserer letzten Begegnung.

Jetzt hat irgendjemand das Zeichen zum Meditationsbeginn gegeben. Es wird still. Fünfundvierzig Minuten liegt ein lautes Schweigen über dem Global Stone Gelände. Vereinzelt hört man Kinder rufen oder ein Hupen. Spaziergänger bleiben stehen. Sie reden nur noch leise oder raunen. Manchmal setzt sich jemand dazu oder geht weg. Ein fremdartiger Duft verbreitet sich auf dem Platz. Seltsam was hier so alles wächst. Neben Gänseblümchen und Kleeblätter schiessen neuerdings auch Räucherstäbchen aus dem Boden.

**Make love not war. Gerade weil mir das so bekannt vorkommt, frage ich mich, warum in den letzten 40 Jahren trotzdem so viel schief gegangen ist. Was haben wir falsch gemacht?**

**Nach 45 Minuten tauchen alle wieder auf.** Arme und Beine werden schlenkernd aufgeweckt. Ein Anflug von Verlegenheit macht sich breit. Gut, dass jetzt selbst gebackene Kekse die Runde machen. Meditieren macht hungrig. Wir werden von einem Musiker-Ehepaar eingeladen an einer Mantra-Meditation teilzunehmen. Manche folgen der freundlichen Einladung. Wenige Minuten später höre ich fremdländische Melodien erklingen. Die meisten gehen genauso leise und unauffällig, wie sie gekommen sind.

Als ich mich verabschiede, lerne ich Felizitas' beste Freundin kennen. Sie war bis vor kurzem in Ägypten und hat den politischen Umbruch so lange miterlebt,

bis es für sie gefährlich wurde. Eine weitere junge Frau gesellt sich zu uns. Sie ist zum zweiten Mal dabei und erzählt, dass sie lange Zeit immer wütender wurde über das Schlechte in der Welt. Weil sie es nicht ändern kann. Sie will mit soviel negativer Energie nicht leben. Seit sie meditiert, geht es ihr viel besser.

Wir sprechen auch über andere Formen politischen Engagements. Reicht es, den Frieden und das Glück in uns zu entwickeln oder sollten wir auch versuchen, etwas an den Machtverhältnissen zu ändern? Für diese jungen Frauen gibt es diesen Gegensatz gar nicht. Sie sind sich sicher, dass jeder die Möglichkeit

hat als «Social Entrepreneur» die Welt zu verbessern. Darin sehen Sie ihre Berufung.

Als ich am frühen Abend in Richtung Bahnhof gehe, bin ich voller Vertrauen in diese Menschen. Alle wollen das Gute in die Welt bringen. Mir fallen Songs und Sprüche aus meiner Jugend ein: «Make love not war» oder «Freedom is just another word for nothing have to loose.» Aber gerade weil mir das alles so bekannt vorkommt, frage ich mich, warum in den letzten 40 Jahren trotzdem so viel schief gegangen ist. Was haben wir falsch gemacht? ■

[www.globalstone.de](http://www.globalstone.de) | [www.medmob.org](http://www.medmob.org)



## Der Maharishi Effekt

Die einen halten ihn für eine Spinnerei, die anderen schwören auf seine Wissenschaftlichkeit. Worum geht's? Weltweit gibt es viele tausend Anhänger einer Meditationspraxis, die sich «Transzendente Meditation» nennt, nachfolgend kurz TM genannt. Gegründet wurde die TM von Maharishi Mahesh Yogi, einem 2008 verstorbenen indischen Guru, der lange Zeit in den USA, auf dem Seelisberg in der Innerschweiz und in den Niederlanden wirkte. Er hinterliess eine weltweit tätige und angeblich sehr wohlhabende Organisation. Zu seiner Bekanntheit trugen ganz massgeblich prominente Anhänger wie die Beatles, die Rolling Stones, Mike Love (The Beach Boys), Donovan, Mia Farrow und Shirley MacLaine bei, die die Flower-Power-Bewegung in den 60er und 70er Jahren inspirierten.

Die spezielle TM-Technik hat nach Maharishi Mahesh Yogi ihren Ursprung in den indischen Veden. Nur zertifizierte Lehrer dürfen die TM-Technik unterrichten – es handelt sich um einen geschützten Markenbegriff. Ein wesentliches Element dieser Meditation sind Mantras, die die Schüler von ihren TM-Lehrern an die Hand bekommen, um über sie zu meditieren. Insider behaupten, es handle sich um die Namen von Göttern aus den indischen Veden.

Die Anhänger der Transzendentalen Meditation gehen davon aus, dass schon eine relativ kleine Zahl Meditierender und eine noch kleiner Zahl von Yogis, die das «yogische Fliegen» beherrschen, einen ausserordentlich positiven Einfluss auf die Welt haben. Wenn ein Prozent der Bevölkerung einer Gemeinde, einer Stadt oder eines Landes meditiere oder die Quadratwurzel von einem Prozent der Bevölkerung das yogische Fliegen ausübe, dann würde die Kriminalität sinken, die Kreativität, Gesundheit und Wohlstand zunehmen. In diesem Zusammenhang verweisen sie auf einen Meditationsevent in Washington. 2000 Meditierende sollen im Juni und Juli 1993 die Ursache dafür gewesen sein, dass die Kriminalität um bis zu 30 Prozent gesunken sei. Die Anhänger der TM-These berufen sich auf über 50 Studien, die nach wissenschaftlichen Kriterien diesen so genannten Maharishi Effekte belegen sollen. Es gibt eine ganze Reihe anderer Wissenschaftler, die den eindeutigen Zusammenhang zwischen solchen Gruppenmeditationen und den behaupteten Effekten bezweifeln.

Besonders aktiv wirbt der US-Filmemacher David Lynch für TM und den Maharishi-Effekt, der inzwischen zu einer Theorie der «Unbesiegbarkeit» von Ländern und Armeen ausgebaut wurde. Die These der TM-Unbesiegbarkeitstheorie lautet: Wenn alle Armeen dieser Erde einen Teil

ihrer Soldaten täglich meditieren liessen, dann wirke dies für die betreffende Armee oder das betreffende Land wie ein unbesiegbares Schutzschild und es sei tausend Mal wirksamer als alle Waffen.

Für das sogenannte «yogische Fliegen» – die Fähigkeit von Yogis, sich während des Meditierens vom Boden zu erheben und die Schwerkraft zu überwinden (Levitation), scheint es bisher keine Belege zu geben. Zumindest gibt es keine Filme, die diese Fähigkeit zweifelsfrei dokumentieren.

In Deutschland, Österreich und der Schweiz gründeten TM-Anhänger die Naturgesetzpartei, für die das Meditieren und die spirituelle Entwicklung im Zentrum ihres politischen Programms standen. Spiritualität ist auch der Schlüssel zum Verständnis der Partei «Die Violetten». In ihrer Präambel ist unter anderem zu lesen: «Jede Veränderung, die wir bewirken möchten, beginnt bei uns selbst. Möchten wir die Welt verändern, so müssen wir zuerst unser Bewusstsein, unsere Einstellungen verändern.» Auch sie gehen davon aus, dass unsere Gedanken und Gefühle unmittelbar auf die persönliche Umgebung und die Welt Einfluss nehmen. Unumstritten scheint zu sein, dass regelmässiges Meditieren den Blutdruck wirksamer senkt als viele Medikamente.

CA

<http://www.meditation.de/>; [www.invincibledefense.org](http://www.invincibledefense.org)