



Zum Weltyoga-Tag: Landesbischof versucht sich in „Biga“

Glaube muss die Menschen bewegen – und zwar nicht nur im übertragenen Sinn. Das dachten sich die Theologin Andrea König und der Pfarrer Günter Kusch, als sie „Biga“, entwickelten. Landesbischof Christian Kopp probierte diese neue Form christlichen Yogas anlässlich des Weltyoga-Tages am 21. Juni aus und zeigt sich begeistert. „Biga ist eine tolle Möglichkeit, um Körper und Geist zu stärken!“

„Biga bedeutet: Bibel ganzheitlich“, erklärt Günter Kusch vom Amt für Gemeindedienst (afg) in Nürnberg. Das Wort Gottes soll also mit Körper, Geist und Seele erlebbar gemacht werden. Dazu werden biblische Geschichten mit Körperübungen aus dem Yoga verbunden. Bei der Biga-Schnupperstunde des Landesbischofs im Spirituellen Zentrum St. Martin in München übte Christian Kopp das unter anderem am Beispiel der Prophetin und Richterin Debora. „Sie musste wichtige Entscheidungen fällen, dazu ist es wichtig, sich zu fokussieren, gut in sich hinein zu spüren und die richtige Balance finden“, so Andrea König, die ebenfalls im afg arbeitet.

Gesagt, getan: Christian Kopp sucht auf einem Bein stehend sein Gleichgewicht. Ein Arm hoch, das Becken parallel. Günter Kusch tut es ihm gleich. Zusammen bilden sie am Ende den „Baum“, unter dem Debora in der Regel saß.

Körperliche Voraussetzungen, um die Bibel ganzheitlich erfahren zu können, braucht es nicht. „Jeder kann Biga machen, sogar Kinder“, sagt Günter Kusch. Interessenten müssen auch nicht unbedingt bibelfest sein. Eine gewisse Offenheit für biblische Themen braucht es aber schon. Diese scheint vorhanden zu sein: Die Multiplikatoren-Fortbildungen für „Biga“ sind in der Regel ausgebucht, so auch die nächste am 25. und 26. Juni in der evangelischen Tagungsstätte Wildbad Rothenburg.

In der Geschichte der Kirche wurde das Körperliche lange Zeit ausgeklammert. Dabei bilden aus biblischer Sicht Körper, Geist und Seele eine Einheit. Mit ihrem Biga-Konzept wollen Andrea König und Günter Kusch diese Vorstellung in der Kirche salonfähig machen. Außerdem interessiert sich ein großer Teil der Gesellschaft für Yoga und spirituelle Themen. „Da kann Kirche andocken“, so Andrea König. Das findet auch Landesbischof Christian Kopp und betont: „Spirituell interessierte Menschen finden bei uns gute Angebote.“

Wer „Biga“ ausprobieren möchte, kann sich das Buch „Die Bibel sportlich nehmen“ von Andrea König und Günter Kusch kaufen. Oder sich direkt an die beiden wenden. Sie vermitteln Biga-Angebote in der Nähe oder Schnupperstunden. Den Kontakt zu den beiden Autoren und weiterführende Informationen gibt es im Internet unter www.bibel-yoga.de.

München, 18. Juni 2024
Silke Scheder, stellv. Pressesprecherin

BU: Landesbischof Christian Kopp und Günter Kusch bilden den „Baum“, hier in einer Variante als Partnerübung. Ohne Balance und Konzentration geht bei dieser Biga-Übung nichts. Links im Bild: Andrea König. Foto: mck/elkb.