

Krieg ist Frieden?

„Lehre, Forschung und Studium an der Universität sollen friedlichen Zwecken dienen, das Zusammenleben der Völker bereichern und im Bewusstsein der Erhaltung der natürlichen Lebensgrundlagen erfolgen“ – so beschloss der Senat im Januar 2010, so steht es seither in der Grundordnung der Universität. Doch: „Die Zivilklausel interessiert die Uni überhaupt nicht“, beschwert sich jetzt die in Tübingen ansässige Informationsstelle Militarisation. Und auch die taz urteilte Mitte September: „Mit den eigenen Grundsätzen nimmt man es an der Universität Tübingen nicht allzu genau.“

Denn zur Finanzierung wehrmedizinischer Forschung fließt derzeit insgesamt eine halbe Million vom Verteidigungsministerium an die Universität. Die Kooperation besteht allerdings schon seit 2007; das Projekt läuft Ende September 2011 aus, falls dann ein neuer Auftrag von der Uni angenommen wird, stellt dies in jedem Fall einen eklatanten Verstoß gegen die Zivilklausel dar. Unwahrscheinlich ist das nicht: Seit deren Einführung fanden schon mindestens zwei Veranstaltungen statt, die ihr widersprechen. Im April 2010 lud der Bundesverband Sicherheitspolitik an Hochschulen gemeinsam mit der Gesellschaft für Wehr- und Sicherheitspolitik in den großen Senat. Eine gute Woche später fand am Institut für Ethnologie ein Seminar mit dem Titel „Angewandte Ethnologie und Militär“ statt.

Seit April ist nun sogar der Militärstrategie und Organisator der Münchner NATO-Sicherheitskonferenz Wolfgang Ischinger, dessen Auftritte in Tübingen bereits früher Proteste auslösten, Honorarprofessor und Lehrkraft am Institut für Politikwissenschaft. Zu den erhobenen Vorwürfen schweigt die Universität sich bislang aus – enttäuschend. Glaubwürdigkeit ist etwas anderes!

(rud)

Yoga für Lehrerinnen und Lehrer

Pädagogen benötigen viel Kraft, starke Nerven und Menschenliebe, um Kinder fürs Leben und den Beruf vorzubereiten. Manchmal droht jedoch ihre Lebensenergie dabei zu versiegen.

Dass Kinder nicht immer gern zur Schule gehen, überrascht nicht. Doch viele Menschen wissen nicht, dass Schule auch etlichen Pädagogen keinen Spaß mehr macht. Sie haben Lehrpläne zu erfüllen, die sich laufend ändern. Sie eilen von Lehrerkonferenzen zu Elterngesprächen, schlichten Auseinandersetzungen auf dem Schulhof und stehen in Kontakt mit der Jugendhilfe und Polizei. Zeitgleich wächst der Stress, die gesetzten Lernstandards auch zu erreichen. Bei all dem sollen Lehrerinnen und Lehrer ihre ureigenste Aufgabe erfüllen, nämlich pädagogisch wertvolle Arbeit selbst bei schwierigsten Kindern leisten. Die gewünschte Vielfalt in der Bildung und Erziehung zu gewährleisten, erhöht zusätzlich den Leistungsdruck.

Spätestens bevor Schule krank macht, sollten die Lehrer gegensteuern. Yoga kann hier auf vielen Ebenen unterstützen. Dabei greifen ethisch-moralische Konzepte, Körper-, Atem-, Konzentrations- und Meditationsübungen ineinander, verstärken und vertiefen sich. Bei den Körperübungen geht's nicht darum, absurde körperliche Verrenkungen oder schweißtreibende Aktionen zu bewältigen. Einer der wichtigsten Lehrsätze im Yoga lautet: „Die Übungen und Positionen sollen mühelos ausführbar, bequem und angenehm sein. Sie machen beständig und stabil.“ Nach rechts oder links zum Nachbarn schielen, um mit zusammengebissenen Zähnen den Fuß auch hinter den Hals zu bugsieren, widerspricht jedem gesunden Menschenverstand und den ethisch-moralischen Vorstellungen des Yoga.

Die Körperübungen verleihen neue Vitalität und die Stärke, negative Gedanken zu überwinden. Sie harmonisieren die biochemischen Vorgänge im Körper und helfen, die psychischen Kräfte zu entwickeln. Denn Körper und Geist hängen voneinander ab. Die Physiologie beeinflusst die Psyche, die psychischen Kräfte wirken sich auf den Körper aus. Dabei kommt der Atmung



Yogalehrer Werner Bruckner

eine besondere Bedeutung zu. Wer gelernt hat, bewusst zu atmen, hat seine Emotionen und Gedankenflut auch viel besser im Griff. Atemübungen können negative Vorstellungen, hartnäckige Blockaden oder Fixierungen auflösen. Übende erreichen mit bestimmten Techniken schnell eine außergewöhnliche Konzentration, die wiederum den Einstieg in die Meditation erleichtert.

Lehrer sollten ihr physisches und psychisches Wohlergehen selbst in die Hand nehmen. Ihre Schulleitung kann ihnen jedoch dabei helfen. So bewältigen Pädagogen mit ‚Yoga in der Schule‘ besser den Stress und verringern ihre Gesundheitsrisiken. Migräne, Rückenschmerzen oder Schlafstörungen verhindern lockeres und konzentriertes Arbeiten. Mit solchen Beschwerden führt kaum jemand erfolgreich pädagogische Gespräche, befriedet hochemotionale Konflikte oder korrigiert Klausuren. Eine gute körperliche, geistige und seelische Verfassung bietet die Voraussetzung, entspannt aus der eigenen Mitte heraus zu handeln.

Werner Bruckner, Journalist und Yogalehrer

Infos und Kontakt unter:
w.bruckner@werner-bruckner.de
Telefon 07071/56512-10

In rund vier Wochen erscheint die nächste Folge:
„Yoga für Büroberufe“