



Integrale Yogaschule, Rentzelstr. 10a, 20146 Hamburg

Integrale Yogaschule  
Ortwin Schultz  
Rentzelstr. 10a, 20146 Hamburg  
Telefon: (040) 45 10 92

An die  
Mitarbeiter/innen der  
zuständigen Stelle

## Offener Brief

Hamburg, den 21.11.2020

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,

ich schreibe Ihnen in Form eines offenen Briefes, den sie auch gerne als Brandbrief betrachten können. Als Leiter der Integralen Yogaschule Hamburg mit 32 Jahren Unterrichts- und 18 Jahren Ausbildungserfahrung für Yogalehrer/innen glaube ich behaupten zu können, dass ich die gesellschaftliche Relevanz des Yoga und seine Bedeutung für spirituelle und gesundheitliche Entwicklung der Menschen beurteilen kann.

Ich möchte hervorheben, dass es mir nicht um den ökonomischen Aspekt geht, wohlwissend, dass der erneute Lockdown das Lebenswerk einzelner Yogalehrer/innen bedroht, für viele Betreiber/innen von Yogaschulen und Yogastudios existenzgefährdend ist. Ich habe bislang keine staatlichen Hilfen in Anspruch genommen und beabsichtige auch nicht, das in Zukunft zu tun.

Vielmehr geht es mir darum, die Bedeutung der Yogapraxis in diesen bewegten Zeiten hervorzuheben, zu betonen, welche Hilfe Yoga für die Lebensbewältigung, die Aufrechterhaltung der psychischen Stabilität und die Verbesserung der körperlichen Gesundheit bietet.

Gemäß unserem Selbstverständnis („All life is Yoga“) steht unsere Yogaschule für eine ganzheitliche Entwicklung des Menschen. Wir verstehen uns als Ort spiritueller Entwicklung und Gesundheitsförderung. Yoga als ganzheitliches System schließt eine tiefgründige Philosophie und Psychologie, Kenntnisse über psychosomatische Zusammenhänge, den Energiekörper und den Bewegungsapparat ein.

Yoga ist demnach ein Übungsweg, der den Menschen in seiner Ganzheit, durch Körper-, Atem-, Meditations- und Entspannungsübungen anspricht. Ich wage zu behaupten, dass sich Yoga-Therapie in 10 Jahren zur wichtigsten Therapiemethode für eine ganzheitliche Gesundheit entwickelt.

Wir sind überzeugt davon, dass wir durch unseren ganzheitlichen Yoga-Unterricht zur psychischen Stabilität und körperlichen Gesundheit unserer Teilnehmer/innen beitragen, so dass sie besser mit der aktuellen Krisensituation umgehen können. Die rege Teilnahme und Rückmeldung einzelner Teilnehmer/innen in der Zeit vor dem erneuten Lockdown bestätigt dies ausdrücklich. So haben uns viele Teilnehmer/innen explizit ihre Wertschätzung und Dankbarkeit dafür zum Ausdruck gebracht, dass sie in diesen schwierigen Zeiten am Unterricht teilnehmen können.

Wir haben bei unserem Angebot sowohl für diejenigen gesorgt, die sich für den Präsenzunterricht entschieden haben, als auch für jene, die aus Sicherheitsgründen den Online-Unterricht favorisieren. Im Präsenzunterricht haben wir grundsätzlich mit Voranmeldungen gearbeitet, so dass die Teilnahme

dokumentiert, eine gute Aufteilung der Kursteilnehmer/innen und Begrenzung der maximalen Teilnehmer/innenzahl gewährleistet wurde.

Ich möchte noch einmal betonen, dass es sich bei unseren Teilnehmer/innen um Menschen mit festen Kursverträgen handelt, von denen die meisten durch langjährige Mitgliedschaft mit der Yogaschule verbunden sind, die einen achtsamen Umgang miteinander pflegen und über das Bewegungsangebot an Fragen ihrer persönlichen Entwicklung interessiert sind.

Es liegt mir am Herzen, auf einen weiteren Aspekt hinzuweisen, der für die Begegnung, für die Zusammenkunft von Menschen bedeutsam ist. Dieser Sachverhalt kann kaum deutlicher als durch ein Bibelzitat zum Ausdruck gebracht werden: „Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich in ihrer Mitte.“ (Matthäus 18,20). Diese Aussage verweist darauf, dass der Zweck einer Begegnung und die innere Haltung, mit der Menschen zusammenkommen, einen erheblichen Einfluss auf die Atmosphäre ausüben und Heilkräfte freisetzen können.

Wenn Sie geneigt sind solche Behauptungen als unwissenschaftlich abzutun, empfehle ich Ihnen die Lektüre verschiedener moderner Quantenphysiker. Sie werden überrascht sein, wie sich die Aussagen von modernen Wissenschaftlern wie Albert Einstein, Werner Heisenberg, Max Planck und Hans Peter Dürr sich mit den Erkenntnissen der Yogis des Altertums und der Neuzeit decken.

Vor diesem Hintergrund empfinde ich es als fatal, dass in der gegebenen Situation Angebote unterbunden werden, die sich mit den Grundfragen des Lebens beschäftigen, die die Fragen nach dem Daseinszweck und dem Sinn des Lebens aufwerfen, den persönlichen Klärungsprozess begünstigen und Wege für ein selbstbestimmtes Leben im Sinne des Gemeinwohls aufzeigen. Es ist rational nicht nachvollziehbar, dass Sie Angebote einer aktiven Gesundheitserziehung unterbinden, die die psychische Stabilität und Gesundheit der Teilnehmer/innen fördern. Bewegung, bewusstes Atmen und Entspannung sind fundamentale Aspekte für ein gesundes Leben. Insofern ist es von grundlegender Bedeutung, dass der Schul- und Freizeitsport und Gesundheitsangebote privater Anbieter wie Yoga, Pilates etc. in diesen Zeiten eine besondere Förderung erfahren.

Angesichts dieser Tatsachen stößt der erneute Lockdown für Yogaschulen und Yogastudios für mich und viele Teilnehmer/innen auf völliges Unverständnis, zumal mir kein Fall einer Infektion mit Covid 19 bekannt geworden ist, der eine Rechtfertigung dieser Maßnahme billigt. Durch Ihre Verordnung unterbinden Sie ein bewährtes und wirkungsvolles Instrument der Gesundheitsförderung.

### **Umgang mit der Krise**

Die psychologische Grundstimmung, die wesentlich durch die mediale Darstellung der Krise und durch die Verordnungspolitik beeinflusst wird, bildet einen Nährboden für das Virus. Die allgemeine Hysterie, das Verbreiten von Ängsten hat eine immense Auswirkung auf die Gesundheit, trägt zur massiven Schwächung des Immunsystems bei.

Verantwortungsvolle Politik sollte stattdessen das Gefühl des Unbehagens immer als Chance für konstruktive Lösungen betrachten, das Wachstum und die Gesundheit zu fördern, anstatt Angst zu verbreiten. Konstruktive Lösungen schließen selbstverständlich Schutzmaßnahmen und Hygienevorschriften mit ein.

Diese Schutzmaßnahmen sollten aber mit Bedacht, Unterscheidungsvermögen und Augenmaß durchgeführt werden. Die Erläuterungen seitens des Bürgermeisters und seiner Senatoren lassen diese Qualitäten nach meiner Wahrnehmung vermissen. So erklärt Innen- und Sportsenator Andy Grote nach Schreibweise der Hamburger Morgenpost vom 02.11.20, dass es sich beim Amateursport um „vermeidbare Kontakte im Freizeitbereich“ handle, während es im Profibereich auch um wirtschaftliche Belange gehe. Außerdem könne man Profisportler nicht einfach mit einem Berufsverbot belegen. Ja, aber...

Ich würde mir ein differenziertes Vorgehen im Umgang mit der Corona-Krise wünschen. Das betrifft nicht nur das Sport- und Gesundheitsangebot, sondern gleichermaßen den Kulturbetrieb und die

Gastronomie. Die getroffenen Maßnahmen erwecken den Anschein, dass einzelne Bereiche als „Bauernopfer“ für die Aufrechterhaltung des Betriebes in anderen Einrichtungen erhalten müssen.

Politik und Verwaltung sind einseitig auf die äußeren Mittel in Form von Gesetzen und Verordnungen orientiert, um Veränderungen herbei zu führen. Diese Vorgehensweise wird von vielen Menschen als erdrückend empfunden, weil sie in keiner Weise an den Entscheidungsprozessen beteiligt werden und sich Verordnungen beugen müssen, die rational nicht nachvollziehbar sind. Durch mangelnde Transparenz der Entscheidungsprozesse wird das Vertrauen der Menschen in die Politik geschwächt.

Es zeugt von Hilflosigkeit und ist absolut kontraproduktiv ausschließlich mit Verboten, Einschränkungen und Reglementierungen zu arbeiten. Ich habe vollstes Verständnis dafür, dass in Anbetracht steigender Infektionszahlen Maßnahmen zum Schutz der Bevölkerung notwendig sind, auch halte ich Maßnahmen gegen jene Bevölkerungsteile für gerechtfertigt, die sich rücksichtslos oder leichtfertig über das Gemeinwohl hinwegsetzen.

Aus ganzheitlicher Sicht geht es jedoch darum, Zuversicht und Vertrauen zu fördern, durch Information und Aufklärung Einsicht für einen verantwortungsvollen Umgang mit der Krise zu bewirken. Politik und Verwaltung sollten Hilfen und Vorschläge für einen aktiven Gesundheitsschutz anbieten, Angebote zur Gesundheitsförderung unterstützen. Um breite Bevölkerungsteile mitzunehmen, bedarf es einer konstruktiven Strategie, die die Menschen in der Tiefe ihres Wesens anspricht. Johann Wolfgang von Goethe bringt diesen Zusammenhang folgendermaßen auf den Punkt: „Wenn das Innere vorbereitet ist geschieht das äußere von selbst.“

### **Umdenken ist notwendig**

Die Menschheit befindet sich offensichtlich in einer evolutionären Krise, in der sie einen Apparat entwickelt hat, den sie mit ihrem begrenzten Bewusstsein zu beherrschen nicht mehr in der Lage ist. Wir befinden uns in einer Situation, in der die Politik den Blick für das Große und Ganze völlig aus den Augen verloren hat, über keinerlei Visionen mehr verfügt, Werte nur noch zu Wahlkampfzeiten herauf beschworen werden, nur noch auf Missstände reagiert, auf Schadensbegrenzung ausgerichtet ist.

Es handelt sich um eine Krise des Bewusstseins. Unsere Lebensverhältnisse sind Ausdruck des menschlichen Bewusstseins. Demnach kann die Krise nur durch einen radikalen Bewusstseinswandel bewältigt werden.

Es gilt zu begreifen, dass die Corona-Krise nur **ein Symptom** für eine viel tiefere und weitreichendere Problematik ist, die Zerstörung unserer natürlichen Lebensgrundlage. Wir befinden uns mitten in einem Krieg, in einem dramatischen Vernichtungsfeldzug gegen die Erde, deren Ausmaße bekannt sind, die ich hier nicht aufzuzählen brauche. Ja, fast jeder weiß darum. Es drängt sich der Eindruck auf, dass wir in einer **Kultur der Verdrängung** leben. Wir werden uns von nachfolgenden Generationen die Frage gefallen lassen müssen: „Weshalb habt ihr nichts unternommen?“

Wir müssen lernen, mit dem Virus zu leben, anstatt es zu bekämpfen. Es ist an der Zeit, dass wir uns Gedanken über die Ursache und Bedeutung des Virus machen, um die verborgene Botschaft zu begreifen, die uns die Krise vermitteln möchte, mit dem Ziel, auf eine Veränderung unserer Lebensweise hinzuwirken.

Albert Einstein ist zu der Feststellung gelangt, dass Probleme, die durch eine bestimmte Art des Denkens hervorgerufen worden sind, nicht durch dieselbe Art des Denkens gelöst werden können. Es ist nicht ausreichend durch Verbote, Einschränkungen und Reglementierungen die Ausbreitung des Virus zu verhindern. Es ist an der Zeit, den Blick nach vorne zu richten, die Selbstverantwortung der Menschen für ihre Lebensverhältnisse und Gesundheit zu fördern, die Schutz- und Vorsichtsmaßnahmen durch aktives Engagement zur Verbesserung der Gesundheit zu erweitern.

Dafür brauchen wir Stätten, wo Menschen sich begegnen, offen miteinander kommunizieren können, Perspektiven mit dem Blick für die Ganzheit erarbeiten, sich am Gemeinwohl orientieren.

Wir brauchen dringend Impulse, die Menschen dazu ermutigen, Verantwortung zu übernehmen, sie bestärken sich in den Dienst der Gemeinschaft zu stellen. Alle Maßnahmen, die zur Spaltung der Gesellschaft, zur Verunsicherung führen sind kontraproduktiv.

### **Zusammenfassung**

Yogaschulen und Yogastudios gehören nach meiner Überzeugung zu den privaten Bildungsanbietern im Sinne einer Lebensschulung oder Lebenskunst, die philosophische, psychologische und gesundheitliche Aspekte in die Unterrichtspraxis einbezieht. Yoga ist ein Übungsweg, der den Menschen in seiner Ganzheit, durch Körper-, Atem-, Meditations- und Entspannungsübungen anspricht.

Durch Bewegungs-, Atem-, Entspannungs- und Meditationsübungen verfügen wir über ein breit gefächertes Spektrum an Werkzeugen, die Gesundheit unserer Teilnehmer/innen zu fördern. Der ganzheitliche Übungsweg des Yoga verhilft zur Beruhigung des Nervensystems, zur Balance des Drüsensystems, zur Aktivierung des Immunsystems und zur Stärkung der Abwehrkräfte. Durch Bewegungsübungen stärken wir den Bewegungsapparat, durch die Atemübungen tragen wir zur Reinigung des Organismus, zur Anregung des Energiekörpers, zur Stärkung des Atemapparates und zur Vorbeugung von Atemwegserkrankungen bei.

Ich fordere Sie auf, im Sinne einer aktiven Gesundheitsförderung Ihre Entscheidung zu überdenken und den Yogaschulen die Möglichkeit des Unterrichts unter Einhaltung der Sicherheitsbestimmungen und Hygienevorschriften wie vor dem erneuten Lockdown zu ermöglichen.

Ich lade Sie herzlich zum Besuch unserer Schule ein, so dass sie sich ein Bild von einer Yogaschule verschaffen können. Auch bin ich gerne bereit, Ihnen eine kurze exemplarische Unterrichtseinheit zu gewähren, so dass sie die ganzheitlichen Wirkungen des Yoga-Unterrichts am eigenen Leibe erfahren können.

Mit freundlichen Grüßen

Ortwin Schultz