

Erste Kundalini Yoga Ausbildung für Männer startet 2019

Im Oktober 2019 wird eine Kundalini Yoga Lehrer Ausbildung für Männer anfangen. Wie kam es dazu?

Die Idee für dieses Projekt gibt es schon sehr lange. Endlich kann sie umgesetzt werden. Anfang 2018 wurde das Projekt einer großen Gruppe von Yogaausbildern vorgestellt – darunter vielen Frauen – und es kamen fast ausschließlich positive Rückmeldungen. Wir haben als Yoga-Männer ja zwangsläufig viel Kontakt zu Frauen, weil sie überall in der Mehrheit sind. Sie prägen die Yogagruppen, die Vereine und die Inhalte der Ausbildung – und das ist auch gut so. Die befragten Frauen empfanden es als Bestätigung und Entlastung zugleich, wenn Männer sich in Yogagruppen organisieren, eigene Impulse setzen und sich weiterentwickeln.

Der derzeitige Direktor von KRI, Amrit Singh, hat bestätigt, dass ein solches Projekt mit den Statuten vereinbar ist. Gleichzeitig sagte er, dass noch nie eine Ausbildung speziell für Männer angeboten wurde, seitdem es Kundalini Yoga in seiner modernen Form gibt. Es wird Zeit, dass jemand anfängt.

Wollen die Männer unter sich sein?

Wir lernen in der Ausbildung kein Yoga kennen, das Frauen ausschließt, sondern erfahren als Männer gemeinsam, wie Kundalini Yoga auf uns und andere wirkt. Dadurch teilen wir eine ganz besondere Erfahrung, die nur in dieser Konstellation möglich ist. Wir entwickeln ein Gruppenbewusstsein, das eine männliche Prägung aufweist. Dies ist etwas Neues und Besonderes, weil es eine männliche Identifikation jenseits bisheriger Rollenverhalten oder „Männerbünde“ ermöglicht.

Was ist das Ziel dieser Ausbildung? Geht es um Vereinigung oder Trennung?

Ziel ist es, eine gesunde, wohltuende männliche Identität zu fördern, und dafür Projekte und Strukturen bereit zu stellen. Die Erfahrung zeigt, dass eine Yogalehrer Ausbildung in ganz besonderem Maße geeignet ist, um Gruppen- und Netzwerkstrukturen zu etablieren. Das wollen wir nutzen und daran wachsen. Um sich zu vereinigen, muss man sich erst einmal selber erkennen. Andernfalls wird die Verbindung scheitern, weil es kein Fundament gibt. Männer brauchen Männergruppen, männliche Vorbilder und männlichen Austausch, um sich selber spüren zu können. Idealerweise finden sie das beim gemeinsamen Yoga. Wer in sich selber verankert ist, kann sich anschließend voll und ganz auf eine Beziehung einlassen. Insofern ist die Yogalehrer Ausbildung für Männer auch ein Projekt für eine nachhaltige Verbindung zwischen den Geschlechtern.

Wie können Männer lernen, gemischte Gruppen zu unterrichten, wenn keine Frauen in der Ausbildung dabei sind?

Natürlich sollte jeder Yogalehrer in der Lage sein, Männer, Frauen oder wen auch immer zu unterrichten. Yoga wirkt auf Männer und Frauen gleichermaßen. Es gibt allerdings geringfügige Unterschiede, die sich eher aus der Erfahrung erschließen. Die Männer in der Ausbildung werden von vier männlichen und zwei weiblichen Ausbildern unterrichtet und bekommen dadurch unterschiedliche Impulse mit auf den Weg. Dadurch lernen die Teilnehmer, wie reguläre gemischte Kundalini Yoga Klassen unterrichtet werden.

Zum Abschluss der Ausbildung findet eine gemeinsame Reise nach Portugal statt. Dort treffen sich im Yoga Ashram etwa 40 angehende YogalehrerInnen aus ganz Europa, um gemeinsam zu lernen. Hier gibt es dann die Möglichkeit, Probeyoga-Unterricht in der gemischten Gruppe auszuprobieren. Während der Ausbildung besteht zudem die Gelegenheit, in gemischten Yogaklassen zu hospitieren.

Sind dann nicht noch weniger Männer in den gemischten Kundalini Yoga Ausbildungen als bisher?

1995 waren in der Kundalini Yoga Ausbildung in Berlin von 17 Personen zwei männlich.

An diesem Verhältnis hat sich nichts geändert – von einigen wenigen Ausnahmen abgesehen.

Es gibt nicht wirklich Anlass, zu glauben, dass sich an dieser Situation von alleine etwas ändert.

Dafür bedarf es spezielle Angebote, die Männer ansprechen, und Männern einen Raum zur Entfaltung ihres Potentials geben, den sie woanders nicht haben.

Die Yoga Lehrer Ausbildung für Männer soll alle diejenigen ansprechen, die sich nicht so ohne weiteres für eine Yoga Ausbildung entscheiden würden. Sie soll kreative, wissbegierige und mutige Männer ansprechen, die ihren Horizont erweitern wollen.

Neue Perspektiven lösen manchmal Ängste aus. Es kommt vor, dass ein frisches Projekt die alten Strukturen hinterfragt. Es kann sein, dass der einen oder anderen Kundalini Yoga Ausbildung ein Teilnehmer abhandenkommt. Aber es wird auch weiterhin Männer geben, die lieber in einer gemischten Gruppe Yogalehrer werden wollen.

Ich glaube, dass diese Ausbildung Männer ansprechen wird, die dieses spezifische Angebot wertschätzen. Und das finde ich großartig.

Welche Rolle spielt dabei die Guru Ram Das Aquarian Akademie in Boizenburg?

Dieser Ort ist ein Juwel unserer Gemeinschaft, das gepflegt werden sollte. Ich freue mich sehr, dass unser Projekt dort mit offenen Armen empfangen wird. Wir werden viel draußen sein und diese besondere Atmosphäre unberührter Natur an der ehemaligen Deutsch-Deutschen-Grenze genießen. Wir werden Kontakt mit den Menschen in der Kleinstadt Boizenburg haben. Gleichzeitig bietet die

Akademie einen sehr geschützten Ort des Rückzugs. Dieser Wechsel zwischen Offenheit und Schutz wird eine besondere Gruppenerfahrung ermöglichen.

Interview mit Sangeet Singh, Co-Leiter und Organisator der Kundalini Yoga Lehrer Ausbildung für Männer in Boizenburg (bei Hamburg), Beginn Oktober 2019 (bis Juni 2020). Mehr Infos unter : www.keepup.de, Tel.: 0178/5064628 und info@keepup.de.