



Mittwoch, 03. November 2021, 13:00 Uhr  
~13 Minuten Lesezeit

## Haltung unerwünscht!

Eine schwäbische Zeitung hetzt gegen Menschen mit Rückgrat und kanzelt Impf-Skeptiker innerhalb der Yogaszene ab.

von Ilona Kramhöller  
Foto: BalanceFormCreative/Shutterstock.com

*„Leute ohne Rückgrat haben wir schon zu viel“, sang die Liedermacherin Bettina Wegner. Das können wir heute mehr denn je feststellen. Bei spirituellen Menschen ist die Einstellung zur Coronafrage durchaus nicht einheitlich. Das gilt auch für die breitgefächerte Yogaszene. Die Schwäbische Zeitung Biberach veröffentlichte am 17. September 2021 einen Bericht mit der Überschrift „Ein Problem mit der Haltung“ (1), wobei mit der Doppelbedeutung dieses Worts gespielt wurde. In der Anmoderation formulierte die Verfasserin, die Journalistin Ronja Straub: „In der Pandemie wurden manche Yogis zu Corona-*

*Verharmlosern, die Impfmythen verbreiten und die Krankheit herunterspielen – eine laute Minderheit, die für andere zum Problem wird.“ Ganz offenbar dulden manche Medien auch in der eigentlich privaten Frage der spirituellen Überzeugung nur die regierungstreue Einheitsmeinung.*

## **Welche Haltung ist gemeint?**

**Na, so was! Für mich stellten sich mehrere Fragen bereits mit der Überschrift: Was ist eine Haltung? Welche Haltung ist gemeint? Wie kennzeichnet sich eine erbauende Haltung, und wie sieht eine abbauende Haltung aus? In welcher Gestalt zeigen sich diese beiden Formen der Haltung in der Physis eines Menschen und in seiner Beziehungsfähigkeit?**

Inzwischen ist die Sprache im Zeitgeschehen recht manipulativ und ohne Basis oder Grundlage, sodass beispielsweise der Leser sich aussuchen kann, ob er den Begriff in erbauender oder abbauender Weise in die Vorstellung bringt. Sofern er überhaupt bereit ist, sich eine Vorstellung zu bilden. Sich mit diesen Fragen zu beschäftigen, halte ich für essenziell, um in der zukünftigen Zeit im Leben bestehen zu können. Ich werde in diesem Artikel einige Grundgedanken darlegen.

Das Thema Haltung wird nun mit dem Begriff „Problem“ in eine abwertende Richtung gelenkt. Was ist eigentlich ein Problem? Der Duden definiert Problem als „schwer zu lösende Aufgabe“; ein Problem ist zumeist mit Ärger und Unannehmlichkeiten oder „wenn einem etwas über den Kopf hinauswächst“ verbunden.

Laut dieser allgemeinen Beschreibung wird etwas zum persönlichen Problem, wenn der Mensch selbst nicht mehr in der Lage ist, mit ordnenden, objektiven Gedanken seine Gefühle zu bestimmen, um in eine klare Handlungskraft zu kommen. Das heißt, der Mensch erleidet eine Schwächung seiner Selbstkräfte. Dies wird sichtbar durch den Verlust des Selbstgefühls, der Selbstbestimmung, Selbstwahrnehmung, Unterscheidungsbildung und Urteilskraft. Der Mensch wird dann sagen: „Ich habe ein Problem.“ Das Gegenbild zum personalisierten Problem ist, wenn ein Problem im Außen gehalten wird durch ein objektives, sachliches und projektionsfreies Bearbeiten.

***Die Überschrift beschreibt demzufolge einen Zustand der Hilflosigkeit, wie man mit der Haltung anderer Menschen respektvoll, ordnend und empathisch umgeht.***

In einer ersten Anschauung könnte man sagen: „Es besteht ein Zustand der Hilflosigkeit, mit einer Haltung umzugehen.“ In den ersten Zeilen wird aber nicht eine Haltung beschrieben, sondern es wird eine Gruppeneinteilung vorgenommen: „Yogis als Corona-Verharmloser“.

Meinungsäußerungen werden in einem abwertenden Substantiv zusammengefasst, nämlich „Impfmythen“. Diese Wortkreationen drücken noch keine Haltung aus. Was ist gemeint mit Impfmythen? Da fehlen Fakten. Bevor ich zwei Bilder beschreibe zur Entstehung einer Haltung und deren Ausdruck, fasse ich in Kurzform das eigentliche Thema des Berichts zusammen.

**Kurzfassung des Berichts in der  
*Schwäbischen Zeitung* und meine  
persönliche Wahrnehmung**

Angeblich fühlt sich eine Yogalehrerin, die anonym bleiben will, überfordert mit Äußerungen aus ihrem Umfeld zum aktuellen „Corona“-Zeitgeschehen. Sie gibt an, dass sie keine Energie und Zeit für „Shitstorm“ hat. Die Ausführungen der Journalistin Ronja Straub zum Thema Yoga sind nicht wirklich fundiert und wirken inhaltslos und oberflächlich. Zudem beschreibt sie Yogalehrende als frustrierte Personen, die mit der Coronamaßnahmen-Politik übergangen wurden und sich zu einem „staatsgefährdenden Extremismus“ entwickelten.

Auf diese Weise stellt Ronja Straub den Übergang zu „Querdenken 711“ in Stuttgart (2) her und verbindet diese mit der „Yogaszene, die Mantras singt“ und mit „Esoterikern“. Damit ist die Einleitung geschaffen zum eigentlichen Thema des Berichtes. Der Sektenreferent Matthias Pöhlmann (3) kommt zu Wort. Er ist Beauftragter für Sekten- und Weltanschauungsfragen bei der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern.

Ronja Straub zitiert in ausgeprägter Weise Aussagen von Matthias Pöhlmann. Dabei entsteht leider der Eindruck, dass sie sich blind auf diese verlassen hat. Es reißen sich einige Falschaussagen aneinander, die nicht erfolgt wären, wenn sie gemäß der Berufsehre recherchiert hätte und unabhängig wäre. Pöhlmann hat wohl großes Interesse, einen besonderen Menschen zu verleumden und ihm zu schaden. Er spricht von Heinz Grill, der laut seiner Beschreibung ein Yogalehrer und Esoteriker sei, der aus Südbayern stamme, in Südtirol lebe, mehrere Bücher geschrieben habe und auf *Facebook* poste.

Hätte Ronja Straub nur in einem kleinen Umfang nachgeforscht, dann wäre ihr sehr schnell aufgefallen, dass Matthias Pöhlmann mit Lügen versucht, einen Menschen in eine bestimmte Ecke zu drängen. Heinz Grill ist ein spiritueller Lehrer mit tiefsten Einsichten in seelisch-geistige Zusammenhänge des Lebens (4).

Er ist auch Alpinist, und in Italien wurde ein Tal nach ihm benannt. Seine Klettertouren gelten als besonders ästhetisch und rhythmisch (5). Seine Bücher befassen sich mit den Bereichen Medizin, Architektur, Ernährung, Pädagogik, Yoga, Meditation, Musik und vielen anderen Themen des Lebens. Ein Blick auf seine Webseite zeigt seine empathische Beziehungsfähigkeit zu zeitaktuellen Erscheinungen. Er lebt nicht in Südtirol, sondern recht zurückgezogen im Trentino. *Facebook*-Einträge gibt es nicht.

Es folgen Aneinanderreihungen von Zitaten von Matthias Pöhlmann, der in der Esoterik rechtes und antisemitisches Gedankengut sieht – das sei mit Corona offensichtlicher geworden. Pöhlmann konstruiert eine Verbindung Grills zu der Frau, die im August 2020 die Absperrung am Berliner Reichstagsgebäude überwunden hat (6), und behauptet, diese würde Heinz Grill „nahestehen“. Mir scheint, er hat etwas verwechselt. Diese Frau war keine Schülerin von Heinz Grill, sondern von der Ärztin Christine Bornschein und wurde mit übergriffiger Psychologie, Hypnose und Psychopharmaka missbraucht. Das Delikate ist jetzt, dass Pöhlmann selbst mit der Familie Bornschein zusammenarbeitet wie auch mit ihrer Unterstützerin Marianne Buchmann, und beide bilden zusammen eine Art Team.

Erst vor Kurzem musste die *Süddeutsche Zeitung* nach richterlichem Beschluss einen Verleumdungsartikel gegen Heinz Grill zurücknehmen (7). Der Artikel damals kam zustande durch intensive Gemeinschaftsarbeit von Matthias Pöhlmann und der Arzt- und Millionärsfamilie Bornschein mit Marianne Buchmann als Bindeglied. Weder Matthias Pöhlmann noch Marianne Buchmann kennen Heinz Grill persönlich oder konnten den Inhalt seiner Bücher konstruktiv kritisieren. Es gibt bei Grill keine extremistischen politischen Ansichten, jedoch lassen sich diese in der evangelischen Kirche finden (8), für die Pöhlmann als Beauftragter arbeitet.

Im weiteren Verlauf des Berichts leitet Ronja Straub wieder über zur Yogaszene und schreibt, dass nicht alle „Yogis“ esoterisch veranlagt seien und Corona verharmlosen, denn die Szene sei groß und von unterschiedlichen Einflüssen geprägt. Das sind nun Aussagen, die alles offenlassen in der subjektiven Vorstellung des Lesers.

Die Yogalehrerin, die anonym bleiben will und ein „Problem mit der Haltung“ hat, sieht sich gezwungen, sich zu positionieren, und gründet eine Organisation namens Shantifa. Das sei ein Wortspiel aus den Begriffen Shanti (Frieden) und antifaschistischer Aktion. Mich gruseln derartige Wortkreationen, die eine geistige Sprache verschandeln und inhaltslos machen (9).

Die Mitglieder dieser Organisation bleiben anonym und nennen sich „Yogis gegen rechts“. Sie stärken sich gegenseitig durch das Gruppengefühl, „klären politisch auf und sorgen für Bildung“ über die Facebook-Gruppe. Die Yogalehrerin sagt nun :„Es gibt Menschen, die werfen uns vor, wir würden die Yogaszene spalten. Aber genau das tun wir nicht, wir grenzen ab und klären auf.“ Es gehe der Gruppe darum, „die Überheblichkeit zu beseitigen, weil Yoga genau das Gegenteil ist von Egoismus, der bei vielen durch das Corona-Leugnen aufkommt“.

Diese Aussagen empfinde ich nicht nur als peinlich. Jedes Gruppengefüge macht den Menschen unfrei im Denken und Handeln. Wenn jemand glaubt, auf der richtigen Position zu stehen, und den Drang hat, aufzuklären zu müssen, dann lässt es sich nicht vermeiden, dass eine Spaltung hereingeführt wird, denn der andere Mensch wird dadurch ja auf die falsche Position gesetzt. Die Lösung liegt also außerhalb. Stellen wir uns einmal die Frage: „Was braucht die zukünftige Kultur als Grundlage, um empathisch in Beziehung gehen zu können für eine neue Solidarität?“ Zunächst braucht es eine Haltung.

# Formen der Haltung – eine aufrechte, ehrwürdige Haltung mit der Dynamik aus dem Rückgrat

Es gibt eine Haltung, die sich in aufrichtiger Weise zeigt. Sie ist aus dem Rückgrat motiviert. Physisch erscheinen diese Menschen leicht, grazil, unaufdringlich und doch präsent, mit wachen Augen, freier Kopfreion und dynamisch-beweglich. Diese Haltung ist physisch sichtbar und seelisch als angenehm wahrnehmbar.

***Eine aufrichtige Haltung aus einer eigenen Zentriertheit entsteht, indem der Mensch sich würdevoll erlebt durch ein freies, objektives Denken, beziehungsreiches Fühlen und geordnetes zentriertes Handeln.***

Er kann sich wahrnehmen als eigenständige Person mit Grundrechten und Grundpflichten. Der Mensch hat ein Grundrecht zur eigenen Entscheidung und eine Grundpflicht, davon Gebrauch zu machen. Damit ist auch eine Grundverantwortung gegeben für alle Wirkungen, die entstehen aus den Gedanken, Gefühlen und Handlungen.

Derjenige, der diese Herausforderung und Anforderung, die mit dem Menschsein grundlegend gegeben ist, annimmt, kann dies nur bewusst tun aus einer eigenständigen Entscheidung heraus. Dann können wir von einer aufrechten und aufrichtigen Haltung sprechen, die sich aus einem klaren, beziehungsfreudigen Bewusstsein erbaut mit einer tiefen moralischen Empfindung, die nicht von außen auferlegt ist und so den Menschen zentriert. Die moralische Empfindung ist eigenständig errungen und bildet ein Zentrum im Menschen selbst mit einer gesunden Persönlichkeitswahrnehmung, die nicht in der Beziehungssphäre beengend wirkt. Sie ist freilassend im Willen und schafft Weite im Miteinander durch objektive, projektionsfreie Gedankenbildung.

# **Eine aufrechte Haltung aus einer äußeren Fixierung**

Es gibt auch eine Haltung, die nicht motiviert ist aus dem Rückgrat, sondern aus einer Fixierung heraus. Der Mensch ist physisch auch aufrecht, aber er drückt eine gewisse Starre oder Kompaktheit aus. Der Kopf wirkt nicht frei. Diese Menschen wirken nicht lebendig und auch nicht beziehungsfreudig, sondern eher gebunden. Das liegt an einem mangelnden Innenleben und natürlichen Empfindungen. Es fehlt ein Denken, das frei ist von Dogmen und auferlegten Erziehungsmustern.

Nicht ein tiefes Moralitätsempfinden für das Menschsein leitet diese Menschen, sondern Bindungen und Abhängigkeiten. Äußerliche, materialistische Ideale lenken sie und können sie in Form einer übermäßigen Disziplin einschränken in ihrer Denk- und Handlungskraft. Das Zentrum, das solche Menschen lenkt, liegt im Außen, in einem äußeren System oder einer auferlegten Moralität. Eine übernommene Meinung, die vehement und auf fixierte Weise festgehalten wird, ist noch keine Haltung. So bildet die Haltung aus einer äußeren Fixierung das Gegenbild zur aufrechten Haltung mit der Dynamik aus dem Rückgrat.

## **Welche Haltung könnte nun „Probleme“ machen?**

Derjenige, der nun ein Problem hat mit einer Haltung des anderen, der erkennt bei sich selbst Schwächen, die er in der Regel kompensieren möchte. Das Problem ist etwas Persönliches.

Menschen mit einer aufrechten, ehrwürdigen Haltung aus dem Rückgrat (10) werden darum bemüht sein, anderen Menschen ihre



eigene Entscheidungsfreiheit und Freiwilligkeit zu lassen. Das heißt nicht, dass sie alles gutheißen müssen. Konstruktive Kritik wird den Menschen niemals abwerten und verletzen. Sie dient der Entwicklung seiner Persönlichkeit im seelisch-geistigen Sinne.

## **Das eigentliche Problem wird nun offensichtlich**

Menschen, die mit einer eigenständig errungenen Haltung ihr Zentrum in der eigenen Persönlichkeit fühlen, erleben sich frei und unabhängig. Sie wirken stark, mutig und befreiend in das Umfeld. Sie sind wie ein Fels in der Brandung. Probleme mit dieser Haltung gibt es nur dann, wenn der Mensch sich seiner tiefen Substanz, die mit dem Menschsein gegeben ist, nicht bewusst ist, diese leugnet oder sich selbst auf Physis und Psyche begrenzt. Dieser wird in der Begegnung mit einem Menschen, der eine aufrichtige Haltung aus dem freien Bewusstsein bezieht, seine eigenen Mängel spüren und kompensieren wollen. Eine unwürdige Form dieser Kompensation ist die Verleumdung und Verbreitung von Lügen. Letztendlich erniedrigt sich der Mensch aber selbst.

Es zeigt sich nun deutlich, dass Matthias Pöhlmann und Marianne Buchmann wie auch die Bornscheinfamilie ein Problem haben mit einer Haltung aus dem Rückgrat, die bei Heinz Grill zu finden ist. Betrachtet man die Aufnahmen und Bilder von Heinz Grill, dann zeigt sich sofort eine sehr angenehme und beziehungsfreudige Ausstrahlung. Seine innere Freiheit und Zentriertheit ist unmittelbar zu spüren. Das wird wohl für einige Menschen zum Problem.

## **Der Artikel ist beispielhaft für wirre Verdrehungen unserer Zeit**

Damit lässt sich erklären, warum in dem Artikel auf so wirre Weise Bezug genommen wird zu Heinz Grill. Dieser Artikel ist beispielhaft für so viele Erniedrigungen und Verleumdungen in unserer Zeit. Die Journalistin Ronja Straub wurde benutzt. Aber jeder Mensch ist für seine Gedanken, Worte und Taten, die immer eine Wirkung im Außen haben, selbstverantwortlich. Die Yogalehrerin, die anonym bleiben will, erlebt in sich einen Verlust ihrer Selbstkräfte, der aus einer Überfremdung entsteht. Fremde Kräfte dringen ein aus den Manipulationen und Suggestionen des Materialismus. Sie bleiben meist ungesehen im Unbewussten und wirken zerstörerisch in der Seele des Menschen durch den Mangel an objektiver Anschauungskraft.

***Wir alle sind diesen manipulierenden Kräften ausgesetzt. Deshalb ist es so wichtig, dass wir unser Bewusstsein aufrichten.***

Die *Schwäbische Zeitung* ist laut eigenen Angaben eine „unabhängige Tageszeitung für christliche Kultur und Politik“. Ist die Zeitung wirklich unabhängig? Wie definiert sie christlich? Im Jahre 2016 erhielt die *Schwäbische Zeitung* den Katholischen Medienpreis für den Serienbericht mit 40 Beiträgen „Menschenwürdig leben bis zuletzt“ (11). Wie kann es sein, dass eine angeblich unabhängige Zeitung mit Sinn für christliche Kultur sich zu solch einem Verleumdungsartikel hinreißen lässt?

## **Was braucht die Zukunft?**

Das Ziel ist, die Kunst zu erlangen, mit jeder Haltung, die einem begegnet, bestmöglich umgehen zu können, sodass die Würde der Menschen gewahrt bleibt und eine empathische, beziehungsfähige Solidarität das Miteinander prägt auf entwicklungsfreudige Weise.

Darüber sollten wir intensiv nachdenken oder besser gesagt

vordenken.

---

<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html>

<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html>

**Hier können Sie das Buch bestellen:** als **Taschenbuch**

<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut.html>

oder **E-Book** (<https://www.buchkomplizen.de/Alle-Buecher/Nur-Mut-oxid.html>).

---

### Quellen und Anmerkungen:

(1) <https://www.pressreader.com/>

<https://www.pressreader.com/>). *Schwäbische Zeitung* (Biberach).

Bericht vom 17. September 2021 von Ronja Straub. Zitat: „Eigentlich geht es beim Yoga um Achtsamkeit, Gesundheit und Mitgefühl. Aber seit Beginn der Coronakrise gibt es eine lautstarke Minderheit, deren Posts und Äußerungen so gar nicht rücksichtsvoll klingen.“

(2) Querdenken-711: <https://querdenken-711.de/>

<https://querdenken-711.de/>

(3) Matthias Pöhlmann ist der Sektenbeauftragte der bayerischen Landeskirche. Der evangelische Theologe sieht Christen in der Pflicht, gegen Verschwörungsglauben deutlich Widerspruch einzulegen. Den einfachen Antworten eines Verschwörungsglaubens

dürfe nicht das Feld überlassen werden, heißt es in einem Beitrag des Beauftragten für Sekten- und Weltanschauungsfragen der bayerischen Landeskirche in dem jetzt erschienenen Buch „Corona und Religionen – Religiöse Praxis in Zeiten der Pandemie“.

(4) Biografie und Werdegang von Heinz Grill: <https://heinz-grill.de/biographie-werdegang/> (<https://heinz-grill.de/biographie-werdegang/>)

(5) DVD-Trailer: Heinz Grill – ästhetische Klettertouren im Sarca-Tal <https://www.youtube.com/watch?v=XpbfkuNAttg> (<https://www.youtube.com/watch?v=XpbfkuNAttg>)

(6) Tamara Kirschbaum steht mit ihren politischen Agitationen in direktem Gegensatz zu Heinz Grills. „Die Kunst des Demonstrierens, Ursache und Wirkung des Auftrittes von Tamara Kirschbaum in Berlin“, 2. September 2020, von Heinz Grill: <https://heinz-grill.de/corona-frau-reichstag/> (<https://heinz-grill.de/corona-frau-reichstag/>)

(7) <https://stw-verlag.de/> (<https://stw-verlag.de/>) Urteil im Fall Heinz Grill gegen *Süddeutsche Zeitung*. [“Die unsichtbare Wirklichkeit im Artikel der *Süddeutschen Zeitung* und die gesundheitlichen Folgen von verdeckten Tatsachenbehauptungen 23. August 2020“]. Dieser Artikel wurde vor Kurzem gelöscht, nachdem er circa ein Jahr online war. Erstaunlicherweise erfolgte die Löschung aber nicht von der Betreiberin dieser Internetseite: <https://heinz-grill.de/?s=Die+unsichtbare+Wirklichkeit> (<https://heinz-grill.de/?s=Die+unsichtbare+Wirklichkeit>)

(8) Selbst der Leiter der Evangelischen Akademie Tutzing Udo Hahn kommt zu dem Ergebnis: Die evangelische Kirche hat ein Antisemitismusproblem.

„Die unrühmliche Rolle der evangelischen Kirche im Dritten Reich“, geschrieben von Stefan Loubichi, erstellt 26. Oktober 2020  
<https://www.zukunft-braucht-erinnerung.de/die-unruehmliche-rolle-der-evangelischen-kirche-im-dritten-reich/> (<https://www.zukunft-braucht-erinnerung.de/die-unruehmliche-rolle-der-evangelischen-kirche-im-dritten-reich/>)

(9) Sanskrit ist eine altindische Sprache, die tiefe Weisheit enthält und heute in Indien die Literatur- und Wissenschaftssprache ist.

(10) Professor Dr. Sucharit Bhakdi ist ein Mensch mit einer aufrichtigen Haltung und wird, wie Heinz Grill, massiv angegriffen und verleumdet. Auch Gandhi drückte diese ehrwürdige Haltung aus. <https://www.rubikon.news/artikel/handeln-wie-gandhi> (<https://www.rubikon.news/artikel/handeln-wie-gandhi>)

(11) Katholischer Medienpreis 2016. Für die Serie „Menschenwürdig leben bis zuletzt“ wurde die *Schwäbische Zeitung* mit dem Katholischen Medienpreis ausgezeichnet. In einer Artikelserie mit mehr als 40 Beiträgen in Mantel- und Lokalteilen, online und im Regionalfernsehen hatte die *Schwäbische Zeitung* im Dezember 2015 in Zusammenarbeit mit dem Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart Fragen um Krankheit, Sterben und Tod ausgeleuchtet.

---



**Ilona Kramhöller**, Jahrgang 1969, war nach mehreren Ausbildungen im Gesundheitswesen und in der Bewegungstherapie jahrelang in leitenden Funktionen in diesen Bereichen tätig. Seit 2012 arbeitet sie freiberuflich als Yoga- und Rehabilitationstherapeutin sowie als Pädagogin für soziale Integration und Meditation. Ihre Schwerpunkte sind die Bewusstseinschulung und die ganzheitliche Vorgehensweise in der Bewegungstherapie. Derzeit arbeitet sie an ihrem neuen Buch „Die Kunst der Beziehungsfähigkeit“.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>) lizenziert.

Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.