



NEUE FRAUEN braucht die Welt

**The Light of Leadership –
Integrating Global Perspectives**

Über die 3. Internationale
Frauenkonferenz in Bangalore
im Frühjahr 2009 und ihre
Vorbereitung in Deutschland
sprach Greta Tüllmann mit
Regina Bönsel und Regina
Hunschock von ‚The Art of Living‘





Regina Bönsel (links) und Regina Hunschock

Greta Tüllmann: Liebe Regina, wie ist sie in Dir entstanden, diese schöne Idee, in Deutschland eine Art Vorbereitungskonferenz für die 3. Internationale Frauenkonferenz von „The Art of Living“ zu machen, die im Februar 2009 wieder in Indien, in Bangalore, stattfinden wird. Dieses Mal mit dem wichtigen Thema: „The Light of Leadership – Integrating Global Perspectives“.

Regina Bönsel: Aus der Begeisterung heraus. Als ich im Juni 2007 die 2. Internationale Frauenkonferenz mit dem vielversprechenden Titel „Celebrating Woman“ besuchte, kam mir diese Idee. Ich wollte diesen Geist, diesen Spirit mit nach Europa, mit nach Deutschland nehmen.

Noch in Indien begann ich damit, einen Artikel zu schreiben. Ich wusste, dass ich es nicht aufschieben durfte. Ich ging in die Konferenz und die Pausen nutzte ich, um zu schreiben.

Ich war einfach „drin“ im Thema. Ich glaube wir kennen das alle, wenn wir tief in uns berührt sind, wenn Herz und Verstand sich gleichermaßen angesprochen fühlen, dann ist es klar. Du weißt mit einem Mal, was du zu tun hast, und die Dinge gestalten sich.

Greta Tüllmann: Am meisten hat mich dort berührt, einmal unter so vielen aktiven Frauen zu sein, die alle in ihren Ländern Projekte, NGOs, machen, und auch aus schwierigen Situationen heraus Verantwortung übernommen haben. 2/3 oder mehr der Frauen, die da waren, kamen aus der nicht-westlichen Welt. Wir erfahren leider so wenig voneinander. Allein die Schönheit der Frauen! Aus dem ganzen asiatischen Raum kamen sie mit ihren wunderschönen Kleidern und Stoffen. Aber auch die Afrikanerinnen mit ihren tollen Kopfdrapierungen und ihren wieder ganz anderen bunten, schönen Stoffen beeindruckten. Die Frauen aus Russland und China waren mit vielen ökologischen Projekten vertreten. Ich hatte das Gefühl, dass die westliche Welt nicht so vertreten war.

Regina Bönsel: Es war die 2. Internationale Konferenz. Die Vorlaufzeit war sehr knapp. Wir, das Organisations-

team, hatten nicht viel Zeit, um die Idee in Deutschland und Europa zu kommunizieren: nur ca. 4 bis 5 Monate. Möglicherweise braucht es mehr Zeit, bis es hier bei uns im Westen, in Deutschland, in Europa Kreise zieht.

Greta Tüllmann: Wir verschlafen da im Westen etwas, das sich in den anderen Ländern tut, was zum Beispiel in den Frauenbewegungen läuft. Und zwar nicht nur wie jetzt mit „The Art of Living“, sondern auch in ganz vielen anderen, großen Zusammenhängen. Es liegt daran, dass wir so eingebildet sind und denken, wir hätten die größte Frauenemanzipation der Welt! Dabei ist es alles viel differenzierter. Wenn ich allein an Marokko denke, ein Land, mit dem ich durch die ab40 schon so lange in Kontakt bin. Dort sind über 30 % Frauen Professorinnen an der Universität, in Ägypten, der Türkei und im Iran auch, überall. Nur in Deutschland sind es nur 6%. Und von daher, denke ich, ist es unglaublich wichtig, dass wir uns wechselseitig inspirieren. Vor allem auch mit der „Globalisierung der Frauen in der einen Welt“.

Doch um auf die Tagung in Frankfurt und die internationalen Frauenkonferenzen von Art of Living in Bangalore zurückzukommen, wie hat das alles für dich angefangen?

Regina Bönsel: Als Bhanumati Narasimhan (Vorsitzende der Internationalen Frauenkonferenz) im Juni 2005 zur 1. Internationalen Frauenkonferenz nach Bangalore einlud, war ich sehr gespannt. Als Schülerin von H.H. Sri Sri Ravi Shankar und seit nunmehr 20 Jahren Praktizierende auf dem spirituellen Weg war das Geschlechterthema nicht vorrangig mein Thema. Mich interessierten die Menschen jenseits des Geschlechts.

Dennoch freute es mich, als ich von der Frauenkonferenz erfuhr, der Begeisterung, die „weiblichen Aspekte“, die Shakti (die weibliche Energie) in uns Frauen, aber auch in den Männern, zu ehren und zu nähren.

Ich weiß noch, wie ich ganz gespannt diese 1. Konferenz verfolgte, obwohl ich nicht teilnehmen konnte. Die enge Kommunikation mit den Veranstalterinnen in Indien ließ mich jedoch schnell erkennen und spüren, welcher Geist sich da gerade entfaltete.

In seiner Begrüßungsansprache sagte Sri Sri Ravi Shankar: „Die ursprüngliche Energie ist immer weiblich ... Frauen bringen diesem Planeten die menschlichen Werte ... und lehren uns das Leben ... Es gibt heutzutage viel mehr Kriege, weil die weibliche Anleitung fehlt und mit ihr die Fähigkeit, etwas zu erschaffen, die Fähigkeit, unsere Gesellschaft neu zu gestalten – das sollte ineinandergreifen ... Es liegt nun in eurer Verantwortung, Gewaltlosigkeit, das Geben und Teilen wieder in unserer Gesellschaft zu verankern, ein Gefühl der Zusammengehörigkeit, ob auf regionaler, nationaler oder internationaler Ebene.“

In diesen Worten spürte ich eine große Kraft, sie wirkten noch lange in mir nach. Als dann die Vorbereitungszeit für die 2. Konferenz „Celebrating Women“ im Juni 2007 nahte, wollten wir unbedingt damit rausgehen, die Frauen in Deutschland erreichen.

Wir schauten nach Möglichkeiten, wo wir über diese 2. Konferenz sprechen konnten, eine Möglichkeit war die ab40.

Nach dieser 2. Konferenz war mir klar, dass wir eine

Tagung, eine deutsche Frauenkonferenz, veranstalten mussten, nur so kann die Idee Fuß fassen.

Am 24. September war es dann soweit, die 1. Deutsche Frauentagung fand in Frankfurt/Main statt. Es war wunderbar. Es war eine große Freude, all die Frauen, die von nah und fern anreisten, zu begrüßen. Alle waren sie gekommen, weil sie neugierig und weil sie berührt waren. Etwas in ihnen ging in Resonanz zu unserem Thema „Weibliche Weisheit zusammenbringen“. Ein Samenkorn ist gelegt. Die Erfahrung der deutschen Konferenz macht Mut. Sie hat uns gezeigt, dass die Frauen bereit sind ...

Greta Tüllmann: Es freut mich sehr, dass ich dich und euch bei eurer Arbeit für „The Art of Living“ unterstützen kann, weil ihr eine so wichtige Energie seid in der Welt im Moment. Die Vision einer stress- und gewaltfreien, friedlichen Welt, die H. H. Sri Sri Ravi Shankar mit „The Art of Living“ verbreitet, ist doch genau das, was wir als Sehnsucht in uns tragen. Gerade auch wir Frauen.

Regina Bönsel: Wenn wir Sri Sris Aussage ernst nehmen, dass die gesamte Menschheit im Grunde nur zwei Feinde hat, nämlich Stress und die falschen Identifikationen, dann sind unsere Hauptprobleme schnell erkannt und benannt und wir müssen uns dann nur noch darum kümmern, sie zu beseitigen.

Wir identifizieren uns als jemand – als Mann oder Frau, zugehörig zu einer Religion, einer Kultur, einer Tradition. Wir vergessen dabei aber unsere gemeinsame Identität als menschliche Wesen. Wenn dies an oberster, führender Stelle steht, folgen alle anderen Identitäten nach.

Greta Tüllmann: Und da komme ich zur anderen Regina. Liebe Regina, wenn du uns auch noch einmal kurz sagst, wie dein Weg war, wie deine Vision aussieht, woher du kommst?

Regina Hunschock: Ich komme aus der deutschen Frauenbewegung. Mit 17 habe ich angefangen, in der Demokratischen Fraueninitiative (DFI), dann bin ich zur Universität Dortmund gegangen, habe da das Autonome Frauenreferat mit aufgebaut und Frauenarchivarbeit gemacht. Danach die Mitarbeit als Pädagogin im Frauenbuchladen Dortmund und zuletzt in einem Frauenzeitungsprojekt. Mit 35 habe ich meine jetzige Tätigkeit begonnen, als freischaffende Organisationsberaterin für NGOs, auch außerhalb der Frauenbewegung. Aus den Erfahrungen mit den Frauenprojekten musste ich weitergehen, da mir Integration und Transformation sehr wichtig sind. Die weibliche Freiheit, die Partizipation von Frauen ist ein hohes Gut, das die Frauenbewegung erreicht hat.

Ich hatte die Vision, Frauen zu fördern, Frauen mehr in die Welt zu bringen. Es ging mir mehr um das weibliche Prinzip. Dann habe ich auch die Vision, mit Frauen eine Veranstaltung zu machen, Frauen einzuladen. Das habe ich aus dem Artikel in der ab40 herausgelesen.

Ich komme, wie man so schön sagt, aus der langen Tradition der deutschen Frauenbewegung. Ich habe mich da schon sehr früh engagiert, viele Projekte gemacht.

Greta Tüllmann: Es ist deine Generation, die jetzt den nächsten Schritt macht, weitergehen kann! Wir waren schon in der Frauenbewegung globalisierend. Ich meine, die Frauenbewegung war nicht nur in Deutschland, sie war in Amerika, in Australien, sie wurde von ganz wichtigen Frauen in vielen Ländern getragen. Das war der Geist der Zeit: ein wichtiges Stück Geschichte unserer Zeit.

Regina Bönsel: Da stellt sich die Frage an dieser Stelle fast von allein: Warum jetzt eine Frauenkonferenz? Warum zum Beispiel hat Sri Sri Ravi Shankar das unterstützt und gefördert, dass Frauen sich versammeln und mit welcher Zielsetzung? Das war es, was mir bei dieser 2. Konferenz sehr deutlich wurde, diese große Kraft, diese spirituelle Kraft, die in uns Frauen liegt, und was diese Kraft bewirken kann. Frauen gehen anders an die Dinge heran. Die Vorstellung, wie beide Grundenergien – männliche und weibliche – in Ergänzung zueinander wirken könn(t)en, diese Vorstellung hat mich ziemlich fasziniert.

Balance, Ausgeglichenheit, Zusammenspiel, das, so schien es mir, gilt es zu erreichen. Das tägliche Praktizieren: Yoga, Atemübungen, Sudarshan Kriya, Meditation, das legt den Grundstein für Frieden. Jeden Tag neu und es zeigt seine Wirkung, in mir und um mich herum. Innerer Frieden ist eine Grundvoraussetzung für den äußeren Frieden.



The Light of Leadership – Integrating Global Perspectives – Weibliche Weisheit verbinden. Internationale Frauenkonferenz vom 6. – 8. Februar 2009 in Bangalore/ Indien

Die treibende Kraft hinter jedem Gedanken, hinter jeder Handlung in dieser Schöpfung ist Energie. Vom ursprünglichen Gedanken bis zu seiner erfolgreichen Umsetzung gibt es drei Wesensmerkmale dieser Energie: Willensstärke, Handlungsentschlossenheit, umfassendes Wissen. Diese Energien sind die Inspiration für soziale Umwandlung.

THE LIGHT OF LEADERSHIP
INTEGRATING GLOBAL PERSPECTIVES

INTERNATIONAL WOMEN'S CONFERENCE
FEBRUARY 2009

Greta Tüllmann: Es hat mich in Bangalore sehr beeindruckt, dass Sri Sri Ravi Shankar dieses Zentrum seiner Mutter gewidmet hat. Sie nimmt dort einen wunderschönen Platz ein. Es hat mich so beeindruckt, weil ich als Deutsche immer dachte, na ja, also ein Mann an der Spitze von irgendetwas, das muss ich nicht unbedingt unterstützen. Wir Deutschen haben eine andere Aufgabe, aber seit ich in Bangalore war und diese Tagung erlebt habe, diese unglaublich eindrucksvolle Frauentagung, 2000 Frauen waren wir, glaube ich, mit 1200 aus Indien und ca. 800 aus den 50 anderen Ländern, sehe ich das anders. Und wenn ich mir vorstelle, dass diese Kraft seit 25 Jahren in 150 Länder ausstrahlt und gerade auch die Schattenseiten angeht, dann muss ich sagen, habt ihr

beide eine wunderschöne Aufgabe – dass ihr mit ihr verbunden seid und sie in die Welt bringen könnt. Ich bin eher ein Forum dafür.

Regina Bönsel: Der Name Sri Sri Ravi Shankar und die von ihm begründete Organisation „The Art of Living“ stehen für Friedensarbeit. Sei es auf der persönlichen Ebene, durch Yoga, Atemarbeit und Sudarshan Kriya, durch alle Gesellschaftsschichten hindurch, von der Wirtschaft bis zum Gefängnis, von der öffentlichen Gesellschaft bis zur Privatperson oder auf der gesellschaftspolitischen Ebene mit den weltweiten humanitären Projekten, mit dem Schwerpunkt Schulausbildung für Kinder in der ersten Generation und der Frauenprojekte. Frieden beginnt immer zuerst in uns und wirkt dann nach außen.

Greta Tüllmann: H.H. Sri Sri Ravi Shankar stellt Wissen, Atemtechniken zur Verfügung. Und das ist der zentrale

Punkt der Arbeit von „The Art of Living“, denn mit dem ersten Atemzug schließen wir uns hier an das ganze kosmische Geschehen an.

So ist es. Der Atem ist immer unmittelbar. Er ist elementar. Wenn wir die Aufmerksamkeit auf den Atem lenken, bekommt die Gegenwart mehr Gewicht und hilft uns, uns von Vergangenenem zu lösen. Der Atem birgt viele Geheimnisse des Lebens. Die intellektuelle Erkenntnis, die Fähigkeit zu reflektieren, ist ein Aspekt der spirituellen Arbeit. Die Ebene des Geistes, die Gedanken und Gefühle zu beobachten und nicht mehr nur zu reagieren, ist ein weiterer Aspekt. Das Gewahrsein zu schulen, Achtsamkeit im Umgang mit allem zu praktizieren, das sind weitere Facetten des spirituellen Wegs: Das ist Friedensarbeit – hier und jetzt.

Greta Tüllmann: Gerade Frauen haben sich in den letzten Jahrzehnten sehr viel Körperwissen und Körperarbeit



zurückeroberst, mit vielen Atemtechniken und altem Wissen. Das Neue in unserer Zeit und was auch gerade durch „The Art of Living“ passiert, ist ein so wertvolles Geschenk, weil es jedem zur Verfügung steht, jedem angeboten wird. Das ist, glaube ich, auch der Durchbruch in eine neue Zeit. Eine neue Zeit in der ganzen, sich ewig wandelnden kosmischen Entwicklung mit dem Wissen, dass wir ein Teil davon sind. In dieser neuen Zeit haben wir Frauen eine wichtige Rolle, müssen uns aus der Opferrolle befreien und die Zukunft kreativ mitgestalten, Verantwortung übernehmen, auch im öffentlichen Raum.

Regina Bönsel: Ja, Opfer und Täter bedingen einander. Aus diesen Rollen herauszugehen, sich jenseits der Rollen wahrzunehmen, an diesen Ort zu gelangen, wo wir einfach nur sind, das ist Friedensarbeit. Wenn jede einzelne von uns die Verantwortung für sich selbst übernimmt, dann werden wir Frauen in der Lage sein, die weiblichen Qualitäten, die „menschlichen Werte“ in

unserer Gesellschaft zu kultivieren. Ohne Mitgefühl und Fürsorge für alles Lebendige, Freundlichkeit und Zusammenarbeit, Integrität, Ehrlichkeit, Aufrichtigkeit und ein Gefühl der Verbundenheit mit allem Leben auf der Erde fehlt etwas in unserem Leben. (Anmerkung: Die menschlichen Werte sind zu verstehen als Geisteshaltungen, Normen und Verhaltensweisen, die in allen Traditionen, Religionen und Kulturen gleich sind.)

Regina Bönsel: Und das braucht es auch.

Regina Hunschock: Und genau das habe ich auch gespürt. Das Projekt „The Light of Leadership“ ist eine neue Welle von Inspiration!

Auf den Artikel von Regina in der ab40 habe ich sofort reagiert, und wir sind ziemlich schnell zusammengekommen. Wir beide haben eine größere Absicht, möchten etwas in die Welt bringen. Der erste Schritt war die Deutsche Frauenkonferenz. Es ist alles sehr schnell gegangen,



die Energie und alles, was wir brauchten, ist uns einfach entgegengekommen.

Am ersten Juli haben wir die ersten Einladungen verschickt und am 24. September die Konferenz gemacht! Normalerweise ist das, wenn man sich das Eventmanagement anschaut, gar nicht möglich. Wir haben wirklich einen guten Querschnitt gehabt. Wir waren etwas über 30 Frauen, genau die richtige Gruppe.

Greta Tüllmann: Ich würde gerne auch dazu noch etwas sagen. Was mich am meisten beeindruckt hat, ward ihr beide und was ihr zusammen ausgestrahlt habt! Zwei so unterschiedliche Frauen – und auch wieder nicht! Ihr habt auch vieles gemein. Durch euch beide konnte man sehr schön spüren, dass diese Unterschiedlichkeit der Frauen so liebevoll in Resonanz war. Das hat den Raum gegeben, dass Frauen, die sich überhaupt nicht kennen und von überall herkommen, aus einem stressigen, anderen Alltag – Frauen, die bereits ihren Weg gegangen sind

– dass die sich plötzlich für ein paar Stunden so schön öffnen konnten und aufeinander zugehen konnten, das war ein ganz wunderbares Erlebnis! Es ist ja oft so, dass erst einmal das Abchecken der anderen beginnt, sobald man einen Raum betritt: Habe ich da einen Platz, bin ich da konkurrierend oder bin ich aufgehoben ... Das ist zwar auch wichtig, denn das ist ein Schutz für die Frauen, aber der war nicht nötig und das war schön.

Regina Hunschock: Es geht nicht um Selbstdarstellung, sondern darum, die Stärken und Qualitäten jeder Einzelnen für die größere Sache zur Verfügung zu stellen, und das war spürbar im Raum.

Greta Tüllmann: Und habt ihr jetzt schon eine Gruppe zusammen, die dann im Februar 2009 nach Bangalore zur nächsten Frauentagung fährt?

Regina Bönsel: Ja, vom 6. bis zum 8. Februar 2009 findet die 3. Internationale Frauenkonferenz statt, mit dem



Thema „The Light of Leadership, Integrating Global Perspectives“, diesen Titel hatten wir auch für unsere deutsche Veranstaltung gewählt.

Weibliche Lösungsansätze, Ideenreichtum, Erfahrungsfundus, Kreativität und Begeisterung weltweit zusammenzuführen, mit allen Anwesenden zu teilen, das ist schon eine bewegende Sache. Wir nehmen mit einer deutschen Delegation an dieser Konferenz teil.

Ich freue mich ganz besonders, dass Frau Prof. Dr. Margrit Kennedy mit uns nach Indien reisen wird und ihr Wissen unter dem Oberbegriff: „Role of Woman Leaders in Ensuring Sustainable Development“ mit uns Frauen teilt (www.margritkennedy.de); Erika Mann, Mitglied des Europäischen Parlaments seit 1994 und ausgezeichnet mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande, ist ebenfalls mit dabei (www.erikamann.com); Elke Markopoulos, die das Thema „Kunst, Bewusstsein und Poesie“ in ihren Fotografien bearbeitet, wird die Teilnehmerinnen in ihre Welt Einblick nehmen lassen (www.markopoulos.eu);

Frau Dr. Monika Hauser, mit dem Alternativen Nobelpreis 2008 ausgezeichnet und Gründerin von *medica mondiale e.V.*, wird mit einem Grußwort zu den Teilnehmerinnen sprechen (www.medicamondiale.org).

Greta Tüllmann: Und die deutsche Tagung ist für euch auch eine Vorbereitung für eine europäische Konferenz?

Regina Bönsel: Ja, klar! 2010 in Europa. Wir würden das gerne in Deutschland machen. Also ich glaube, dass es in die Richtung gehen wird. Das ist eine Entscheidung, die wir jetzt noch nicht definitiv treffen müssen.

„Frauen verfügen über eine stille Kraft und eine lautlose Macht. Jede von euch ist mächtig und ihr seid alle zusammengekommen, sorgt also dafür, dieser Welt Wohlstand, Glück und Freude zu bringen, welchen Weg auch immer ihr dafür wählt.“

H.H. Sri Sri Ravi Shankar

