

## Detmold Horn- Bad Meinberg



Redaktion  
Ohmstraße 7, 32758 Detmold  
Telefon (05231) 911-131  
Fax (05231) 911-145

detmold@lz.de

Jana Beckmann (jab) -127  
Sven Koch (sk) -128  
Jost Wolf (jow) -172

Horn-Bad Meinberg  
Patrick Bockwinkel (bo) -137  
Manfred Brinkmeier (mab) -148

### Rat & Service

- **Kinder- und Jugendtreff Domizil**, 16-18 Uhr, Schulkids-Gruppe, 18-20.30 Uhr, „14 plus“, Treff für alle Jugendlichen., Gut Herberhausen 5, (0 52 31) 3 78 55.
- **Offene Sprechstunden der Drogenberatung**, 16-19 Uhr, Sofienstraße 65, Tel. (0 52 31) 2 10 35.
- **Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit**, 14-16 Uhr, Haus Münsterberg, Hornsche Straße 38.
- **Offene Sprechstunde**, 15-16 Uhr, Blaukreuz-Zentrum Lippe, Bahnhofstraße 3, Tel. (0 52 31) 96 16 91.

### Horn-Bad Meinberg

- **AWO-Boutique**, 9-18 Uhr, Mittelstraße 46 in Horn.
- **Familienunterstützender Dienst der Lebenshilfe Lemgo**, Beratung und Betreuung für behinderte Menschen, 8.15-12.15 Uhr, Horn-Bad Meinberg, Heerstraße 40.
- **Parkinson-Selbsthilfegruppe**, Wassergymnastik, 10.30 Uhr, Bewegungsbad in Bad Meinberg, Horn-Bad Meinberg.
- **Evangelische Gemeindebücherei**, 16-18 Uhr, Bücherei der Ev. Kirchengemeinde Bad Meinberg, Horn-Bad Meinberg, Am Müllerberg 2.
- **Pflegepause fürs Ich**, Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz, „FAG – die Pflege“, 14.30-17 Uhr, Südwall 7, Horn-Bad Meinberg.
- **Haus der Jugend Alte Post**, 17-20 Uhr offene Tür, 15.30-17.30 Uhr, Haus der Jugend „Alte Post“, Horn-Bad Meinberg, Bahnhofstraße 2.
- **Seniorenkegeln**, 11.45-14 Uhr, Hotel-Restaurant Garre, Horn-Bad Meinberg, Bahnhofstraße 55.
- **Ev. Jugend Bad Meinberg**, 16-17.30 Uhr Gruppe für Schulanfänger (6 bis 8 J.), ev. Gemeindehaus, Horn-Bad Meinberg, Am Müllerberg 4.

# „Ziel ist die Stärkung der Menschen“

**Interview:** Der Leiter des „Yoga Vidya“ in Bad Meinberg spricht über die sportlichen und spirituellen Facetten des Yoga. Der Verein von Volker Bretz ist auch in der Ökumene aktiv

**Horn Bad-Meinberg.** Der Verein Yoga Vidya ist in Horn Bad Meinberg allgegenwärtig und polarisiert. Anhänger sprechen von einer „tollen Gemeinschaft“, Kritiker von „sektenähnlichen Zuständen“. Grund genug, um mit dem spirituellen Leiter und Gründer des Vereins, Volker Bretz, ein Interview zu führen.

**Yoga-Anbietern“. Wie stehen Sie zu dieser Aussage?**

**BRETZ:** Wir unterrichten Yoga in seinem breiten Spektrum. Wir sind spirituell, sind aber auch für diejenigen Menschen da, die nicht spirituell sind.

**Wie stark wird bei Yoga Vidya das sportliche Yoga mit dem spirituellen vermischt?**

**BRETZ:** In den Abendkursen trennen wir beides. Bei Seminaren bieten wir Meditation und Mantrasingen an. Dazu kommt dann auch „Arati“, ein

hinduistisches Ritual. Es steht jedem frei, an diesen Stellen nicht mitzumachen.

**Was sagen Sie zu der Kritik, Yoga Vidya sei gefährlich – vor allem für Leute, die diesen Verein als spirituellen Fluchtpunkt**

**nutzen?**

**BRETZ:** Yoga ist tatsächlich für viele ein Zufluchtsort, und ich finde es wichtig, dass es Orte gibt, an denen sich Menschen finden können, um neue Kraft und Mut zu schöpfen.

**Wie geht Ihr Verein mit Menschen um, die psychisch instabil sind und bei denen die Gefahr besteht, dass sie sich verlieren?**

**BRETZ:** Unser Anliegen ist es, die Menschen zu stärken. Die Menschen, die hier leben, bestimmen aktiv mit. Wer zu uns kommt, um etwas gesagt zu bekommen, ist hier falsch. Aber manchmal sagen wir: „Mit den Techniken, die wir anbieten, kannst Du Dein Problem nicht lösen. Geh zu einem Psychotherapeuten.“

**In Ihrer Satzung steht, dass ein Ziel des Vereins die Förderung der Volksbildung und der Religion ist. Warum sind Sie in Lippe nicht in der Ökumene aktiv?**

**BRETZ:** Weil wir hier in den letzten Jahren nicht darauf angesprochen wurden.

**Würden Sie sich beteiligen?**

**BRETZ:** Selbstverständlich. Wir waren ja vor zehn Jahren bei einer ökumenischen Veranstaltung in Bad Meinberg dabei – und 2016 bei einer Veranstaltung des Erzbistums Mainz und der evangelischen Kirche Hessen-Nassau.

**Bestimmen die Mitglieder, die hier leben, über das eigene Gehalt?**

**BRETZ:** Wir leben hier in einer basisdemokratischen spirituellen Gemeinschaft. Einmal im Jahr haben wir eine überörtliche Versammlung, in der wir über das Taschengeld abstimmen. Im Augenblick sind das 390 Euro im Monat, zusätzlich zu Unterkunft, Verpflegung, Sozialversicherung, betriebliche Alterssicherung.

**Und wieviel verdienen Sie?**

390 Euro. Ich lebe hier im Haus mit meiner Frau in einer Zweizimmer-Wohnung.

**Was bedeutet für Sie Glück?**

Einer sinnvollen Tätigkeit nachzugehen, in mir selbst zu ruhen und zu wissen, dass ich etwas Gutes tue.

Das Interview führte LZ-Mitarbeiter Guntmar Wolff

**Sind Sie ein Seelenfänger?**

**VOLKER BRETZ (lacht):** Wir bieten Yoga in verschiedenen Aspekten an. Wir sind keine Seelenfänger, sondern wollen Menschen zur Freiheit führen.

**Wie definieren Sie Freiheit?**

**BRETZ:** Freiheit bedeutet, sich von dem zu lösen, was einen einschränkt. Zum Beispiel von Schmerzen, Verspannungen, inneren Zwängen.

**Was ist denn Yoga Ihrer Ansicht nach?**

**BRETZ:** Yoga beginnt mit Entspannungsübungen. Sie lernen, Ihren Atem, Ihren Körper und Verspannungen wahrzunehmen und diese mit Übungen aufzulösen.

**Und dann?**

**BRETZ:** Für manche Menschen führt das dazu, dass sie sich entspannt und positiv fühlen. Die meisten, die Yoga machen, beschränken sich auf diese Wirkung. Es gibt aber auch manche, die merken, dass da noch mehr verborgen ist – eine tiefere Sinnsuche.

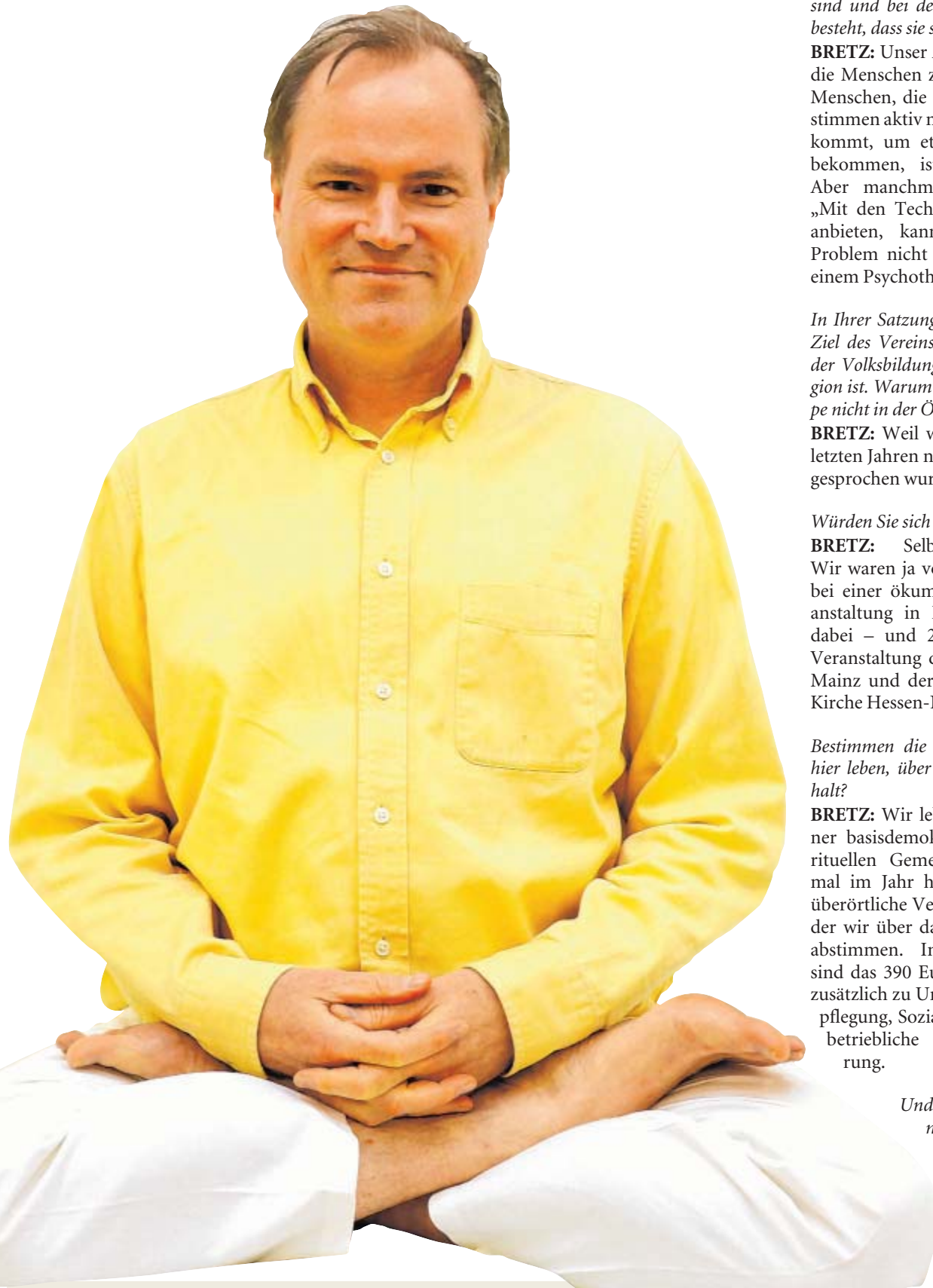
**Was bieten Sie ihnen an?**

**BRETZ:** Wir offerieren eine große Bandbreite. Wir haben Seminare zu Yoga und Wandern, gewaltfreier Kommunikation, Gesprächstherapie und psychologischer Yogatherapie. Wir bieten auch spezielle Seminare an: Yoga gegen Kopf- und Gelenkschmerzen oder bei Depressionen.

**Wie kann Yoga bei Depressionen helfen?**

**BRETZ:** Depression ist ein weiterer Begriff. Bei klinischen Depressionen ist ein Psychiater Ansprechpartner. Es gibt aber Vorstufen wie Energiemangel, sich selbst nicht fühlen können und Sinnsuche. Da kann Yoga helfen.

**Von Ihnen soll der Satz stammen: „Wir wollen künftig noch spiritueller werden. Das unterscheidet uns von den anderen**



### Persönlich

Volker Bretz, 54, ist der Gründer und Leiter von Yoga Vidya e.V. Seine Bezeichnung innerhalb des Vereins lautet Sukadev, das bedeutet „Licht der Freude“. 1992 hatte Bretz in Indien die Vision, Yoga-Zentren in Deutschland zu

eröffnen. Im gleichen Jahr noch gründete er Yoga Vidya in Frankfurt am Main. In den Folgejahren entstanden vier größere Ashrams im Westerwald, in Bad Meinberg, an der Nordsee und im Allgäu.

FOTO: WOLFF

## Auf zur Kirschblüte

**Detmold.** Der Deutsche Alpenverein, Sektion Lippe-Detmold, lädt für Sonntag, 30. April, zu einer Tageswanderung in der „Rühler Schweiz“ ein. Die Strecke „Kirschbaumblüte im Weserbergland“ ist zwölf Kilo-

meter lang. Wanderleiter Gerhard Liebelt empfiehlt, für eine Rucksackverpflegung zu sorgen. Abfahrtsort ist um 8 Uhr das Sinalcohaus in Detmold. Anmeldungen: Tel. (05232) 66904.

## Ein Tag in Münster

**Horn-Bad Meinberg.** Der Heimatverein Horn-Bad Meinberg gibt sich auf Entdeckungsreise nach Münster. Die Tour ins Westfälische startet am Montag, 24. Juli.

Teilnehmer der Tagesfahrt treffen sich um 8.50 Uhr am Bahnhof Horn-Bad Meinberg, um mit der Bahn nach Münster zu fahren. Gäste sind eingeladen, an dieser Fahrt teilzunehmen. Die über 1200 Jahre alte Bischofs- und Hansestadt besitzt

eine reiche Tradition – und ist zugleich die Stadt der Wissenschaft, mit ihrem hohen Studentenanteil einzigartig unter Deutschlands großen Städten. In Münster beginnt um 11.45 Uhr die Stadtführung „Muss man sehen“, nachmittags gibt es eine Skulpturen-Tour. Zurück geht es mit dem Zug um 17.10 Uhr. Der Kostenbeitrag beträgt pro Teilnehmer 20 Euro.

Anmeldungen: (05234) 98270.

## Neuer Blickfang auf dem Schulhof

**Bachelor-Arbeit:** Studentin Ajla Seferovic entwirft eine Bank für die Geschwister-Scholl-Schule. Sie hat mehr als sechs Monate Arbeit investiert

**Detmold (bo).** Der Schulhof der Geschwister-Scholl-Gesamtschule ist um ein attraktives Sitzmöbel reicher. Dank der erfolgreichen Zusammenarbeit mit der Hochschule Ostwestfalen-Lippe und insbesondere durch das Engagement der Bachelor-Absolventin Ajla Seferovic freut sich die Gesamtschule über eine außergewöhnliche Sitzbank.

Die Studentin entwarf im Rahmen ihrer Bachelorarbeit ein kommunikationsförderndes Sitzmöbel. Die besondere Gestaltung der Bank in Halbkreisform ermöglicht es Schülern, sowohl nach innen in einem Kreis als auch nach außen sitzend miteinander sprechen zu können, heißt es in einer Pressemitteilung der Schule. In präziser Handarbeit gestaltete Ajla Seferovic die aufwändige Bank, die mit Keramiksplittern besetzt ist. Nun hat das Möbelstück nach mehr als einem halben Jahr Arbeitszeit seinen Platz auf dem Schulhof der Geschwister-Scholl-Gesamtschule erhalten. Die Schüler der Klasse 8c, die als erste „probesitzen“ dürfen, sowie Prof. Karl Manfred Rennertz, Dorle Timmerhues-Gottschalk, Leiterin der AG „Schulgestaltung“, und Gestalterin Ajla Seferovic freuten sich über den neuen Farbakkord.



**Auf dem neuen Möbel:** Schüler der Klasse 8c (hinten, stehend) sowie (von links) Prof. Karl Manfred Rennertz, Dorle Timmerhues-Gottschalk und Ajla Seferovic.

FOTO: STADT DETMOLD

## Drei-Gänge-Menü ohne Fleisch

**Detmold.** Auch in Frankreich gibt es immer mehr Anhänger der vegetarischen Küche. Daher lädt die Deutsch-Französische Gesellschaft für Mittwoch, 26. April, auf 17 Uhr in die Gustav-Heinemann-Schule, Heidenoldendorferstraße 80, zu einem Kochabend ein. Ein französischer Koch bereitet ein Drei-Gänge-Menü ohne Fleisch oder Fisch zu, das im Anschluss gemeinsam verzehrt wird. Mitglieder zahlen inklusive der Getränke 20 Euro, Nichtmitglieder 25 Euro. Anmeldungen: Tel. (05231) 50315.

### TERMINE

#### Auf zum Blutspenden

**Detmold/Jerxen-Orbke.** Das Deutsche Rote Kreuz lädt am heutigen Montag zur Blutspende ein. In der Zeit von 15.30 bis 19.30 Uhr ist der Blutspendedienst im Vereinshaus, Lagesche Straße 191, in Jerxen-Orbke vor Ort.

#### Die Stiefel geschnürt

**Detmold.** Die Wanderfreunde des Teutoburger-Wald-Vereins planen eine Kurzwanderung über neun Kilometer. Am Dienstag, 25. April, führt die Tour von Detmold über Hornoldendorf, das Freilichtmuseum und den Palaisgarten wieder nach Detmold. Treffpunkt ist um 9 Uhr am Bahnhof. Nähere Informationen zu dieser Tour gibt es unter Tel. (05231) 3027041.

#### Wirkstoff im Film

**Detmold.** Die Gesundheitswerkstatt informiert in einem Filmbeitrag über „DMSO – Das Heilmittel der Natur“. Los geht es am Mittwoch, 26. April, um 19.30 Uhr im Seminarhaus, Robert-Koch Straße 7. Dimethylsulfoxid (DMSO) sei ein häufig untersuchter, aber wenig verstandener pharmazeutischer Wirkstoff. Die organische Substanz sei seit 140 Jahren bekannt, aber ihr therapeutischer Nutzen erst 1961 entdeckt worden, berichtet die Gesundheitswerkstatt in der Ankündigung.

#### Offen durch Achtsamkeit

**Horn-Bad Meinberg-Leopoldstal.** Der offene Frauentreff „Belladonna“ der Kirchengemeinde Leopoldstal versammelt sich am Dienstag, 25. April. Von 20 Uhr an geht es im Gemeindehaus im Eichweg um das Thema „Offen durch Achtsamkeit – Glück in jedem Augenblick“. Britta Hünefeld referiert.

#### An Luthers Seite

**Horn-Bad Meinberg.** Katharina von Bora stand in seinem übergroßen Schatten. Wie war das Leben an der Seite des großen Reformators Martin Luther? Wie meisterte sie den Sprung von der Nonne zur Frau eines der berühmtesten Männer seiner Zeit? Darüber spricht Gästeführerin Cornelia Müller-Hijse am Dienstag, 25. April, um 19.30 Uhr im Haus am Kurpark, Parkstraße 63, in Bad Meinberg. Der Vortrag dauert etwa anderthalb Stunden. Interessierte mit Gästeeinwohnerkarte zahlen fünf Euro Eintritt.

#### „Cultur-Tupfer“ lädt ein

**Detmold.** Die Initiative „Cultur-Tupfer“ trifft sich zur Jahreshauptversammlung. Sie beginnt am Mittwoch, 26. April, um 19 Uhr im Besprechungsraum in der Eingangshalle des Klinikums in Detmold.