UNAUFGEFORDERT. UNABHÄNGIGE STUDIERENDENZEITUNG DER
HUMBOLDT-UNIVERSITÄT SEIT NOVEMBER 1989

DEZEMBER 2019
NR. 252

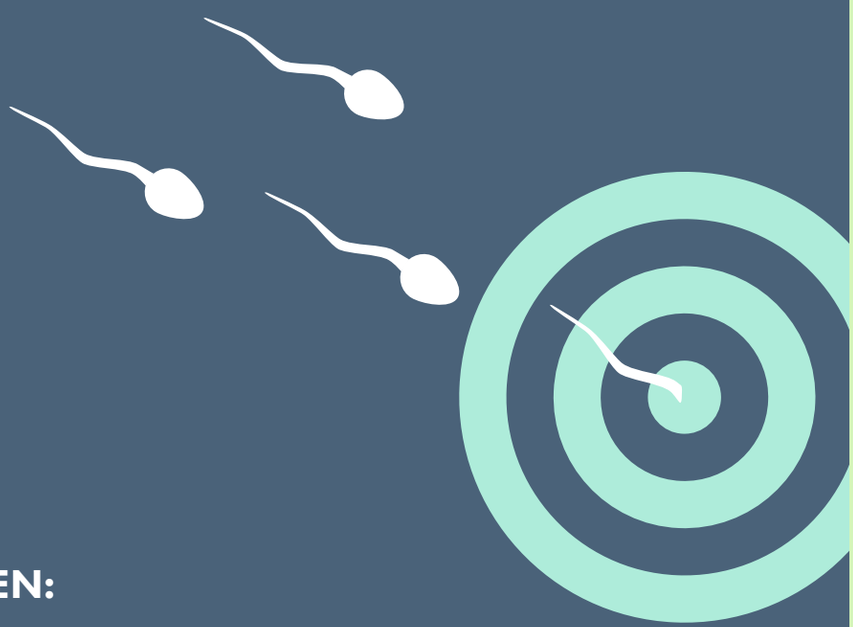
UnAuf

DER BESSERE MENSCH

ANZEIGE

80 €
pro Spende

KEIN SCHUSS INS LEERE:
WERDE SAMENSPENDER



AB SOFORT RISIKOFREI SPENDEN:

Ausschluss der rechtlichen Vaterschaft durch das Samenspenderregistergesetz (SaRegG)

www.komm-bei-uns.de

BERLINER SAMENBANK

UnAufgefordert.
Die unabhängige Studierendenzeitung der Humboldt-Universität zu Berlin.
Herausgeber: Kuratorium des Freundeskreises der UnAufgefordert e.V.
Humboldt-Universität zu Berlin
Unter den Linden 6
10099 Berlin

Chefredaktion: Anna Lindemann (Chefredakteurin), Tim Stripling (Chefredakteur) und Gabriel Rinaldi (Chefredakteur & Chef vom Dienst) (V.i.S.d.P.)

Schlussredaktion: Anna Lindemann, Tim Stripling, Gabriel Rinaldi, Jennifer Kremer, Josephine Schulze, Felix Ferlemann, Max Skowronek

Kontakt: chefredaktion@unauf.de

Anzeigen: werbung@unauf.de

Layout & Gestaltung: Katharina Brackemann

Illustrationen: Isabelle Aust, Michael Weinlein, Levin Henner, Lidia Brankovic

Titelbild: Isabelle Aust

Autorenfoto: Paulina Hillebrand

Druck: Gemeindebriefdruckerei,
Eichenring 15a, 29393 Groß Oesingen

Auflage: 4.000
Emisssionsarm gedruckt auf 100% Recyclingpapier.

Die Artikel und Beiträge spiegeln nicht notwendigerweise die Meinung der Redaktion wider. Nachdruck und Vervielfältigung nur nach vorheriger Genehmigung. Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe gekürzt zu veröffentlichen.

Redaktionsschluss dieser Ausgabe: 15.07.2019

Die UnAufgefordert erscheint seit dem 17. November 1989 an der Humboldt-Universität zu Berlin und ist eine der ältesten Studierendenzeitungen Deutschlands. Seitdem begleitet sie den Weg der HU durch unabhängige und professionelle Berichterstattung über Forschung und Lehre, studentisches Leben und Kultur. Bereits zweimal wurde ihr dafür der Pro-Campus Presse Award als beste deutschsprachige Studierendenzeitung verliehen.

UnAuf ONLINE: www.unauf.de

Offene Redaktionssitzung jeden Montag im Semester, 18.30 Uhr, Invalidenstraße 110, Raum 118

IN EIGENER SACHE

Liebe Leserinnen und Leser,

„Höher, schneller, weiter“ – das gehört längst zum guten Lebensstil. Der Begriff „Selbstoptimierung“ ist genauso gebräuchlich wie abgehandelt. Diskussionen um den optimierten Alltag sind uninteressant geworden. 2019 stellen wir uns neue Fragen: Wie werden wir zu besseren Menschen? Und wie leben wir ein achtsameres Leben?

Besonders kontrovers diskutiert werden diese Fragen derzeit wohl im Rahmen der Klimakrise. Sind wir bessere Menschen, wenn wir auf Kuhmilch verzichten und freitags Seminare schwänzen? Oder nehmen uns strukturelle Lösungen sowieso die individuelle Verantwortung, zu handeln?

Weniger kontrovers – dafür aber kritisch – kommentieren unsere Redakteurinnen die Fast-Fashion Industrie und die Rechtslage von Affen. Während wir auf Kosten der Umwelt und zulasten unfairer Arbeitsbedingungen T-Shirts bei H&M kaufen, werden Affen ohne jegliche Persönlichkeitsrechte hinter Gitter gesperrt. Hier ist es definitiv an der Zeit, ein besserer Mensch zu werden.

Doch besser zu sein heißt nicht nur auf seine Mitmenschen zu achten, sondern auch auf sich selbst. Für Elia ist der bessere Mensch ein bewussterer Mensch. Noch arbeitet sie in einem Berliner Verlag, schon bald möchte sie sich aber als Heilerin selbstständig machen. Sie sagt: Der Mensch muss wieder zu sich selbst finden. Rolf Kasteleiner hingegen ist Theaterregisseur und wirft in seinem neuen Stück „Cyborg-City 2“ Fragen nach der Interaktion zwischen Mensch und Maschine auf. Inwieweit sind wir besser als Maschinen, die uns immer ein Stück voraus sind?

„Höher, schneller, weiter“ ist abgelöst. Heute wollen wir „umsichtiger, achtsamer, reflektierter“ sein.

Viel Spaß beim Lesen

Anna Lindemann, Gabriel Rinaldi und Tim Stripling

DER BESSERE MENSCH

CAMPUS

LEBEN

INHALT

3
In eigener Sache
Editorial

5
Im Fahrrad-Dschungel
Kolumne

6
Klima retten oder retten lassen?
Wie viel Eigenverantwortung haben wir in der Klimakrise?

8
Kommentare
Unsere Meinung zu Fair Fashion, Affenrechten und Mensaampeln

10
Stress ist eine Illusion
Elia kündigt ihren Job, um selbständige Heilerin zu werden

12
Weder gut noch böse
Eine Yogalehrerin und eine Pädagogin plädieren für mehr Achtsamkeit

14
Eat, sleep, practice, repeat
Der Alltag von Leistungssportler*innen an der Uni

16
It‘s not rocket science
Raubverläge veröffentlichen Studien ohne wissenschaftliche Standards

17
Monitor
Keine Namenslisten für die AfD

18
Welcome to Cyborg-City!
Interview mit Rolf Kasteleiner

20
Acht Quadratmeter
Selbstversuch: Eine Woche im „Tiny House“

22
Marzahn Gathering
Zu Besuch bei den Berliner Highland-Games

24
Drei Fragen an
Ralf Klausnitzer, Prof. für Deutsche Literatur

25
Kannste Knicken
NC-Systeme

26
Endstation
Warschauer Straße

Im Fahrrad-Dschungel

Kolumne

Text: Anna Lindemann

Berlin gilt als eine der fahrradfreundlichsten Großstädte der Welt. Zumindest belegt sie im Copenhagenize Index 2019 Rang 15. Das sagt wenig über die tatsächliche Qualität von Berlins Fahrradwegen aus, dafür aber sehr viel über das Gesamtniveau des weltweiten Radverkehrs. Wenn es eine Stadt, die lose Backsteine und Baumwurzeln als Fahrradweg kennzeichnet, unter die Top 20 schafft, bleibt nicht viel Hoffnung in eine Verkehrswende übrig. Fahrradfahrer*innen sind auf sich allein gestellt.

Wo sich ein Radweg nicht eindeutig von einem Erlebnispfad für Grundschulklassen unterscheiden lässt, liegt es daher nahe auf die Straße auszuweichen. Dort kommen einem dann keine Baumzweige mehr entgegen, besonders viel Respekt von Autofahrer*innen allerdings auch nicht. Ein aggressives „Runter von der Straße“ ist schon eine der netteren Reaktionen. Wenn die Person hinterm Steuer überhaupt bereit ist, ihre Abneigung gegenüber Radfahrer*innen verbal zum Ausdruck zu bringen. Alternativ scheinen auch „Vorfahrt nehmen“ und „Radweg zuparken“ beliebte Methoden zu sein.

Das einzige, was Fahrrad- und Autofahrer*innen verbindet, ist wahrscheinlich ihr geteilter Hass für E-Roller. Endlich ein gemeinsamer Feind! Ohne Geräusche überholen sie an der Ampel von rechts, ohne Scham parken sie auf Fuß- und Radwegen, ohne Mühe nehmen sie ihren Fahrer*innen jegliches Gefühl von Eitelkeit. Die gute Nachricht: Reiche Leute müssen jetzt nicht mehr zu Fuß gehen! Wer es sich leisten kann, dem wird das Leben gleich in zweierlei Hinsicht bequemer gemacht: Weniger Bewegung und weniger Gewissensbisse, ist ja alles Elektromobilität. Nachhaltig also für die eigenen und die weltweiten Energiereserven.

Der Haken? Allein durch die Herstellung der Batterie wird die Umwelt stark belastet. Eine positive Umweltbilanz setzt also erstmal voraus, dass die Roller eine gewisse Zeit im Einsatz sind. Erste Zahlen zeigen aber: Vor allem in Großstädten haben die Roller eine sehr kurze Überlebensdauer – selbst wenn sie nicht im Landwehrkanal versenkt werden. Hinzu kommt, dass die Roller jede Nacht von Mitarbeiter*innen der Anbieter zu prekären Arbeitsbedingungen eingesammelt und aufgeladen werden. Die dabei entstehenden Transportfahrten müssen also konsequenterweise auf die CO2 Bilanz der Roller raufgerechnet werden.

Anstatt also weiter E-Roller als nachhaltige Verkehrsinnovation zu preisen, könnte sich die Stadt mehr Gedanken über sichere Fahrradwege und ihre Finanzierung machen. Zwischen den U-Bahn Haltestellen Südstern und Hermannplatz gibt es bereits eine ca. 800 Meter lange, asphaltierte Fahrrad-Strecke, die mit Pollern von der Straße abgegrenzt ist. Ein guter Anfang! Baut doch nochmal zehn Meter dran, vielleicht schafft es Berlin dann im nächsten Jahr sogar auf Platz 14 der weltweit fahrradfreundlichsten Städte.

KLIMA RETTEN ODER RETTEN LASSEN?

Weniger Müll produzieren, nicht mehr fliegen: Eine Lösung der Klimakrise baut darauf, dass wir alle zu besseren Menschen werden. Andere Stimmen fordern eine Änderung des Systems. Kann uns das die individuelle Verantwortung nehmen?

Text: Jana Borchers, Illustration: Michael Weinlein

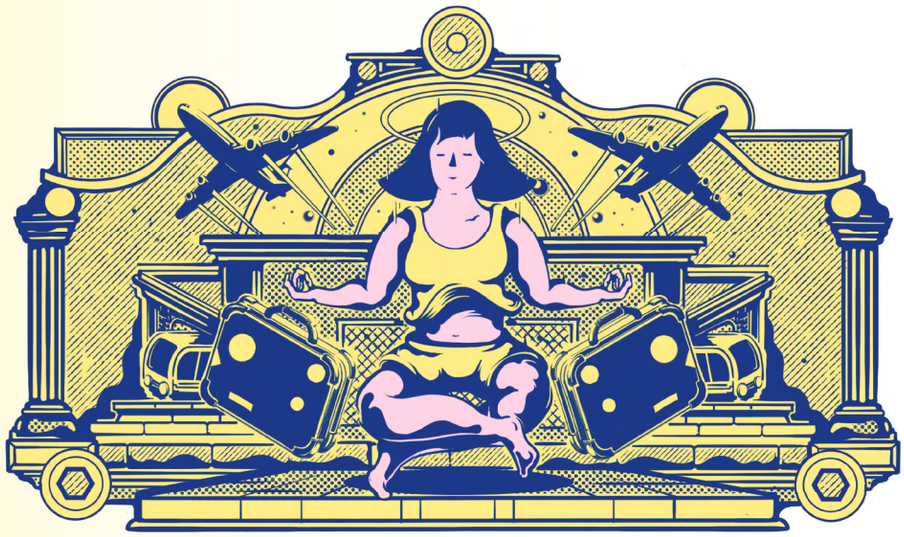
Wenn Umweltaktivist*innen politische Forderungen formulieren, wird häufig geprüft, inwiefern sie sich selbst klimaneutral verhalten – so kritisierte die FAZ die Fridays-for-Future-Aktivistin Luisa Neubauer für ihre Langstreckenflüge und Greta Thunberg wurde der Verzehr eines in Plastik verpackten Toastbrots vorgeworfen. Bei kaum einem anderen politischen Thema wird das korrekte Verhalten derjenigen, die Forderungen an die Politik stellen, so umgehend geprüft.

Christoph Rehmann-Sutter, Professor für Philosophie und Bioethik an der Universität Lübeck, erklärt diesen Umstand mit der Besonderheit der Klima- und Umweltproblematik: „Wir machen uns fast alle mehr oder weniger mitschuldig, notgedrungen und ohne es vermeiden zu können“. Heißt: Wir alle sind durch unser alltägliches Verhalten, unsere Konsum- und Verbrauchentscheidungen Teil des Problems. Es gibt vermutlich derzeit kein anderes politisches Thema, bei dem individuelles Verhalten und politische Problemlösung so eng miteinander verknüpft sind. Zwar liegt es nahe zu vermuten, dass politische Entscheidungen und das Verhalten von Individuen immer in Wechselwirkung miteinander stehen. Doch vergleicht man die Thematik beispielsweise mit der Debatte um den Ausstieg aus der Atomkraft oder die Einführung eines Mindestlohns, zeigt sich schnell, dass diese Probleme in erster Linie Entscheidungen auf politischer Ebene voraussetzen und von dem „korrekten“ Verhalten Einzelner unberührt bleiben.

Veränderungen auf gesamtgesellschaftlicher Ebene

Aus dieser Perspektive scheint der Vorwurf an Klimaaktivist*innen berechtigt. Doch Rehmann-Sutter spricht eine zweite Sichtweise an: Dass auch die Aktivist*innen in einer Welt leben, deren Rahmenbedingungen von politischen Entscheidungen bestimmt werden: „Wo sollte denn Greta Thunberg ein Toastbrot gefunden haben, das nicht in Plastik verpackt ist?“ So argumentieren auch viele, die beispielsweise die Einführung einer CO2-Steuer fordern. Solange es Flüge gibt, die billiger sind als Bahn- oder Busreisen, sei den Verbraucher*innen nicht vorzuwerfen, dass sie diese Angebote nutzen. „Menschen sind eingebunden in soziale Verhältnisse, in Machtstrukturen, in Situationen und ihre Notwendigkeiten, die sie nicht selbst gemacht haben. Eine CO2-Steuer ist ein politisches Gestaltungsinstrument, das die Anreize in die richtige Richtung verschieben soll“, sagt der Bioethiker.

Die Steuer hat demnach das Ziel, ökonomische Anreize dafür zu setzen, dass wir weniger klimaschädliche Produkte konsumieren. Ob wir uns also selbst für ein „besseres“, klimaneutrales Verhalten entscheiden oder durch die Politik darin gefördert werden – eine Lösung des Klimaproblems erfordert in jedem Fall eine Änderung unseres individuellen Verhaltens und unserer persönlichen Lebensweise. Wie einzigartig diese Verknüpfung ist, zeigt sich auch darin, wie gesellschaftlich auf Forderungen reagiert wird, die auf eine Änderung klimaschädlicher Praktiken abzielen. Als die Grünen in diesem Jahr ein Verbot von Einweg-Kaffeebechern und die Vernichtung von Retouren durch Onlinehändler ins Gespräch brachten, tauchte in den Medien der Begriff der „Verbotspartei“ wieder auf.



Die Partei wurde bereits 2013 mit dem Begriff bedacht, nachdem sie die Einführung eines „Veggie Days“ in Kantinen gefordert hatte. Nicht verwendet wird der Begriff hingegen, wenn es beispielsweise um die Einschränkung des Asylrechts oder die Kürzung von Sozialleistungen geht. Das mag daran liegen, dass solche Maßnahmen immer nur bestimmte gesellschaftliche Gruppen betreffen. Klimapolitische Maßnahmen hingegen zielen auf die gesamte Gesellschaft ab.

Systemveränderung statt individueller Verantwortung?

Einige Initiativen wie beispielsweise das Aktionsbündnis „system change not climate change“ halten Maßnahmen, die nur ökonomische Anreize setzen, für nicht ausreichend. Solange wir in einem System leben, das darauf ausgerichtet ist, immer mehr und mehr Wachstum zu produzieren, seien Maßnahmen wie eine CO2-Steuer nur Symptombekämpfung. Stattdessen fordert das Bündnis einen Paradigmenwechsel: „Kern einer sozial gerechten Antwort auf die Klimakrise muss eine radikale Umverteilung von Arbeit, Zeit, Einkommen und Vermögen sein“, sagt Lukas Liebmann von „system change not climate change“.

Doch wäre ein solches System in der Lage, uns die individuelle Verantwortung bei der Lösung der Klimakrise zu nehmen? Die Tatsache, dass wir in ein Wirtschaftssystem eingebunden sind, das nach der Logik von Wachstum und Profit funktioniert, können wir aus einer Fülle ständig verfügbarer Produkte auswählen. Eine Änderung dieses Systems, würde bedeuten, dass wir unseren Lebensstil nicht in dem Maße weiterführen können, wie wir es derzeit tun.

Nachhaltigkeit als Optimierung

Liebmann ist der Meinung, dass Entscheidungsfreiheit nur scheinbar mit Nachhaltigkeit in Konflikt steht. Ziel einer umfassenden Veränderung sei die Entschleunigung des Industriesystems. Stetiger Wachstum setze auf kurze Lebenszeiten von Produkten, um den Verkauf von immer neuen Gütern zu fördern: „Produkte und Infrastrukturen könnten durch Nutzungsdauerverlängerung so optimiert werden, dass ohne zusätzliche materielle Produktion Werte geschaffen werden“. Auch Prof. Rehmann-Sutter plädiert für eine Ökonomie der Qualität statt der Quantität. Gäbe es eine wirksame Strategie, die neue Technologien in einem Zusammenhang mit deren Herkunft und Folgen denkt, dann brauche es „vielleicht viel weniger Produkte, die aber besser sind und insgesamt weniger Emissionen verursachen“, so Liebmann.

Doch Prof. Rehmann-Sutter glaubt auch, dass wir unsere Rolle nicht allein auf die von Konsument*innen reduzieren dürfen: „Wie erbärmlich ist das denn? Wir sollen brave Verbraucher*innen sein und uns um nichts weiter kümmern als um den nächsten Konsum.“ Er sieht uns stattdessen als aktive Mitbürger*innen in der Verantwortung. Jede politische Maßnahme in demokratischen Verhältnissen sei nur so lange möglich, als sie von den Betroffenen auch gefordert werde. „Das bedeutet, dass die Einzelnen auch in ihrem eigenen Verhalten eine politische Verantwortung tragen, ohne die eine Veränderung der Gesellschaft nicht möglich ist“, sagt Rehmann-Sutter.

Statt das Konsumverhalten der Fridays-for-Future-Aktivist*innen unter die Lupe zu nehmen, könnte geprüft werden, inwiefern sie sich für ein gesamtgesellschaftliches Umdenken einsetzen und ihren politischen Forderungen Gehör verschaffen. Dass dies geschieht, können wohl selbst Kritiker*innen der Bewegung nicht abstreiten.

Who made my clothes?

Text: Katharina Wulff, Illustration: Isabelle Aust

Vegan, Bio, Demeter, Fair Trade – im Supermarkt lassen sich eine Menge Labels entdecken. Mit einem kurzen Blick ist für mich ersichtlich, welchen Standards meine Zartbitter-Schokolade entspricht oder woher die plastikfreie Gurke stammt. Viele Menschen aller Altersklassen achten auf Bio-Qualität und kaufen ihr Gemüse saisonal oder sogar lokal ein. Dass Erdbeeren im Winter nicht unbedingt eine gute Sache sind, ist nicht neu. Im Gegenteil: Konsumkritik bei Lebensmitteln scheint in der Mitte der Gesellschaft angekommen zu sein. Doch dieses begrüßenswerte Bewusstsein lässt sich nicht auf alle Lebensbereiche übertragen – vor allem nicht auf den Konsum von Mode.

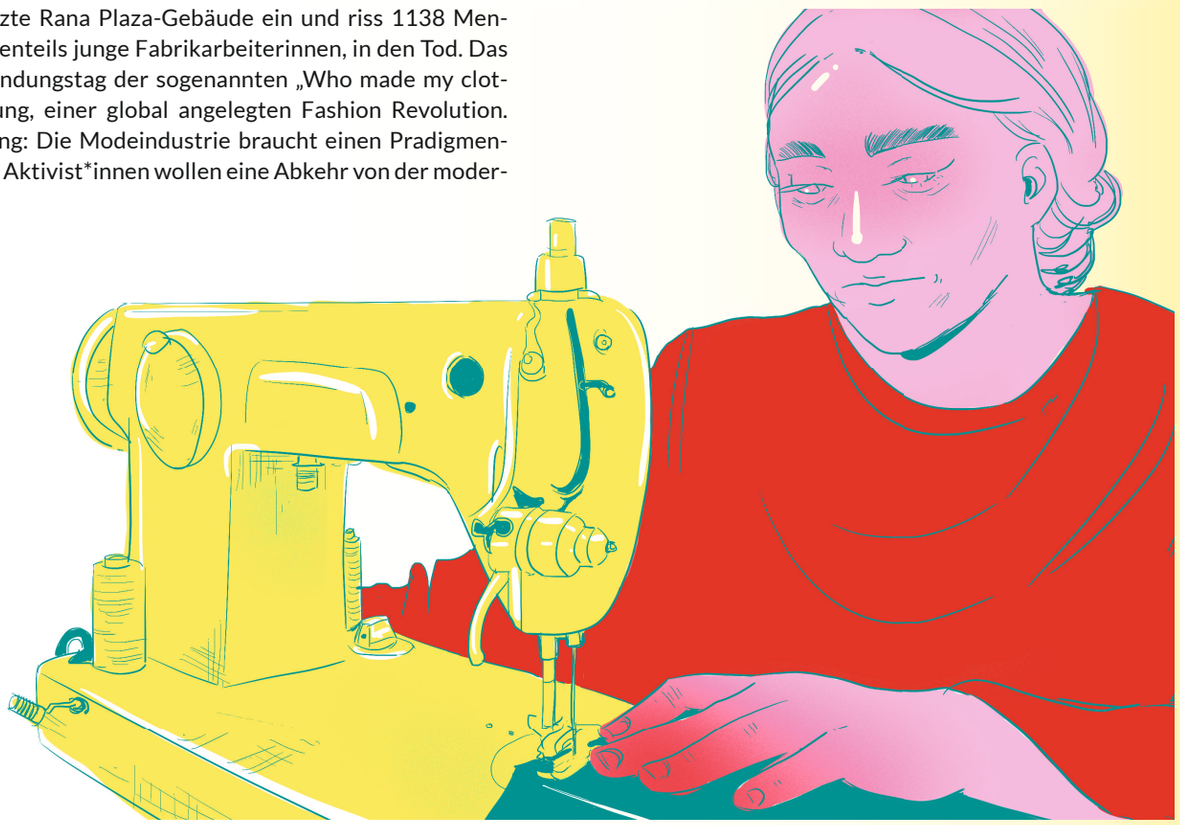
Das Herkunftsland meiner Kleidung erfahre ich erst durch die Suche nach dem klein bedruckten Etikett. Vegane Kleidung bleibt weiterhin ein Nischenprodukt, Siegel oder Standards gibt es im Mainstream fast nirgendwo. Währenddessen gehört H&M mit einem deutschlandweiten Umsatz von 3,14 Milliarden Euro im Jahr 2018 trotz Skandals um rassistische Werbung immer noch zu den ganz Großen. Gleichzeitig verließen letztes Jahr weltweit etwa 63,2 Millionen Bestellungen den britischen Onlineversand-Riesen ASOS. Wo also bleibt das grüne Gewissen, wenn es um Mode geht?

In Bangladesch stürzte am 24. April 2013 das als Textilfabrik genutzte Rana Plaza-Gebäude ein und riss 1138 Menschen, größtenteils junge Fabrikarbeiterinnen, in den Tod. Das war der Gründungstag der sogenannten „Who made my clothes“-Bewegung, einer global angelegten Fashion Revolution. Die Forderung: Die Modeindustrie braucht einen Pradigmenwechsel. Die Aktivist*innen wollen eine Abkehr von der modernen Wegwerf-Mentalität und stattdessen einen Trend hin zu einem bewussten, bedarfsgerechten Konsum: Weniger billige Fast Fashion, mehr nachhaltig und fair produzierte Kleidung. Das bedeutet menschenwürdige Produktionsbedingungen und eine größere Transparenz in Sachen Rohstoffe und Produktion. Schluss mit Greenwashing, stattdessen verbindliche Standards für (Groß-)Konzerne.

In der Kritik stehen nicht nur die katastrophalen Arbeitsbedingungen in den zumeist asiatischen Kleidungsfabriken, sondern auch die Risiken für Gesundheit und Umwelt. Schließlich verbraucht die Produktion konventioneller Kleidung nicht nur viel Wasser, sondern trägt auch einen maßgeblichen Teil zur Verunreinigung des Grundwassers der Produktionsstätten bei. Laut Greenpeace werden weltweit jährlich allein durch die Herstellung, den Warentransport und den Gebrauch von Kleidung über 850 Millionen Tonnen CO2 Emissionen verursacht. Und deswegen: Ein T-Shirt für 4,99 € klingt vielleicht zunächst verlockend, aber was steckt dahinter?

Fair Fashion sollte Standard und nicht Ausnahme sein, so formuliert es auch die „Who made my clothes“-Initiative. Denn Alternativen gibt es mittlerweile. Neben unzähligen Second Hand Läden oder Flohmärkten etablieren sich auch langsam Fair Fashion Labels in unseren Kiezen und auf Instagram. Angefangen bei den fairen Veja-Sneakern über mittlerweile große Shops wie Armedangels bis hin zum neugegründeten Berliner Label Silfir.

Zu einer wirklichen Fashion Revolution gehört also zum Einen, die eigenen Konsumgewohnheiten stärker zu hinterfragen, aber zum Anderen auch das, was wir bereits besitzen, stärker wert- und auszuschöpfen. Anstatt Neues zu kaufen, kann Altes repariert werden. Oder zumindest nur das gekauft werden, was wir wirklich brauchen und nicht das, was gerade billig verfügbar ist. Fast Fashion ist kein zukunftsfähiges Modell – nicht für die Produzent*innen und nicht für die Umwelt, höchstens für unseren Geldbeutel.



Probier‘s mal mit Gerechtigkeit!

Text: Isabella Falkner, Illustration: Levin Henner

Unsere Welt braucht Affenrechte. Wir Menschen haben Menschenrechte, die uns ein hohes Maß an Schutz und Recht zusichern, während viele unsere Verwandten hinter Gittern im Zoo sitzen, gejagt oder durch Tierversuche verstümmelt werden. Wie kann das mit rechten Dingen zugehen?

Um 1,5 Prozent unterscheidet sich unser Erbgut von dem eines Schimpansen. Das ist nicht viel - und doch rechtfertigen diese 1,5 Prozent bis jetzt elementare rechtliche Unterschiede. Die Diskussion um „Menschenrechte für Affen“ kam durch ein Selfie medial ins Rollen. Ein Selfie, das ein in die Kamera grinsender Affe namens Naruto im Jahr 2011 von sich selbst schoss. Macht Kylie Jenner ein Selfie, finanziert sie sich damit ihren neuen Mercedes, doch Naruto bekam von dem vielen Geld, das mit dem Bild gemacht wurde, keinen Cent. Warum? Weil nur ein Mensch Urheberrechtsverletzungen geltend machen kann. Und genau da liegt das Problem: Affen sind nicht in

der Lage, ihr rechtliches Interesse zum Ausdruck bringen - oder dass sie für ihre Leistung so entlohnt werden wollen, wie ein Mensch entlohnt werden würde. Aber genau deshalb ist es an der Justiz, dafür zu sorgen, dass ihnen dieses Recht garantiert wird.

Was hindert uns also daran, unseren ähnlichen Verwandten Rechte zuzugestehen? „Wenn wir anfangen, Affen Menschenrechte zuzugestehen, wird diese Diskussion bald auch auf andere Tiere überschwappen. Heute die Affen, morgen hat jeder Wurm ein allgemeines Persönlichkeitsrecht“, sagen die Kritiker*innen. Doch diese Aussage spiegelt lediglich die Angst wieder, womöglich kleine Zacken aus unserer Krone der Schöpfung herausbrechen zu müssen. Genau dieses Herausbrechen wäre für unsere heutige Gesellschaft enorm wichtig und im besten Falle sogar heilsam. Einmal nicht mehr nur um uns selbst kreisen, sondern uns ins Gedächtnis rufen, dass auch andere Lebewesen ihre Daseinsberechtigung haben.

Weg von der Selbstverständlichkeit, Affen im Zoo hinter Panzerglas sehen zu können, und hin zu dem Verständnis, dass ebendiese Affen Emotionen empfinden und ihr Leiden schwerer wiegt als unsere Berechtigung, uns zu amüsieren. Selbst, wenn die Lösung nicht einfach und für den Menschen nicht bequem ist - gerechter wäre es allemal.

Vormundschaft à la carte?

Text: Sophie Böhler

Es ist kurz vor eins und das bedeutet: Endlich den Laptop zuklappen und eine unbeschwerte Mittagspause haben. In der Mensa stehe ich vor der Menüanzeige und neben dem heiß ersehnten Germknödel springt mir ein orangener Kreis entgegen. Mit schlechtem Gewissen entscheide ich mich entgegen der Warnung für das Gericht und gehe mit Tablett Richtung Ausgabe. Ich muss an dem verdächtig in Öl schwimmenden Hähnchengyros vorbei und denke mit einem hochmütigen Lächeln auf den Lippen: Zumindest ist mein Essen nicht rot gekennzeichnet. Um meine Vermutung zu bestätigen, wage ich einen Blick nach oben und zu meiner Enttäuschung lacht mich ein giftgrüner Kreis neben dem Gyros an. Das soll jetzt also gesünder sein als mein Germknödel - wer sagt das?

Unter der Q&A des Studierendenwerks stoße ich auf das gastronomische Ampelsystem. Ein großer Name für drei kleine Punkte. Wenn man aber bedenkt, dass es dabei ist mir mein Mittagessen zu versauen, wohl angemessen. Die Entscheidungshilfe (in Form der Ampeln) ist auf Grundlage der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) auf die Gesamtbewertung der Speisen aus medizinisch-ernährungsphysiologischer Sicht gestützt. Anstatt rot, orange und grün sehe ich nur noch drei große Fragezeichen. Zum Glück kann man die 40-seitige Ausführung des Ampelsystems als PDF herunterladen. Nach zehn Seiten Entstehungsgeschichte des Ampelsystems, inklusive 30 Wörtern, deren Wikipedia Eintrag ich noch nicht mal verstehe, nehme ich es hin. Ich muss wohl einfach glauben, dass bestimmte Referenzwerte und Fettanteile im Essen enthalten sein müssen, damit es als grünwürdig gilt. Aber wofür das Ganze?

Das System ist wohl als Krücke für die zwischen 12 und 14:30 Uhr ungesund Lebenden vorgesehen. Ähnlich wie der Blick der Eltern, der vorwurfsvoll mitteilt: „Nimm ruhig zum zweiten Mal diese Woche rot. Kannst du machen, ist halt nicht gut.“ Aber warum stört es mich überhaupt, wenn „falsch“ esse? Warum lasse ich mich überhaupt von den Farben beeinflussen? Dahinter steckt wohl der innere Drang, in jeder Situation das vermeintlich Richtige zu tun: Grün essen, nachhaltig leben, aus dem recycelten Coffee-to-go Becher den Fairtrade-Kaffee trinken. Auch zwischen 12 und 14:30 Uhr darf ich doch nicht meine sonst so hochgehaltenen Ansprüche fallen lassen. Wie ermüdend den eigenen Ansprüchen immer gerecht zu werden, wenn neben dem Germknödel der vierte orangene Kreis in dieser Woche leuchtet.

Stress ist eine Illusion

Elia arbeitet in einem Berliner Verlag. Doch schon bald wird sich alles ändern. Denn: Sie möchte sich als Heilerin selbstständig machen

Text: Gabriel Rinaldi, Foto: privat

Draußen, am Potsdamer Platz, ziehen Menschenmassen vorbei. Manche flanieren gemütlich die Leipziger Straße entlang, der Großteil rennt aufgelöst Richtung S-Bahn. Denn: Es regnet. Elia Braunert, 35 Jahre alt, sitzt entspannt in einem Sessel, in ihrer rechten Hand hält sie ihre Tasse. Sie trinkt einen großen Kaffee, lange überlegen musste sie an der Theke nicht. Elia arbeitet in einem großen Berliner Verlag: 40-Stunden-Woche, Meetings, Projekte, Finanzpläne. Ein klassischer Bürojob eben. Doch schon bald wird sich alles ändern. Denn sie möchte sich als Heilerin selbstständig machen.

Elia sagt, sie habe schon als Mädchen eine erweiterte Wahrnehmung gehabt. Nur sei es ihr damals nicht aufgefallen, es sei Teil ihres Alltags gewesen. „Ich habe Energieflüsse gespürt“, sagt sie. Sie fühlte sich in bestimmten Räumen schon a priori unwohl, wollte raus. Im Umgang mit bestimmten Menschen hatte sie ein mulmiges Gefühl. „Die Gesellschaft hat mir früh gezeigt, dass es sowas nicht gibt, teilte mir mit: Du bildest dir das ein.“ Sie blickt auf die Regentropfen, die langsam die Scheibe des Cafés herunterlaufen. Sie habe nie offen darüber gesprochen, über ihre Empfindlichkeiten, sie geradezu in sich begraben und versteckt.

Dann änderte sich ihre Situation schlagartig. „Heute würde ich sagen, das war das Erwachen“, sagt sie. Elia war 19 Jahre alt, als ihre Mutter einen schweren Autounfall hatte und acht Tage später im Krankenhaus verstarb. Ihre Stimme zittert, während sie über diese Zeit spricht. Sie stellte sich viele Fragen: Warum passiert das ausgerechnet mir? Wie soll ich damit umgehen? Und fand die Antwort letztlich in sich selbst. Denn geschüttelt von dem Schicksalsschlag, herausgeworfen aus der Routine, spürte sie plötzlich den Moment stärker und damit das „pure Sein“, wie sie es nennt. „Es gab nicht mehr dieses Du-weißt-was-du-zu-tun-hast“, sagt sie. Keine Routine mehr, keine endlosen Alltagsschleifen, sondern nur das Hier und Jetzt. Das Bewerten und Zweifeln endete.

Draußen hat es mittlerweile aufgehört zu regnen. Eine Touristengruppe zieht auf E-Rollern vorbei, eilt zum nächsten Termin. Elia erzählt weiter von ihrem Wendepunkt: „Am Anfang hatte ich es nicht verstanden, war negativ“, sagt sie. Irgendwann habe sie gemerkt, dass sich diese Negativität nicht richtig anfühle. Sie habe sich an ihre Kindheit erinnert und sei innerlich ruhiger und bewusster geworden. „Ich kam im Moment an“, sagt sie. Sie fing an zu meditieren, nahm sich selbst und ihr Umfeld stärker wahr. Sie merkte: „Ich fühle mich nicht allein.“ Denn: Sie hatte sich selbst. Heute sagt sie: Die Meditation und der Blick nach Innen haben ihr in dieser Phase geholfen. Sie machte Yoga, besuchte Seminare, eignete sich Wissen an. Das habe sie glücklich gemacht.

Elias Leben: Kindheit, Schule, Bachelor, Master, Job

Es folgt ein VWL-Studium. Bachelor an der Humboldt-Universität, Master an der Freien Universität, Job beim Verlag. Parallel dazu liest sie sich weiter ein, übt und wird achtsamer. Sie merkt: „Diese ganze Alltagsroutine fühlt sich nicht richtig an.“ Besinnt sich auf das Gelernte und lässt sich noch tiefer auf ihr Empfinden, ihre Wahrnehmung ein.

Während draußen die Autos vorbeiziehen, trinkt Elia ihren Kaffee. „Ich kann in den Menschen Energieblockaden sehen und auflösen, wenn ich mich auf sie einlasse“, sagt sie. Sie habe bereits hobbymäßig 15 Freunde behandelt, wie sie es nennt. „Es gefällt ihnen und bringt ihnen etwas“, sagt sie. Elia trifft Judy, eine in der Szene bekannte Heilerin, und spricht mit ihr. Sie will wissen, wie sie ihre Berufung zum Beruf machen kann. Judy antwortet ihr: „Ich sehe noch viele Ängste bei dir, weil dir die Gesellschaft den Spiegel vorgehalten hat.“ Von diesen müsse sie sich erst lösen, sich mit den Fähigkeiten zeigen. „Du musst diesen Weg gehen, es wird sowieso passieren“, sagt sie noch.

Elia beginnt, Sessions anzubieten. Sie erzählt: Erst waren es Klienten nur aus dem Freundeskreis, später kamen über Mund-zu-Mund-Propaganda neue Menschen auf sie zu. Sie kündigt ihren Bürojob und lässt sich auf das Neue ein. „Es lief gut, das Geld kam zu mir“, sagt Elia. Eine Session läuft so ab: Die Person liegt entspannt, Elia sitzt neben ihr. Keine Buddha-Statuen oder Räucherstäbchen sind nötig. Behandelt wird im Wohnzimmer des Klienten oder in einem Zimmer, das Elia in ihrer Wohnung eingerichtet hat. Einsatzbereit sei sie immer: „Ich habe immer 5G“, sagt sie und lacht.

Was dann angeblich passiert, schildert Elia ganz genau: Vor ihrem inneren Auge sehe sie den Energiekörper des Menschen, die Aura. Und erkenne Energiestaus oder Blockaden. „Dann ist da etwas zu hell oder zu dunkel, passt nicht zusammen. Der Energiefluss ist an diesen Stellen gestört, sagt sie. Elia mache das dann passend. Lässt es wieder fließen, wie sie es nennt. Sie nutze dafür die Matrix Energetics Methode: „Das ist ein Tool, das ich gelernt habe. Ich mache mich dann frei, bin ein Kanal", meint sie. Die allumfassende Energie, die alles durchwebt, könne sie dann aktivieren in einem Feld um den Energiekörper. „Die Menschen verfallen dann in einen tiefen meditativen Zustand und ihre Heilungskräfte aktivieren sich dann, das bin nicht ich."

Der bewusste Mensch: Mehr als Bankkonto und Beziehungsstatus

Manchmal komme es vor, dass die Menschen dabei einschlafen. Elia erzählt: Eine Session geht 60 bis 90 Minuten. Die Menschen nennen ihr drei Themen, die sie bewegen möchten und Elia löst dann Blockaden und Energiestaus. Gefährlich sei das nicht, versichert sie. Sie schaffe nur den Raum für die Energieflüsse. Dabei sehe sie manchmal auch Bilder wie in einem Film. „Jeder hat die Fähigkeit, sich selbst zu heilen", sagt sie. Das mache uns letztlich auch zu besseren Menschen: „Der bessere Mensch ist meiner Auffassung nach der bewusstere Mensch", meint Elia. Sprich: Es sei der Mensch, der sich nicht nur mit einem Aspekt seiner selbst identifiziere, sondern der, der aus einzelnen Lebensumständen heraustreten und sich wie von weiter weg selbst betrachten könne und feststelle: „Ich bin mehr, als mein Bankkonto und Beziehungsstatus sagen." Dafür müsse man sich selbst mehr spüren. Das entspringe aus einem tiefen meditativen Zustand: „Man muss sich auf den Moment einlassen, es geht um Achtsamkeit. Das bringt das Mehr an Bewusstsein", sagt Elia. Was hier am einfachsten sei? Die Beobachtung des eigenen Atems. Am besten sitzend mit geschlossenen Augen.

Bewusstere Menschen, sagt Elia, spüren sich selbst und ihr Umfeld intensiver, können leichter meditieren. „Manche Menschen haben Vorahnungen: Man denkt an jemanden und dann ruft er an ist das klassische Beispiel", sagt sie. Es gebe weitere Formen wie luzides Träumen oder Menschen, die Gefühlslagen ihrer Mitmenschen durch reines Wahrnehmen einschätzen können. „Meditation ist der Schlüssel, um diese Fähigkeiten trainieren zu können", sagt sie.

Im Eingangsbereich telefoniert eine junge Mutter, es wird laut im kleinen Café. Mit wissenschaftlichen Erkenntnissen zu diesem Thema hat sich Elia nicht sehr viel beschäftigt. „Für mich war es nicht notwendig: Für das was ich spüre und wahrnehme brauche ich keinen Wissenschaftler, der mir das erklärt." Sie sieht einen Zusammenhang zwischen Stressprävention und Meditation. Achtsamkeitskurse und Yoga werden heute beispielsweise von Krankenkassen übernommen, um den Menschen Werkzeuge zur Stressreduktion an die Hand zu geben. Elia sagt: Das sei günstiger, als später die Behandlung von stressbedingten Krankheiten oder Burnouts zu bezahlen. Den Druck der Gesellschaft habe sie irgendwann ignoriert: „Wenn man keinen Bezug dazu hat, dann ist es noch nicht die richtige Zeit", sagt Elia zu Kritikern. „Entweder man spürt es in sich selbst, oder es ist einfach noch nicht so weit", ergänzt sie.

Einfach raus: Weg vom Büro, weg vom Alltag

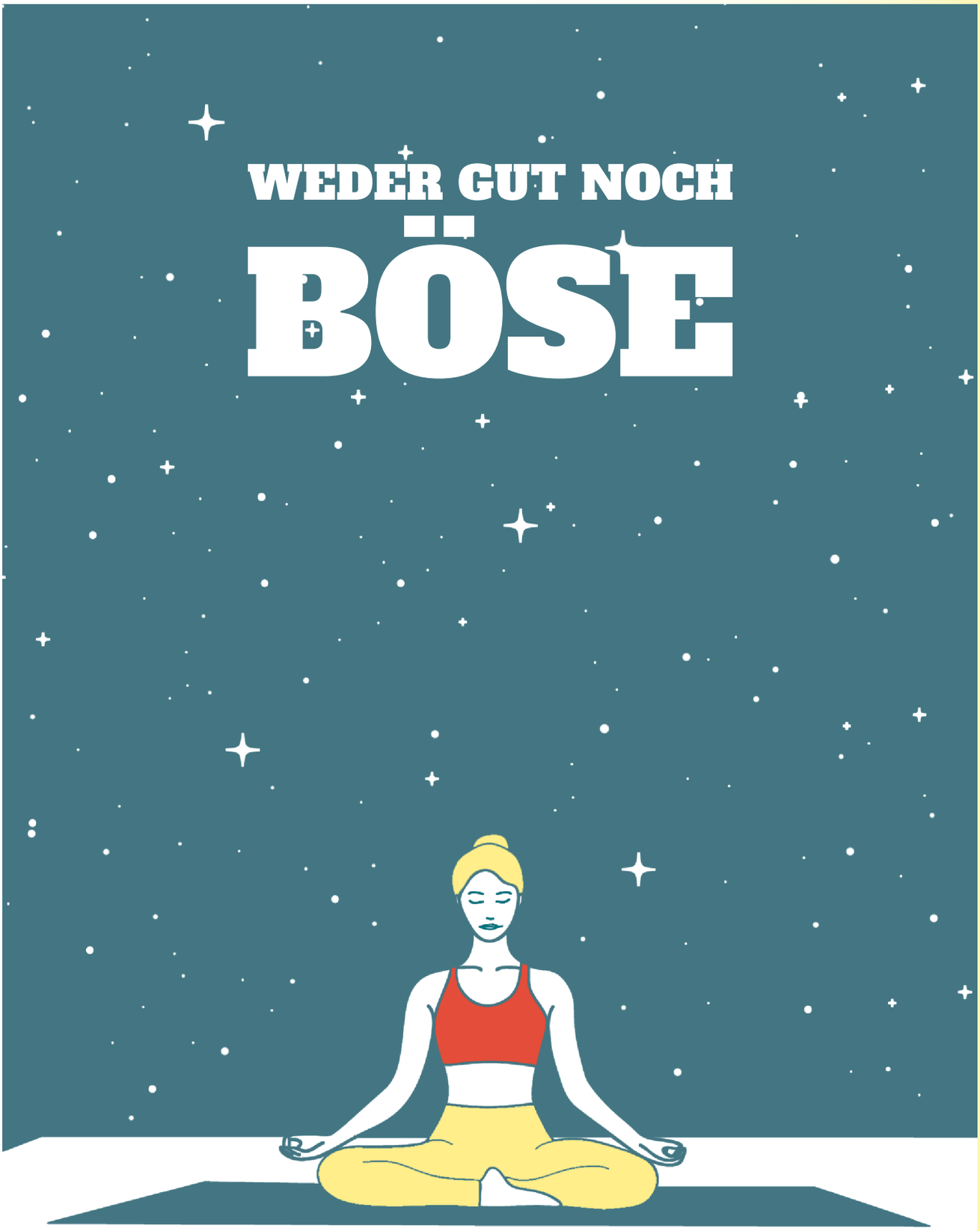
Nach dem Einreichen der Kündigung und einigen Sessions passiert es: Judy bietet Elia an, sie professionell zur Heilerin auszubilden. Einen Monat lang, vier Tage pro Woche, sechs Stunden am Tag. Nur Judy und sie. Nur Energiearbeit, wie sie es nennt. Danach möchte sich Elia selbstständig machen, eine Webseite bauen, Visitenkarten erstellen. Um sich und ihre Arbeit breiter vorstellen zu können. Später will sie vielleicht auch zusätzlich eine heilpraktische Ausbildung machen. Von der neuen Tätigkeit als Heilerin könne sie dann auch leben. Eine Session kostet in der Branche mindestens 70 Euro, oft wird auf Spendenbasis bezahlt. Ihr Alltag wird sich ändern: Weg vom Büro, weg vom routinierten Alltag.

Sie wünscht sich eine achtsamere Gesellschaft. Ihr Appell: Die Menschen sollen einen bewussteren und liebevolleren Umgang mit sich selbst haben und damit auch miteinander. Der Alltagsstress sei unnötig: „Je mehr ich aus diesen Mustern raustrete und mich auf mich selbst einlasse, löst sich die Anspannung", sagt sie. Ihr persönliches Fazit: Stress ist eine Illusion. Während sie diese Worte spricht, streiten sich draußen ein Fahrrad- und ein Autofahrer. Beide hatten es wohl eilig. Fest steht: Sie haben sich nicht gegenseitig wahrgenommen. Sie waren wohl mit dem Kopf beim nächsten Termin.

Foto: privat

Elia möchte Heilerin werden.

WEDER GUT NOCH BÖSE



Immer mehr Menschen suchen nach einem Weg, mit sich und der Außenwelt ins Reine zu kommen. Eine Pädagogin und eine Yogalehrerin erzählen von ihren Methoden und Erfahrungen

Wo noch vor kurzem der Glaube vorherrschte, dass vier unbezahlte Praktika, ein Master und zehn Jahre Praxiserfahrung nötig sind, um besser fürs Leben vorbereitet zu sein, wird jetzt Selbstannahme beschworen – es wimmelt an Yoga-Angeboten, Meditationskursen und Life-Coaches. Das soll Stress für sich und andere reduzieren und ganz nebenbei auch noch Glückseligkeit versprechen. In vielen Bereichen unseres Lebens wird die eigene Ausgeglichenheit allmählich in den Mittelpunkt der Leistungsfrage gestellt.

Achtsamkeits- und Beziehungsmanagement als Lernaufgabe

Auch in der Erziehungswissenschaft scheinen die Themen „Selbstannahme“ und „Ausgleich“ an Relevanz zu gewinnen. Beate Nedel arbeitet als Pädagogin an der Professional School of Education der Humboldt-Universität zu Berlin. Zusammen mit ihrem Team organisiert und leitet sie Kurse, in denen Lehramtsstudent*innen und Lehrer*innen sich auf den Schulalltag vorbereiten. Hier soll nicht die Frustrationstoleranz des zukünftigen Lehrpersonals gefestigt, sondern ein gleichwertiges Miteinander jenseits der Bewertungskategorien von Gut und Böse vermittelt werden.

„Achtsamkeit und Beziehungskompetenz im Lehramt als Beruf heißt, ich bin in der Lage gleichwürdige Kommunikation zu führen“. Das hieße, dass alle die gleiche Würde haben und den gleichen Respekt verdienen. Autoritäten gebe es trotzdem noch: „Ich kann und muss die Führungsrolle übernehmen. Aber das heißt nicht, dass ich die Schüler*innen herabsetze und klein mache“, sagt die Pädagogin.

Durch die fortschreitende Digitalisierung und Individualisierung muss das Zwischenmenschliche laut Ihrer Auffassung auch neu gedacht werden – und das fängt auf der Schulbank an. Frau Nedel geht davon aus, dass uns allein der Umgang untereinander in den kommenden Jahrhunderten noch menschlich sein lässt. Herz, Geist und eine gute Atemtechnik, bilde dafür die Grundlage, so Nedel.

Eine solche zeitgemäße Pädagogik solle in Ergänzung zu der Erweiterung fachlicher Fähigkeiten eingesetzt werden. Damit Lehrpersonen auf diese Weise erfolgreich im Klassenraum arbeiten können, müssen sie zuerst mit sich selbst im Reinen sein. Ein Schlüssel für eine gelungene Kommunikation sei der respektvoller Umgang des Lehrpersonals mit sich selbst.

Wenn die Frage nach dem gut oder schlecht verschwindet

Außerhalb der Schulpädagogik sucht der Mensch nach anderen Strategien, die teils auf Entspannung und Erfahrbarkeit ruhen. Der Effekt überrascht jedoch, denn ab einem bestimmten Punkt scheint das Bewusstsein die Frage nach dem besseren Miteinander nicht mehr zu stellen.

Marion Brings lehrt Hatha Yoga der Pranayoga Method in Berlin-Wedding. Sie sitzt in einem beinahe leeren Raum auf einer Matte, die Beine verschränkt und sagt beiläufig, es hätte 25 Jahre gebraucht, um Yoga regelmäßig praktizieren zu können. Als sie anfing, gab es noch kaum ein professionelles Yogastudio. Dass sie auch lehren wolle, habe sie während einer dreijährigen Ausbildung immer stärker wahrgenommen. Sie möchte jenen Menschen einen Raum geben, die Yoga erfahren möchten, denn „lernen“ könne man es schon mal nicht. Zwar leitet sie die Menschen physisch in ihren Stunden an, zwinge sie aber nicht zu einer bestimmten Erkenntnis.

Der Trend zum Yoga hat Berlin schon vor einer ganzen Weile erreicht. „Darüber wird hier aber gar nicht gesprochen“, sagt Brings. Ob sich die Leute in ihren Kursen selber begegnen wollten, sei auch nicht wirklich zu beantworten. „Die Motivation zur Teilnahme kenne ich nicht“, sagt die Yoga-Lehrerin.

„Die Frage, was ein guter Mensch ist, interessiert mich überhaupt nicht.“

Wenn man durch eine yogische Erfahrung überhaupt von einem „Effekt“ ausgehen könne, müsse man laut Brings die inneren Prozesse beschreiben. Eine plötzliche Epiphanie könne man nicht erwarten, wohl aber ein gesteigertes Bewusstsein seinen eigenen Bedürfnissen gegenüber. „Die Außenwelt begegnet mir anders, seitdem ich mich verändert habe“, sagt Marion Brings. Dabei sei ihr aufgefallen, dass sie sich viel weniger mit ihrem Ego identifiziere. Ihr gehe es nicht darum, herauszufinden, was einen besseren Menschen ausmache: „Die Frage, was ein guter Mensch ist, kann ich überhaupt nicht beantworten, sie interessiert mich überhaupt nicht.“

Viel wichtiger sei es, sich selbst und anderen einen Raum zu schaffen, in dem Erfahrungen möglich werden. Die yogische Erfahrung bleibe ausschließlich persönlich. Sie habe begriffen, welche Verantwortung damit einhergehe, einen solchen Raum zu schaffen, in dem den Teilnehmern keine Weltanschauung und kein Gefühl aufgezwungen werden. Die darin gemachten Erfahrungen könnten dabei sehr intim sein.

Die Yoga-Praxis habe Brings geholfen, mit Emotionen anders umzugehen. So könne die Yogalehrerin etwa das Gefühl von Wut ohne einen destruktiven Charakter nach außen tragen. Sie unterdrücke diese nicht mehr und bemühe sich, dieser Wut auch eine Stimme zu geben, die niemandem schadet.

„Wir haben alle ein Zusammenleben zu organisieren. Man muss sich an bestimmte Regeln halten, aber ich bin vor allem mir selbst verpflichtet, in dem Sinne, dass ich mir und anderen nicht schade.“

Eat, Sleep, Practice, Study, Repeat, Eat, Sleep, Practice, Study, Repeat, Eat, Sleep, Practice, Study, Repeat, Eat, Sleep, Practice, Study, Repeat, Eat, Sleep, Practice, Study, Repeat

Wenn morgens der Wecker klingelt, ist die Snooze-Taste keine Option. Denn: Das Training wartet. Es geht frühmorgens zum Sportforum in Hohenschönhausen. Hier liegt auch das Schul- und Leistungssportzentrum Berlin (SLZB), eine der größten Sportschulen Deutschlands. Sie ist der Ausgangspunkt vieler olympischer Karrieren

Text: Nina Krasel

Vor allem während der Schulzeit ist eine Zukunft im Leistungssport das Ziel vieler junger Talente. Damit das Training ja nicht zu kurz kommt, ist es in den schulischen Alltag integriert. Das heißt: Die Schüler*innen starten meist mit einer Trainingseinheit in den Tag und beenden ihn auch wieder mit einer. Am Wochenende warten weitere Einheiten und Wettkämpfe.

In der Oberstufe dringt die Frage, was man nach Abschluss der Schule eigentlich wirklich machen möchte, in den Vordergrund. Nicht jede*r wird eine Karriere als Sportler*in in Betracht ziehen. Aber nicht wenige machen weiter und gehen zur Bundeswehr oder Bundespolizei. Das ist eine Möglichkeit, um in Deutschland Geld mit dem Sport zu verdienen. Viele beenden ihre sportliche Laufbahn und entscheiden sich für eine Ausbildung oder ein Studium. Auch, weil es als sehr schwer gilt, Sport und Studium zu vereinen.

Für Steffi* stand nach Abschluss des Abiturs ganz klar die sportliche Karriere im Mittelpunkt. „Man kann nicht international auf hohem Niveau sein, wenn das Studium oder der Beruf einen ähnlich hohen Stellenwert einnimmt. Die Zeit für die Trainingslager und Wettkämpfe muss zur Verfügung stehen. Da kann ich nicht nach Urlaubstagen oder Semesterferien rechnen", sagt sie. „Bei mir hatte sich alles dem Sport untergeordnet. Das war nicht immer leicht, aber möglich und auch einer der Schlüssel zum sportlichen Erfolg." Mit dieser Einstellung wurde sie Weltmeisterin und Silbermedaillengewinnerin bei den Olympischen Spielen 2012 in London. Während ihrer sportlichen Laufbahn entschied sie sich dazu, ein Studium zu beginnen. Den Studiengang wählte sie damals unabhängig vom Sport aus.

In den Semesterferien geht es zu den Olympischen Spielen

Auch Anne* legte ihren Fokus zunächst voll auf die sportliche Laufbahn und folgte ihrem Traum von den Olympischen Spielen. Mit Erfolg. Trotzdem merkte sie schnell, dass sie neben dem Sport einen Ausgleich brauchte, weshalb sie sich entschied, parallel zum Sport zu studieren. Da eine Ausbildung zeitlich nicht möglich gewesen wäre, war das Studium die beste Option, um ihren Berufswunsch und ihren sportlichen Traum parallel zu verfolgen.

Da die HU mit dem Berliner Olympiastützpunkt kooperiert, fiel ihr die Universitätssuche nicht ganz so schwer wie manch anderem. Auch bei Bundespolizei und Bundeswehr werden studierende Spitzensportler*innen dabei unterstützt, Training und Studium zu vereinen. Finanzielle Zuschüsse liefern Stipendien oder auch die Deutsche Sporthilfe.

Die Uni kommt während einer aktiven sportlichen Karriere tendenziell eher kürzer: „Als ich noch Leistungssport gemacht habe, hatte ich acht bis zehn Trainingseinheiten die Woche, im Durchschnitt jeweils zweieinhalb Stunden. Da war ich meistens nur ein bis zwei Mal in der Woche an der Uni", sagt Anne.

Viel wird sich dafür in Heimarbeit angeeignet. Anne trug sich meist bewusst in nur wenige Kurse pro Semester ein: An Tagen, an denen nur ein Mal trainiert wurde oder wenn die Einheiten körperlich nicht so fordernd waren. „Ich wollte immer sicherstellen, dass das Training nicht leidet und dass ich auch etwas aus der Uni mitnehme."

Fehlzeiten gehören zur Normalität

Regeneration für Körper und Geist ist Pflicht. Regelmäßige Fehlzeiten allerdings auch. In den Vorbereitungsmonaten vor den Wettkämpfen stehen mehrere Trainingslager an. Während der Wettkampfsaison hingegen Wettkampfreisen, die teilwei-

se in weit entfernte Länder führen.

Gute Kommunikation ist auch wichtig, vor allem zu dem Studierendensekretariat und dem Prüfungsbüro, aber auch zu den DozentInnen sollte ein guter Draht bestehen, da sich so vieles klären lässt, was sonst problematisch werden könnte.

Außerdem gibt es Laufbahnberater*innen an den Olympiastützpunkten und Ansprechpartner*innen an den Universitäten, die man im Fall der Fälle kontaktieren kann. Es gibt also Möglichkeiten für SpitzensportlerInnen, sich in ihrem Studium unterstützen zu lassen, die den anderen Studierenden nicht zur Verfügung stehen.

Dafür werden natürlich auch Opfer gebracht. „Ich hatte früh Training, bin dann in Uni gehetzt, habe meine Vorlesung oder mein Seminar besucht und bin dann wieder zurück zum Training. Das typische Unileben ist mir bis jetzt fremd gewesen. Der Kontakt zu Mitstudierenden ist leider nicht so eng wie es die „normalen" Student*innen wohl erleben."

Das Studium als Ausgleich zum Sport

Einen Zusammenhang zwischen sportlichen Leistungen und denen des Studiums gibt es nicht direkt, dennoch kann das Studium als Ausgleich dienen und dabei helfen, den Fokus immer wieder neu zu setzen. Zeitmanagement und die Disziplin sind von vornherein ausgeprägt und müssen sich nicht erst angeeignet werden.

Sowohl Steffi als auch Anne haben inzwischen ihre sportliche Karriere beendet und widmen sich nun voll ihrem Leben außerhalb des Sports. Für Steffi steht fest: „Ich bin und bleibe bei der Bundespolizei und gehe dort meinen Weg weiter." Anne möchte ihr Studium erfolgreich beenden und später vielleicht als Lehrerin arbeiten. Vorher liegt der Fokus aber erstmal darauf, Erfahrungen „außerhalb der leistungssportlichen Blase" zu sammeln.

Was bleibt, ist das Bewusstsein darüber, dass jeder Studierende Probleme hat, die er oder sie bewältigen muss, aber individuell auch eine Vielzahl an wunderbaren Erfahrungen machen kann. Schlussendlich gilt für alle: „Man muss für seine Ziele kämpfen." Ob im Studium oder im Sport, muss jede*r selbst entscheiden.

**Namen geändert*

ANZEIGE

AB 19 90
EURO / MONAT

TAGESPASS
EIN GANZER TAG
FITNESS & WELLNESS
IM ALL STAR GYM
(Nur 1 Gutschein pro Person)

ALL STAR GYM

FITNESS
KURSE &
WELLNESS
MIT POOL

WWW.ALLSTARGYM.DE
LEIPZIGER PLATZ 12
MALL OF BERLIN

It's not rocket science

Sogenannte Raubverlage veröffentlichen Studien, ohne diese auf wissenschaftliche Standards zu prüfen. Nach außen hin sind sie häufig kaum von seriösen Verlagen zu unterscheiden. Einige Lobbyverbände nutzen das für sich

Text: Jana Borchers

Wer online nach dem Verlag „Omics International" sucht, findet sich auf einer Seite mit wild blinkendem Logo wieder. Auf der Startseite kündigt sie an, mit über 1000 wissenschaftlichen Organisationen zusammenzuarbeiten. Weiter unten sind Journale aus unterschiedlichen Disziplinen wie Medizin, Computertechnik und Politikwissenschaft verlinkt, daneben Erfahrungsberichte von Forscher*innen, die so schnell wechseln, dass sie kaum zu lesen sind.

Verlage wie Omics gehören zu den sogenannten „Open-Acces"-Verlagen, die Publikationen und Forschungsergebnisse kostenlos zugänglich machen. Wissenschaftliches Material frei zur Verfügung zu stellen, ist kein grundsätzliches Problem. Ein Recherchekollektiv von NDR, WDR und "Süddeutscher Zeitung" konnte im vergangenen Jahr allerdings zeigen, dass viele dieser Verlage Studien publizieren, ohne diese auf wissenschaftliche Standards zu prüfen. So hatten die Journalistin Svea Eckert und ihr Kollege Peter Hornung ein Paper eingereicht, das aus computergenerierten, zusammenhangslosen Sätzen bestand, ebenso eine frei erfundene Studie, die beweisen sollte, dass Bienenwachs gegen Krebs helfe. Die Verlage meldeten sich mit Hinweisen zur Verbesserung zurück, beispielsweise fehlte eine Unterschrift unter einer Grafik. Nach Ausbesserung wurden beide Studien veröffentlicht.

Alternative zu aufwendigen Prüfverfahren

Normalerweise durchlaufen Studien mehrere Verfahren, bevor sie durch einen Verlag publiziert werden. Die gängigste Methode ist dabei das sogenannte Peer-Review-Verfahren, bei dem eine Studie von "Peers" (dt. Kolleg*innen), also anderen Wissenschaftler*innen aus demselben Fachbereich, geprüft wird. Gegebenenfalls werden die Studien zur Überarbeitung an die Autor*innen zurückgesandt und dann erneut geprüft. Bis zur Veröffentlichung dauert es dadurch manchmal mehrere Jahre. Wer dieses aufwendige Verfahren umgehen möchte, findet in Open-Access-Verlagen eine unkomplizierte und kostengünstige Alternative. Nicht alle Open-Access-Verlage sind gleichzeitig Raubverlage, also Verlage, die keinerlei Prüfung der Veröffentlichungen auf wissenschaftliche Standards vornehmen. Allerdings habe die Zahl der Veröffentlichungen in Raubverlagen laut NDR-Recherche deutlich zugenommen.

Mehr als 5000 Wissenschaftler*innen sollen demnach in Deutschland innerhalb der letzten zehn Jahre bei einem solchen Raubverlag veröffentlicht haben. Dennoch warnen einige Forscher*innen davor, die Lage zu überdramatisieren. Die Zahl 5000 klinge nach einem Skandal. Dass dadurch aber auf unlauterem Wege Ruhm und Ehre in der Wissenschaft zu erreichen sei, entspräche nicht den Tatsachen. Es seien meist nur eine Handvoll Verlage, in denen die Publikation in der Branche wirklich etwas zähle, erklärt so beispielsweise Thomas Beschorner, Professor für Wirtschaftsethik, im Juli 2018 in der ZEIT. Auch der Ausdruck „Fake Science", den das Rechercheteam ins Leben gerufen hatte, vermittle ein falsches Bild: „Die Verwendung des von US-Präsident Donald Trump eingeführten Propagandabegriffs Fake im Zusammenhang mit den Wissenschaften ist ein gefährlicher sprachlicher Missgriff, erweckt er doch den Anschein, als würde sich Wissenschaft stets irgendetwas ungeprüft ausdenken, um es anschließend in die Welt zu posaunen", schreibt Thomas Beschorner, Professor für Wirtschaftsethik, im Juli 2018 in der ZEIT.

Nutzung durch Lobbyverbände

Auf ein anderes Problem wies die Journalistin Svea Eckert auf der re:publica 2019 hin: Es gebe viele Lobbyverbände, die die Raubverlage nutzten, um dort Studien zu veröffentlichten, die die eigene Position untermauern. Diese Studien werden dann als Argument in den Gesetzgebungsprozess eingebracht, um diesem den Anschein von Wissenschaftlichkeit zu verleihen. Als Beispiel nennt Eckert Studien der Tabak- und Zuckerindustrie. Allerdings ergaben die Recherchen auch, dass der Anteil der Lobbyist*innen, die in pseudowissenschaftlichen Verlagen publiziert haben, im Vergleich zu Universitäten und Forschungseinrichtungen deutlich geringer ausfalle.

Offenbar haben nicht alle Forscher*innen, die in Raubverlagen veröffentlichten, bewusst getäuscht. Oft sei es kaum möglich, zwischen seriösen und pseudowissenschaftlichen Verlagen zu unterscheiden. Auch für Studierende und Forscher*innen, die sich auf fremde Forschungsergebnisse stützen und aus wissenschaftlichen Journalen zitieren, kann es schwierig sein, echte Studien von „Fake Science" zu unterscheiden. Eckert rät dazu, sich anzuschauen, wo ein Verlag seinen Hauptsitz hat. Viele Raubverlage seien in Indien oder Pakistan angesiedelt. Zudem geben einige Forschungseinrichtungen sogenannte „white lists" heraus, auf denen seriöse Verlage gelistet sind, beziehungsweise „black lists" mit den Namen von bereits identifizierten scheinwissenschaftlichen Verlagen.

Gegen Omics wurde 2016 ein Verfahren durch einen US-amerikanischen Gerichtshof eingeleitet. Im März 2019 wurde der Verlag wegen „irreführender Praktiken" zu einer Geldstrafe von 50 Millionen US-Dollar verurteilt.

Keine Namenslisten für die AfD

Auch im neuen Semester stehen wieder die alten Themen auf der hochschulpolitischen Agenda. Während das StuPa eine Strafanzeige gegen Jörg Baberowski unterstützt, gab es in den Semesterferien neue Entwicklungen zu den Namenslisten der Referent*innen

Text: Felix Ferlemann, Max Skowronek und Gabriel Rinaldi

Es bleibt spannend in Sachen Hochschulpolitik. In der ersten StuPa-Sitzung des neuen Semesters ging es am 17. Oktober um eine Strafanzeige gegen den Geschichtsprofessor Jörg Baberowski. In einem Eilantrag verabschiedete das StuPa eine Resolution, um die Klage der Studentinnen Juliane Ziegler (Linke Liste) und Bafta Sarbo (Offene Liste kritischer Studierender – OLKS) gegen Baberowski zu unterstützen. Dieser habe die Studentinnen beleidigt und vertrete darüber hinaus rechtsextreme Positionen, die nicht zu einer offenen und diversen Universität passen würden.

Hintergrund sind Äußerungen Baberowskis, in denen er 2015 die Flüchtlingspolitik der Bundesregierung kritisierte. Außerdem plante Jörg Baberowski ein Zentrum für Diktaturforschung an der HU. Diese Pläne kritisierte das StuPa bereits zuvor, wie die UnAuf bereits berichtete. Unter anderem gelangten interne Gutachten über das Zentrum an die Öffentlichkeit. Das StuPa begrüßte das vorläufige Scheitern des Zentrums.

In einem Beitrag für den Deutschlandfunk bekräftigte die studentische Vertreterin Sarbo ihre Kritik. In einem inzwischen gelöschten Facebook-Posting bezeichnete Baberwoski Ziegler und Sarbo als „unfassbar dumm" und als „linksradikale Fanatiker". Ein Screenshot des Posts liegt der UnAuf-Redaktion vor. Daraufhin stellten die beiden eine Strafanzeige gegen Baberowski und reichten eine Dienstaufsichtsbeschwerde bei der Universität gegen ihn ein.

Solidarität: StuPa befürwortet Proteste gegen Lucke

Das StuPa solidarisierte sich einhellig mit den Antragstellerinnen. Andreas Krämer (Linke Liste) forderte „keinen Fußbreit" Rechtsextremen zu weichen. Dass Baberowski rechtsradikal ist, wäre eine „unumstößliche Wahrheit" so Mert Cengiz (SDS). Auch João Fidalgo (LuSt) betonte die rechtsradikale Gesinnung des Professors.

Ergänzt wurde der Antrag um eine Solidaritätserklärung für die Student*innen, welche an der Universität Hamburg die Vorlesung des ehemaligen AfD-Vorsitzenden und Gründers Bernd Lucke verhinderten. Der Antrag wurde ohne Gegenstimmen angenommen. Wie sich das zukünftige Verhältnis zwischen Universitätsleitung, Studierendenvertreter*innen und Baberowski gestaltet, bleibt weiterhin offen.

Ein Ende gefunden hat hingegen der Streit um die Offenlegung der Namen von Mitgliedern des Referent*innenrates (RefRat). Wie eine taz-Recherche im Juli ergab, muss die HU nach einem langen Hin und Her die Namen doch nicht offenlegen. Die Senatskanzlei hatte bereits im Juni die Aufforderung an die Humboldt-Universität, diese Daten herauszugeben, nach Abstimmung mit der Datenschutzbeauftragten zurückgezogen. Das teilte sie der taz mit. Der RefRat wurde darüber nach eigenen Angaben nicht informiert.

Namenslisten: HU nicht auf RefRat zugegangen

„Uns war das nicht bekannt und entsprechend überrascht und wütend bin ich gerade. Mit uns hat weder der Senat, noch das HU-Präsidium das Gespräch gesucht, was bezeichnend ist für die gesamte Auseinandersetzung: Man redet über, aber nicht mit uns", sagte Referentin Juliane Ziegler der taz. „Es freut mich, dass der Versuch im Nachgang einer AfD-Anfrage mit allen Mitteln Namenslisten Studierender zu erstellen, vorerst gescheitert ist", erklärte sie.

Die HU fühlte sich hingegen offenbar nicht verpflichtet, in der Sache auf die eigene Studierendenvertretung zuzugehen. „Wir haben den RefRat nicht über diese Änderungen informiert, da sie für unsere Zusammenarbeit und die konstruktiven Lösungen, die wir gemeinsam erarbeitet haben, unerheblich sind", sagte HU-Pressesprecher Hans-Christoph Keller der taz.

Interview: Rolf Kasteleiner

Welcome to Cyborg-City

Rolf Kasteleiner ist kein gewöhnlicher Theaterregisseur. Mit seiner Kompanie BORGTHEATER – cyborg performing theater zeigt er sogenannte Gamingtheater und wirft dabei Fragen nach der digitalen Gesellschaft der Zukunft und der Interkation von Mensch und Maschine auf. Die UnAuf hat ihn am Rande der Aufführung von „CYBORG-CITY 2“ getroffen, das den Zuschauer im Jahr 2066 in ein Videospiel eintauchen lässt

Interview: Josephine Schulze

Das Computerspiel als Bühne und Schauspieler als Non-Playing-Character, was hat es mit dieser Gestaltungsform auf sich?

Wir befinden uns immer auf zwei Ebenen. Einmal haben wir die formale Ebene. Dabei geht es darum einen Raum zu entwerfen in den man wie in das Internet eintauchen kann. Wir benutzen die Mechanismen des Computerspiels, um in diesen Raum eindringen zu können. Die zweite Ebene entsteht durch die Übertragung dieses Prinzips auf das Theater, um mit dem Zuschauer in Kontakt zu kommen und ihm zu ermöglichen ebenfalls einzutreten. Dazu wird der Schauspieler zum Non-Playing-Character, also zu einer Simulation, die angetriggert werden kann und eine zu lösende Aufgabe gibt.

Welche Motivation verbirgt sich hinter der unmittelbaren Darstellung der Zukunft?

2066 ist eine sehr nahe Zukunft. Die digitale Entwicklung wird sehr schnell stattfinden. Wir sehen gerade die Auswirkungen eines neo-liberalen Wirtschaftssystems, das uns innerhalb der Globalisierung aus wirtschaftlichen Gründen digitalisiert. Die Frage ist: Wohin führen solche Gesellschaftsmodelle?

Glauben Sie, die Digitalisierung führt zur Optimierung des Menschen?

Erstmal ist die Digitalisierung ein noch junges Phänomen, vor zwanzig Jahren ging es ja erst los. Und es hat, glaube ich, wie nichts anderes das Leben jedes Einzelnen von uns verändert. Es hat uns zusammengebracht. Langsam werden wir uns den Auswirkungen bewusst, dass ein Teil von uns eine digitale Existenz hat und das wir dadurch noch mehr in ein Sytsem eingepackt werden können. Dabei ist uns, glaube ich, noch nicht bewusst, was das heißt. Inwieweit wir uns die ganze Zeit damit selbst optimieren ist ein Teil dieses Aspektes, um in diesem Sytsem weiterhin existieren zu können. Dazu passt unser Ansatz, wie man aus einem Raum hinaus und in das Computerspiel hinein tritt, wo auf einmal eine Spielfigur vor mir auftritt. Das hat nicht nur lustigen, sondern vorallem provozierenden Charakter als Angriff auf mein menschliches Dasein.

Optimierung bedeutet hier also sich in ein Sytsem rein zu optimieren?

Ja, wir spielen damit. Inwieweit kann ich mich optimieren, wie weit kann ich mit meiner Selbstoptimierung gehen? Psychologen sprechen von Resilienz, das heißt einer permanenten Abhärtung meiner Selbst gegenüber, um mich selbst zu optimieren. Jetzt geht es auch darum, inwieweit bin ich besser als eine

Foto: cyborgproduction

Maschine, die mir in gewisser Weise immer ein bisschen voraus sitzt. Auf einmal ist sie das Maß der Dinge. Ich muss mich mit ihr vergleichen, beispielsweise auf dem Arbeitsmarkt. Im Beruf habe ich die Maschine als Möglichkeit oder als Extention, merke aber nicht, dass ich mehr oder weniger zur Software-Extension werde. Dass sich das Prinzip in unserer Gesellschaft immer weiter umdreht, ich glaube, das ist vielen Menschen noch nicht bewusst.

Insofern bedeutet Optimierung auch nicht mehr aus einen bestimmten System ausbrechen zu können?

Genau. Das kann man nicht mehr. Man kann das nicht mehr zurückschrauben. Ich kann nur versuchen, mir über die Grenzen des Systems klar zu werden und den Verlauf vielleicht in andere Richtungen zu lenken.

Warum fällt es uns Ihrer Ansicht nach schwer aus dem digitalen System auszubrechen?

In Verbindung zu künstlicher Intelligenz verhalten wir uns mit sehr viel Empathie, wie gegenüber einem kleinen Kind, das noch lernen muss. Das hat etwas aufgeladenes, etwas quasi religiöses, dass Technologie so ein Aspekt ist, der da ganz groß eine Rolle spielt. Man merkt in unserer Gesellschaft, so schön säkularisiert wie sie ist, steckt Gott in der Maschine. Der Cyborg ist die Supermaschine, die uns Gott näher bringt, sag ich mal. Jedenfalls verhalten sich die Menschen demgegenüber so. Das finde ich interessant.

Vielen Dank für das Gespräch!

Foto: Rolf Kasteleiner

8 QUADRAT METER

Das Tuch vor dem Fenster bewegt sich leicht mit der Brise. Von meiner Schlafstätte aus blicke ich raus durch die kleinen Küchenfenster auf grüne Bäume und einen strahlendblauen Himmel. Über 41 Grad werden es an diesem Tag, ein neuer Rekord. In einem Haus, das einem Bauwagen gleicht, ist die Hitze nur durch konstantes Lüften auszuhalten. Für ein paar Tage wohne ich in einem sogenannten Tiny House

Text und Fotos: Cosima Kopp

Als ich am Vortag das Gelände betrete, wirken die Tiny Häuser ganz verloren. Umgeben von den riesigen Hallen der ehemaligen Fabrik steht mein Zuhause auf Zeit, daneben das mobile Büro des Architekten Van Bo Le-Mentzel. Der Tiny Temple sieht von außen aus wie das Brandenburger Tor in weiß. In den Flächen zwischen den griechischen Säulen befinden sich Türen. Sechs Zimmer verteilen sich hier auf lediglich acht Quadratmetern. Um zur Wohnfläche im zweiten Stock zu gelangen, muss eine Leiter erklommen werden. Ich fühle mich wie ein Kind auf Entdeckungsreise.

Selbst bauen

Van Bo Le-Mentzel, der Architekt des Tiny Tempels und des Tiny 100, ging mit seinen Kreationen schon immer einen unkonventionellen Weg. Bekannt wurde er vor allem durch seine „Hartz-IV- Möbel", die man einfach zuhause nachbauen konnte. Die Baupläne stellt Van Bo nämlich online kostenlos zur Verfügung. Mittlerweile schafft er voll bewohnbare Häuser im Kleinformat. Der Kerngedanke bleibt jedoch der Gleiche: Selbst bauen als Strategie gegen den Konsum.

Die Einrichtung im Tiny Tempel ist minimalistisch gehalten. In der Wohnung findet sich eine Küchenzeile mit Spüle und Gaskocher, gegenüber erstreckt sich ein Sofa. Die Spiegelwand darüber lässt den Raum größer wirken. Ganz am anderen Ende befindet sich die kleine Schlafnische. Das Leben im Tiny House spielt sich jedoch hauptsächlich draußen ab. An dem großen Tisch draußen sitze ich morgens gemütlich beim Frühstück, arbeite mittags und empfange abends Gäste. Im Sommer ist es kein Problem sein Leben nach draußen zu erweitern, doch wenn die Temperaturen sinken kann es ungemütlich werden. Die meisten Tiny House-Bewohner fahren daher über den Winter mit ihren Häusern in den Süden, erzählt mir der Architekt Van Bo Le-Mentzel.

Unreal estate

Wir müssen unser Konzept von Wohnen hinterfragen, so Van Bo. Eigenen Grund und Boden, sogenanntes „real estate", zu besitzen ist der Traum von vielen. Van Bo, der mit seiner Frau und zwei Kindern in einer Mietwohnung wohnt, beäugt dies kritisch. "Wenn das der wahre Status ist, dann möchte ich den unwahren Status bauen", dachte er sich und baut kurzerhand sein erstes Tiny House, das er passend „unreal estate" Haus nennt.

Van Bo scheint mit dem Wunsch nach unkonventionellem Wohnraum nicht alleine zu sein. Immer häufiger gibt es Berichte über Tiny Häuser und deren Bewohner*innen. Es sind Menschen, die sich nicht in den Wohnkonzepten Ikeas wiederfinden. Der Trend hinter Van Bos Wohnkonzept wirft jedoch die Frage auf, ob nicht auch bald Tiny Häuser kommerzialisiert werden. „Das wird definitiv kommen", sagt der Architekt. „Bei Tischlereibetrieben kann man schon Tiny Häuser bestellen. Es ist nur eine Frage der Zeit, ab wann man auch billig Tiny Häuser kaufen kann."

Die Tiny Häuser aus dem Katalog könnten das Konzept der Zukunft sein. Derzeit kostet der Bau eines Tiny House noch weit über 15.000 Euro. Durch Vermietung der Wohnfläche könnte der minimalistische Lebensstil einer breiteren Menge zur Verfügung stehen. Van Bo beschäftigt jedoch auch die Frage, wie wir uns unsere zukünftige Gesellschaft vorstellen. „Ist das, wie wir Zivilisation begreifen?", sagt er. „Das diejenigen, die an der Macht sind über das Schöne bestimmen und die, die nicht reinpassen, im Mittelmeer landen? Ist das die ethische Version unserer Welt? Wieso sollten Wenige es so viel besser haben, indem die Mehrheit ihnen diesen Wohlstand auch noch erarbeitet?"

Wohnen als soziale Idee

Schon mit seinem ein Quadratmeter Haus verfolgte Van Bo eine soziale Idee. Das zwei Meter hohe Rechteck lässt sich zum Schlafen einfach umdrehen und bietet so auf wenig Raum Menschen in Not eine Unterkunft. Sein Baukonzept wurde weltweit von New York bis Korea nachgebaut, die Materialkosten belaufen sich auf rund 250 Euro.

Jedoch sei reine Obacht nicht die Lösung, so Van Bo. Daher hat er in den Plan des Tiny Tempel in eine soziale Idee eingebettet. In den unteren Räumlichkeiten befinden sich der sozial-Kiosk, ein frei zugängliches Bücherregal und eine Toilette, die für öffentliche Veranstaltungen genutzt werden könnte. Die Räumlichkeiten sollen einen sozialen Ort schaffen und es dem Bewohner oder der Bewohnerin in der darüber liegenden Wohnung ermöglichen, sich am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen. Der sozial-Kiosk bietet die Möglichkeit zum Verkauf von Getränken. „Es gibt einen Unterschied zwischen Wohnen, einem angemeldeten Wohnsitz, und leben, mit der Band proben, ein Geschäft oder Restaurant eröffnen", sagt Van Bo. „Warum trennen wir wohnen und leben?"

Bisher ist es noch ein langwieriger Prozess ein Tiny House als Wohnsitz zu deklarieren, jedoch seien die Behörden offen für die Idee. Es sei nur an der Zeit bis sich die Gesetze anpassen. Auch das sieht Van Bo vollkommen demokratisch: „Jemand der klein wohnen will, für den muss das möglich sein."

Marzahn Gathering

Fliegende Baumstämme und schottischer Whiskey: Zu Besuch bei den Berliner Highland Games, einem Event, irgendwo zwischen folkloristischem Spektakel und Trendsportart

Text und Foto: Carl Winterhagen

Es ist ein sommerlicher Sonntagnachmittag in den Gärten der Welt in Berlin-Marzahn. Leicht bräsige Rentner*innen und Familien mit aufgeregten Kindern tummeln sich auf den Wiesen zwischen italienischem Renaissance-Garten und dem Chinesischen Garten mit seinen von feinen Verzierungen geschmückten Tempeln. Auf einmal durchbricht ein martialischer Urschei die Idylle. Im selben Moment saust eine über sieben Kilogramm schwere Eisenkugel mit Holzstiel rund 30 Meter durch die Luft und prallt mit einem dumpfen Geräusch auf der Erde auf. Dudelsackspiel setzt ein.

Die Berliner Highland Games finden nun schon zum zehnten Mal statt. Jedes Jahr messen sich im Osten der Stadt zahlreiche deutsche Highlander in Disziplinen mit klangvollen Namen wie „Weight for Height“, „Scottish Hammer“ oder „Tossing the Caber“. Dahinter verbergen sich eigentümliche Kraftsportarten, die eine lange Historie mit sich ziehen. Kein Wunder, sind die Highland Games doch einst im Mittelalter entstanden, um die stärksten Männer für die schottische Königsgarde zu rekrutieren.

Marzahner Highlands

Wie ein König fühle ich mich auch, wenn ich an diesem Sonntag mit der Seilbahn in die Gärten einschwebe – grandiose Aussicht auf Fernsehturm und die Berliner Hochbauten inklusive. Schon in der Schlange vor dem Kassenhäuschen stoße ich auf den einen oder anderen Kilt. Das ist nicht weiter verwunderlich, schließlich bekommt man heute im Schottenrock vergünstigten Eintritt in den Park.

Unterwegs in der Gondel werde ich per Tonband mit Dudelsack-Klängen begrüßt. Im Anflug auf den Ort des Geschehens erblicke ich bereits die große Wiese und dutzende Festzelte. Mit einem Mittelaltermarkt, Buden, Bühnen und verschiedenen Mitmachaktionen ist heute für ein passendes Rahmenprogramm gesorgt. Während ich mich den Spielen nähere, offenbart sich mir eine absurde Szenerie: Exotische Pflanzen links und rechts, ein graues Plattenbau-Panorama im Hintergrund. Auf den ersten Blick hat das alles recht wenig mit den schottischen Highlands zu tun, die man am ehesten mit neblig-grünen Hügeln und Loch Ness verknüpfen würde – wären da inmitten der Gärten nicht unzählige Menschen in Schottenröcken.

Im Gegensatz zu den Zuschauer*innen herrscht für die Athleten laut Regelwerk übrigens Kilt-Pflicht. Doch damit längst nicht genug: Zwei schottische Flaggen zieren den Sportplatz, der mit einem Band aus Wimpeln in den Landesfarben blau und weiß abgesperrt ist. Davor haben sich die hartgesottenen Fans in Stellung gebracht: Auf Campingstühlen und Picknickdecken haben sie sich die besten Plätze im Schatten gesichert und verfolgen nun in ihren karierten Beinkleidern, Schottland-Trikots oder Keltenshirts das Geschehen.

Lusicic packt den Hammer aus

Dann endlich betreten die Sportler das runde Grün: Rund 20 Männer mit massiven Körpern, einige eher Typ Bodybuilder, wenige mit klassisch athletischer Figur – darunter unter anderem Größen wie der amtierende deutsche Meister Sandro Lusicic. Auch Frauen wären teilnahmeberechtigt gewesen, anscheinend jedoch hatten sich nicht genügend Teilnehmerinnen angemeldet, um eine eigene Wettkampfklasse auf die Beine zu stellen. Geleitet und kommentiert wird die Veranstaltung von einem kahlrasierten Hünen mit Sonnenbrille, der den rund 500 Zuschauern fachkundig Details zu Regeln und Techniken der einzelnen Disziplinen näherbringt.

Das Event startet mit der recht unspektakulären Disziplin „Weight for Distance“, bei der es schlicht darum geht, ein Metallgewicht möglichst weit von sich zu schleudern. Das Publikum reagiert zurückhaltend, man muss selbst erst einmal warm werden, wo die Zapfhähne doch erst wenige Minuten offen sind. Beeindruckend ist das Ganze allemal: Vom Selbstversuch, 13 Kilogramm – also ziemlich genau das Gegengewicht eines vollen Bierkastens – durch den heimischen Garten zu schmeißen, wird aus gesundheitlichen Gründen vom Autor dieses Textes abgeraten. Unmittelbar danach sausen die ersten Hämmer durch die Luft. Unter den Zuschauer*innen sind die ersten „Oohs“ und „Aahs“ zu vernehmen, wenn die Athleten Weiten von über 25 Metern erreichen. Als Sandro Lusicic in den Kreis tritt, sagt der Kommentator ein beachtenswertes Ergebnis vo-

raus. Er soll Recht behalten: Sandro Lusicic holt zum großen Wurf aus, legt seine ganze Muskelkraft und Stimmgewalt in die Aktion und sichert sich mit einer Weite von 34,65 Metern den Tagessieg in dieser Disziplin. Unter den begeisterten Zuschauern brandet Applaus auf.

Die Gatherings erobern die Welt

Dass Jahrhunderte später auf dem Gebiet des Heiligen Römischen Reiches Deutscher Nation hunderte Menschen ein solches Spektakel bejubeln, hätten die schottischen Clanführer im Mittelalter wohl kaum für möglich gehalten. Traditionellerweise bewiesen damals Männer im Rahmen von Treffen der Clans ihr Können, bei sogenannten „Gatherings“. Begleitet wurden die Feste von Tanz- und Musikeinlagen.

2019 sind die Highland Games längst keine schottische Eigenheit mehr: Die Wettkämpfe finden in inzwischen in nahezu allen Ländern der Erde statt. In Deutschland erfreut sich der Sport größter Beliebtheit: Seit 2008 koordiniert der Deutsche Highland Games Verband Veranstaltungen und Regeln – mit Erfolg: Dieses Jahr finden zwischen April und September fast 50 Spiele von Bayern bis nach Ostfriesland statt.

Die berühmtesten Highland Games starten jedoch weiterhin im schottischen Braemar. Die Wettkämpfe hier sollen die ältesten der Welt sein. Vor bis zu 15.000 Besuchern, darunter in aller Regel auch Queen Elizabeth II, werden beim Braemar Gathering Gewichte geworfen, Dudelsack gespielt und Tauziehen veranstaltet.

Grillgeruch und Folkmusik

In Berlin-Marzahn ist Pause zwischen den Wettkämpfen. Ich nutze die Gelegenheit für eine Runde über das Festgelände: Grillgeruch und Klänge keltischer Folkmusik überlagern das Getümmel. Gaukler auf hohen Stelzen bahnen sich staksend einen Weg zwischen den Menschenschlangen. An einem Stand werden ritterliche Holzwaffen verkauft, am nächsten bieten zwei Künstlerinnen selbst gebastelten Schmuck an. Es würde mich gar nicht weiter verwundern, käme gleich König Artus höchstpersönlich vorbeigeritten.

In einer wie ein Fass geformten Holzbude am Ende des Geländes werden am laufenden Band frisch gezapfter Cider, Schwarzbier und schottischer Whiskey ausgeschenkt. Dass man bei Temperaturen von 28 Grad und praller Sonne viel trinken sollte, nehmen die Leute hier eben sehr ernst.

Auf dem Spielfeld messen sich die Highlander unterdessen bei „Weight for Height“, einer recht selbsterklärenden Disziplin: Mit einer Hand muss ein Gewicht über eine Latte geworfen werden. Wer es in drei Versuchen nicht schafft, scheidet aus.

Brot und Spiele

Anschließend folgt die Königsdisziplin „Toss a Caber“. Beim Baumstammwerfen, werde ich vom Kommentator aufgeklärt, geht es ausnahmsweise mal nicht um die erzielte Weite, sondern viel eher um Technik und Präzision. Die Kunst liegt zunächst einmal darin, den Baumstamm aufzunehmen und dabei die Balance zu halten und ihn anschließend schräg nach vorne zu schleudern, sodass er sich einmal überschlägt. Für die Bestnote bleibt dieser dann in einer geraden Linie zum Werfer liegen.

Zwar legt sich das Duo aus Dudelsackspieler und Trommler musikalisch noch mal richtig ins Zeug, um die Sportler bis ans Limit zu pushen. Tatsächlich gelingt an diesem Nachmittag aber nur wenigen Teilnehmern überhaupt ein Überschlag des Stammes. Wenn doch, reißt das Ergebnis die Fans aus den Campinghockern.

Unter ihnen sind auch zwei junge Herren, die nicht so recht ins Bild der restlichen Zuschauer passen. Weiße Reebok-Sneaker, gezwirbelter Vollbart – die beiden würde man eher Matcha-Latte schlürfend in einem Kreuzberger Café erwarten, wären da nicht die adretten Kilts, die beide passend zum Outfit tragen. Was sie hierher verschlägt? „Ganz einfach“, sagt einer der beiden und deutet auf das Glas Bier in seiner Hand: „Das hier. Und das da vorne.“ Sein Zeigefinger wandert dabei in Richtung der Sportler auf dem Rasen. Seine Antwort ist so simpel wie ehrlich: Anders würde ein Fußballfan im Stadion auf meine Frage auch nicht reagieren. So bleiben die Berliner Highland Games letztlich nicht mehr und nicht weniger als ein ganz normaler Sonntagsausflug.

3 FRAGEN AN

Professor Klausnitzer

Professor Ralf Klausnitzer hat Neue Deutsche Literaturwissenschaft und Philosophie unter anderem an der HU studiert. Seit 2008 lehrt er an der HU, inzwischen am Institut für Deutsche Literatur

Interview: Isabella Falkner

Wenn Sie sich heute an Ihren Schreibtisch setzen würden, um einen Roman zu schreiben, wie würden Sie die typischen Held*innen der heutigen Zeit darstellen?

Die Helden unserer Zeit sind die Studierenden an einer deutschen Universität. Denn wie ihre Vorgänger in mythischen Zeiten oder im Märchen müssen heutige Studierende gegen schier übermächtige Widrigkeiten ankämpfen. Und noch mehr tun als früher. Denn was ist ein Drachen gegen ein Prüfungsamt? Und was eine Dornenhecke gegen das Gestrüpp aus Studienordnungen? Auch die Verführungen sind andere: Statt der Sirenen, die den Odysseus lockten, lauern heute Texte und Textbausteine aus dem Netz, die sich ohne Schwierigkeiten in eigene Hausarbeiten integrieren und gute Noten kassieren lassen. Wer kann dazu schon nein sagen? - In dem Campusroman, an dem ich tatsächlich schreibe, gibt es deshalb nur studentische Helden. Alle anderen Figuren sind geplagte Seelen, die andere arme Seelen plagen.

In welcher Literaturepoche finden sich die krassesten Antagonist*innen zu unseren heutigen Held*innen?

Der wohl krasseste Gegenspieler zum gegenwärtigen Studierenden an einer deutschen Universität findet sich in der Blütezeit der klassisch-romantischen Literaturepoche und also in der Zeit um 1800. Da gibt es doch tatsächlich einen Typen wie Johann Wolfgang Goethes Roman-Helden Wilhelm Meister (kommt aus einem acht Bücher umfassenden Roman, der erstmals 1795/96 erscheint). Und der benennt als sein persönliches Lebensziel die Bildung aller seiner Anlagen. Er schreibt in einem Brief einfach so: sich selbst bilden. Ohne Bachelor oder Master. Und dann liest er auch noch den „Hamlet" von Shakespeare. Freiwillig. Und denkt darüber nach. Ohne einen einzigen ECTS-Punkt dafür zu erhalten. Wo gibts denn sowas?

Macht mich Lesen zu einem besseren Menschen?

Was denn sonst?

Numerus Clausus

Kannste

Er ist der größte Feind der Studienanwärter: der NC. Spätestens in der Oberstufe sind selbst die Noten in Sport und Religion nicht mehr egal, denn jedes Fach zählt in die Abiturnote

Text: Cosima Kopp

Mit dem Numerus Clausus, übersetzt “beschränkte Zahl”, gibt eine Universität an, welche Abiturnote der letzte zugelassene Bewerber aus dem Vorjahr hatte. Insbesondere bei beliebten Fächern wie Medizin oder Psychologie steht der NC oftmals bei 1,0. Die Chance angenommen zu werden, ist somit enorm niedrig und übt zusätzlichen Druck auf Abiturient*innen aus.

An der Humboldt-Universität unterteilt sich das Aufnahmeverfahren wie folgt: 20 Prozent der Bewerber werden anhand der Abiturnote zugelassen, weitere 20 Prozent durch Wartesemester und die restlichen 60 Prozent werden an Leute mit zusätzlichen Qualifikationen wie Praktika, einer Ausbildung oder guten Noten in fachspezifischen Fächern vergeben. Für jemanden mit einem 2,0-Abitur kann es so jedoch bis zu 14 Wartesemester lang dauern, um seinen Traum vom Medizinstudium an der HU zu erfüllen. Sinnlose Zeit, die überbrückt werden muss.

In Österreich gibt es schon länger Eingangstests, die Wissen in fachspezifischen Disziplinen abfragen. Das Ergebnis ist ausschlaggebend für die Zulassung zum Studiengang. Der NC hingehen sagt nämlich nichts über den Schwierigkeitsgrad des Studiengangs aus, sondern nur über dessen Beliebtheit. Ob ein Kandidat motiviert genug für das Medizinstudium ist, lässt sich nicht an seiner Abiturnote ablesen. Das veraltete Zulassungsverfahren an deutschen Hochschulen kann man echt knicken.

Knicken

ANZEIGE

19 90
EURO / MONAT

FRAUEN Pink FITNESS

TAGESPASS
EIN GANZER TAG
FITNESS & WELLNESS
IM PINK FRAUEN FITNESS
(Nur 1 Gutschein pro Person)

FITNESS
KURSE &
WELLNESS
WOMEN ONLY!

WWW.PINKFRAUENFITNESS.DE
FRIEDRICHSTRASSE 100
DIREKT AM S-BAHNHOF

Endstation ohne Ende

**Wir machen uns auf den Weg ans Ende unserer Welt.
Zurückbleiben bitte! Heute: mit der U1/U3 zur Warschauer Straße**

Text und Foto: Robin Anderson

Es gibt eine Endstation in Berlin, die kaum als Endstation wahrgenommen wird. Eine Endstation, an der immer etwas los ist. Eine Endstation, die zentraler kaum sein könnte. Die Rede ist von der Warschauer Straße.

Von hier aus fahren alle fünf Minuten die U-Bahn-Linien U1 und U3. Aber auch Trams, S-Bahnen und Busse starten und enden an diesem Ort. Und er bietet nicht nur das beste des Berliner ÖPNVs, sondern auch noch viel mehr. Egal ob veganen Döner, ein Stück der Berliner Mauer oder auch Drogen. All das findet ihr direkt an der Warschauer Straße. Entlang der Spree, gegenüber der Mercedes-Benz-Arena, zieht sich die wohl bekannteste Attraktion der Gegend: die East Side Gallery mit dem „Bruderkuss“ zwischen den Staatschefs Breschnew und Honecker oder das Abbild des Trabis, der die Berliner Mauer durchstößt. Ein Stück historisches Berlin, modern inszeniert und die Geschichte künstlerisch verarbeitend. Der Ort, an dem vor 20 Jahren noch die Welt gespalten war, ist heute ein Ort, an dem bunte Graffitis es schaffen, die Lebensfreude Berlins, die große Weltpolitik sowie drängende Gesellschaftsfragen auf einer 1316 Meter langen Wand auszudrücken. Und nebenan, wo einst der eiserne Vorhang die DDR-Bewohner*innen vor dem kapitalistischen Westen bewahren sollte, kann man am Mercedes-Benz Platz dem Konsumdrang freien Lauf lassen. Rooftop-Bar und Gourmet-Restaurant sind hier inklusive, nächtigen kann man im Hilton-Hotel. Nur einige Meter weiter steht die neu errichtete East Side Mall. Früher war in dieser Gegend nichts als die Mauer. Der Mauerstreifen war eine Todeszone. Heute kann man in dem für 200 Millionen Euro errichteten Konsumtempel in die üblichen Läden gehen, die es in den 66 anderen Malls dieser Stadt auch gibt.

Doch wenn die Mall um 20 Uhr schließt, geht es an der Warschauer Straße erst los. Auf der anderen Seite des Bahnhofes ist das andere Berlin zu finden. Das Berlin, das die Nacht nicht im Hilton verbringt, sondern im Haubentaucher. Das Berlin, das am Sonntag nicht brunchen geht, sondern das Katerfrühstück genießt. Egal wie viel Uhr es ist, es scheint so, als würde dieser Teil der Warschauer Straße nie schlafen. Ein Club reiht sich an den anderen und obwohl sich hier Tourist und Drogendealer Gute Nacht sagen, ist dieser Ort bei den Berliner*innen trotzdem nicht uncool geworden. Rund 1,6 Kilometer lang ist der kulinarische und kulturelle Schmelztiegel der Stadt. Tagsüber riecht es nach Essen und Autos, abends nach Alkohol und Freiheit.

Paris hat die Champs Elysée, London die Oxford Street und Friedrichshain die Warschauer Straße. Es ist ein Ort, an dem Welten aufeinanderprallen und Kontraste sichtbar werden. Ein seelenloser Ort der Gentrifizierung auf der einen Seite und das hemmungslose Mekka des Nachtlebens auf der anderen.

WE WANT YOU!

UnAuf gefordert

unauf.de/kontakt/mitmachen/

ANZEIGE

Rechercheprojekt zur Demokratie an Hochschulen

WARUM WÄHLST DU?

Geringe Wahlbeteiligung, undurchsichtige Finanzen, kaum Kontrollen: Studierendenvertretungen in Deutschland stecken in der Krise. Woran liegt das? Und wie kann es besser werden? **CORRECTIV** recherchiert ab sofort dazu, gemeinsam mit der **UnAufgefordert** – und wir brauchen Deine Hilfe! Zusammen wollen wir die Demokratie an Hochschulen stärken.

Hilf mit, die studentische Demokratie zu stärken!

→ correctiv.org/warum-waehlst-du

CORRECTIV
Recherchen für die Gesellschaft