



Jonelle Lewis über Was kommt als nächstes für Black Lives Matter?

Letzten Sommer habe ich viele Menschen, Räume und Marken in der Yoga- und Wellness-Community gesehen, die im Zusammenhang mit dem Mord an George Floyd und der Black Lives Matter-Bewegung schwarze Quadrate gepostet haben. Im Gegensatz dazu erwähnten auch viele Leute dies nicht und anstatt auf Menschen zu reagieren oder Verbündete zu zeigen, die einen Dialog über Antirassismus führten, schwiegen sie und ergriffen keine Maßnahmen – als hätte nichts stattgefunden. Es ist ein Jahr her und die Frage, die ich jetzt habe, ist: Wo sind alle auf ihrer Reise gegen Rassismus? Machen die Leute, die die schwarzen Quadrate gepostet haben, immer …



Letzten Sommer habe ich viele Menschen, Räume und Marken in der Yoga- und Wellness-Community gesehen, die im Zusammenhang mit dem Mord an George Floyd und der Black

Lives Matter-Bewegung schwarze Quadrate gepostet haben. Im Gegensatz dazu erwähnten auch viele Leute dies nicht und anstatt auf Menschen zu reagieren oder Verbündete zu zeigen, die einen Dialog über Antirassismus führten, schwiegen sie und ergriffen keine Maßnahmen – als hätte nichts stattgefunden.

Es ist ein Jahr her und die Frage, die ich jetzt habe, ist: Wo sind alle auf ihrer Reise gegen Rassismus? Machen die Leute, die die schwarzen Quadrate gepostet haben, immer noch die Anti-Rassismus-Arbeit? Haben sich die Leute, die still waren, überhaupt damit beschäftigt? Hat die Gedankenführung zum Thema Rassismus angehalten?

Als schwarze Frau waren viele meiner Erfahrungen während des Übens, Trainings und Lehrens von Rassismus und Anti-Blackness betroffen. Meine Existenz in Yoga und Wellnessräumen war immer in Frage. Was in der dominanten Kultur geschah, spielte sich in Räumen ab, in denen ich mich verbinden, heilen und befreien und die Menschen durch ihre Praxis führen wollte. In einer Branche, in der ständig auf Sätze wie „wir sind eins“, „nur gute Stimmung“ und „Liebe und Licht“ Bezug genommen wird. Gleichzeitig hatten so viele andere schwarze und braune Menschen eine Erfahrung, die oft nicht anerkannt, ignoriert, geleugnet wird, oder sie werden herabgesetzt, weil sie sie zur Sprache gebracht haben.

Es muss anerkannt werden, dass viele von uns gekommen sind, um Yoga durch das Tor der Asana zu praktizieren, was eine sehr physische und persönliche Erfahrung ist. Wir beginnen auf unseren Matten, mit unserem Atem und all unseren Erfahrungen und Identitäten durch die Körperhaltungen zu navigieren. Es ist sehr individuell ausgerichtet, aber in Wirklichkeit ist Yoga eine Praxis sozialer Gerechtigkeit. Die Praxis schafft Expansion, damit wir beginnen können, uns mit größeren gesellschaftlichen Problemen zu befassen.

Für diejenigen, die die Arbeit des Antirassismus tun möchten, aber vielleicht nicht wissen, wie sie beginnen oder wie sie

fortfahren sollen, möchte ich drei Punkte anbieten, um diese Arbeit effektiv zu erledigen:

Wie man auf die Beendigung des Rassismus hinarbeitet

Jeder von uns hat eine Rolle beim Abbau dieses Unterdrückungssystems zu spielen. Es liegt in der Verantwortung von uns allen, Rassismus zu beenden. Es liegt nicht nur an den Schwarzen, die Arbeit zur Beendigung des Rassismus zu tun. Das ist unmöglich. Dieser Prozess wird auch Zeit brauchen und wir können nur hoffen, dass wir Rassismus in unserem Leben beenden können. Jeder von uns muss nicht mehr sagen, ob wir eine persönliche Erfahrung mit Rassismus machen oder durch andere davon erfahren. Wir alle haben Möglichkeiten, am System teilzunehmen, und es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass jeder auf der Welt von systemischem Rassismus geprägt ist – er ist in unserer Gesellschaft verankert. Wir müssen die Praxis des Selbststudiums nutzen, um die Räume in unserem Leben zu identifizieren, an denen wir teilnehmen, damit wir beginnen können, abzubauen. Wir werden alle unterschiedliche Aufgaben zu erledigen haben und uns an verschiedenen sozialen Orten und Privilegien an dieser Arbeit beteiligen. Etwas, an das man sich erinnern sollte, ist, dass diese Arbeit hart, unangenehm und chaotisch sein wird. Wir werden Fehler machen. Das heißt nicht, dass wir nicht bereit sind. Es bedeutet einfach, dass wir Menschen sind.

Wie man für rassistisches Verhalten in seinem Alltag verantwortlich ist

Sobald wir Verantwortung übernehmen und uns dazu verpflichten, Antirassist zu sein, müssen wir für unsere Verpflichtungen zur Rechenschaft gezogen werden. Es muss

einen Feedback-Mechanismus für unsere Absichten und deren Auswirkungen geben. Wir müssen Systeme einrichten, die erkennen, wann ein Schaden auftritt, und Möglichkeiten haben, den Schaden zu beheben. Es reicht nicht aus, ein schwarzes Quadrat in den sozialen Medien zu veröffentlichen, Aussagen zu Ihren Verpflichtungen zu machen und dann keinen Weg aufzuzeigen, diese zu erfüllen. Wenn Sie Verpflichtungen eingegangen sind, haben Sie diese eingehalten? Wenn nicht, warum nicht? Rechenschaftspflicht beginnt bei Ihnen und ist keine einmalige Sache. Durch Rechenschaftspflicht sind Ergebnisse und Veränderungen in der Kultur möglich.

Wie man sich mit der BIPOC-Community verbindet und Antirassismus unterstützt

Die Arbeit des Antirassismus oder der Abbau von Rassismus muss in der Gemeinschaft geleistet werden. Ja, viele von uns haben mit ihren Matten angefangen, Asana zu machen, und es war eine zutiefst persönliche Erfahrung. Viele von uns werden begonnen haben, ihre Antirassismus-Arbeit auf die gleiche Weise zu tun. auf eigene Faust. Die Ausübung von Yoga bietet jedoch nicht nur persönliche Befreiung; es bietet kollektive Befreiung. Durch unsere persönliche Verantwortung fordern wir die Community auf, uns für unsere Verpflichtungen zur Rechenschaft zu ziehen. Durch die Gemeinschaft werden wir bestätigt, unterstützt und bezeugt. Wir sind der Meinung, dass diese Arbeit nicht alleine geleistet werden sollte und niemals sein sollte. Wir werden unterstützt, wenn wir etwas falsch machen, wenn es schwierig und chaotisch wird.

Durch unsere persönliche Arbeit in Zusammenarbeit mit unserer Community können wir die Veränderung sein, die wir sehen wollen. Es ist nicht einfach, und wir tun es trotzdem, weil Rassismus alle verletzt und unterdrückt. es hält uns alle davon ab, in unserer Fülle zu leben.

Nehmen Sie an einer abwechslungsreichen

und umfassenden Yogalehrerausbildung teil: Radical Darshan

Möchten Sie Ihre Yogapraxis oder Ihren Yogalehrer vielfältiger und integrativer gestalten? Melden Sie sich für die **Radikaler Darshan** 300 Stunden YTT. **Jetzt bewerben** um Ihren Platz zu buchen.

Aus der Feder von Yogamatters

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki