

„Denken – Fühlen – Wollen“

Professorin Sabine Bobert hat ein eigenes System zur Persönlichkeitsbildung und Stressprophylaxe entwickelt

Flensburg. Sie sei einfach nicht linientreu gewesen, sagt Sabine Bobert, 1964 in Ost-Berlin geboren. Zudem pazifistisch. Ihre Entscheidung für einen Studiengang fiel in die Zeit der sowjetischen Intervention in Afghanistan. Da blieb „nur“ das Theologie-Studium, das nicht nach einer marxistisch-leninistischen Gesinnung verlangte. Seit 2001 hat Bobert die Professur für Praktische Theologie an der Christian-Albrechts-Universität in Kiel inne mit den Schwerpunkten Seelsorge, Medien-Religiosität, Postmoderne Spiritualität (Mystik und mentales Coaching).

Und sie ist eine Pionierin in vielerlei Feldern. Sabine Bobert ist zum Beispiel die erste Frau auf diesem Posten an der CAU. Und: „Ich war die erste Ost-Deutsche in Pittsburgh.“ Nach ihrem Ersten Theologischen Examen ging sie, vermittelt vom Ökumenischen Rat der Kirchen, für ein Jahr in die USA. Das sei „sehr cool“ gewesen und war gekrönt von einem Master of Sacred Theology. Sie habe sich auch vom Osten erholt. 2010 schließlich hat Bobert das System für mentales Coaching „MTP – Mental Turning Point“ begründet und sich die Wortmarke schützen lassen. Am Wochenende vermittelt sie Grundlagen in einem Seminar im Gemeindezentrum Engelsby.

Ein Reitunfall im Jahr 2002 und die folgende Zwangspause über ein Jahr habe sie mit asiatischen und Heilverfahren wie der craniosacralen Therapie in Berührung gebracht. Ihre asiatischen Lehrer haben zunächst die Wahrnehmung ihrer Schützlinge geschult, erinnert sich Bobert. Damals habe sie vier Stunden täglich meditiert. „Seit der Zeit habe ich keinen Fernseher mehr und kein Radio“, sagt die redegewandte Frau mit Berliner Dialekt und lacht. Ihre Freunde sorgen schon mit Mitschnitten dafür, dass sie etwa Sendungen über sich selbst nicht versäumt.

Sie kam gut voran, fanden ihre Lehrer, und warnten zugleich davor. Zunehmend habe sie begonnen, die Texte der (christlichen - SB) Mystiker aus den ersten sechs Jahrhunderten zu lesen und sich zu fragen, wie jene meditierten. „Ein Mystiker kann seine Bewusstseinszustände ändern“, etwa wie bei einem Traum, und trotzdem wach bleiben. Die Menschen dazu in die Lage zu versetzen und am Ende Beobachter der eigenen Gedanken zu werden, das sei Ziel ihrer minimalistischen und hochwirksamen Übungen nach dem Muster „Denken – Fühlen – Wollen“. Das System könne einen Beitrag leisten für viele gesellschaftliche Bereiche und der Burn-Out- und Stress-Prophylaxe dienen. Bobert will auch die Ressource Mystik heben und „aus der Eso-Ecke“ herausholen, sagt die geerdete Theologin, die zwischen Kiel und Berlin pendelt, weil ihre Lebenspartnerin in der Hauptstadt wohnt. Eine Naturwissenschaftlerin übrigens. *Antje Walther*