

20 Jahre Yoga

Kneipp-Yogalehrerinnen feiern zusammen mit ihren Teilnehmerinnen

Einen vergnüglichen Nachmittag erlebten kürzlich rund 150 „Yogis“ aus Rotenburg und umzu, die meisten davon Mitglied im Rotenburger Kneipp-Verein. Anlass der Feier war ein doppeltes Jubiläum: die Yogalehrerinnen Marianne Dekkers und Margot Kreutzer-Lauber unterrichten seit nunmehr 20 Jahren beim Kneipp-Verein Rotenburg und zwar inzwischen zusammen genommen 14 Gruppen mit rund 200 Teilnehmenden wöchentlich.

Das Fest startete mit einer Yogastunde im XXL-Format in der Adolf-Rinck-Turnhalle. „Das war wirklich ein ganz besonderes Erlebnis -in dieser Größenordnung und gleich mit zwei Yogalehrerinnen zusammen,“ so eine der begeisterten Teilnehmerinnen. Anschließend hatten die Yoginis (so die weibliche Form, die auch überwiegend anzutreffen war) die Gelegenheit, sich in der Aula der Stadtschule am Kuchenbuffet zu stärken, um dann unter der Moderation von Anita Wolf-Turek etwas über die Yoga-Geschichte der letzten 20 Jahre zu erfahren: Auf welche Weise früher in den Gruppen noch Yoga geübt wurde, demonstrierte elegant Kollegin Sonja Heeg mit den „Asanas“ (Yogahaltungen) „Schulterstand“, „Pflug“, „Fisch“, „Zange“ und „Kinderkopfstand“.

Warum sie inzwischen von diesen, zwar schön anzuschauenden, für westliche Menschen jedoch meist nicht förderlichen Asanas Abstand genommen haben, erläuterten die Jubilarinnen so: Das Risiko, sich mit diesen Übungen Schaden zuzufügen, ist ungleich höher, als ihr tatsächlicher Nutzen. „Das Wesentliche,“ so Marianne Dekkers, „ist nicht, eine perfekte Form darzustellen, sondern die Teilnehmenden dort abzuholen, wo sie gerade stehen.“ So könnten ihnen, abgestimmt auf ihre Möglichkeiten, aber auch Einschränkungen, Übungsvarianten angeboten werden, so ergänzte Margot Kreutzer-Lauber, bei denen prinzipiell von jedem Menschen „Bhoga“, nämlich Wohlgefühl erfahren werden könne. „Vini-Yoga“, so sei die Bezeichnung für diese spezielle Yoga-Übungsweise.

Nach diesem Rückblick ehrten die Jubilarinnen, stellvertretend für alle anderen, die sieben Teilnehmerinnen, die durchgehend seit zwei Jahrzehnten mit dabei waren: Rosemarie Rathjen, Heidemarie Schusters, Käthe Salewski und Rita Kemnade bei Margot Kreutzer-Lauber und Renate Schwiebert, Monika Lohmann und Gerda Müller bei Marianne Dekkers.

Friedrich Kuhle, 1.Vorsitzender des Rotenburger Kneipp-Vereins, gratulierte im Anschluß mit Blumen und mit Wertschätzung dafür, daß das Engagement der Yogalehrerinnen auch dazu beigetragen habe, daß Rotenburg mit seinen über 1000 Mitgliedern, inzwischen der größte Kneipp-Verein in ganz Niedersachsen ist. Als bekennender „Nicht-Yogi“, der gleichwohl mehrfach (allerdings außerhalb Rotenburgs) Yoga ausprobiert hat, gab er seinen positiven Eindruck wieder, der ihm aus Rückmeldungen begeisterter Teilnehmerinnen entstanden sei.

Der Höhepunkt des Nachmittags war in der Einladung angekündigt als „märchenhafte

Darbietungen“ und sollte bis dorthin eine Überraschung sein- und die war dann auch vom Feinsten:

Die preisgekrönte Rotenburger Autorin und ausgebildete Märchenerzählerin Elise Andresen-Bunjes entführte ihr Publikum zunächst mit einem indischen Märchen in die Welt des Orients und schuf so die passende Atmosphäre für den Auftritt der nächsten Künstlerin: Anja Naima- selbst Yogalehrerin und begnadete Tänzerin aus Hagen bei Bremerhaven- verzauberte ihre Zuschauer zunächst mit indisch inspirierten Tänzen. Angetan mit einem prachtvollen, bunten Kostüm, ließ sie Asanas und Mudras (Fingergesten) auf gekonnte Art ineinander fließen. Dabei beeindruckte besonders ihre ausgeprägte Mimik und Gestik, die auf ganz unerwartete Weise den Humor mit ins Spiel brachte und den Kontakt zum Publikum herstellte.

Auf ein orientalisches Märchen mit dem sinnigen Titel „Weiberlist“ folgte ein nicht weniger faszinierender Tanz aus eben dieser Tradition. Eine Besonderheit bei dieser Vorführung waren die „Ishis Wings“, goldene, flügelartige Gebilde, die die Künstlerin elegant und gekonnt zum Einsatz brachte.

Nachdem dieser Teil des Festes unter dem tosenden Beifall des Publikums zuende ging, luden die Jubilarinnen ihre Gäste zu einem Abschlussritual in die Turnhalle ein. In großem Kreis bewegten sich alle noch einmal gemeinsam zu indischen Klängen und liessen so den allseits als sehr gelungen empfundenen Nachmittag ausklingen. Fotogalerien vom Jubiläum werden in Kürze eingestellt auf der Homepage des Kneipp-Vereins unter www.kneipp-verein-rotenburg.de und unter www.yoga-tut-gut.com.