

Jubiläum

30 Jahre Yogaschule Tübingen

Die Gründerin Ingrid Wiltschek gehört zu den frühen Yoga-Pionierinnen in Deutschland, die 1998 vom BDY mit der seltenen Anerkennung als Yogalehrerin BDY/EYU geehrt wurde. Für das Deutsche Yoga-Forum verfasste sie viele Jahre lang Artikel, die von ihrem reichhaltigen Erfahrungsschatz zeugen.



Foto von Romy Pfeifer

Die Yogaschule Tübingen feierte am 12. November 2017 ihr 30-jähriges Bestehen. Von ihren langjährigen Wegbegleiterinnen und vielen ehemaligen und aktuellen Ausbildungsteilnehmenden wurde Ingrid Wiltschek vor etwa 90 anwesenden Gästen mit Vortrag, Musik, Rosen, vielen Geschenken und Danksagungen geehrt.

Mit einem Beamer-Vortrag erzählte sie, wie sie bereits vor fast 50 Jahren dem Yoga begegnete und wie es ihr Lebensschicksal bestimmen sollte. Ihre beiden ersten Lehrer waren Roland Draht aus Ludwigsburg und der Inder Dev Murti aus dem Punjab, die beide bereits seit den 60er und 70er Jahren in Deutschland Vorträge, Kurse und Seminare abhielten. 1969 erteilte sie mit 17 Jahren auf Wunsch ihres Lehrers vertretungsweise den ersten Yogaunterricht in einer Turnhalle mit etwa 50 Personen.

Nach einem politisch und feministisch bewegten Studium der Sozial- und Verhaltenswissenschaften an der Universität Tübingen folgten Jahre der Suche nach Yoga-Vorbildern. 1980 begab sie sich auf eine einjährige Studienreise nach Indien, wo sie Yogapersonlichkeiten wie Krishnamacharya und Vishnu-Devananda erlebte.

Dass man den indisch geprägten Yoga nicht unüberlegt auf westliche Menschen übertragen kann, hat sie schnell begriffen. Mit dem Ziel, den Yoga zeitgemäß umzusetzen, hat sie in den folgenden Jahren bei vielen namhaften Yogagrößen in ganz Europa studiert, viele Yogadogmen kritisch hinterfragt und sich ausführlich mit westlichen Formen der Körperarbeit auseinandergesetzt wie: Eutonie, Feldenkrais und Sensory Awareness.

In der bewährten Zusammenarbeit mit ihrer Kollegin Helga Hoenen entwickelte sich über die Jahre hinweg eine ganz eigene, individuelle Yogapraxis, die gekennzeichnet ist von vertiefter Körperwahrnehmung, Leichtigkeit, Lebensfreude, spielerischer Kreativität und immer einer guten Prise Humor.

Auf Wunsch vieler Seminarteilnehmer*innen haben Ingrid Wiltschek und Helga Hoenen über zehn Jahre an der umfangreichen Dokumentation ihrer besonderen Yogapraxis gearbeitet und ein Manual mit eigens dafür entwickelten digitalen Figuren (Kalika-Figuren) erstellt, das mit der Benennung des Yogastils als Indrajala-Yoga (www.indrajala-yoga.de) ihren vorläufigen Abschluss gefunden hat.

Die Autorin des Artikels:

Gabriele Gatzweiler ist Yogalehrerin BDY/EYU. Ihre Ausbildung hat sie an der Yogaschule Tübingen absolviert, wo sie inzwischen im Ausbildungslehrgang zum Dozent*innen-Team gehört. Sie hat ein eigenes Yoga-Studio in Balingen und ist zertifizierte Indrajala-Yoga-Lehrerin.