

JUBILÄUM DER YOGASCHULE STUTTGART – RUDOLF FUCHS

50 Jahre Yoga

Am 12. Mai 2015 feiert die »Yogaschule Stuttgart« ihr 50-jähriges Jubiläum. Damit gehört sie zu den wenigen Yogaschulen in Deutschland, die auf ein derart langes kontinuierliches Wirken zurückblicken können.

Text: Dr. Christian Fuchs



sönlichen Auftrag von Mā Yogashakti – mit dem regelmäßigen Unterrichten von »Yoga-Nidrā«. Er war damit sicher einer der ersten, die diese von Swami Satyānanda entwickelte Übungsform hierzulande lehren. 1972 folgten die monatliche Einladung der Schüler zum »Satsaṅg« und zwei Jahre später die Einrichtung einer vertiefenden Unterrichtsform, die zunächst »Studio« hieß und seit einigen Jahren »Svārūpa-Yoga« genannt wird.

Ein Schwerpunkt der »Yogaschule Stuttgart« wurde zunehmend die Arbeit mit den indischen Quellentexten; insbesondere mit dem Yoga-Sūtra, den Upanishaden und der Bhagavad-Gītā. Um die genannten Texte regelmäßig zu rezitieren, entstand 1977 der sogenannte

Im Mai 1965 hatte mein Vater, Rudolf Fuchs, seine Heilpraktiker-Urkunde erhalten. Zu dieser Zeit richtete er auch in Ludwigsburg den ersten regelmäßigen Yoga-Unterricht ein. Begonnen hatte seine Hinwendung zum Yoga einige Jahre zuvor. 1960 begegnete Rudolf Fuchs seinem Lehrer Herbert Hildebrand, der seinerseits Schüler von Selvarajan Yesudian (1916 bis 1998) und Elisabeth Haich (1897 bis 1994) war. Yesudian hatte bereits vor dem Zweiten Weltkrieg in Budapest mit seiner Yoga-Weitergabe begonnen und damit eine eigene Tradition begründet.

Im Mai 1967 zog die Yogaschule meines Vaters nach Stuttgart um. Es bildete sich rasch ein fester Stamm von Schülern. Ab 1969 kamen regelmäßige Wochenendkurse und eine »Somerschule« in Wißgoldingen auf der Schwäbischen Alb hinzu. Gleichzeitig begann Rudolf Fuchs ab Herbst 1971 – im per-

»Svādhyāya«-Unterricht. Ausdruck und Ergebnis der Vertiefung des Sanskrit-Elements war auch die Herausgabe eines Buches zur Īśāvāsya-Upanishad durch meinen Vater und Margret Distelbarth – mit eigener Übersetzung, Kommentierung und einem – damals auf Kasette – angeleiteten Rezitationstext. Dieses Buch erschien 1981.

Im selben Jahr bezog die Yoga-Schule ihr neues Domizil im Stuttgarter Stadtteil Frauenkopf, direkt am Waldrand gelegen. Hier ging die Entwicklung der Schule, die seit 1983 auch »Yogaschule Stuttgart und Sanskrit-Schule, Rudolf Fuchs« heißt, bis heute weiter. Als 1984 die bis dahin entstandenen »100 Lehrbriefe der Yogaschule Stuttgart« in Buchform herauskamen, lag der erste Teil der Studie »Acht Stufen – Ein Weg. Die Yogasūtras des Patañjali« bereits in der dritten Auflage vor. Es folgten weitere wichtige Veröffentlichungen von Rudolf Fuchs

wie »Die verborgenen Pforten zum Yoga« (2005), »Brähma muhūrta und andere Eigenschaften des Yogaweges« (2011) und »Paramparā prāptam – von einem zum anderen weitergegeben« (2012). Die drei letztgenannten Publikationen sind alle im »Raja-Verlag« erschienen, der von der 2011 verstorbenen Mitarbeiterin und Lebensgefährtin meines Vaters, Jutta Zimmermann, begründet wurde. In diesen Schriften kommt das tiefe Fundament, das mein Vater gemeinsam mit seinen Schülern geschaffen hat, deutlich zum Ausdruck.

Rudolf Fuchs im Gespräch mit seinem Sohn, Christian Fuchs

Das Yoga-Wirken meines Vaters kann eigentlich nur in seinem unterrichtenden Tun erfahren werden. Dennoch unternehme ich im Folgenden den Versuch, einige der inhaltlichen Punkte, die ihm am Herzen liegen, in Gesprächsform wiederzugeben.

Christian Fuchs: Was ist für Dich Yoga?

Rudolf Fuchs: Es gibt den Yoga zwei Mal, als »Sahaja«-Yoga und als »Sādhanā«-Yoga. Letzterer ist schnell erklärt. Die Üben unserer Schule haben den Auftrag täglich zu üben, wöchentlich den Unterricht zu besuchen und Fragen zu stellen. Vor allem das Fragen-Stellen ist wichtig. Sri Ramana Maharshi hat es auf den Punkt gebracht. Die entscheidende Frage lautet: »Wer bin ich?«. Alle anderen Fragen münden in diese eine Frage.

Gibt es auf diese Frage eine erklärende Antwort?

Nein. Das Selbst kann nicht von dem Ich, welches es hervorgebracht hat, erkannt werden. – Die Antwort geschieht auf einer anderen Ebene. Deswegen zielt mein Unterricht auf das Erleben eines Ebenenwechsels. Das spiegelt sich auch in der Definition des Yoga nach Patañjali wider: »Yoga ist das Ende des denkenden Gemüts.«

Sind wir damit nicht schon mitten im »Sahaja«-Yoga? Was kann ich darunter verstehen?

Der Begriff »Sahaja«-Yoga entzieht sich einer Übersetzung in unsere Alltagssprache, die voller vorgeprägter Begriffe und mitgeschleppter Assoziationen ist. Wenn Sanskrit-Begriffe nur erklärt werden, verlieren sie ihre originäre Wirksamkeit, die durch Schwingung und Rhythmus entsteht. Wir nennen das im Yoga

»nāma-rūpa«: Schwingung schafft Form – und nicht umgekehrt. Ich bestehe deswegen darauf, dass Worte aus dem Sanskrit zunächst rezitiert werden, bevor man sie »verstehen« will. Entweder ich will Inhalte vermitteln oder ich will Wirkungen erzielen.

Was bedeutet das konkret für Deinen Unterricht?

Das bedeutet konkret: Ich sage im Unterricht zum Beispiel pūrṇa prāṇāyāma – die sogenannte »volle Yogi-Atmung« – stimmhaft an und lasse den Schüler eine neue Wirkung erfahren, die außerhalb seines – verstandesbetonten – Alltagsbezuges ist. Zu Hause – beim eigenen Üben – kann der Schüler durch stimmhaftes Sprechen diese Wirkung erneut erfahren; völlig unabhängig davon wie seine momentane äußere Befindlichkeit ist. Ich nenne das auch die »therapeutische Sprache« im Yoga.

Wie ist Dein Verständnis von Yoga-Therapie?

Die Schulmedizin bekämpft Krankheiten, will sie eliminieren. Yoga sagt: Minderungen in der Befindlichkeit eines Menschen müssen integriert werden, damit die Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Es geht nicht um das Ausschalten von »Störungen«, sondern um das Herstellen eines Equilibriums. Um die Schriftstellerin Friedl Beutelrock zu zitieren: »Gleichgewicht halten ist eben die erfolgreichste Bewegung im Leben«.

Im Mai wirst Du 94 und Du blickst auf viele Jahrzehnte Deines Lebens und Deines Seins im Yoga zurück. Wie ist Deine momentane Wahrnehmung dazu?

Ich nenne sie die »Weisheit des āsrama«. Älter geworden, in saṃyāsa angekommen, wirst Du erkennen: Das Leben besteht nicht nur aus dem Teil, den wir »das Leben« nennen.

Der BDY gratuliert Rudolf Fuchs, der zur Gründergeneration des BDY gehört und seit Jahren dessen Ehrenmitglied ist, zum Schuljubiläum und wünscht ihm und seiner Schule für die Zukunft alles Gute.



Dr. Christian Fuchs, Yogalehrer BDY/EYU, studierte Indologie und Religionswissenschaft und promovierte 1989 über »Yoga in Deutschland«. Das ehemalige BDY-Vorstandsmitglied (Öffentlichkeitsarbeit) lebt heute in Bad Boll und betreibt dort zusammen mit seiner Frau die »Yoga-Akademie Stuttgart«. www.yoga-akademie.de