

Yogapionierinnen

50 Jahre Yoga Schweiz

Der Berufsverband der Yogalehrenden in der Schweiz wird 2018 50-jährig. 50 Jahre sind in der Geschichte des Yoga eine kurze Zeitspanne. Die Yoga-Pionierinnen Eléonore Dolibois und Jaqueline Lacour erinnern sich an ihre Anfänge.

Text: Senta Graf

In den Siebzigerjahren gabs keine Yoga-App, keinen Newsletter mit Anleitung zu «Asanas gegen Stress» oder Angebote zur neusten Yogakleider-Kollektion inklusive passender Ernährungstipps. Auf die Frage, wie der Yogafunkeln in ihr Leben sprang, antwortet Eléonore Dolibois (81): «Bei mir sprang er über Bücher. Es war damals nicht so einfach wie heute. Aber Bücher mit Übersetzungen der Yogatexte gab es schon.»

Jaqueline Lacour schwärmt: «Es war eine spannende Zeit! Die 68er-Bewegung veränderte die Gesellschaft, Spiritualität kam langsam in Mode. Es gab immer mehr Yoga-Bücher. Mich inspirierten auch Video-Kassetten von Gurus, und es gab Filme. Zum Beispiel die neunstündige Filmversion über das Hindu Epos Mahabharata. Man schnupperte indische Luft ohne nach Indien zu reisen.»

Erste Yogastunden erlebten beide bei [Selvarajan Yesudian](#). Eléonore er-

innert sich: «Anne Lenz war meine Ausbilderin. Ich war während 38 Jahren immer wieder in Zinal am Europäischen Yogakongress. Dort erlebte ich [T.K.V. Desikaschar](#) als jungen Mann. Ich erinnere mich, wie er sich ärgerte und meinte, so wie wir OM singen, seis nicht gemeint.»

Mehr als Gymnastik

Jaqueline erinnert sich auch an Yesudian. Er kam zu Beginn einmal pro Monat. «Die Kinder waren klein und gingen zur Schule. Ich besuchte mit andern Frauen von 10 bis 11 Uhr einen Yogakurs. Dann husch gemeinsam einen Kaffee trinken und die Kinder abholen. Wir merkten aber sofort, dass das mehr war als eine wöchentliche Gymnastikstunde.». Herzlich lachend ergänzt sie: «Wir waren damals schon auf der Suche nach Erleuchtung!»

Heute werden in der hippen Yogaszene neue Trends wie «Yoga mit Ziegen auf dem Bauernhof» diskutiert.

Im Tram sitzen Frauen mit Yogamatzen und Faszienrollen und man hört Sätze wie: «Durch die intensive Faszienarbeit im Yoga ist die Muskulatur lang und schlank geworden. Meine Flexibilität hat sich erhöht.»

Auf meine Frage, welche Themen damals aktuell waren, sagt Eléonore: «Das Leben ist lebendig, alles ändert sich, das einzig Beständige ist die Wandlung, das sagte bereits der Weise Laotse. Mit dem Älterwerden sehe ich, dass neue Yogakonzepte aufscheinen und vergehen. Ich finde das inspirierend. Mit Heiterkeit denke ich heute an die damals intensiv geführten Diskussionen zurück, wie ein Asana sein sollte, welche Wirkungen dies oder jenes haben könnte. Da hat sich ja heute nicht viel verändert. Es ist schön zu sehen, wie sich junge Mitglieder von Yoga Schweiz mit der gleichen Begeisterung für ihren Yoga engagieren wie wir damals.» Jaqueline gefällt die Vielfalt ebenfalls. «Es geht ja darum, das Wunder des Körpers zu entdecken. Ich praktiziere beispielsweise jetzt Qigong. Ich liebe diese Übungen; die Wurzeln sind dieselben, es geht wie im Yoga um Himmel, Erde und den Körper.»

.....
www.yoga.ch