

# Ruhig, entspannt, bodenständig

Wolfgang Gayer ist Yoga-Lehrer seit 40 Jahren

Von unserem Redaktionsmitglied  
Barbara Pienek

## Schorndorf.

**Fünf Zentimeter über dem Boden zu schweben, das kriegt Wolfgang Gayer selbst nach 40 Jahren als Yoga-Lehrer nicht hin. Bodenständig und urschwäbisch – so beschreibt er sich selbst und hat doch fast 2000 Schülerinnen und ein paar Schüler durch äußerst meditative Yoga-Stunden geführt. Anders als in trendigen Power-Richtungen gestaltet sich bei ihm der Weg zur Mitte ruhig, entspannt und völlig unaufgeregt.**

Wolfgang Gayers Leben hätte auch ganz anders laufen können: Hätte er 1977 die Leitung der Geschäftsstelle des Kreistages nicht aufgegeben, er könne heute schon in Pension sein – oder nicht mehr am Leben. Magenprobleme kannte er seit seiner Jugend, mit 20 hatte er sein erstes Zwölf-Fingerdarm-Geschwür, 1968 sein zweites Magengeschwür. „Geduld“, sagt der 65-Jährige heute, „das war gar nicht meine Stärke.“ 35 Hochzeiten auf einmal, das war schon eher seine Taktzahl. Da war's für ihn pures Glück, dass er sich Ende der 60er auf einem Schweizer Campingplatz nicht nur in philosophische Gespräche verwickeln ließ, sondern auch ein Buch namens „Yoga und Sport“ in die Hände bekam. Als der Sohn des Geradstetener Schultes' dann, zurück im Remstal, auch noch in einer Zeitungsannonce von Rudolf Fuchs' „Yogaschule nach Yesudian“ las, hatte er die richtige Abzweigung in seinem Lebensweg gefunden.

## Yesudian

■ **Selvarajan Yesudian**, Sohn eines christlichen indischen Arztes, kam im Jahre 1936 nach Europa, um Medizin zu studieren. In Budapest lernte er Elisabeth Haich kennen und begann mit ihr, Vorträge und Kurse über Hatha- und Raja-Yoga zu halten. Mit ihr zusammen schrieb er auch das Buch „Yoga und Sport“, das mittlerweile eine Millionenaufgabe erreicht hat.

■ Als Kind durch schwere Krankheit geschwächt, erlebte Selvarajan Yesudian die **positiven Wirkungen des Yoga** bereits als Jugendlicher am eigenen Leib. Yesudian starb 1998.

Er besuchte seinen ersten Yogakurs, meldete sich bald zu Selvarajan Yesudians Sommerschule in der Schweiz an und eröffnete mit nur fünf Jahren Erfahrung – gemeinsam mit seinem Lehrer Rudolf Fuchs – in einer Ballettschule an der Waiblinger Bahnhofstraße seine erste Yogaschule. Um älter zu wirken, ließ er sich einen Vollbart stehen – und gründete bald Außenstellen in Geradstetten und Winnenden. Seine Verwaltungslaufbahn, die beinahe einmal in einem Bürgermeisteramt gemündet wäre, betrieb er zunächst weiter: Nach einigen Berufsjahren als Oberkirchenrat übernahm er 1970 die Geschäftsstelle des Kreistages und ließ sich nebenbei zum Heilpraktiker ausbilden. 1972 ging er das erste Mal zum Meditieren in ein tibetisches Exilkloster bei Rikon in der Schweiz. Sechs Jahre später wagte der Oberamtmann mit Yogalehrer- und Heilpraktiker-Zusatzqualifikation endlich den Bruch, quittierte seinen Dienst und ließ sich im September 1978 am Oberen Marktplatz mit Praxis und Yogaschule nieder. Die Wahl auf Schorndorf kam nicht von ungefähr: „Damals gab es hier nur zwei Heilpraktiker“, erinnert sich Gayer. In Waiblingen waren's schon fünf.

## Zur Eröffnung die Fraktionschefs des Kreistags geladen

Zweifel, dass er sich auf einem Holzweg befinden könnte, hatte Gayer nie. Im Gegenteil: Als er Praxis und Schule am Oberen Marktplatz eröffnete, lud er selbstbewusst die Fraktionsvorsitzenden des Kreistags ein. Und auch wenn er heute längst seine Beamtenpension genießen könnte, Gayer ist mit seinen 65 Jahren mehr denn je überzeugt von der Richtigkeit seines Tuns: „Für mich war es absolut der Weg.“ Dass ihm der Dalai Lama 1979 eine Privataudienz und die Adoption eines tibetischen Kindes gewährte, war für ihn eine große Bestätigung. Und dass er in 40 Jahren fast 2000 Schülerinnen – und manchen Schüler – unterrichtet hat, erst recht.

Darum blieb er – trotz aller Trends zum Power-, Luna-, Kundalini-Yoga – einer klassischen Methode treu: Dem Yoga nach Selvarajan Yesudian, das er selbst vor mehr als 40 Jahren kennenlernte. Diese meditative Art des Unterrichts war bis Mitte der 80er Jahre in Deutschland weit verbreitet. „Heute wird es“, schätzt Gayer, „vielleicht noch in zehn Prozent der Schulen gelehrt.“ Gleichzeitig ist die Zahl der Yogalehrer nach oben geschneit: Zu Gayers Anfangszeiten gab es in Deutschland vielleicht 250, inzwischen sind es mehrere Tausend – mit deutlichem Frauenüberschuss.



Yoga ist für Wolfgang Gayer eine Lebenshaltung, die er auch mit Anzug und Krawatte und außerhalb des Übungsraumes in seiner Praxis am Oberen Marktplatz pflegt. Bild: Steinemann

In vielen Hatha-Yoga-Kursen steht heute die körperliche Herausforderung im Vordergrund, inklusive der unglaublichsten Verrenkungen. Bei Yesudian indes sind die Asanas, die körperlichen Übungen, nur Durchgang zur Meditation. Darum ist Yoga „im Grunde auch in der Vorstellung möglich“, sagt Gayer und ist von der positiven Wirkung auf Blutdruck und Blutzucker überzeugt. Yoga-Nidra, der Heilschlaf, tut ein Übriges. Dazu kommt: In Gayers Stunden wird weitgehend mit geschlossenen Augen geübt. In die Stille hinein spricht nur der Lehrer, immer wieder in beruhigenden

Sprechgesang übergehend.

Dass er sich dann irgendwann auch zum Heilpraktiker ausbilden ließ, war für Wolfgang Gayer die logische Weiterentwicklung: „Ich wollte mehr wissen.“ Auch, was bei Yoga im körperlichen Bereich passiert. In den 40 Jahren sind die Körperübungen und die Meditation zur Grundlage seines ganzen Handelns und Tuns geworden. „Yoga ist für mich eine Lebenshaltung.“ Achtsam sein, wach, präsent, klar. Morgens, sagt Gayer, wacht er mit einem Lächeln auf – „sonst wäre das '68 nicht mein letztes Magengeschwür gewesen“.