

Im Y8 in Hamburg:  
An der Wand hängt  
Kunst, und an  
der Decke baumelt  
eine Schaukel.

Yoga-Studios sehen heute wie Kunsthallen aus. Die besten Lehrer wollen damit aber nicht angeben, sondern die Konzentration der Schüler fördern.

Von Stefanie Schütte

# STILLER

## STILL

**H**ast du je versucht, Dein Hirn zu entspannen?“ Vanda Scaravellis Frage aus ihrem Yoga-Klassiker „Awakening The Spine“ klettert aus der Tiefe meines eben noch verkrampften Körpers hoch. Ich atme auf meiner Matte durch und strecke mich in die Dreieckshaltung. Endlich. Vor mir gibt eine große Fensterfront den Blick auf die Häuserfassaden von Chelsea frei, über mir schwebt ein dickes Aluminiumrohr wie der Kessel einer Lokomotive, hinter mir hängen dicke Bootstau an einer Holzfront. Ansonsten ist fast alles hell bei Triyoga in London, einer Pilgerstätte für alle, die ohne Ästhetik nicht leben und dennoch ernsthaft Yoga betreiben wollen.

Die lichte und helle Stimmung wird nur durch Einsprengsel unterbrochen. Denn eines der Markenzeichen der mittlerweile vier Studios in London sind tiefes Lila, leuchtendes Blau, helles Türkis oder Rot – als Matte, als Meditationskissen, als Tresen oder als bunter Glasquader im Fenster, ähnlich wie in Kirchen.

Es ist schwierig mit dem Yoga: Da gibt es die Räume, die Schul-Turnhallen gleichen, wo die echten Freaks üben. Dann die „Häkeldeckenstudios“ mit Räucherkerzenduft, esoterischer Handbibliothek und moosig riechenden Duschkabinen. Und natürlich die leicht angestrengt wirkenden Lifestyle-Ateliers mit dunklem Holz und einer Wellness-Boutique.

Selten fügen sich Raum und Yoga-Praxis zu einer Einheit. Ich habe schon an vielen Orten geübt, bei Manouso Manos' „Abode of Yoga“ in San Francisco, einer Art yogischem Gymnastikraum, beim orientalisch anmutenden Rasa Yoga in Paris, im spartanisch-elegantem Pariser Centre de Yoga Iyengar oder bei Jivamukti in München, das an einen Hindu-Tempel erinnert.

Ob angesagt oder abgenagt: Fast alle wollen einen „sacred space“ schaffen, einen geistlichen Raum. Am Ende der Lektion soll das Ich-Bewusstsein mit dem Außen verschmelzen, und sei es nur, weil man von den Asanas, den anstrengenden Yoga-Haltungen, so geschafft ist, dass man eh nicht mehr über gestern, vorgestern oder übermorgen nachsinnen kann. Von einem „sacred space“ spricht auch Jonathan Sattin, der Gründer von Triyoga, dem ich nach der Asanas-Klasse an den schlichten Holztischen des hauseigenen (vegetarischen) Restaurants



# STILLER STIL

gegenübersitze. Sattin sieht so gar nicht nach durchtrainiertem Yogi aus, eher wie ein schluffiger Musiker, der ab und zu Morgengymnastik macht. Als er seine Teetasse umkippt, sagt er entschuldigend: „Daran bin ich gewöhnt.“

Bei aller Zugewandtheit ist er doch leicht geistesabwesend. Kaum zu glauben, dass hier ein ehemaliger Anwalt und offenkundig glänzender Geschäftsmann sitzt. Aus Überdruß hängte Sattin den Anwaltsberuf an den Nagel. Im Jahr 1999 gründete er das erste Triyoga in Primrose Hill. Schnell avancierte das vom Architekturbüro Wells Mackereth entworfene Studio zu einem der angesagtesten Yoga-Orte der Welt. Das Interior und der Unterricht verschiedener Yoga-Stile in bester Qualität zogen Trendsetter an. Auch die damalige „Primrose Hill Gang“ schwitzte bei Triyoga: Kate Moss, Geri Halliwell, Jude Law, Gwyneth Paltrow. Im Jahr 2003 kam ein kleineres Studio in Covent Garden hinzu, zwei Jahre später dann eines in Soho, und seit 2011 gibt es das Studio in Chelsea: Hier wirkt das Ambiente noch durchdachter, alle rühmen die Ausstattung.

Yoga und ausgewähltes Interior Design zusammenzuführen liegt im Trend – das ist nicht nur bei Triyoga so. Es wirkt beinahe so, als ob ein vom Üben geformter Körper auch nach einem geformten Raum verlangen würde. Über neuere Studios wie das von Blank Studio konzipierte lichte und coole Yoga Deva in Gilbert (Arizona) wird heute auch in führenden Architektur-Zeitschriften berichtet. Ähnlich perfekt in seiner klaren Gestaltung gibt sich Pure Yoga in New York. „Wenn Yoga-Studios Autos wären“, so schrieb ein Szenenblatt über das stilvolle Asanas-Mekka in Manhattan, „dann wäre Pure Yoga ein Ferrari.“

Jonathan Sattin allerdings wiegelt beim Thema Stil ab: „Allzu modisch wäre ein Problem.“ Man wolle nicht modisch sein, sondern einfach gut. Tatsächlich hat die Yoga-Welt ihre eigenen Spielregeln. Zu viel Wert auf Äußerlichkeiten zu legen gilt nicht als yogisch. Schließlich kann der ganze Zinnober auch ablenken von „Pratyahara“, der von Yoga-Vater Patanjali vor rund 2000 Jahren geforderten Orientierung der Sinne nach innen. Als trendorientiert zu gelten gleicht so gesehen einem Sündenfall.

Also bleibt Sattin auf dem Boden. Weder geht er mit der prominenten Klientel hausieren („Einige kommen, einige gehen“), noch hebt er auf das tolle Design ab: „Wir mussten hier in Chelsea mit den Vorgaben des Raums zurechtkommen.“ Daher habe er sich dafür entschieden, das ursprüngliche Industriedesign beizubehalten und etwas daraus zu machen, was Spaß bringt. Die Inneneinrichtung gestaltete die Londoner Yoga-Lehrerin und Designerin Jane Kersel, die mit Sattin schon für das Studio in Soho zusammengearbeitet hatte.

So viel demonstratives Understatement hat Immanuel Grosser vom Y8 in Hamburg nicht nötig. Auch wenn die Gestaltung des von ihm und seiner Frau Benita im Jahr 2001 gegründeten Loft-Studios in ihrer weißen Schlichtheit, die an eine Segelyacht erinnert, Triyoga kaum nachsteht. Die Matten sind hier schwarz, die Tücher blaugrau, und an einem Seil an der Decke baumelt eine Schaukel. Doch modisch würde man das Y8 niemals nennen, auch

wenn einige bekannte Hamburger Künstler und Medienleute hier üben.

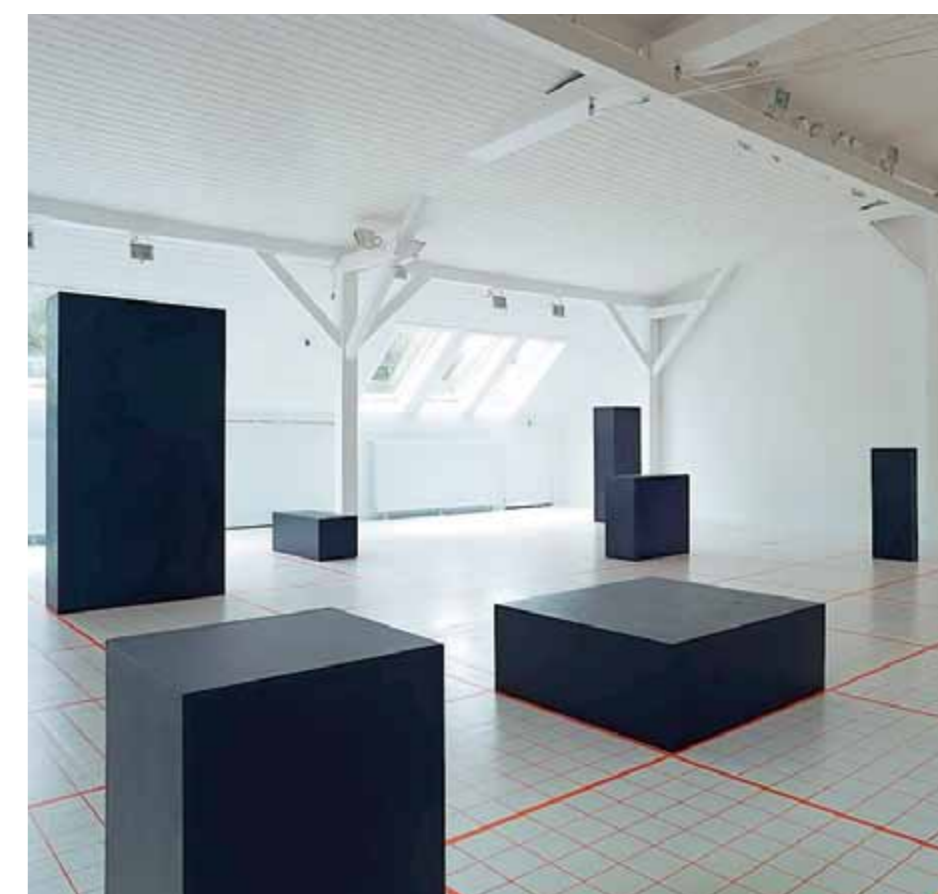
Die Grossers betreiben ein äußerst ernsthaftes Sivananda-Yoga, eine Richtung des Hatha-Yoga, die mit dem klassischen Lehrer-Schüler-System arbeitet. Hier gibt es kein Switchen zwischen den Stilen, sondern eine klar definierte Tradition, nach der alle üben. Die Schüler sind weiß gekleidet, das soll von Äußerlichkeiten ablenken. Eine angegliederte Yoga-Boutique mit Wellness-Fashion wäre für die Grossers eine schreckliche Vorstellung.

Auch über ihr Studio freuen sich Architekturmagazine. Doch ist es ihnen mit traumwandlerischer Sicherheit gelungen, die Balance zwischen Strenge und Zeitgeist zu halten. Die eigentliche Herausforderung liegt hier auch nicht in dem aufwendigen Innendesign – der pure nordische Stil wurde mit recht simplen Mitteln geschaffen. Ihnen geht es wirklich um die Kunst. Regelmäßig stellen bekannte zeitgenössische Künstler ihre Werke bei Y8 aus. Bis vor kurzem etwa gab es die Installation „Fireplace 12“ von Meg Cranston zu sehen: simple Einwegfeuerzeuge in den Modifarben der vergangenen Saison als Wandbemalung. Die amerikanische Künstlerin nimmt dabei ironisch das Ready-Made-Konzept der Pop-Art auf. Andere Installationen stammten von Größen der Konzeptkunst wie Carl André, Channa Horwitz, Katharina Grosse und Lawrence Weiner. Zum Teil erstreckten sie sich über den gesamten Raum, in dem geübt wurde. Die Übenden selbst scheint es nicht zu stören.

„Das Interessante ist“, sagt Immanuel Grosser, „dass viele Yoga-Schüler die Kunst gar nicht als solche wahrnehmen.“ Sie könnten zum Teil nicht einmal sagen, ob Feuerzeuge an die Wand gemalt worden seien oder ein anderes Motiv. „Die Leute, die wegen der Kunst hierherkommen, sind nicht immer die, die wegen des Yoga kommen.“ Grosser und seine Frau sind selbst Künstler. Sie interessiert an ihrem Projekt die unkommentierte Gegenüberstellung zweier Welten und ihre Wechselwirkung.

Von einem „sacred space“ ist im Y8 nicht die Rede. Entscheidend sei, meint Immanuel Grosser, dass der Raum eine Haltung vermittele. Er hat Recht. Feuerzeuge an der Wand oder schwarze Quader im Raum spielen für die Übungen kaum eine Rolle. Alle Lehrer im Y8 sind streng genug, um das gedankliche Abschweifen während der Stunde zu unterbinden. Für die innere Sammlung zählt letztlich der gute Unterricht mehr als die Umgebung.

Und dennoch: Es fällt schwerer, sich in einem kleinen, ungemütlichen und lieblos gestalteten Raum zu konzentrieren als in der lichten puren Umgebung des Y8. Die nervigste Yoga-Stunde meines Lebens erlebte ich in einem kleinen Studio in Düsseldorf, das an ein Öko-Wohnzimmer erinnerte. Um das Hirn dort zu entspannen, hätte ein Yogi wahrscheinlich knapp vor der Erleuchtung stehen müssen. Der „sacred space“ speist sich aus einer Ästhetik der Ruhe. Jonathan Sattin freut sich, wenn man von der Stille bei Triyoga überrascht ist, obwohl die Klimaanlage brummt. Dann huscht ein Lächeln über sein Gesicht. Still ist im Yoga eben noch immer besser als Stil. ◀



FOTOS: GERRIT TEESCH (2), IMMANUEL GROSSER, KLAUS FRANK, FRANK BERGMANN

Die unkommentierte Gegenüberstellung zweier Welten: Im Hamburger Yoga-Studio Y8 stellen zeitgenössische Künstler ihre Werke aus. Die Übenden scheint es nicht zu stören.

