

# Auf der Suche nach innerem Glück

AZ Birmgeln 4.9.20

Sukadev Bretz machte sich von Gensingen aus auf den Weg, die größte Yoga-Bewegung Europas zu gründen

Von Christine Ischerner

## GENSINGEN/ BAD MEINBERG.

Die Gensinger kennen ihn als Volker Bretz, als den Mittleren der drei „Sofa-Brüder“. Doch statt auf kultige Sitzmöbel hat sich der 58-jährige auf Yoga spezialisiert. Er gilt als Begründer der größten Yoga-Bewegung Europas. Sukadev lautet sein selbst gewählter Vorname in zwischen und sein Wohnort liegt in der ostwestfälischen Provinz. In einem 1000 Gästefassenden Ashram mit 250 ständigen Bewohnern bildet Bretz Yoga-Vidya-Lehrer aus. Für den dritten „Wiesbadener Glückstag“ am 25. September reist Sukadev Bretz nach Hessen. Als Gründer der Yoga Vidya-Bewegung soll der Ehrengast Impulse über das Glück liefern.

„Als Schüler habe ich schon mit Meditationen begonnen, aber als Student wurde klar, dass Yoga mehr als Hobby sein würde.“ Bretz hat wie seine Brüder Betriebswirtschaft studiert, aber der Kontakt zu einem indischen Meister in München prägte ihn scheinbar nachhaltig. Inzwischen ist Bretz Vorsitzender des Betriebsverbands Yoga Vidya, einem ganzheitlichen Yoga-Stil, den er selbst nach zwölf Lehjahren begründet hat. Yoga als reine Dehnpause für schwitzfaule Sportler? Weit gefehlt. Für Bretz haben die Übungen tiefen Unterbau. Inneres Glück ist das Ziel, Gesundheitsförderung, Achtsamkeit und Aktivierung der Selbststärkungskräfte steht ganz oben – in Pandemiezeiten scheint das Angebot gefragter denn je. „Aber derzeit unterrichte ich statt vor 400 Menschen in einem Saal mit nur 65, die noch dazu Maske tragen – nicht schön.“

Bretz wuchs in Gensingen auf. Er ist der mittlere von drei Brüdern und anscheinend ziemlich helle: Eine Grundschulklasse in Gensingen übersprungen, das Abi als Jahrgangsbester mit verkürzter Schulzeit am Binger Stefan-George-Gymnasium und das Grundstudium laut Lebenslauf in nur einem Semester – das klingt nach Schnelldenker.

1992 eröffnete Bretz das erste Zentrum für seinen ganzheitlichen Yoga-Stil in Frankfurt. Seither expandiert Yoga-Vidya. Vier Ausbildungszentren von der Nordsee bis zum Allgäu entstanden, Zentren für den Unterricht in vielen weiteren Städten. „Mainz ist das größte Zentrum in der Nähe von Gensingen, deshalb bin ich mehrmals im Jahr bei meiner Familie.“ Bodenständige Möbel produzierte sein Vater in den Fabrikhallen gegenüber dem Gensinger Bahnhof, Eiche rusti-

kal für deutsche Wohnzimmer. Das Traditionsmöbelhaus bot zu Spitzenzeiten 1600 Menschen in der Region Brot und Arbeit, musste jedoch 1986 Konkurs anmelden.

Volkers Bruder Norbert und Hartmut bauten das 1988 neu gegründete Unternehmen zu einer Produktionsstätte für Design-Sofas um. Seit Mitte 2019 führt Hartmuts Tochter Carolin Kutze-

ra zusammen mit ihrem Onkel Norbert den Betrieb. „Mein älterer Bruder hat das Elternhaus zur Villa Yoga umgebaut“, sagt Sukadev Bretz. Seine Berufswahl hinterlässt also auch in Gensingen sichtbar Spuren.

Bei Vater Karl-Fritz Bretz einzusteigen, das stand für keinen der Brüder vom Start weg fest. Hartmut promovierte und arbeitete als Management-Trainer bei Siemens. Norbert schwebte der Weg eines Medienberaters oder Produkt-Managers vor.

Als fertiger Diplom-Kaufmann wurde Volker Bretz Vollzeit-Yogi und Ausbilder: Vorträge, Kurse, Reisen durch Europa und Amerika. „Ich wollte ein lebensnahes und doch spirituelles Yoga lehren.“ Menschen zu ihrem inneren Glück verhelfen, das sei sein Antrieb.

Sukadev Bretz gründete deshalb vor knapp 30 Jahren Yoga Vidya und prägte diesen Stil in Deutschland und Europa. „Jedes Jahr kommen 1200 neu ausgebildete Lehrer hinzu“, sagt er. 20.000 Lehrer haben die Ausbildung seit 1993 durch-

halbte Million deutschlandweit.

Der größte der vier unter seiner Regie entstandenen Ashrams steht in Bad Meinberg. Dort etablierte sich nach eigenen Angaben das größte Yoga-Seminarhaus außerhalb Indiens. „Drei ehemalige Kurkliniken und zwei Pensionen gehören zur Anlage, dazu ein Wohnmobilstadion und ein 750.000 Quadratmeter großer Park.“ Sukadev Bretz umreißt die Größenordnung.

Insbesondere für Menschen, die derzeit unter Depression und Zukunftsangst leiden, könne Yoga Vidya Hilfestellung sein. „Yoga ist sehr effektiv, um Menschen zu Entspannung, mehr Energie und Lebensfreude zu verhelfen.“ Wer Zugang zu seiner tiefen Intuition bekommen, erfahre sein Leben als sinnvoll. „Yoga und Meditation sind wichtige Elemente für ein glückliches Leben“, erklärt Bretz.

Wegen der Corona-Beschränkungen sieht der „Glückstag“ in Wiesbaden allerdings komplett anders aus als in den Vorjahren. Kein öffentlicher Start im Rathaus-Foyer, sondern mobil im Stadtbus und auf 20 Stellvertreter limitiert.

Wer neugierig ist: Sukadev Bretz bietet am 19. September ab 19 Uhr über die Facebook-Seiten von Yoga Vidya oder „Wiesbadener Glückstag“ ein sogenanntes Satzung an, ein Meditationstreffen.



Sukadev Bretz praktiziert Yoga Vidya. Foto: Sammlung Bretz