

Traum vom Leben auf dem Land erfüllt

Bremer Paar saniert Grashorn-Hof und richtet „Tara“-Raum ein/Wunsch nach Verbindung von Yoga und Kunst

Von Tanja Schneider

DÖTLINGEN • Iris Vollkammer ist angekommen – in ihrem persönlichen Paradies. Gemeinsam mit ihrem Mann Ronald Rose erwarb die Bremerin Ende 2010 den ehemaligen Grashorn-Hof im Herzen Dötlingens. Nach gut einjähriger Sanierungs- und Umbauphase konnten die beiden ihre Wohnräume beziehen. Nun hat sich die Wahl-Dötlingerin mit der Einrichtung des Raumes für Yoga, den sie „Tara“ nennt, einen weiteren Traum erfüllt. Am Sonnabend, 31. August, möchte sie allen Interessierten im Rahmen eines Tags der offenen Tür ihre Yogaschule Am Steinberg 12 vorstellen.

Ab 9 Uhr sind Gäste willkommen, bei denen ein gewisser Wow-Effekt nicht ausbleiben dürfte. Denn vor allem im Inneren hat sich der Grashorn-Hof gewaltig verändert. Wände wurden abgebrochen, altes Gebälk liegt nun frei. „Da praktisch keine Isolierung existierte, wurde eine Innenschale aufgebaut“, erzählt Vollkammer. Auch Böden, Leitungen und die Bäder sind neu. Zudem wurde das Reet auf einer Dachseite ausgetauscht und auf der anderen saniert.

Während sich im hinteren Teil des Gebäudes die Wohnräume befinden, ist vorne das Yoga-Zentrum entstanden. Absoluter Blickfang ist der rund 100 Quadratmeter große Seminarbereich in der ehemaligen Diele. Dort trifft rustikaler Charme in Form von alten Holzbalken auf modernes asiatisches Ambiente. Rote Kissen und Yogamatten laden zum Meditieren ein. Der Kronleuchter an der Decke sorgt für warmes Licht, und ein goldener Buddha blickt in den Raum.

In den vergangenen Wochen hat Vollkammer be-



Iris Vollkammer freut sich auf interessierte Besucher.

reits „Sommer Yoga“ angeboten. „Das stieß vor allem bei den Dötlingern auf eine gute Resonanz“, sagt sie. Weitere Kurse sollen ab Mitte September folgen – immer donnerstags ab 18 sowie ab 19.30 Uhr. Daneben plant Vollkammer Meditationsabende und Seminare mit anderen Lehrern. Ein weiterer Traum ist die Verknüpfung mit dem, „was in Dötlingen bereits existiert“, informiert sie mit Blick auf das kulturelle Angebot. „Ich könnte mir gut die Kombination von Töpferei und Yoga oder Malerei und Meditation vorstellen.“

Vollkammer, die Ethnologie und indische Geschichte studiert hat, beschäftigt sich seit 1977 mit Yoga. Seit 1988 ist sie Buddhistin. Den Namen ihres Yoga-Zentrums hat sie mit Bedacht gewählt. Denn „Tara“ ist im Buddhismus ein weiblicher friedvoller Aspekt der er-

leuchteten Weisheit und gilt als die Manifestation von Mitgefühl. Der Legende nach entstand „Tara“ aus einer Träne, die einer der Urväter des tibetischen Buddhismus angesichts des Leidens der Menschen vergoss. Mindestens 21 Formen der „Tara“ gibt es. Unter anderem wird sie als Bewahrerin der Gesundheit verehrt.

Mit ihrem Raum für Yoga möchte Vollkammer einen Platz bieten, der für die ganzheitliche Gesundheit steht. „Achtsamkeit ist dabei das wesentliche Thema“, erläutert sie. Dabei ginge es darum, sich auf den Moment einzulassen und sich von erdrückenden Gewohnheiten zu befreien.

Ihre vierjährige Ausbildung zur Yoga-Lehrerin hat Vollkammer in den 1980er Jahren absolviert. Seit 25 Jahren leitet sie eine Yogaschule in Bremen, die sie nun zugunsten des Zen-



Aus der ehemaligen Diele des Grashorn-Hofes wurde ein Seminarraum. • Fotos: Schneider

trums in Dötlingen verkleinert hat. Nachdem sie bereits Weiterbildungen im „Yoga der Energie“, im „Viniyoga“, im „Yoga und Stressmanagement für Herzpatienten nach Dr. Dean Ornish“ sowie im „Hormon-Yoga nach Dinah Rodrigues“ gemeistert hat, soll 2014 eine Ausbildung zur Qi-Gong-Lehrerin folgen.

Und auch im Außenbereich des einstigen Grashorn-Hofes gibt es noch einiges zu tun. „Ich habe das Gebäude übrigens schon vor Jahren während eines Spaziergangs entdeckt und mich verliebt“, verrät Vollkammer. Damals hatten sie und ihr Mann gerade unterschiedenen, aufs Land ziehen zu wollen. Da Rose schon immer Dötlingen-Fan war, fiel die Entscheidung schnell. „Den Grashorn-Hof haben wir aber dennoch nicht erworben. Er war uns zu groß, und es gab zu viel

zu tun.“ Trotzen ärgerte sich das Paar, nachdem er verkauft war. „Als wir ihn dann ein knappes Jahr später wieder in den Immobilien-Anzeigen entdeckten, schlugen wir zu“, erinnert sich Vollkammer. Auch wenn die Sanierung an den Kräften gezehrt hat, bereit haben sie es nicht.

Nun freut sich Vollkammer erst einmal auf den Tag der offenen Tür, für den sie sich vielseitiges Programm überlegt hat. Beginn ist um 9 Uhr mit „60 Minuten Yoga für alle“. Daneben gibt es Kurzvorträge mit Praxisanteil, die die Dötlingerin selbst hält. Um 11 Uhr heißt das Thema „Yoga für ältere und für Menschen mit Bewegungseinschränkungen“. „Was ist Yoga?“ lautet die Frage um 12 Uhr, und um 14 Uhr geht es um die Meditation. Für wen Yoga geeignet ist, erläutert Vollkammer um 16 Uhr. Ein Matra-

Singen zum Mitmachen ist für 15 Uhr geplant, und um 17 Uhr gibt es eine Bollywood-Tanzaufführung. Zu Gast ist dann die in Bremen bekannte Tänzerin Schachlo. Den gesamten Tag über läuft eine Video-Installation mit heilenden „Grüne-Tara-Gesängen“. Zudem stellt der Geveshauser Künstler Friedrich Lüers erstmals Bilder zum Thema „Meditation“ aus. Ferner ist eine Tombola geplant. Ein Los kostet fünf Euro. „Der Erlös kommt einem Kloster in Nepal zugute, das Mädchen und Frauen aufnimmt, die fliehen mussten“, so Vollkammer. Die Tombola-Ziehung ist für 18 Uhr vorgesehen. Abgerundet wird das Programm durch Getränke, kleine Leckereien und eine Rabatt-Aktion.

www.tara-raum-fuer-yoga.de