

# Begegnungen eines einfachen Yogi

Divya Jyoti  
11.05.2018

# Begegnungen eines einfachen Yogis

Erlebnisse im Sivananda Ashram, Rishikesh, Indien  
Von Divya Jyoti

Copyright © THE DIVINE LIFE Trust SOCIETY, Rishikesh, Indien

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort  
Einleitung  
Darshan bei Swami Krishnananda  
Frühstück bei Swami Hamsananda  
Tee im Post-Office  
Im Sivananda-Kutir  
Ganga Arati  
Prasada  
Japa Yoga  
Terminkonflikte  
Das doppelte Festessen  
Kumbha Mela  
Bettler am Straßenrand  
Darshan 1998  
Ausflug nach Kunja Puri  
Besuch im Vasishtha-Cave  
Dining Hall  
Morgens im Ashram  
Satsang am Abend  
Shopping  
Mahasivaratri  
Allein im Post-Office  
Essen und Trinken  
Auf dem Weg zum Flughafen  
Divya Jyoti und die German Branch  
Nicole und ihre vierbeinigen Freunde

## Vorwort

Es gab immer wieder Überlegungen über meine Erlebnisse von meinen Reisen nach Indien und über die Begegnungen im Sivananda Ashram zu berichten. Ich habe einige Namen verändert, damit sich niemand in irgendeiner Form falsch interpretiert oder angesprochen fühlt.

## Einleitung

Mit Yoga war ich 1973 erstmals in Berührung gekommen, wenn auch unbewusst. Es war der Besuch einer Tante, die strenggläubig war. Sie behauptete, ihr Glaube wäre der einzig wahre. Man müsste alle Menschen zu ihrem Glauben bekehren. Irgendwo hatte ich so etwas schon gehört. In der Geschichte der Menschheit gab es genug Glaubenskriege. Es ist gut, wenn jemand seinen Weg gefunden hat, doch muss man deshalb alle Menschen seiner Weltanschauung unterordnen wollen? – Ein denkwürdiges Gespräch!

Jahre später wurde in der Nähe unseres Wohnortes Yoga-Unterricht angeboten. Ich fühlte mich irgendwie hingezogen. Schon die erste Stunde begeisterte mich. Bald übte ich täglich. Ich las alles, was ich über Yoga finden konnte, meine Neugier war nicht zu bremsen. Doch ich wusste nicht, ob ich alles richtig verstand. Ich lernte ständig dazu, selbst wenn ich dieselben Schriften mehrmals durcharbeitete, um sie richtig zu verstehen. – ‚Das ist normal‘, sagte Swami Krishnananda später.

Wir wechselten den Wohnort. Hier wurde eine „Yogalehrerausbildung“ angeboten. Ich durchlief die dreijährige Ausbildung, besuchte darüber hinaus Seminare, begann zu unterrichten. Mir begegneten neue Yoga-Lehrer, die mich mit neuen Yoga-Aspekten, verschiedenen Techniken, Meditationsformen usw. vertraut machten. Irgendwann wurde mir jedoch alles zu viel. Stillstand.

Darum nahm ich Kontakt zum Sivananda Ashram auf, wollte nach Rishikesh. Doch Swami Hamsanandaji Maharaj, auf einer Europa-Reise, kam mir zuvor. Wolfgang, Swamijis Schüler, Assistent und Begleiter, rief mich eines abends im September 1993 an und suchte ein Quartier. Im Oktober standen sie vor meiner Tür: Als sie mein Haus betraten wusste ich irgendwie, Swamiji ist mein Guru. Im November flog ich erstmals nach Indien und besuchte den Sivananda Ashram in Rishikesh, von dem ich so viel gehört hatte. – Nun kam ich in meine spirituelle Heimat. Ich fühlte mich, als hätte ich mich unter einen spirituellen Schirm begeben. Alles Negative, alle Spannungen wurden aus meinem Körper gesogen. Ich fühlte mich, wie lange nicht mehr, hellwach, meine „Batterien“ wurden aufgeladen.

## Darshan bei Swami Krishnananda

Wenn man frühmorgens von Delhi mit dem Taxi im Sivananda Ashram ankommt findet man die Rezeption noch unbesetzt. An der Seite des Rezeptions-Gebäudes gibt es eine Klingel. Damit musste man den zuständigen Swami wecken. Müde, ein wenig verschlafen, doch freundlich wird die Rezeption geöffnet, damit alle Empfangsformalitäten erledigt werden können. Man bekommt eine Drei-Tage Aufenthaltsgenehmigung, einen Zettel für die Dining-Hall, einen weiteren für das Zimmer und wird gebeten sich gegen 9:30 Uhr zum Darshan beim Generalsekretär, Swami Krishnananda, einzufinden, um eine endgültige Genehmigung zu bekommen, wenn man länger im Ashram bleiben möchte. Mein Taxi beförderte mich schließlich zum Gästehaus. Dort wartete bereits der Hausmeister und führte mich zum Zimmer. – Ich war müde und gleichzeitig überdreht, döste sofort ein. Kurz nach 9:00 schreckte ich hoch, hellwach ging ich zum Darshan.

Der Darshan fand damals in einem Flügel des Hospitals statt, wo Swami Krishnananda Maharaj auch wohnte. Als ich ankam hatten sich bereits viele Besucher eingefunden. In einer Ecke befand sich ein alter hölzerner Sessel, daneben stand ein runder Tisch, auf dem ein Telefon stand. Auf dem Steinfußboden war ein einfacher grober Teppich ausgerollt worden, auf dem alle Besucher Platz nahmen. Ich wurde angewiesen mich in der Nähe des Holzsessels auf den Boden zu setzen. Ich setzte mich auf meinen Rucksack. Der Korridor füllte sich.

Nach einiger Zeit öffnete sich eine Seitentür. Ein kleiner Swami (Swami Krishnananda) und seine Assistentin (Swami Narayananda Mataji) traten ein. Swamiji nahm im Fersensitz auf dem Sessel platz. Swami Narayananda setzte sich auf die andere Seite des Tisches auf den Boden und bediente das Telefon und suchte manchmal irgendwelche Papiere aus den Akten, die sie mitgebracht hatte. Ich drückte mich in die Ecke, so beeindruckt war ich von Swami Krishnananda. Was für eine Persönlichkeit. Die Besucher waren still, vielleicht ähnlich beeindruckt. Swamijis, weiß gekleidete Brahmacharyas kamen und gingen, wechselten wenige Worte mit ihm, ließen Papiere abzeichnen. Irgendwann wendete sich Swamiji mit lauter Stimme an seine Besucher und Neuankömmlinge. Ich war immer noch sprachlos, beinahe gelähmt, konnte mich nicht bemerkbar machen. Dann schaute er mich plötzlich direkt an. Jemand schob mich zu seinem Sessel.

„Woher kommst du? Was möchtest du hier?“ Ich konnte kaum erwidern, immer noch sprachlos. Allmählich fand ich meine Stimme wieder und beantwortete seine Frage. „Ich möchte Meditieren lernen! 14 Tage im Ashram bleiben,“ stammelte ich. „Hm, hm,“ weiter kam nichts. Dann machte er einige Ankündigungen. Schließlich beantwortete er Fragen von verschiedenen Besuchern zu spirituellen Themen, die durch Telefonate, Büroaktivitäten unterbrochen wurden. Nach jeder Unterbrechung setzte er genau an dem Punkt des Vortrags wieder auf, wo er zuvor unterbrochen worden war. Welch ein Phänomen. Dann erhob er sich langsam und wollte gehen, wandte sich jedoch mir zu und sagte: „Du kannst solange bleiben wie du willst. 14 Tage sind zu wenig. Du bist bei Swami Hamsananda. Gut! Bis Morgen!“ Dann verschwand er wieder hinter der Seitentür und mit ihm sein Gefolge. – Er wusste einfach alles. Ich war verblüfft. Später erfuhr ich, dass die Swamis im Ashram immer wussten wo und wer ich war.

## Frühstück bei Swami Hamsananda

Für ein Frühstück in der Dining Hall war es zu spät. Darum kaufte ich Obst von einem Karren an der Uferpromenade. Swami Hamsanandas Arbeitsplatz war direkt neben der offiziellen Post des Ortsteils. Er leitete die Poststelle des Ashrams. Sehr praktisch! Es war der Raum, wo Swami Sivananda in den Anfangszeiten des Ashrams wohnte, ehe sich der Ashram schrittweise immer weiter ausdehnte, bis er mit seinen vielen Gebäuden den Hang vom Ganges bis zur Höhe des Berges bedeckte. Es ist ein offener Ashram.

Als ich das Post-Office von Swami Hamsanandaji betrat, erkannte er mich sofort und strahlte. Er war für ausgehende und ankommende Post im Ashram zuständig. - Auch er hatte Obst besorgt und wir teilten mit einigen Besuchern, die sich bereits eingefunden hatten. Ich überreichte ihm einige Kekspäckchen, die ich aus Deutschland mitgebracht hatte. Die Kekse verschwanden in verschiedene Keksdosen und waren für den Nachmittags-Tee bestimmt. Nach dem Frühstück sollte ich unbedingt ausruhen. 14:30 Uhr sollte ich wieder zum Tee kommen, pünktlich.

## Tee im Post-Office

Ich war pünktlich zum Tee und durfte Swamiji gegenüber Platz nehmen. Wir saßen alle am Boden, meist im Schneider- oder Fersensitz. Swamiji hatte ein größeres Brett auf seinen Oberschenkeln liegen, das er wie einen Schreibtisch benutzte, um seine Korrespondenz zu erledigen. Erst als alle Gäste eingetroffen waren legte er es beiseite und faltete die Hände zu einem kleinen Gebet. Dann hieß er alle herzlich willkommen, goss den Tee in die bereit gestellten Tassen ein. Der Tee wurde in einer Thermoskanne aus der Ashramküche gebracht.

Dieser Tee, unter dem Namen *Jai* bekannt, wird anders als in Deutschland zubereitet. Er wird nicht mit Wasser sondern Milch aufgebriht, wobei die Teeblätter in die kochende Milch gegeben werden, dann kommt Zucker und Ingwer-Puder hinzu. -

Schließlich erhielt jeder zu seinem Tee noch ein paar Kekse aus einer schier unerschöpflichen Keksdose. Die Keksdose wurde niemals leer. Wenn die Kekse zur Neige gingen, kam von irgendwoher Nachschub. Irgendein Besucher brachte neuem Vorrat. Niemand musste extra gehen um Kekse zu kaufen. Ein neues Phänomen.

Während dieser Teepause fragte Swamiji die Neuankömmlinge nach ihren Namen, Herkunft usw. Wenn es irgendwelche Ankündigungen für das tägliche Programm im Ashram gab, wurden sie hier und jetzt bekannt gemacht. – Nach einer halben Stunde gingen die meisten Besucher wieder. Swamiji deutete an, dass ich bleiben sollte. Wolfgang sammelte das Geschirr ein um es am Ganges zu reinigen.

Einige halfen Swamiji jetzt beim frankieren der Briefe oder Päckchen, denn von hier wurden auch die bestellten Bücher in alle Welt verschickt. Mit einem Gast aus Japan las er in einem Buch spirituelle Texte in Sanskrit, wobei er vorlas und die Japanerin wiederholte. Fehler korrigierte er geduldig. Ein anderer Besucher lernte Sanskrit. Dazu schrieb Swamiji einen Buchstaben des Sanskrit-Alphabets in eine Kladde, las den neuen Buchstaben vor, der Schüler wiederholte mehrmals. Dann

durfte er die Zeilen in der Kladde mit demselben Buchstaben auffüllen. Am Ende korrigierte Swamiji das Geschriebene noch einmal. Der Schüler durfte noch einmal vorlesen.

Ein Jahr später lernte ich ebenfalls das Schreiben und Lesen von Sanskrit-Buchstaben und kurzen Mantras. Ich hatte das Gefühl, damit öffnete sich eine neue Welt. Ich konnte Straßenschilder, Mantras, Sanskrit-Texte lesen, wenn auch langsam, manchmal holprig, da mir natürlich die Übung fehlte. Durch das Studium lernte ich auch etwas Neues über Tantra-Yoga, die Zusammensetzung von Sanskritsilben und die Schwingungen, die sich durch die Aussprache ergeben und unterschiedlich auf bestimmte Körperregionen wirken können. Alles war auf einmal so einfach und klar. So etwas lernt man nur durch die Praxis bei einem Meister.

## **Im Sivananda-Kutir**

Am späten Nachmittag gingen wir zum Sivananda-Kutir am Ganges, wo sich viele Besucher und Schüler zum Singen spiritueller Lieder, Mantras usw. einfanden. Alles funktionierte wie von Geisterhand. Nachdem sich Swamiji in eine Ecke auf den Boden niedergelassen hatte, – wir saßen alle auf einem Teppichboden – begann irgendjemand zu singen, manchmal half ein kleines Heft, wo die Texte in Latein und Hindi abgedruckt waren. Einer sang vor und alle wiederholten im Chor. Sri Wolfgang begleitete auf einem Harmonium.

Nach einer dreiviertel Stunde war der Gesang zu Ende. Swamiji ging in einem Nebenraum, der früher einmal als Behausung von Swami Sivananda diente. Hier stand das ehemalige Bett, der Schreibtisch, Schränke usw., die Swami Sivananda benutzt hatte. In einem weiteren Raum führte Swamiji eine Puja durch, wobei eine tellerförmige Schale mit einer kleinen Flamme in der Mitte im Kreis geschwenkt wurde. Dazu sangen alle Umstehenden spirituelle Texte zu Ehren Swami Sivanandas. Nach dieser kleinen Zeremonie/ Puja gab es etwas Süßes: Prasad.

Die Rückseite des Gebäudes diente als Museum, wo mit kleinen Szenen der Lebensweg von Swami Sivananda nachgestellt wurde. Dieser Gebäudetrakt war nur über einen gesonderten Eingang erreichbar. Das Museum hatte besondere Öffnungszeiten, z.B. morgens von 10 – 11 Uhr.

Von dem Raum, wo wir eben noch gesessen hatten, führte eine Terrassentür direkt zu den Ghats. Wir gingen die Stufen zum Ganges hinunter zum Ganga Arati.

## **Ganga Arati**

Wir stiegen die wenigen Stufen zum Ganges hinunter. Auf der einen Seite befand sich ein größerer Podest. Dort brannten immer einige Räucherstäbchen; es war der Platz von Swami Sivananda. Etwas weiter unten war die Ganges-Puja bereits vorbereitet worden. Ein Docht auf dem bereitgestellten Aluminium-Teller wurde entzündet und zu einem mehrstrophigen Lied kreisend durch die Luft geschwenkt. Die Gäste wurden einbezogen, durften den Teller ebenfalls kreisend durch die Luft bewegen. – Eine wundervolle Szenerie:

Im Westen ging die Sonne unter, stand noch zur Hälfte über dem Ganges. Auf der gegenüberliegenden Seite wurden die Hügel von der untergehenden Sonne in sanftes Rot getaucht (Alpenglühen). So war es immer Ende Februar zu beobachten. In den umliegenden Ashrams, diesseits und jenseits des Flusses, erschallten die Gesänge zur Verehrung von ‚Mutter Ganga‘, manchmal laut, manchmal leise. Am Ende der Puja gab es Prasad.

Zu bestimmten Festtagen setzten wir kleine Papierschiffchen ins Wasser, in der Mitte mit einem Docht, der in Paraffin getränkt war. Dieser Docht wurde angezündet. Die kleinen Schiffchen mit ihren kleinen Flämmchen bewegten sich mit der Strömung in Richtung untergehende Sonne. Ein toller Anblick, ein Augenblick der Stille, alles verstummte. Irgendwann sah man nur noch die kleinen Flämmchen auf dem Ganges dahindümpeln. Dieses war/ ist wie ein besonderer Gruß an die Ahnen.

## Prasada

Kleine Abschiedsgeschenke nennt man Prasada (Bezeichnung für die Gott geopfertem Nahrungsmittel bzw. die von einem spirituellen Meister geweihten Opfergaben oder Nahrungsresten). Dieses Geschenk gab es am Ende jeder Zeremonie, Veranstaltung in Form von Gebäck, Süßigkeiten aller Art. Man behält aber nicht alles für sich, sondern teilt sie mit anderen, z.B. mit Serviceleuten, Polizisten, Mitbewohnern, Gleichgesinnten usw. Dadurch wird eine wundervolle Kette von gesegneten Speisen erzeugt (vom Meister über den Schüler, Besucher bis hin zu völlig fremden Menschen).

Prasada wird auch im Ashram nach jeder Veranstaltung, Satsang, Meditation in Form von Bananen, süßen Reis, Keksen usw. gereicht. Jeder bekommt etwas von der gesegneten Speise, alle Menschen, alle Tiere.

## Japa Yoga

Bereits am Morgen hatte mich Swamiji Krishnananda gefragt: „Worauf meditierst du?“ Ich nannte leise mein Mantra. „Gut!“ meinte er. – Vor dem Abendessen, das ich von nun an im Sivananda Kutir zusammen mit Swami Hamsananda und Wolfgang einnehmen durfte, gingen wir in den Versammlungsraum, wo am Nachmittag noch gesungen wurde, und setzten uns auf den Boden um zu meditieren.

Leise fing Swamiji ein Mantra an zu singen und wiederholte es ständig. Ich stimmte ein, wurde schließlich von dem Klang getragen. Dann verstummte er. Ich hielt ebenfalls inne. Stille! Dann tauchten im Kopf Bilder auf und verschwanden wieder. Ich hatte das Gefühl zu versinken, doch es gab keine Panik, denn das Mantra trug mich fort. Alles Mögliche öffnete sich, ein sanftes Glücksgefühl tauchte tief aus dem Inneren auf. Dann hörte ich ein Räuspern. Swamiji erhob sich. Die Einführung in die Meditation war beendet. Die nächsten Abende ging es so weiter. -

In der kleinen Küche des Kutirs setzten wir uns, ein kurzes Gebet folgte und wir aßen.

## Terminkonflikte

Zur selben Zeit wie das Ganga Arati begann im Kutir bei Swami Krishnananda die Meditation. Oftmals musste ich mich vom Arati davonstellen um rechtzeitig bei Swami Krishnananda zu sein. Wenn ich dort eintraf, wartete Swamiji bereits und mit ihm ein Saal voller Gäste und Brahmacharyas. „Na endlich, dann können wir anfangen!“ vernahm ich Swamiji Krishnananda. Es gab einige Ankündigungen, von denen ich am Nachmittag bereits erfahren hatte.

Dann schaltete er das Licht aus und wir saßen eine Stunde lang. Mir zu Ehren hatte er die Meditation von einer halben auf eine Stunde verlängert. Daran musste ich mich erst gewöhnen. Die Meditation bei Swami Hamsananda dauerte nur 20 Minuten. Doch es ging besser als gedacht. Nur der terminliche Konflikt blieb.

Eines Tages meldete sich bei Swami Krishnananda vor der Meditation jemand zu Wort, der ein Buch von Swamiji übersetzt hatte, aber keinen Weg zur Veröffentlichung wusste. Swamiji schickte ihn zu mir. Ich sollte ihm helfen. Ich hatte mit Swamijis Genehmigung einige kleine Bücher übersetzt, drucken lassen und auf eigene Kosten veröffentlicht. Ich hatte also ein wenig Erfahrung. Ich gab dem jungen Mann bzgl. Drucklegung und Veröffentlichung ein paar Tipps. - Tage später sprach mich Swamiji an und ich berichtete ihm wie das Gespräch verlaufen war. Er meinte, ich solle die Druckerei im Ashram übernehmen. Doch das wollte ich natürlich nicht (*So wurde ich geprüft!*). Dennoch sollte ich den Druck und die Veröffentlichung des jungen Mannes überwachen.

## Das doppelte Festessen

Über viele Jahre besuchte ich den Ashram und blieb in der Regel 2-3 Wochen. Das war für mich eine Auszeit. In jedem Jahr spendete ich für den Ashram. Doch diesmal sollte es noch etwas Besonderes geben.

Ein oder zwei Tage nach meiner Ankunft ging ich zum Cash-Office spendete das Übliche für den Ashram. Dieses Jahr wollte ich zusätzlich ein besonderes Essen für den Ashram ausgeben. Dazu mussten vom Cash-Office einige Telefonate mit der Küche geführt und dieses und jenes organisiert werden. Niemand sonst sollte den Namen des Spenders erfahren. Am Ende des Gesprächs bekam jemand einen Laufzettel zur Bestätigung für die Küche und für den Generalsekretär, Swami Krishnananda, der alles absegnen sollte. Au weh! Genau das wollte ich eigentlich vermeiden. Doch das ging gründlich daneben. Nach wenigen Minuten kam ein Anruf von Swami Krishnananda, der mich zu sich bat.

Er meinte: „Das Essen sei eine schöne Geste. Nun möchte er sich revanchieren.“ Er organisierte für eine Woche später ebenfalls ein Essen. Fragte mich, ob ich dann noch da sei. Am nächsten Tag kannten alle im Ashram das Geheimnis. Dennoch die beiden Festessen waren wunderbar. – Danke Swamiji.

## Kumbha Mela

Viele Inder aus dem ganzen Land kommen mindestens einmal in ihrem Leben an den Ganges, um dessen heilige Gegenwart zu spüren, in den heiligen Gewässern ein Bad zu nehmen. Dazu finden alle 12 Jahre besonders organisierte Pilgerveranstaltungen statt. Diese *Kumbha Melas* finden immer in den Wintermonaten Januar/Februar an heiligen Orten statt. Eine kleinere Ausgabe dieser Veranstaltung findet in der Halbzeit, schon nach sechs Jahren statt. Zu diesen Zeiten wimmelt es auch in Rishikesh, Haridwar von Touristen und Pilgern. Auch wenn Rishikesh nicht das hauptsächliche Pilgerziel ist, denn es werden jedes Mal andere Städte oder heilige Stätten benannt, ist hier viel Betrieb. Der eigentliche Zweck der Mela liegt in der rituellen Waschung an einem besonders heiligen Ort und zu einer besonders günstigen Zeit. Zu diesen Waschungen finden an den jeweiligen Hauptbadetagen so genannte 'Königliche Prozessionen'- *Shahi Snan* - der Sadhus statt.

Als ich 1995 in Rishikesh war, fuhren wir mit Swami Hamsananda nach Haridwar, um der Waschung von Sadhus und Hindus im Ganges beizuwohnen. Außerdem gab es dort eine besondere Zeremonie. Swamiji dirigierte den Taxifahrer zu einem Hügel, von dem aus man den Platz der Zeremonie gut überblicken konnte. Auf dem Hügel hatten sich schon viele Besucher eingefunden. Außerdem entdeckte Swamiji das Auto von Swami Chidananda Maharaj, dem Präsidenten des Sivananda Ashrams. Ich wurde ihm vorgestellt. Dann musste Swamiji Chidananda zur Zeremonie auf die andere Seite des Ganges.

Es wurde dunkel. Auf der anderen Seite des Ganges sahen wir sieben Säulen, deren Öffnungen in Richtung Ganges zeigten. Ein Raunen ging durch die Menge. Die Reden waren kaum zu verstehen. Swami Chidananda stand jetzt neben einer der Säulen. Dann folgte Stille. Schließlich wurden an jeder Säule Feuer angezündet. Danach schwoll der Lärmpegel an. Einzelne sprangen in die Fluten, mehr und mehr folgten, hielten sich an Ketten fest, um nicht von der Strömung mitgerissen zu werden. Nach einiger Zeit kehrten wir zu unserem Taxi zurück und fuhren „nach Hause“.

## Bettler am Straßenrand

Es gibt keine goldene Regel, wie man sich in manchen Gegenden der Vielzahl von Bettler erwehren soll. Es bricht einem fast das Herz, wenn man manchmal die Heerscharen bettelnder Menschen am Straßenrand, in der Nähe von Slums oder vor den Tempeln sieht. Es gibt auch keine Regel für das eigene Verhalten.

Hier ein paar eigene Erfahrungen: Häufig sind die Bettler in mafiaähnlichen Strukturen organisiert, dennoch sind alle Bettler bedürftig. Manchmal fügen sich Bettler Verletzungen zu, um noch bedürftiger zu wirken und damit erfolgreicher zu sein. Tagsüber schickt man in den Touristenhochburgen auch gern die Ehefrauen zum Betteln, während die Männer anderen Tätigkeiten nachgehen.

Wenn man einem etwas gibt, muss man allen Bettlern etwas geben, die manchmal wie an einer Perlenschnur aufgereiht vor einem Tempel oder an einer Engstelle, einer Brücke, sitzen, sonst fühlt sich irgendjemand benachteiligt. Ich habe meist alten gebrechlichen Menschen etwas gegeben (1-5 INR-Münzen), die häufig abends einsam am Straßenrand sitzen. Es gibt in Indien nicht dieses Sozialsystem,

wie in Deutschland. Die alten Menschen werden von ihren Familien unterstützt, doch dazu reicht häufig das Geld nicht, auch wenn alte Menschen in Indien besonders verehrt werden.

Viele arme Leute und vagabundierende Sadhus werden von den Tempeln mitversorgt (Speisung von Armen), dieses gilt insbesondere an Festtagen. Wenn man 100 oder mehr INR bei den Tempelbesichtigungen spendet, hat man etwas Gutes getan. Man sieht immer wieder bettelnde Kinder, die von ihren Eltern auf die Straße geschickt werden, anstatt zur Schule zu gehen. "Schulpflicht" oder Schulbildung ist häufig noch ein Fremdwort, auch wenn gute Ausbildung mehr und mehr etwas gilt.

Die Mittelschicht wird auch in Indien immer größer. Wie verhalte ich mich jedoch gegenüber aggressiven und lästigen Bettlern? - Abwinkende Handbewegungen helfen nicht immer. Im Notfall hilft ein einheimischer Taxifahrer oder Begleiter sofort, wenn er merkt, dass man Sie nicht in Ruhe lassen will. Ein sehr laut vernehmbares "Verschwinde", mit einer entsprechenden abweisenden Handbewegung oder Körperwendung, hilft meistens, um diese Zeitgenossen direkt von einer Spendenunwilligkeit zu überzeugen. Übrigens: Berührungen darf man in Indien nicht so ernst nehmen.

## Darshan 1998

Als ich 1998 nach Indien kam, fühlte ich mich ausgebrannt, überarbeitet, hoffte auf Erholung. Beim morgendlichen Darshan sollte ich über mein Problem berichten, doch ich konnte es nicht in aller Öffentlichkeit. Daraufhin schickte mich Swamiji zu ‚Mutter Ganga‘. Wenn es mir besser ginge, sollte ich wieder zurückkehren. Ich ging zum Ganges hinunter und setzte mich auf einen von der Sonne erwärmten Felsen direkt am Fluss und schaute auf den grauen, schnell dahinfließenden Ganges. Zunächst geschah nichts. Dann hatte ich das Gefühl, Mutter Ganga zog meine Gedanken, meine Anspannung und mein Trübsal aus dem Kopf. Ich wurde immer klarer, mutiger. Nach einer Stunde war ich fast der Alte. Ein neues Phänomen.

Da kam ein selbsternannter, verdreckter Sadhu/ Guru daher, wollte Geld, damit er mir helfen könnte. Darauf konnte ich allerdings verzichten. Ich herrschte ihn an, machte eine entsprechende Handbewegung, damit er verschwinden sollte. Schließlich schrie ich ihn an. Dann endlich trollte er sich mit wüsten Verwünschungen davon. – In jeder Hinsicht befreit kehrte ich in den Ashram zurück. Alles war gut. Swamiji und Mutter Ganga hatten mir geholfen. Danke!

Am nächsten Morgen war ich pünktlich zum Darshan. Ich fühlte mich ausgezeichnet. Ich saß mit dem Rücken direkt an der Wand, nicht weit entfernt von Swamijis Sessel. Als Swamiji bei seinem Vortrag war, segelte eine ältere Dame herein, die mich sehr an meine fanatische Tante erinnerte, am Hinterkopf hatte sie ihre graumelierten Haare zu einem Dutt zusammengesteckt. Swamiji schaute auf und donnerte: „Sie können hier nichts lernen. Sie haben ihren Weg schon gefunden. Für Sie ist hier kein Platz. Alles ausgebucht!“ Ein ‚Aber‘ blieb der ehrenwerten Dame im Halse stecken. Dann verschwand sie.

## Ausflug nach Kunja Puri

Kunja Puri ist ein Berggipfel (2500m hoch) nördlich von Rishikesh. Von dort hat man einen herrlichen Blick auf die schneebedeckten 8000er der Himalajas. Ich sollte, wie immer bei Ausflügen, für den nächsten Sonntag ein Taxi organisieren.

Auf dem Weg zum Taxi-Stand gab es eine merkwürdige Begebenheit. Ich befand mich auf der Uferpromenade. Auf der einen Seite saßen viele kleine Straßenhändler und Geldwechsler, hier und da waren Saftverkäufer und Obstkarren. Ein Geldwechsler raunte mir zum Gruß ein „Hari OM“ zu, um auf sich aufmerksam zu machen. Ich war in Gedanken versunken, reagierte nicht. Plötzlich packte mich jemand von hinten, drückte mich zu Boden und knurrte, ich solle den Gruß erwidern. Ich verstand nicht wirklich, aber tat was er wollte. – Dann ließ er von mir ab. Es war ein junger Swami, vom Typ selbsternannter Guru, der offensichtlich meinte, er müsse seine Weltanschauung allen Fremden gegenüber durchsetzen.

Ich stand auf, zeigte ihm einen Vogel, ging ins Post-Office zurück und berichtete. Swamiji schmunzelte, sagte aber nichts. Als ich meinen Bericht beendet hatte, kam der junge Swami herein. ‚Na der kann was erleben‘, dachte ich. Er beschwerte sich über mein Verhalten. Swamiji sagte nur: „Er ist mein Schüler.“ Ich war innerlich ganz ruhig und fragte den jungen Swami, ob sein Verhalten gegenüber Fremden für ihn normal sei. „Du landest irgendwann selbst im Staub!“ Dann machte ich ihn fix und fertig, bis er anfangen zu jaulen. Er sei schließlich ein Swami. Swamiji meinte nur: „So etwas muss man aushalten können. Vor allen Dingen muss man Andersdenkende, Touristen usw. respektieren!“ –

Am nächsten Tag fand der Ausflug statt. Der junge Swami scharwenzelte solange um Swamiji herum, bis er schließlich mitgenommen wurde. Seinen Anteil am Taxi bezahlte er nur widerwillig. Er meinte, er könnte nun Richtung und Fahrtziel vorgeben. Doch das ließ Swamiji nicht zu. Der junge Mönch war beleidigt, er sei schließlich ein Swami, maulte er. Ich grinste, denn er hatte die Lektion immer noch nicht verstanden.

Der Ausblick vom Kunja Puri war überwältigend. Unter uns die Terrassenfelder, in der Ferne deutlich die schneebedeckten Riesen. – Auf dem Berg gab es einen kleinen Tempel, wo gegen eine kleine Spende Pujas im Minutentakt abgehalten wurden. Wir betraten den Tempel und schon wurde vom Zeremonien-Meister die Hand aufgehoben. Ich steckte ihm einige Rupien-Scheine zu. Er meinte zu Swamiji, er könne nicht beginnen, da ich zu wenig bezahlt hätte. Daraufhin schaute Swamiji kurz auf, schnauzte ihn an, es sei genug und er solle endlich beginnen. Verdutzt sprach dieser ein kurzes Gebet und nach kaum zehn Minuten war alles vorbei. - ‚Immer noch zu viel bezahlt‘, dachte ich. Wir erhoben uns und gingen. Vor dem Tempel hockten wir uns auf den Boden und aßen unsere mitgebrachten Kekse. Dann ging es zurück. – Der junge Swami verschwand auf Nimmerwiedersehen.

## Besuch im Vasishtha-Cave

Mit einem Taxi fuhren wir zunächst zur Lepra-Station, die zum Sivananda-Ashram gehörte. Ein Franzose, der die Station leitete, führte uns herum. Von ihm lernten die Bewohner, wie man die Wunden und Gliedmaßen verbinden und pflegen

musste. Man half sich gegenseitig. Tagsüber stellten sie Gerätschaften her, die verkauft wurden. Essen erhielten sie aus dem Ashram, manche versorgten sich selbst. Die Bewohner lebten in kleinen wetterfesten Hütten. Ich habe selten in so viele fröhliche Gesichter geschaut. Das Lächeln der Leute war ansteckend. Sie waren glücklich, dass sie hier leben durften und nicht in der Gosse ihr Dasein fristen mussten. Swami Sivananda sei Dank. – Ich kaufte einige Holzlöffel, zum dreifachen Preis (als Spende).

Der Franzose erzählte, dass die Krankheit in Europa seit dem Mittelalter ausgerottet sei, Wir hätten Antikörper in unseren Genen. Außerdem hätten wir eine vitaminreichere Ernährung.

Dann ging es weiter. Swamiji, Wolfgang und ich erreichten Vasishtha-Cave. Der Ort, wo der Heilige Vasishtha gelebt haben soll, lag in einem felsigen Gebiet direkt am Ganges. Dieser Ort wurde vom Sivananda-Ashram gepflegt und verwaltet. Ein Swami und einige Brahmacharyas lebten dort. Sie bewohnten ein kleines Haus. Wir besuchten ihn. Er hockte am Boden, vor ihm ein großer Schreibtisch ohne Beine. Wir nahmen ihm gegenüber Platz. Es wurde Tee gereicht.

Nach einem Plauderstündchen verließen wir ihn und besuchten verschiedene Höhlen. Der Eingang einer Höhle war in drei Meter Höhe im Fels und war nach kurzer Kletterpartie erreichbar. Wir drei fanden gerade so Platz. Als Unterlage diente ein Leinensack. - Die wichtigste Höhle war nur über einen dunklen Gang erreichbar. Gang und Höhle waren in den Fels gehauen. Der Eingang war niedrig und man musste aufpassen, dass man nicht mit dem Kopf anstieß. Gottseidank hatten wir Taschenlampen mitgebracht. Der Gang war ca. 10 m lang, kaum einen Meter breit und mündete in einen kleinen Raum. Auf einem Sims flackerte eine kleine Öllampe, die den Raum kaum erhellte. Es war sehr eng, doch wir drückten uns in kleine Nischen an den felsigen Wänden.

Swamiji sprach ein kurzes Gebet. Es war trotz Enge eine schöne Atmosphäre. Ich wurde in die Meditation hineingesogen, fühlte mich wie in einer Sektflasche, die unter Druck stand. Plopp! Die Flasche war entkorkt, über mir sah ich das Blau des Himmels. Ich schoss durch den Druck aus der Flasche dem Blau entgegen, löste mich vollständig in dem unendlichen Blau auf. Ich hatte volles Bewusstsein und doch war ich nicht mehr ich selbst, denn ich war zu dem endlosen Himmel geworden. Ich weiß nicht mehr, wie lange dieser glückliche Zustand andauerte. Irgendwann sank ich in den Felsen, in meinen Körper zurück. Die Meditation war beendet. „Es ist Zeit zu gehen“, hörte ich Swamiji. Wir erhoben uns und verließen die Höhle. Ich fühlte mich aufgeladen und gleichzeitig etwas benommen. Dann fuhren wir wieder in den Ashram zurück.

## Dining Hall

Zu festgesetzten Zeiten gab es Frühstück, Mittag- und Abendessen. Frühstück bekam man nach den morgendlichen Zeremonien, Mittag um 11:30 Uhr und das Abendessen ab 17:30 Uhr. Letzteres konnte ich aufgrund von anderen Terminen nie wahrnehmen. Wenn ich im Ashram ankam ging ich morgens mit einem Zettel, den ich an der Rezeption erhalten hatte, zum Frühstück und überreichte ihn dem zustän-

digen Swami. Der strahlte immer, wenn er mich nach meiner Ankunft sah und wieder erkannte. Es folgte eine kurze Unterhaltung.

Die Dining Hall war eine große Halle, wo sich die Bewohner des Ashrams zum Essen trafen. Morgens ging es sehr unkonventionell zu. Man erhielt eine Schale mit schmackhaftem Brei, zu besonderen Anlässen Reisküchelchen (Idly) mit Samba-Soße und andere Köstlichkeiten, Dazu gab es Tee. Ich ließ auch meine Thermoskanne füllen. Der Inhalt reichte bis zum Nachmittag.

Mittags wurde mit einem Radrahmen, den man anschlug, zum Essenfassen gerufen. Links und rechts in der Halle waren auf dem Boden schmale Teppiche ausgerollt. An der Stirnwand saßen die Swamis. An den Seiten, einander gegenüber, saßen Brahmacharyas und Gäste, Männlein und Weiblein getrennt. Jeder nahm sich, bevor er Platz einnahm einen hochwandigen Blechteller und einen Becher. Mit etwas Wasser befreite ich immer den Teller vom feinen Staub. Nachdem sich alle gesetzt hatten wurde der Eingang geschlossen. – Eine halbe Stunde später konnte man an einer weiteren Runde teilnehmen. – Jetzt verteilten Brahmacharyas - unter Begleitung von Versen aus der Gita - das Essen aus Eimern und großen Schüsseln. Es gab immer zusammengekochtes Gemüse, Reis und Brotfladen (Chapati). Mit Handzeichen deutete man an, ob man mehr oder weniger haben wollte. In die Becher wurde verdünnte Buttermilch gegossen. Gesprochen wurde nicht.

Wenn alle mit dem Essen fertig waren, wurden erst die Swamis, dann die Brahmacharyas usw. aufgefordert sich zu erheben und konnten dann unten oder auf dem Dach ihr Geschirr unter fließendem Wasser reinigen. Da es nicht fettig war, war es einfach. Dann gab man Teller und Becher wieder ab. Dabei wurde die Sauberkeit geprüft.

Nach dem Essen ging man auf sein Zimmer, um in der Hitze des Tages Siesta zu halten. Nachmittags ging ich wieder zum Tee zu Swamiji.

## Morgens im Ashram

Für viele begann der Tag um 4:30 Uhr. Man ging zur Meditation in die Samadhi-Hall. Um 6:00 Uhr begann das Mantra-Singen „Om Nama Sivaya“ im Vishvanatha-Tempel, was mit einer wunderschönen Lichterzeremonie abschloss. Licht und Feuer spielten immer eine große Rolle, denn sie dienten der Reinigung. – Der ganze Ashram war zu dieser Zeit lebendig. Ab dem Jahr 2000 gab es eine neue Halle direkt am Ganges, wo morgens Hatha-Yoga unterrichtet wurde. Es herrschte immer großer Andrang.

In der Bhajan-Hall wurde/wird seit den 1948er Jahren tagesin, tagaus, Tag und Nacht (24 Stunden lang) „Hare Rama, hare Krishna...“ für den Weltfrieden gesungen. Man konnte sich in eine Liste eintragen und ebenfalls für eine Stunde lang das Mantra-Singen übernehmen. Mit wurde erzählt, dass Swami Krishnananda früher einmal neben dieser Halle sein Kutir hatte.

## Satsang am Abend

Allabendlich fand der Satsang in der Samadhi-Hall statt. Auch hier saßen Frauen und Männer getrennt. Darüber hinaus saßen die Brahmacharyas rechts vom Rednerpult und die Swamis davor. Die Gäste saßen hinter den Swamis. Links neben dem Rednerpult saßen die Musiker. – Man konnte kommen und gehen wann man wollte.

Der Abend begann immer mit dem Rezitieren eines Kapitels der *Srimad Bhagavadgita* in Sanskrit. Nachdem ich das Schreiben und Lesen in Sanskrit bei Swamiji gelernt hatte, konnte ich dem Text folgen. Dadurch lernte ich Rhythmus und Betonung kennen. Sonnabends wurde *Sri Hanumanchalisa* rezitiert. Die Geschichte bezieht sich auf Rama und den Affengott Hanuman. Das Textbuch hatte ich mir in einer kleinen Buchhandlung an der Uferpromenade besorgt.

Die Lehrreden waren in Hindi. In den 90er Jahren hatte Swami Nirplidananda simultan bzw. nachträglich den Vortrag ins Englische übersetzt. Doch irgendwann gab es diese Übersetzung nicht mehr. Zu bestimmten Festtagen gab es besondere Zeremonien, z.B. die 108 Namen des verehrten Heiligen, wobei Blumenköpfe, meist Tagetes, bei Nennung eines Namens in eine kleine Schale unter dem Bildnis des verehrten Heiligen geworfen wurden. Der Abend schloss immer mit Mantra-Singen und Gebeten. Es war immer eine erhebende Atmosphäre. – Am Ende konnte man sich an einem herum gereichten Flämmchen „reinigen“. Der Abend endete mit Prasad.

## Shopping

An der Uferpromenade diesseits und jenseits des Ganges gab es viele kleine Geschäfte und Restaurants. Das jenseitige Ufer konnte man über eine nahegelegene Hängebrücke erreichen. An und auf der Brücke saßen Bettler bereits früh am Morgen aufgereiht nebeneinander. Einige hatten sich Wunden zugefügt oder waren verstümmelt, damit sie bei den Touristen aus aller Welt Mitleid erregen konnten und die Spenden größer ausfallen sollten. Wenn man einem etwas gab, musste man allen etwas geben, sonst setzte man sich wüsten Beschimpfungen aus. Ich hielt mich generell zurück. Egal wann ich dort entlang ging; ich wurde nie beschimpft.

Wenn man eine Plastiktüte mit Obst dabei hatte, musste man sich überall vor den Affen in Acht nehmen, sonst waren Bananen und anderes Obst für sie leichte Beute. Hier half mir mein Rucksack, wo man von außen nichts sehen konnte.

Auf dem Weg zur Brücke gab es ein Geschäft, wo man aus Marmor geschnitzte Heiligenfiguren erwerben konnte. Diese waren nicht gerade preiswert, doch billiger als am Flughafen in Delhi. Swamiji sagte mir, man müsse handeln. Einkaufen war eine echte Zeremonie. –

Als Fremder war ich natürlich ein potentieller Kunde, der nach Geschäft roch. Als ich das kleine Geschäft betrat, bot man mir sofort einen Hocker an. Ein Diener besorgte sofort Jai. Dann wurde erst einmal Tee getrunken und über Gott und die Welt geschwätzt. Irgendwann schaute ich auf die Auslagen in der Vitrine. Schnell wurde abgeräumt und präsentiert. Eher beiläufig zeigte ich für diese oder jene Figur

Interesse. Bei Nennung des Preises stöhnte ich gespielt auf. Darüber könne man sprechen, hieß es. Das taten wir dann auch, bis meinem Gegenüber fast die Tränen kamen. Dann gab ich wieder etwas nach, und schließlich wurden wir handelseinig. Der Verkäufer strahlte.

Ich erwarb drei mittelgroße Figuren aus Marmor. Der Handel musste mit Tee besiegelt werden. Als ich Swamiji später die Figuren präsentierte und den Preis nannte, meinte er: „Fairer Preis für gute Schnitzarbeit.“ Ich erwarb in den folgenden Tagen weitere Figuren. – Ein bisschen viel für das Handgepäck, dachte ich. Vorsichtshalber ließ ich mir noch eine Rechnung ausstellen, unter Wert natürlich. Doch alles ging gut.

Auf der anderen Seite des Ganges kaufte ich einige Schals als Mitbringsel. Die sind hier sehr preiswert. Am Flughafen drückte man bei dem Gewicht des Koffers beide Augen zu. Heutzutage ist so etwas nicht mehr möglich!

## **Mahasivaratri**

Mahasivaratri ist einer der höchsten indischen Feiertag. Viele Inder, Hindus, Siva-Anhänger, pilgern zu den Ashrams und Tempeln.

*Hintergrund: Der Feiertag fällt auf den 13. / 14. Tag der dunklen Hälfte von Phalgun (Februar - März). Der Name bedeutet: die Nacht Sivas. Die Zeremonien finden hauptsächlich in der Nacht statt. Das Fest findet zu Ehren von Lord Siva statt. Siva wurde an diesem Tag mit Parvati vermählt. – weitere Informationen siehe [www.divya-jyoti.de](http://www.divya-jyoti.de) „Religiöse Feste“.*

Ich hielt mich mehrfach zu dieser Zeit im Ashram auf. Die Veranstaltung fand im Vishvanatha-Tempel des Ashrams statt. In einer Nische war ein Lingam aufgestellt. Es gab einen Abfluss, der in ein Becken mündete, das rund um das Lingam angeordnet war. Um den Lingam herum saßen die Zeremonien-Meister, Swamis aus dem Ashram. Alle namenhaften Swamis aus dem Ashram waren im Tempel anwesend. Im Hintergrund saßen Brahmacharyas und Gäste, getrennt nach Männlein und Weiblein. Stündlich fanden Pujas statt. Dazu durfte man sich in eine Schlange einreihen. Bei der Puja durfte jeder Teilnehmer Milch, Reis oder Brei über das Lingam gießen, der in dem zuvor beschriebenen Becken aufgefangen wurde.

Von zwei bis vier Uhr nachts wurden nur noch Mantras rezeptiert. Danach strömten alle zur Dining-Hall. Wir setzten uns alle auf die zuvor ausgerollten groben Teppiche, hatten einen Blechteller vor uns und wurden von den Swamijis bedient. Man hatte mir schon vor der Veranstaltung gesagt, ich solle unbedingt eine Plastikdose mitbringen, damit ich noch einige Köstlichkeiten mitnehmen konnte. Die Swamis sorgten reichlich für unser Wohl. Irgendwann konnte man nichts mehr essen. – Danach ging man auf sein Zimmer. Die Morgenmeditation verschlief ich ohne schlechtes Gewissen.

## Allein im Post-Office

Stallwache! Ich saß allein im Post-Office. Swamiji musste irgendetwas besorgen. Hin und wieder kam jemand aus dem Ashram und brachte Briefe oder kleine Päckchen, die frankiert und verschickt werden sollten, und verschwand wieder. Dann schaute ein älterer Swami mit rötlichem Gesicht herein. Es war Swami Vimalananda, der Swami Chidanandaji Maharaj in den 90er Jahren auf Reisen begleitete. Er kam gerade aus Dänemark zurück, wie er erzählte und hatte ein paar Briefe für die Post dabei. Aus einer kleinen Umhängetasche holte er eine runde Dose mit Butterkekse hervor, wie man sie auch in Deutschland kannte. Er öffnete sie und bot mir welche an. Einfach lecker. Ich konnte nicht widerstehen.

Als ich mich vorstellen wollte, winkte er ab. Er war bestens informiert. Alle kennen mich besser als ich mich selbst, dachte ich. So ist es eben, wenn man ständig überwacht wird. Swamiji Krishnananda hat alle bestens instruiert. – Die Kekse mundeten trotzdem. Er wollte mir den Rest überlassen als Swamiji gerade herein kam. Ich reichte ihm die Dose, damit er die Vorräte wieder auffüllen konnte.

Tage später wurden alle im Ashram wohnende Gäste zu Swami Chidananda Maharaj gerufen. Wir wurden willkommen geheißen. Jeder erhielt, nachdem er aufgerufen wurde, eine große Tüte Süßigkeiten, Kekse usw. Swamiji Chidananda wechselte mit jedem ein paar warme Worte, fragte nach dem Woher, ob man sich wohl fühlte usw. Schließlich wurde die Zusammenkunft aufgehoben und ich lud das ganze Paket voller Köstlichkeiten bei Swamiji im Post-Office ab. Er verteilte alles in den folgenden Tagen zum Tee, wie immer. – Irgendjemand berichtete von einer großzügigen Spende eines wohlhabenden Inders.

## Essen und Trinken

Die vegetarische Küche Indiens ist hervorragend und das Essen in den Restaurants vergleichsweise günstig. Mit umgerechnet ca. 2,50 € hat man sehr gut und reichlich gegessen. An der Straße niemals offene Fruchtsäfte trinken, auch wenn es noch so verlockend ist, sonst ist Durchfall garantiert. Gegen kochend heiße Tees ist hingegen nichts einzuwenden, wenn man über unsaubere Gläser hinwegsieht. Gläser/ Becher sollten beim Trinken nicht mit den Lippen berührt werden, sondern man sollte über den Daumen trinken oder vorsichtig in den offenen Mund gießen.

Im Ashram und kleinen Restaurants hat man mit dem Essen oder dem Trinken bzgl. Sauberkeit keine Probleme. (*Ein Blick in die Küche lohnt sich. Bei einem ungu- ten Gefühl sofort den Ort wieder verlassen.*) Dieser Hinweis gilt für die kühlere Jahreszeit, nicht für die heiße Zeit, wo selbst Einheimischen oft von Durchfallerkrankungen geplagt sind. Das liegt an den zahlreichen Insekten, die besonders in der Regenzeit in Scharen über alles Essbare herfallen. Fleisch sollte unbedingt vermieden werden! Das indische Essen ist ideenreicher als in Deutschland. Das liegt an der Vielfalt von Früchten/ Gemüsearten, die zu jeder Jahreszeit zur Verfügung stehen. "Chickenwings" bekommt man auch in Indien in vielen Hotels/ Restaurants. Sehr zu empfehlen sind Süßspeisen und Snacks, doch nur, wenn die Herkunft bekannt ist oder aus einer versiegelten Verpackung stammen. Keine offenen Produkte an der Straße kaufen und essen!

Die Milch wegen der TBC-Gefahr nur in abgekochtem Zustand genießen. Die Milch ist gehaltvoller als in Europa. Gern wird Milch mit Wasser verdünnt, darum sollte Milch nur abgekocht getrunken werden. Wenn man sich nach einiger Zeit an das Wasser gewöhnt hat, kann man die verdünnte Buttermilch, die es im Ashram zum Mittagessen gibt, genießen.

Wasser aus der Leitung ist nicht zum Trinken geeignet, denn, das aus dem Ganges unzureichend aufbereitete Wasser, kommt aus einem maroden Rohrleitungssystem. Man muss Wasser zum Trinken erst abkochen, dennoch bleibt es mit Schwermetallen belastet. Zum Essen in den Restaurants bzw. im Ashram wird immer ein Glas Wasser gereicht. Das Leitungswasser, das in den Restaurants in Gläsern oder Bechern serviert wird, nicht sauber. Bitte nicht trinken! Es eignet sich nur, um Geschirr vom Staub zu befreien. Übrigens die Einheimischen machen es genauso.

Kaufen Sie das Trinkwasser in versiegelten Flaschen. Dann geht man kein Risiko ein. Das gilt auch für Hotels. Nachdem man die Plastikflasche entleert hat, unbedingt zerstören, denn sie wird von einigen Händlern mit verunreinigtem Wasser wieder gefüllt und als "Original" angeboten. Deshalb beim Kauf von Getränken /Wasserflaschen an der Straße unbedingt auf versiegelte Flaschen achten!

Die schlechte Wasserqualität macht vor Eiswürfeln in gekühlten Getränken nicht halt. Unbedingt meiden! Gekühlte Getränke, wie Coca-Cola oder Orangensaft nur mit festem Verschluss kaufen. Glasflaschen können am Verkaufsstand wieder zurückgegeben werden. –

Obst vor dem Verzehr schälen, denn man weiß nie, mit welchen Mitteln das Obst gegen Ungeziefer behandelt wurde. Aus dem gleichen Grund sollte man Salate meiden oder nur in ausgesuchten Hotels essen. Tomaten nur in gewaschenem Zustand essen. Es gibt zu bestimmten Jahreszeiten wunderbare Weintrauben bei den Obsthändlern an der Straße zu kaufen. Doch man sollte nur verzehren, was man selbst gewaschen hat und nur verzehren, wenn sich das Verdauungssystem an die mindere Wasserqualität gewöhnt hat!

Wenn man mit Swamis, Brahmacharyas (Novizen) und anderen Ashram-Gästen in einem Essenssaal gemeinsam essen möchte, sollte man sein eigenes Besteck von zu Hause nutzen oder lernen wie man mit den Fingern isst, - bitte nur mit der rechten Hand. Das Essen, das in einfachen Blechschalen serviert wird, wird im Ashram (Dining Hall) auf dem Fußboden eingenommen, darum Sitzunterlage nicht vergessen!

## **Auf dem Weg zum Flughafen**

Auf dem Weg zum Flughafen bin ich immer mit Taxen gefahren. Es war jedes Mal ein anderes Abenteuer, das auf mich wartete und meist mit unpünktlichen Taxifahrern begann. Swamiji steckte mir am Nachmittag noch ein paar Süßigkeiten zu, gab mir Früchte als Reiseproviant mit auf den Weg.

Wenn das Taxi endlich kam, verstand der Fahrer plötzlich keinen Brocken Englisch mehr, hatte eine falsche Information bekommen usw. Er wollte natürlich den Gesichtverlust vermeiden. Ich war dankbar, wenn er überhaupt kam. Irgendwann

habe ich das Taxi zu meiner Abholung eine Stunde früher bestellt. Egal wann er endlich kam, Hauptsache wir erreichten den Flughafen drei Stunden vor Abflug.

Auf halbem Weg gab es ein Restaurant (Chittal), das wir ansteuerten, denn hier bekam der Fahrer ein kostenloses Essen. Chittal ist mit unseren Autobahnrestaurants vergleichbar. Ich selbst konnte mich frisch machen, eine saubere Toilette benutzen und in einem klimatisierten Restaurant essen. Die Preise waren für indische Verhältnisse hoch. Nach einer Stunde ging es weiter.

Einmal hatten wir eine Panne. Man schaut besser nicht hin, wenn ein Rad gewechselt werden muss. Das abgefahrene Ersatzrad sieht oft nicht viel besser als das Original. Doch es hatte genug Luft im Schlauch. Radwechsel dauerte, denn es war von viel Palaver begleitet. –

Irgendwann wurde es dunkel und der Fahrer schaltete das Fahrlicht ein. Ein Scheinwerfer strahlte die Bäume an, der andere war so niedrig eingestellt, dass er eher dem Standlicht ähnelte. Zur Korrektur wurde ein Hammer benutzt. Nun strahlten beide Scheinwerfer in die Bäume. Ich sagte nichts. Der Gegenverkehr war offensichtlich unbeeindruckt, kein Wunder bei dem Lichtlein.

Nach dem Restaurantbesuch war einmal mehr Fahrer samt Taxi und Koffer verschwunden. Nach mehreren Telefonaten mit seiner Taxizentrale tauchte das Taxi samt Koffer und Fahrer wieder auf. Er entschuldigte sich verlegen mit den Worten in plötzlich gutem Englisch, dass er ein Motorproblem gehabt hätte!?

Kurz vor Meerut standen wir schon mal vor einer geschlossenen Schranke. Auf beiden Seiten fuhren die Autos, Busse und LKWs direkt zur Schranke auf und nutzten dafür auch die Gegenfahrbahn. Halbwüchsige klopfen zwischenzeitlich an die Scheiben, wollten Obst oder Säfte verkaufen, wollten die Frontscheibe mit einem dreieckigen Lappen säubern usw. Der Fahrer reagierte nicht. - Weder für diese noch für die gegenüberliegende Seite sah ich ein Durchkommen als sich die Schrank wieder öffnete. Der Fahrer meinte, das Knäuel würde sich ganz schnell entwirren. Irgendwann ging es tatsächlich weiter.

Nach dem Terroranschlag in New York 2001 gab es besondere Sicherheitsmaßnahmen: Die Hälfte der Strecke zum Flughafen wurden wir von Militärfahrzeugen eskortiert und mit uns viele andere. Im Reisverschlussverfahren mussten sich Zivilfahrzeuge zwischen Militärfahrzeuge einreihen. Ich sollte mich auf die Rückbank legen, nicht den Kopf heben. So ging es bis kurz vor Delhi. Überall waren Straßensperren. Doch wir kamen rechtzeitig zum Flughafen. Irgendwie hatte Swamiji seine Hand im Spiel.

Manchmal war die Sicherheitskontrolle am Flughafen derart schleppend, dass zu Befürchten stand, man würde nicht rechtzeitig durch die Kontrolle kommen. Doch dann wurden die Flüge schon vor der Kontrolle aufgerufen und die Passagiere an der Absperrung vorbei zum Flugzeug geführt. Koffer und alle anderen Formalitäten hatten waren schon vor Stunden erledigt.

Es gab immer irgendwelche Verzögerungen bei der Abfertigung: Kofferdurchleuchtung funktionierte nicht, der Koffertransportband war kaputt. Man durfte das Flughafengebäude nicht betreten, weil das Ticket auf den nächsten Tag ausgestellt

war. Dieses Problem stellte sich, wenn man schon vor Mitternacht das Flughafengebäude betreten musste, weil das Flugzeug um drei in der Nacht abheben sollte. Dann brauchte man den Vorgesetzten des aufmerksamen Polizisten.

## **Divya Jyoti und die German Branch**

Ich wollte irgendwann einen Sanskrit-Namen haben. Swamiji sagte, ich solle Divya ... heißen. Den zweiten Teil ergänzte Swami Krishnananda, machte daraus Divya Jyoti (Göttliches Licht). Seit dieser Zeit führe ich diesen Namen wie ein Synonym bei allen Übersetzungen und auch für dieses Büchlein, das für alle deutschsprachigen Ashram-Besucher gedacht ist. Wir haben seit 1993 über 40 Bücher ins Deutsche übertragen. Darüber hinaus noch einmal so viele Artikel aus den Monatsheften übersetzt und im Internet veröffentlicht. Mein erstes Büchlein war „Mutter Ganga“. Zu Anfang konnten wir uns den Buchdruck leisten. Irgendwann schossen die Preise für den Druck derart in die Höhe, dass wir die Übersetzungen nur noch im Internet veröffentlichen konnten. Am Anfang war uns Sukadev behilflich, der einige Titel auf seiner Homepage veröffentlichte. Später starteten wir eine eigene Homepage. Der Download ist selbstverständlich kostenlos.

1995 kam Wolfgang auf die Idee eine German Branch des Sivananda Ashrams zu gründen. Swami Krishnananda gab seine Einwilligung unter der Bedingung, dass ich Präsident werden sollte. Das war eigentlich nicht meine Absicht. Doch ich willigte ein. Wolfgang hat sich irgendwann verabschiedet. Ich habe bis Anfang 2000 Yoga-Unterricht erteilt. Doch irgendwann ging es zeitlich nicht mehr. Von da an habe ich nur noch Übersetzungsarbeiten gemacht. Die Anzahl der Interessierten an unserem Internetauftritt sind über die Jahre konstant geblieben. Ich hoffe, wir können für die Zukunft immer wieder interessante spirituelle Texte zum kostenlosen Download anbieten.

Danke Swamiji Gurudev, danke Swami Krishnananda Maharaj. Ohne euren Segen wäre all das nicht möglich gewesen.

## **Nicole und ihre vierbeinigen Freunde**

Nicole, meine Tochter, wollte mich unbedingt auf einer Reise nach Rishikesh in den Sivananda Ashram begleiten, alles kennenlernen. Irgendwann war es soweit. Wir flogen mit KLM/ United Airlines über Amsterdam nach Delhi. In Amsterdam war unser normales OK-Ticket offenbar nichts wert, Weiterflug fraglich. Am Counter in Amsterdam fühlte sich die Airline nicht mehr an das OK auf dem Ticket gebunden!? Erst nach massivem Einspruch erhielten wir die Board-Karte für den Weiterflug. Der Flug war offensichtlich überbucht. Nie wieder über Amsterdam nach Delhi. Die Verbindungen über Paris mit Air France bzw. Swiss über Zürich oder mit Lufthansa über Frankfurt waren teurer aber unproblematisch, abgesehen von den Verspätungen oder einem Kofferverlust. Dieser wurde Tage später einfach vor unsere Haustür gestellt. Vielleicht war der Koffer zwischenzeitlich einmal um den Globus gereist, hatte viel mehr „gesehen“ als wir!?

Als wir im Ashram ankamen hatte uns Swamiji herzlich begrüßt und mit Obst versorgt. Wir hatten ebenfalls Kekse und Obst mitgebracht. Es war ein Geben und

Nehmen. Alles wurde wie immer geteilt. Swamiji hatte Nicole bereits bei seinem Besuch in Europa ins Herz geschlossen, fragt heute noch in seinen Briefen nach ihrem Befinden. -

Es war die Zeit, wo die streunenden Hunde ihre Jungen zur Welt brachten. Davon gab es viele im Ashram. Jeden Morgen zählte und begutachtete Nicole die Kleinen. Sie war enttäuscht, wenn von den zahlreichen Nachkommen eines fehlte. - Eine natürliche Auslese. –

Alle im Bereich des Ashrams lebenden Tiere werden ebenso wie all seine Bewohner versorgt. Die Teilnehmer des all-abendlichen Satsangs geben kleine Happen ihres Prasad an die wartenden Vierbeiner weiter. Ich hatte den Eindruck, dass Mensch und Tier gleichermaßen zufrieden sind.

Das Hocken beim Toilettengang war für Nicole etwas völlig Neues. Wir hatten Toilettenpapier mitgebracht, denn das indische Papier war glatt oder man hätte mit Wasser aus der Dose und den Fingern nachhelfen müssen. Wir hatten den Luxus eines Badezimmers, mit eigener Toilette und einen funktionierenden Boiler zur Warmwasserbereitung. Die Brause funktionierte nicht, war hoffnungslos verkalkt, doch Zinkeimer und Blechdose standen „zum Duschen“ bereit. Das war gewöhnungsbedürftig, besonders beim Haare waschen. Man gewöhnt sich an alles.

Oh je, Nicole und Essen im Ashram, mit Blechschale am Boden. Also gingen wir ins „Madras Café“, einem kleinen Restaurant in der Nähe. Das Inventar bestand aus einfachen Holztischen und Stühlen. Wenn man sich gesetzt hatte, kam ein Junge und brachte ein Glas Wasser. Das Glas hatte er zuvor mit einem nicht ganz sauberen Lappen vom Staub befreit. Dieses Wasser aus der Leitung ist nicht einmal zum Zähneputzen geeignet. Am Glas waren die Fingerspuren aller vorherigen Benutzer gut sichtbar. Wir bestellten Tee (Jai). Ich zeigte ihr wie man über den Daumen trinkt, ohne das Glas mit den Lippen zu berühren. Irgendwann kam das bestellte Essen, das aus einer dünnen Tomatensuppe, „Butter Naan“ und Toast bestand. –

In die Küche durften wir keinen Blick werfen. Gut so! Wir hätten zwar Geld gespart, aber Nicole hätte dafür 14 Tage lang gefastet. – Sie hat trotzdem abgenommen. Nur gut, dass Swamiji seinen Liebling nachmittags reichlich mit Keksen versorgte.

Nicole sagt heute, es würde vielen jungen Menschen in Europa gut tun, das einfache Leben in einem Ashram einmal kennenzulernen, um ihr Luxusleben in der Heimat schätzen zu lernen.

OM TAT SAT

im März 2018