

Ein Tag im Sivananda Ashram

Copyright © THE DIVINE LIFE Trust SOCIETY, Rishikesh, Indien -
Autor: Divya Jyoti

Inhalt

Ankunft in Indien	1
Mit dem Taxi durch die Nacht von Delhi nach Rishikesh	2
Ankunft, Aufnahme und Begrüßung im Ashram	3
Mittagessen	4
Ein Tag im Sivananda Ashram	4

Ankunft in Indien

Ich werde, wie in jedem Jahr, von einem von mir vorbestellten Taxi abgeholt. Der Fahrer steht am Ausgang des Flughafengebäudes in Delhi und hält, wie viele andere mit ihm, das vereinbarte Pappschild, auf dem der Name des Besuchers steht, in die Höhe. Glücklicherweise kann ich das vereinbarte Pappschild schnell ausmachen, winke ihm zu, während alle anderen, ankommende Besucher wie wartende Abholer, weiterhin erwartungsvoll in die Runde schauen. Krishna, mein Fahrer, übernimmt meinen Tractor mit dem Gepäck und ab geht es hinaus in die dunkle Nacht. Draußen vor der Halle ist es staubig und es stinkt nach Autoabgasen. Kein Luftzug regt sich und für Mitte Februar ist es für einen Mitteleuropäer, wie mich, der gerade aus Frankfurt eingetroffen ist, relativ warm, d.h. 12° C.

Mein Fahrer hastet über einen schmalen Fußweg zum Parkplatz voraus. Bei seinem ‚Ambassador‘-Taxi angekommen, lädt er meinen Koffer in das Gepäckteil, ich begeben mich in den Fond und kurz darauf rollt der vernehmliche Diesel langsam in einer schier endlosen Kolonne zum Parkplatzausgang. Krishna, der mich bereits mehrere Male vom Flughafen abgeholt und wieder weggebracht hat, lächelt freundlich in den Rückspiegel und erkundigt sich in seinem umständlichen abgehackten Englisch über das Wetter in Deutschland. Ich hatte Frankfurt bei dichtem Schneetreiben verlassen. Es war dort lausig kalt. Alles das erzähle ich ihm, bis wir das Wärterhäuschen am Ausgang erreichen. Er schiebt einige schmutzige Rupien-Geldscheine durch das offene Wagenfenster zu dem Mann in dem Häuschen hinüber. Ein kurzes Palaver, was wohl soviel wie ‚Gute Fahrt‘ bedeutet, dann rumpelt der Ambassador über zwei Schwellen im Boden und wir verlässt das Flughafengelände in Richtung Delhi.

Die ganze Abwicklung, d.h. Passkontrolle, Geld wechseln usw. hat dieses Mal nur eine Stunde gedauert. Das war überraschend schnell. Es ist gerade mal zwei Uhr nachts. Vor vielen Jahren, als ich das erste Mal nach Indien flog, dauerte die Abwicklung ca. drei Stunden. Das lag daran, dass man meinen Koffer zunächst nicht finden konnte. Doch man hat sich den internationalen Gepflogenheiten in diesem aufstrebenden Land schnell angepasst.

Mit dem Taxi durch die Nacht von Delhi nach Rishikesh

Delhis Straßen sind hell erleuchtet. Die Luft ist staubig und einige Ampeln blinken, andere sind ganz abgeschaltet. Der Flughafen liegt südlich von Delhi und wir müssen durch die Stadt in Richtung Norden, teilweise können wir dabei die neue Ringstraße nutzen, die auf schier endlosen Brücken die großen Einfallstraßen überquert, die sternförmig auf Delhi zulaufen. Das spart viel Zeit. Vorbei geht es auch an neuen hellen mehrstöckigen Wohngebäuden auf der einen und dunklen Slums ohne jegliches Licht auf der anderen Seite. Ich mache es mir bequem im Fond, ziehe die Schuhe aus, strecke die Beine von mir, lehne mich weit zurück und genieße die Fahrt durch die Nacht.

Ohne Zwischenfall erreichen wir den ‚Highway‘ in Richtung Meerut. Doch hier darf man nicht die gleichen Maßstäbe an eine solche Straße stellen, wie in Europa oder den USA. In Indien herrscht Linksverkehr. Es ist eine vierspurige Straße, doch die äußeren Spuren werden fast ausschließlich von unbeleuchteten Büffelgespannen, wie sie zum Transport von Zuckerrohr eingesetzt werden, Fahrrädern, Rikschas, Dreiradtaxis usw. benutzt. Bordsteine am Fahrbahnrand sind außer in Delhi unbekannt, sodass insbesondere auf den Überlandwegen der sandige Randstreifen, der normalerweise von den Fußgängern und Händlern in Anspruch genommen wird, auch dem Ausweichen der Kleinfahrzeuge untereinander dient. Was häufig zu brenzligen Situationen führt, denn Indien ist immer unterwegs, tags wie nachts. Der so genannte Hauptfahrstreifen ist in den Ortschaften von LKWs, Bussen und natürlich allen anderen Fahrzeugen vorbehalten. Das ist ungeschriebenes Gesetz. Die Hauptfahrstreifen sind in den Ortschaften von der Gegenseite durch hohe für die Fahrzeuge unüberwindliche Bordsteine und teilweise auch durch Zäune voneinander getrennt, damit auch niemand diesen gefährlichen zu überqueren sucht. Alle paar Meter gibt es allerdings Durchlässe.

Am Straßenrand sind Pilgergruppen zu beobachten, die mit ihren Opfergaben an diesem frühen Morgen offensichtlich einem nahen Tempel zustreben. Es ist inzwischen vier Uhr. Wir haben die große Ausfallstraße verlassen und fahren auf einer gut ausgebauten zweispurigen Straße zwischen Alleebäumen dahin. Der Fahrer hält plötzlich an einem hell erleuchteten Restaurant am Straßenrand. Wir steigen aus, um einen heißen Tee zu uns zu nehmen. Dazu muss zunächst der Koch von einem Wachmann geweckt werden. Das Feuer im Herd wird entfacht und frische Milch in einem Topf zum Kochen gebracht. Es gibt Tee auf Milchbasis mit Ingwer, wie er in Indien üblich ist. Zwei Gläser werden abgefüllt, die zuvor an einem Wassertröpfelnden Hahn mit einem Tuch gesäubert wurden. Man gut, dass es Dunkel ist, sodass ich mich bzgl. der Hygiene nicht aufzuregen brauche. Bislang habe ich Gott sei Dank in Indien nie irgendwelche gesundheitlichen Probleme bekommen.

Die Gläser werden abgefüllt. Mir wird ein Glas gereicht und ich trinke über den Daumen, um das Glas nicht direkt mit den Lippen berühren zu müssen. Nach einem kurzen Palaver bezahlt mein Fahrer den Tee, denn ich habe kein Kleingeld. Und weiter geht es den Himalajas entgegen. Es dämmt, schemenhaft, wie bei einem Scheiterschnitt mit abgestuften schwarzgrauen Konturen, tauchen die Ausläufer der Himalajas vor Rishikesh auf. Wir passieren Haridwar, einen heiligen Ort am Ganges, wo sich jedes Jahr viele Pilger, Sadhus usw. treffen. Bettler, in Decken gehüllt, stehen am Straßenrand. Wir passieren eine Polizeistation, wie es viele auf dem Weg gab.

Ein Posten ist nicht zu entdecken. Er wird sich wohl in sein Häuschen verkrochen haben.

Ankunft, Aufnahme und Begrüßung im Ashram

Noch eine Stunde bis Rishikesh und dem Sivananda Ashram. Im Ort muss ich, wie jedes Jahr, noch den Besitzer von Trivenis begrüßen. Nach einer Teepause geht es weiter zum Ashram. Gegen sechs Uhr erreichen wir die Rezeption des Ashrams.

Da das Office noch nicht besetzt ist, betätige ich die etwas versteckte Glocke neben der verschlossenen Tür. Nach einem kurzen Augenblick eilt schlaftrunken ein Swami herbei und begrüßt mich freundlich. Da er mich von meinen vielen Besuchen im Ashram kennt, gibt er mir sofort einen Schlüssel für ein Zimmer im Gästehaus, in dem ich bereits mehrere Male genächtigt habe. ‚Die Formalitäten machen wir später‘, sagt er lächelnd und entlässt mich mit den Worten: ‚Bitte ruh dich erst einmal aus!‘ Der Fahrer bringt mich zum Gästehaus. Der Hauswarden hilft beim Gepäck. Ich zahle das Taxi und gebe dem Fahrer natürlich ein gutes Trinkgeld. Nachdem sich alle freundlich von mir verabschiedet haben, lege ich mich auf eines der beiden im Raum befindlichen Betten. Es handelt sich um diese hochbeinigen Holzbetten ohne Federung, wie sie überall in Indien üblich sind. Ich fühle mich behaglich wie unter Gurus spirituelle Energieglocke. Entspannt schlafe ich ein.

Nach zwei Stunden erwache ich wieder, erfrischt, als hätte ich acht Stunden geschlafen. Nach einer kurzen Erfrischung begeben wir uns auf den Weg, um die Eingangsformalitäten in der Rezeption zu erledigen. Anschließend melde ich mich bei Swami Hamsananda, der mich seit Jahren begleitet und in vielen, manchmal auch schwierigen Stunden immer wieder ermutigt hat. Freudig werde ich von ihm empfangen. Er hatte mich schon erwartet, denn der Swami an der Rezeption hatte ihm schon meine Ankunft mitgeteilt. Die ‚Dorfzeitung‘ hatte schon wieder funktioniert. Überraschungen werden damit sofort vereitelt.

Er bietet mir nach Landessitte einige Früchte an, denn ich könnte schließlich von der Strapaze der Reise halb verhungert sein. Dankend nehme ich an. Es ist gerade erst 8.30 Uhr Ortszeit und in Deutschland erst 4 Uhr. Doch ich verspüre keine Müdigkeit. Nach einem kurzen ‚Wie geht’s‘ werde ich wieder auf mein Zimmer geschickt, um auszuruhen. Er gibt mir noch ein paar Bananen mit auf den Weg. Für den Nachmittag lädt er mich noch - wie immer - zum Tee ein. ‚Sei bitte pünktlich‘, schmunzelt er und schiebt mich wieder zur Tür hinaus. Dann mache ich wieder langsam auf den Weg.

Mit einem freundlichen ‚Hari OM‘ begrüßen mich viele Bekannte auf dem Weg zu meinem Quartier am Berghang am oberen Ende des Ashrams. Es ist jedes Mal ein anstrengender Weg durch den ganzen Ashramkomplex hinauf zum Ishvabavan. Die kurzen ‚Schwätzchen‘ zwischendurch bieten da eine willkommene Abwechslung und Verschnaufpause. –

Mittagessen

Auf dem halben Weg nach oben erklingt gerade der große Gong, der Bewohner und Gäste pünktlich zum Essen in die Dining-Hall ruft. Was bleibt mir übrig? Ich liebe es, mit Bewohnern des Ashrams am Boden zu sitzen und den Fingern zu essen, was gelernt sein will. Es wird nicht eher mit dem Mahl begonnen, bis alle zusammen unter dem Gesang einiger Verse aus der Bhagavadgita ihr Essen erhalten haben, das von einige Hilfskräften aus Eimern auf die Blechteller der am Boden Hockenden bzw. Sitzenden verteilt wird. Meistens gibt es etwas Suppe, irgendein Gemüse und Unmengen von Reis. Alles wird ohne Fett zubereitet. Es wird nicht gesprochen. Die Verständigung erfolgt per Handzeichen, die man leicht erlernt. Die ‚Tafel‘ wird aufgehoben, wenn alle mit dem Essen fertig sind. Anschließend reinigt jeder seinen ‚Teller‘ unter fließendem Wasser selbst. Zuvor erhält jeder für die Härtefälle etwas warmes Wasser mit Spülmittel versetzt. Weit aus die meisten Gäste lassen sich jedoch das Essen auf ihre Zimmer kommen, um es dort bequem im Sitzen am Tisch einzunehmen.

Nach einer kurzen Mittagspause, wo die Zeit im Ashram still zu stehen scheint, begeben mich wieder auf den Weg zu Swamiji Hamsananda, dessen Post-Office direkt am Ganges im unteren Teil des Ashrams gelegen ist. Zuvor kaufe ich noch nach Landessitte Obst an einem der zahllosen Obstkarren als kleines Mitbringsel für Swamiji. Sofort nach dem Kauf muss das Obst gut und sicher verstaut werden, um es vor den diebischen Affen zu schützen, die überall herumtollen. Dazu dient mein kleiner Rucksack, der mich hier immer begleitet. Plastiktüten sind unzureichend!

P.S.: Das Post-Office diente Swami Sivananda als erste Wohnung in den Gründerjahren.

Ein Tag im Sivananda Ashram

Einige Tage danach: Es ist morgens kurz vor 5.00 Uhr. Ich erwache durch einige Außengeräusche auf dem Flur, schlurfende Schritte. Das Haus ist sehr hellhörig, einfach in Beton gegossen (siehe Fotogalerie). Ein LKW donnert in der Nähe des Hauses vorbei. Oberhalb des Ashrams geht die Hauptstraße nach Dehra Dun vorbei. Indien erwacht. Ich setze mich auf. Wenn sich ein wenig an das Klima gewöhnt hat, stellt man fest, dass es um diese Zeit noch recht frisch ist. Fensterscheiben Fehlanzeige. Es gibt nur ein paar Fensterläden und auf dem Flur sind große Fliegengitter. Morgens früh spürt man den kalten Wind, der aus den Himalajas herunterkommt. Erst am Vormittag lässt der Wind nach. So ist das jeden Morgen.

Schnell habe ich mich aus meinem Schlafsack geschält, schnappe mir eine Decke und verlasse das Haus, um zur Samadhi-Hall zur Meditation zu gehen. Still setze ich mich hin und genieße die Zeit. Ich bin natürlich etwas spät dran, denn die allgemeine Morgenansprache ist schon vorüber. Hier in dieser energiegeladenen Atmosphäre gibt es für mich niemals irgendwelche Probleme. Ich kann mich gut konzentrieren, mein Geist lässt sich ohne Widerstand sanft lenken, keine unliebsamen Gedanken, die die Konzentration stören könnten. Die Zeit vergeht wie im Fluge. Als ich die Samadhi-Hall eine Stunde später verlasse, dämmt es schon.

Ich gehe direkt hinüber zum Visvanath-Tempel, wo um diese Zeit von Bewohnern und Besuchern zusammen immer ‚Om Nama Sivaya‘ und manchmal auch andere Mantras gesungen werden. Es ist dort immer eine wundervolle Atmosphäre und man kann kommen und gehen, wann immer man möchte, mitsingen oder still zuhören. Kurz vor 7.00 Uhr wird dort eine Puja abgehalten, die man erlebt haben muss. Es ist so, als würde man für den Tag den Körper mit Energie betanken, damit er über den Tag auch funktioniert. Man braucht diese Aufladung, denn das Klima schlaucht Inder und Mitteleuropäer gleichermaßen, auch wenn man sich über viele Jahre daran gewöhnt zu haben glaubt. Es ist immer wieder faszinierend zu beobachten, dass man eigentlich müde und gleichzeitig voller Energie ist. Wer in den ersten Tagen sich zu viel zumutet, fängt sich allerdings schnell eine Erkältung ein.

Nun geht's in die Dining-Hall. Dort bekommt man zum Frühstück Tee und einen kleinen Brei mit allerlei leckeren Zutaten. Und darauf muss man sich einstellen: an ‚Ekadasi‘ (Festtag) gibt es nur Tee zum Frühstück und zum Mittag nur Gemüse ohne Reis! ‚Ekadasi‘ (siehe spiritueller Kalender) ist Fastentag. Einige Swamis verzichten an diesem Tag ganz auf das Essen und trinken nur ihren Tee.

Nach dem Frühstück mache ich mich erst einmal frisch und ruhe mich ein wenig aus, bevor ich mit Sanskritübungen und den Übersetzungsarbeiten beginne. Ab 9.30 Uhr sind Besuche eingeplant. Heute möchte ich unbedingt Swami Vimalananda (Generalsekretär) treffen, um mit ihm über die Planungen der ‚German Branch‘ zu sprechen. Anschließend geht es um ca. 11.30 Uhr zum Mittagessen, wo ich mich noch vor der Dining-Hall mit einem Brahmacharya verabredet habe, der ebenfalls alte Schriften studiert.

Es ist halb zwei, und ich hatte mich eine halbe Stunde hingelegt, um auszuruhen, was ich jedem Ashrambesucher raten kann. Um diese Zeit ruhen alle im Ashram, denn der Tag ist lang und es gibt viele Gespräche, kurze Spaziergänge und spontane Begegnungen. Der Sivananda Ashram ist offen, aber auch sehr weitläufig. Überall gibt es diverse Programmpunkte, wie z.B. Hatha-Yoga, Harmonium-Unterricht, Sanskrit, Mythologie, Gesprächsrunden, Lesungen usw., doch man muss sich selbst darum kümmern und man kann nicht überall gleichzeitig sein. Die Angebote sind nicht immer ganz einfach zu finden. Selbst die Rezeption ist nicht immer über alles informiert. Also fragen Sie, wenn Sie dort sind, ihren Zimmernachbarn, bekannte Swamis usw.

Nachmittags bin ich bei Swami Hamsananda zum Tee eingeladen und schon wieder einmal spät dran, dabei wollte ich doch unbedingt allein mit ihm sprechen. Ich glaube, er ist nie allein; ich möchte bei ihm unbedingt Sanskrit lernen. Nach dem Tee darf ich bleiben und der Unterricht beginnt. Es bleiben nur 14 Tage, um das ganze Alphabet zu erlernen. Das ist verdammt wenig Zeit, wie er sagt. Die Folge: viele Hausaufgaben. Ab 17.00 Uhr werden im ehemaligen Kutir (Quartier) von Swami Sivananda am Ganges Lieder und Mantras gesungen. Jeder ist herzlich willkommen und darf nach Aufforderung selbst ein Lied anstimmen, wenn er möchte. Auch hier herrscht immer eine wundervolle Atmosphäre bei teilweise virtuosen Gesängen. Erlebnis für Jedermann.

Ab 18.00 Uhr findet das Ganga-Arati (Puja und Verehrung) direkt am Ufer des Ganges statt. Im Februar werden um diese Zeit die umliegenden Berge mit ihren Urwäldern, die hier bis zu 2500 m hochragen, in der untergehenden Sonne in ein glü-

hendes Rot getaucht. In den Wäldern soll es noch Tiger geben. Von allen Seiten des Flusses erschallen die Gesänge zur Gangesverehrung, bis die Sonne untergegangen ist. Ich fühle mich danach immer erhaben und aufgehoben, eins mit ‚Mutter Ganga‘, wie der Ganges liebevoll genannt wird.

Nach einem schnellen Abendessen steige ich wieder zur Samadhi-Hall hinauf, wo der allabendliche Satsang mit virtuosen Gesängen und Lesungen schon begonnen hat. Gegen 22.00 Uhr endet diese Veranstaltung. Allerdings wird niemand, wie bei allen anderen Veranstaltungen auch, ohne ‚Prasad‘ nach Hause geschickt.

Ein anstrengender Tag geht zu Ende. Jeder Besucher folgt über den Tag seinem eigenen Programm, doch man trifft sich hier und da immer wieder.

Ich wünsche alle Besuchern des Ashrams eine gute Zeit.

Mögen Gott und Gurudev Sie alle beschützen