

DER YOGI

Portraits von Swami Vishnu-devananda

Von Gopala Krishna



Titel der englischen Originalausgabe: The Yogi – Portraits of Swami Vishnu-devananda

Copyright der englischen Originalausgabe 1995 von Gopala Krishna.

Copyright dieser deutschen Ausgabe 2010-2011: Yoga Vidya Verlag, Yoga Vidya GmbH, Wällenweg 42, D-32805 Horn-Bad Meinberg, ISBN 978-3-931854-74-4

2. Ausgabe 2011, Auflage: 500. Herausgegeben vom Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer e.V. Weitere Exemplare zu beziehen bei: Yoga Vidya GmbH, Wällenweg 42, D-32805 Horn-Bad Meinberg, Tel. 0534/87-2209, Fax -2225, E-mail: shop@yoga-vidya.de, www.yoga-vidya.de

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--------------------------------------|-----|
| Vorwort | 7 |
| Danksagung | 10 |
| Einleitung | 11 |
| Chronologie | 15 |
| Erste Begegnungen | 21 |
| Den Guru finden | 32 |
| Mit dem Meister | 47 |
| Egofieber | 59 |
| Die erste Zeit | 69 |
| Friedensmissionen | 80 |
| Mantraeinweihung | 95 |
| Nur noch eine Geschichte | 109 |
| Lernen durch Dienen | 121 |
| Ein wahrer Heiliger | 131 |
| Beziehungen | 139 |
| Die physische Präsenz | 147 |
| Hingabe | 159 |
| Ich bin nicht dieser Körper | 171 |
| Vollendung | 183 |
| Anhang: | |
| „Sadhana Tattwa“ von Swami Sivananda | 192 |
| Glossar | 198 |

Vorwort

Die ursprüngliche Idee für dieses Buch stammt nicht von mir. Schon bald nachdem Swami Vishnu-devananda oder Swamiji, wie er gewöhnlich von seinen Freunden und Schülern genannt wurde, zu Beginn des Jahres 1991 seinen ersten Schlaganfall hatte, bat einer seiner ältesten Schüler, Swami Shankarananda, Swamijis Schüler um Material für ein Buch. Er begann die eingehenden Informationen zu sammeln und zu vergleichen, als auch die Tausenden von Kassetten mit Swamijis Reden, die sich in den Archiven des Sivananda Yoga Ashram befanden, zu transkribieren. Swami Shankaranandas voller Terminkalender und viele andere Verpflichtungen machten es ihm jedoch unmöglich, tiefer in das Projekt einzusteigen.

In den ersten Tagen, nachdem Swamiji seinen Körper am 9. November 1993 verlassen hatte, wurde mir klar, dass ich selbst dieses Projekt übernehmen musste. Ich kann weder beschreiben noch erklären, wie dieses Gefühl entstand. Es war einfach da, in voller Blüte. Ich hatte nie etwas Längeres geschrieben als einen kurzen wissenschaftlichen Text über Computertechnologie, aber ich wusste, dass ich dieses Buch schreiben konnte. Ich wollte irgendwie das erhalten und weitergeben, was Swamiji uns die ganzen Jahre über gelehrt hatte.

Ich vertiefte mich in das gesammelte Material und machte mich daran, noch mehr zu sammeln. Jeder Tag war angefüllt mit Gedanken, Bildern und Erinnerungen an Swamiji. Wenn ich die Abschriften seiner Reden las, konnte ich ihn oft sehr klar in meinem Geist sehen und hören. Es war, als wäre ich wieder bei ihm, zu seinen Füßen sitzend. Ich hoffe, dass auch du seine Gegenwart fühlen kannst, wenn du dieses Buch liest.

Swamiji führte mich durch den ganzen Prozess. Er schrieb dieses Buch. Ich war nur sein Instrument. Ich möchte dadurch nicht andeuten, dass ich eine besondere Beziehung zu Swamiji hatte. Viele Tausende seiner Schüler hätten dieses Buch schreiben können. Ich hatte einfach Glück.

Die Kapitel in diesem Buch sind teilweise chronologisch wie in einer Biographie und teilweise thematisch geordnet. Die biographischen Kapitel basieren teilweise auf einer auto-biographischen Kassette über sein früheres Leben, die Swami Vishnu-devananda in der Mitte der 80er Jahre aufgenommen hat. Die thematischen Kapitel beinhalten Dinge, über die

Swamiji während des *Satsangs* (gemeinsame Meditation, Mantrasingen, Vortrag) gesprochen hat. Glücklicherweise wurden viele seiner Reden entweder auf Kassette oder Video aufgenommen, so dass ich eine immense Sammlung seiner Gedanken und Lehren zur Verfügung hatte. Zwischen diesem Material, welches direkt von Swamiji stammt, finden sich Erinnerungen von Menschen, die ihn kannten.

Damit der Leser erkennt, wer gerade spricht, sind die Abschnitte in diesem Buch unterschiedlich dargestellt:

“ Absätze aus Swamijis Reden werden erscheinen in diesem Format. Er hatte regelmäßig alle um sich herum zum *Satsang* versammelt. Wir saßen zusammen, meditierten und sangen gemeinsam Mantras und dann sprach Swamiji manchmal kurz, oft aber auch sehr ausführlich. Für einige Vorträge waren die Themen vorgegeben, z.B. wenn er einen besonderen Kurs wie die Yogalehrerausbildung gab, die er regelmäßig lehrte. Manchmal schlug er wahllos eines der Bücher seines *Gurus* Swami Sivananda auf, las ein wenig vor, was er gerade fand und sprach darüber. Manchmal beschäftigte er sich mit einem Thema aus der Tageszeitung oder aus den Fernsehnachrichten. Außerdem forderte Swamiji uns manchmal auf, während des *Satsangs* Fragen zu stellen, wobei er auf individuelle Fragen und Zweifel einging und gleichzeitig uns allen eine umfassendere Lehre darbot.“

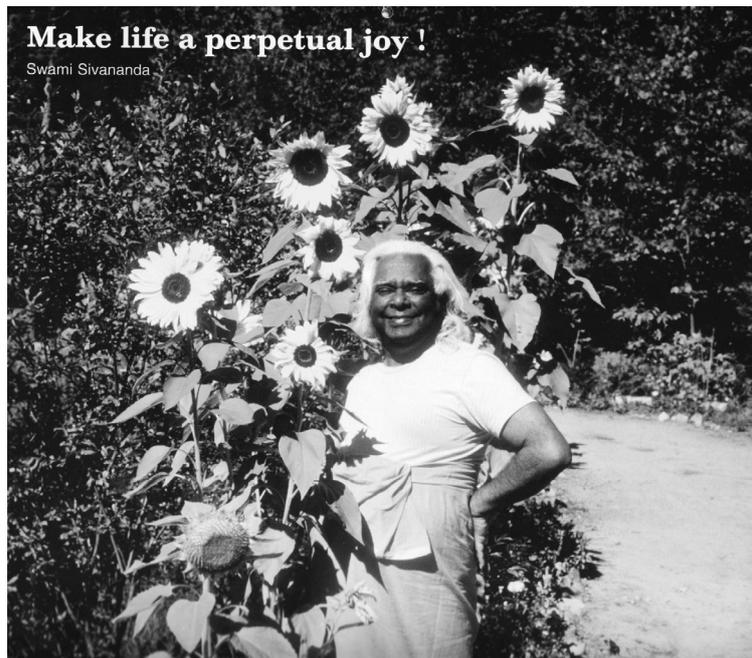
Swamiji hatte einen einzigartigen Stil. Ich habe die Texte seiner Reden wortwörtlich übernommen. Um die Texte klar und kurz zu halten, habe ich Abschweifungen und Unterbrechungen herausgeschnitten und sein nicht immer perfektes Englisch korrigiert. Ich habe keine Passagen gelöscht, die auf den ersten Blick wie Wiederholungen aussahen. Swamiji hat sich oft wiederholt, um sicherzugehen, dass sich die Botschaft auch einprägte.

Erinnerungen von Swamijis Schülern und Freunden werden mit einem Sternchen eingeleitet:

*

Schüler:

„Eine Seite, die dieses Buch besonders hervorheben möchte, ist die mehr private und individuelle Lehre, die er jedem von uns mitgab. Er war ein liebender, umsorgender Mensch, der an jeder Person, die er traf, persönliches Interesse hatte. Diese Erinnerungen werden hoffentlich die mehr privaten und individuellen Lektionen aufzeigen.“



Friedensmissionen

Swamiji war ein großer Aktivist für den Weltfrieden. Von 1950 an suchte er ständig nach Wegen, die Aufmerksamkeit der Menschen auf den Weltfrieden zu lenken und praktische Wege aufzuzeigen, diesen Frieden zu erreichen. Er war immer auf der Suche nach einer Möglichkeit für eine neue Friedensmission.

Sein häufigster Weg, die Aufmerksamkeit der Menschen zu erregen, waren die Friedensmissionen in seinem „Friedensflugzeug“ – erst eine Doppeldecker Piper Apache und später eine Ultraleichtmaschine. Er flog über die Unruheherde der Welt, oft unter großem Risiko für ihn selbst und „bombardierte“ diese Orte mit Flugblättern und Blumen. Durch diese Flüge wurde er als „Der fliegende Swami“ bekannt.

Warum tat er das? Was brachte ihn wiederholt dazu, sein Leben und seinen Ruf zu riskieren? Er erklärte es folgendermaßen.

Im *ashram* in Nassau hatte ich eine machtvolle Vision. Sie erschütterte mich und noch Stunden nach dieser Vision konnte ich nicht klar denken. Ich erkannte, dass es die schwierigste Sache meines Lebens werden würde, wenn diese Vision Wirklichkeit würde. Ich hatte keine Ahnung, wie und wann es passieren würde. Eine Stimme sagte mir, dass ich fliegen würde. Ich hatte keine Ahnung warum, aber die Stimme sagte ja. Also flog ich einige Jahre trotz der ganzen Kritik („der Swami fliegt“). Besonders viel kritisiert wurde der Luxus eines privaten Flugzeugs. Immer noch verstand ich nicht wirklich, warum ich fliegen sollte. Ich dachte, vielleicht für Freiheit, vielleicht gegen den Krieg. Aber jetzt sehe ich, dass all die Jahre der Fliegerei nur einen Zweck verfolgten: die Begrenzungen von Pässen und Visa zu durchbrechen. Am Boden können die Posten dich an der Grenze stoppen, aber wenn du hoch oben in der Luft bist, kann dich niemand stoppen. Entweder müssen sie dich abschießen oder sie müssen dich landen lassen. Keine Regierung hat da eine andere Wahl.

Und so kam die Mission, Grenzen zu überwinden. Es zeigte der Welt symbolisch, dass unser Planet klein ist. Entweder wir leben zusammen oder wir sterben zusammen. Es war die Zeit gekommen, dass Nationalismus und Patriotismus verschwanden und nur noch Einheit existierte.

“

Swamiji bereitete seine Friedensmission in den ersten Monaten des Jahres 1971 vor, indem er seinen Flieger, eine Piper Apache, mit zusätzlichen Benzintanks und speziellen technischen Geräten für Langwellen ausstattete. Auch die Außenseite des Flugzeugs wurde vorbereitet. Peter Max, ein Künstler seiner Zeit, gab dem Äußeren einen hellen, poppigen Anstrich. Swamiji kreierte für sich und seine Reisegefährten einen „Planet Erde“ Pass, als Symbol dafür, dass sie nicht aus einem speziellen Land waren oder einer besonderen Nationalität angehörten. Der Inhalt seines Passes las sich wie folgt:

Name – Swami Vishnu-devananda, zufällig auf der Erde geboren

Geburtsdatum – unsterblich

Wohnort – Erde

Gewicht – nicht messbar

Größe – kurz so gut wie lang, groß so gut wie klein

Haar – schneeweiß

Augen – intuitiv

Momentaner Wohnort: Straße – Planet Erde; Stadt – Vaikuntha;
Staat – Gott.

Sein erster Stop sollte Belfast in Nordirland sein, also mitten in einem unerklärten Bürgerkrieg, besetzt von britischen Truppen. Der Schauspieler Peter Sellers hatte versprochen, ihn in Dublin zu treffen.

Am 5. September kam Peter Sellers in das Hotel in Dublin. Wir hatten ein erstes Gespräch darüber, wie wir unsere Mission des Auflösens von Grenzen beginnen sollten. Der 8. September war dafür bereits ausgewählt. Es war ein besonderer Tag, der Geburtstag von Meister Sivananda. Deshalb wollte ich die Friedensmission am 8. September beginnen.



*

Schüler:

Im November 1989 traf Swamiji Vorbereitungen für einen Besuch in Israel. Das war damals immer noch gefährlich. Die aufständige Palästinenserbewegung Intifada setzte in den besetzten Gebieten des Mittleren Ostens ihr tägliches Steinwerfen und ihre Unruhen fort. Aufgrund seiner Liebe zu den Menschen hatte Swamiji überhaupt keine Angst, diese Gebiete zu besuchen und mit seinen unvergleichlichen Blumen und Friedensflugblättern zu „bombardieren“.

Drei Autos mit enthusiastischen (aber ziemlich nervösen) Yogaschülern kamen zusammen mit Swamiji an die Militärwache von Kalkiliya, einer kleinen Stadt am Westufer des Jordan. Die meisten unserer 16 Leute waren Israelis und sie waren nicht sicher, wie die Einwohner der Stadt auf sie reagieren würden. Es kamen schon negative Berichte in den Medien, die dazu aufriefen, diese Gebiete zu meiden. Aber Swamiji war bei uns und seine Gegenwart war wie ein Granitfelsen. Was konnte schon passieren?

Vollendung

In den letzten Jahren seines Lebens erfüllte Swamiji eine weitere große Aufgabe, den Bau eines neuen Tempels im Val Morin *ashram*, der Subramanya und Ayyappa gewidmet war. Subramanya war die Gottheit von Swamijis Familie. Ayyappa ist eine Gottheit, die in Südindien verehrt wird. Der Tradition nach war Vavar, der größte Verehrer Ayyappas, ein Moslem gewesen. Das war wichtig für Swamiji, der sich permanent gegen die Hindu-Moslem Gewalt in Indien aussprach. Warum war es so wichtig, diesen Tempel zu bauen? Dazu sagte Swamiji:

” Ohne Hingabe, ohne Gottes Gnade sind all unsere Bemühungen bedeutungslos. Wir können die Spitze nicht erreichen. Egal, wie sehr wir danach streben, maya wird uns überwältigen und herunterziehen. Hingabe ist sehr wichtig auf dem spirituellen Weg. Gottes Gnade muss dabei sein.

“

*

Wie viele von Swamijis Projekten begann der Tempel als ein Gedanke in seinem Geist. Dann konzentrierte er all seine Energie darauf, diesen Gedanken zu manifestieren. Einer seiner Schüler erinnert sich daran, wie alles begann:

Im Juli 1992 war ich Mitarbeiter im *ashram* in Val Morin. Ich hatte viel Glück, da ich unten in Swamijis Haus war. Wir trugen ihn zu den Plätzen ums Haus herum, machten kleine Pilgerfahrten, sangen und brachten Blumen dar. Wie aus heiterem Himmel sagte Swamiji, dass er auf den Hügel hinter dem *ashram*, den wir Mount Kailas nannten, eine größere Pilgerfahrt unternehmen wolle, um einen Platz für einen neuen Tempel zu suchen. Swami Kartikeyananda fragte ihn, wie wir ihn den Hügel hinaufbringen sollten, da es keinen Weg gab und der *ashram* ganz unten an diesem Hügel lag. Swamiji bestand darauf.

Tatsächlich schoben wir ihn in seinem Rollstuhl den Berg hinauf und sangen *mantras* dabei. Es war eine Tortur, ihn dort hochzuschieben. Er war schwer. Wir nahmen jeder eine Seite des Rollstuhls und schleppten ihn hoch. Es gab überall Moskitos und wir wurden alle gestochen, versuchten aber aufzupassen, dass Swamiji nicht gestochen wurde. Das Lustige daran war, dass sich anscheinend niemand über die Schierigkeiten Sorgen machte. Es war wirklich sehr heiß und wir schwitzten alle, aber wir wollten natürlich alles tun, was Swamiji wünschte.

Als wir auf der Spitze des Hügels ankamen, waren wir dort von vielen Bäumen umgeben. Er wählte einen Platz für den Tempel aus, einen einfachen Felsen zwischen den Bäumen. Wir legten einen *kaavadi*, den wir mitgebracht hatten und die Blumen, die wir unterwegs gepflückt hatten, auf den Felsen. Ich fühlte mich sehr belebt.

Als ich hörte, dass hier wirklich ein Tempel entstehen sollte, dachte ich sofort an den kleinen (ca. 1 Quadratmeter) Shivatempel auf dem Hügel der Yoga Ranch in Woodbourne. Als ich im folgenden Jahr zurückkehrte, war der Platz gerodet und der Felsen freigelegt worden. Es gab Statuen der zwei Gottheiten Subramanya und Ayappa und einen indischen Baldachin. Es war sehr friedlich. Schüler vollzogen bereits *pujas* und erhöhten damit die Energie. Jetzt, 2 Jahre später, gibt es dort einen riesigen Tempel. Er ist wunderschön und die Menschen kommen von überall her, um zu beten. Als wir Swamiji den Hügel heraufbrachten, wusste ich nicht, dass das daraus entstehen würde, was es heute ist. Ich fühle mich sehr geehrt, dass ich daran teilnehmen durfte.

Uma
Chicago, Illinois

Während des Sommers 1993 verschlechterte sich Swamijis Gesundheit. Er saß nur noch selten im Rollstuhl. Stattdessen wurde er mit Hilfe einer Liege überall hingetragen. Er konzentrierte seine ganze Energie auf den Bau des Tempels.

Sadhana Tattwa

Im Einführungskapitel spricht Swamiji über ein Flugblatt, das er im Papierkorb in seinem Büro gefunden hatte. Der Inhalt dieses Flugblattes war sein erster Einblick in ein spirituelles Leben. Es führte dazu, dass er Swami Sivananda traf, seinen zukünftigen *guru*.

Was war das für eine Schrift, die den jungen Mann so fesselte? Es ist wohl am besten, die Worte für sich selbst sprechen zu lassen.

Die Wissenschaft der 7 Kulturen für die schnelle Entwicklung der menschlichen Seele, von H.H. Sri Swami Sivananda

Ein Gramm Praxis ist mehr wert als Tonnen von Theorie. Praktiziere Yoga, Religion und Philosophie und erreiche Selbstverwirklichung.

Diese 32 Instruktionen geben die Essenz der ewigen Religion (*Sanatana Dharma*) in reinsten Form wieder. Sie sind auch für den modernen Menschen im Berufs- und Familienleben mit festen Arbeitszeiten geeignet. Modifiziere sie nach deinen Bedürfnissen und verlängere die Zeiten nach und nach.

Am Anfang fasse nur einige praktikable Vorsätze, die eine kleine, aber deutliche Verbesserung deiner jetzigen Gewohnheiten und deines Charakters bewirken. Wenn du krank bist, unter Arbeitsdruck stehst oder unvermeidbare Verpflichtungen hast, ersetze dein aktives *sadhana* durch häufiges Denken an Gott.

Kultur der Gesundheit

Iss mäßig. Nimm leichtes und einfaches Essen zu dir. Opfere es Gott, bevor du isst. Lass deine Ernährung ausgewogen sein.

Vermeide Chillies, Knoblauch, Zwiebeln, Tamarind u.a. so gut wie möglich. Gib Tee- und Kaffee trinken, Rauchen, Betelkauen, Fleisch und Wein vollständig auf.

Faste an *Ekadasi* (alle 14 Tage). Nimm dann nur Obst, Milch und Wurzelgemüse zu dir. Praktiziere täglich 15 bis 30 Minuten Asanas oder andere Körperübungen. Gehe täglich spazieren oder spiele kraftvolle Spiele.

Vorsätzen vergleichen, so dass man am nächsten Tag einen neuen Versuch starten kann, es besser zu machen.

Nach einigen Tagen des Misserfolgs ist man plötzlich in der Lage, sein Ziel zu erreichen. Dann sollte man den Vorsatz auf eine höhere Ebene bringen. Anstatt Pranayama nur 2x sollte man es jetzt 3x am Tag machen. Das spirituelle Tagebuch zeigt einem, ob man Fortschritte macht oder nicht. Es ist für jeden spirituellen Aspirant sehr wichtig, dass er seine eigenen Fortschritte sehen kann. So hat er eine Art Führer oder Lehrer zu Verfügung, der ihm über die Schulter schaut.

Du fasst doch am Neujahrstag alle möglichen Vorsätze, oder? Du beschließt, nicht zu rauchen, kein Fleisch zu essen, keinen Alkohol zu trinken oder kein Marihuana zu rauchen. Aber wenn du schon 100% erfolgreich bist, da das sowieso schon dein Lebensstil ist, ist es eigentlich kein richtiger Vorsatz. Du musst etwas nehmen, in dem du noch nicht perfekt bist und was du verbessern willst. Wenn ich die oberen 4 Vorsätze fassen würde, wäre ich vollständig erfolgreich, daher sollte ich einen nützlichen Vorsatz nehmen wie: „Ich werde mich nicht ärgern.“ Jedes Jahr versage ich bei diesem Vorsatz, also mache ich ihn erneut. Anstatt jeden zweiten Tag ärgerlich zu werden, werde ich nur noch jeden dritten Tag ärgerlich.

Ich schreibe kein spirituelles Tagebuch mehr, aber ich habe immer noch eins in meinem Kopf. Bevor ich zu Bett gehe, überprüfe ich, wie oft ich ärgerlich geworden bin oder wie oft ich geschrieben habe. Dann bete ich zu Gott und sage: „Oh Gott, ich bringe es Dir dar.“ Auf diese Weise lasse ich los. Darum geht es bei diesen ganzen Vorsätzen.

Fasse keinen Vorsatz, den du nicht bis zu einem gewissen Grad einhalten kannst. Wenn du am Anfang zuviele Vorsätze fasst, ist es als ob du einen schwachen Muskel überforderst. Er wird zusammenbrechen. Die Disziplin sollte langsam und Schritt für Schritt erfolgen, um zu vermeiden, dass der Geist rebelliert. Fasse realistische Beschlüsse und schaue dann in dein Tagebuch. Vielleicht hast du beschlossen, um 5 Uhr aufzustehen. Wenn du an 20 Tagen im Monat um acht 8 Uhr und an den restlichen 10 Tagen um 5 Uhr aufgestanden bist, dann sei glücklich. Vielleicht hast du an 20 Tagen nur 1 Stunde Asanas gemacht, aber an den anderen 10 Tagen

2 Stunden. Vielleicht hast du an 20 Tagen nur 5 Runden Pranayama gemacht, aber an den anderen 10 Tagen 40 Runden.

Am Ende jeden Monats überprüfe deinen Stand und entscheide, wie du dich noch weiter verbessern kannst. Am Ende des Jahres wirst du feststellen, dass deine Willenskraft außerordentlich gestiegen ist. Dann wirst du wissen, dass du ein freier Mensch bist, dass dein Geist dir gehorcht. Nach 5 oder 6 Jahren solcher Praxis wirst du feststellen, dass Meditation von selbst kommt. Wenn du dich hinsetzt, wird sich augenblicklich die Energie bewegen, alle *Chakren* werden aufblühen und dein Gesicht wird leuchten und strahlen.

“



ॐ नमो नारायणाय

Om Namo Narayanaya

Übersetzt heißt dieses Sanskritmantra „Verbeugung vor Vishnu“. Vishnu ist der göttliche Bewahrer des Universums. Wo immer Swamiji hinging, ermutigte er die Leute, dieses Mantra zu wiederholen, zu singen und zu schreiben. Er sagte, dass wir damit die erhaltende Kraft Vishnus erwecken würden und so helfen könnten, die Welt zu einem besseren und friedlicheren Platz zu machen.

Glossar

Anuloma viloma bestimmte Form der Wechselatmung

Arati Eine Lichtzeremonie, bei der Gott in all seinen/ihren Formen eine Flamme dargebracht wird. Das Licht wird vor den Bildern auf dem Altar geschwenkt und dann allen Anwesenden dargeboten. Normalerweise wird Kampher verbrannt, da es nach dem vollständigen Verbrennen keine Spuren hinterläßt. Das symbolisiert die Beseitigung des Egos.

Asana wörtlich „ruhige Stellung“; Asanas sind die Körperhaltungen, die im Hatha Yoga ausgeübt werden.

Ashram ein Ort zum spirituellen Rückzug

Atman die individuelle Seele

Bandhas Muskuläre Verschlüsse, die angewendet werden, um Energie oder Prana bei der Yogapraxis zu halten.

Bhagavatam

Die *Srimad Bhagavatam*, eine indische Schrift, die vom Leben und den Lehren Krishnas handelt.

Bhakti Hingabe

Biksha Almosen

Brahmacharya Zölibat oder weiter gefasst die Kontrolle der Sinne; auch die Bezeichnung des ersten Schrittes auf dem Weg zum Sannyasin, ähnlich

einem Novizen, Mönch oder einer Nonne in der christlichen Tradition.

Brahman Gott; das Absolute; die unteilbare Energie des Universums

Chai indischer Tee gebrüht aus kochendem Wasser, Milch, Tee und Zucker zusammen in einem großen Topf, oft über offenem Feuer

Chakras astrale Energiezentren oder Nervengeflechte; liegen entlang der Wirbelsäule und sind die Speicher des Pranas.

Chapati ein indisches flaches Brot

Dakshina Eine Opfergabe für den Guru, wenn er/sie einem Schüler eine Mantraeinweihung gibt.

Darshan die Erfahrung des Zusammenseins mit einem großen Heiligen wie in „darshan des gurus haben“; wird auch im Kontext der Einheitserfahrung mit Gott benutzt, wie z.B. „darshan von Krishna haben“

Devi Göttin

Dharana Konzentration

Dhyana Meditation

Durga die Göttliche Mutter

Ganga der Fluss Ganges; auch die Göttin in Form des Flusses