

INTERVIEW MIT R. SRIRAM, TEIL 2

Jenseits aller Religionen

Für Krishnamacharya und Desikachar spielt die Integration der Yoga-Philosophie in alle Bereiche des Lebens eine ganz besondere Rolle. Als spirituelle Disziplin soll der Yoga-Weg dabei unabhängig von der kulturellen Heimat und den religiösen Überzeugungen allen Menschen offen stehen.

Interview: Dr. Dirk R. Glogau



Glogau: Krishnamacharya lehrte und lebte zweierlei Yoga. Als Vishnuit stand er in der Tradition des sehr religiösen Prapatti-Yoga, der durch den Viśiṣṭ-Advaita-Vedanta Ramanujas geprägt ist. Als Gelehrter, der in allen sechs darśana wie auch im Ayurveda zu Hause war, lehrte und praktizierte Krishnamacharya zugleich den Aṣṭāṅga-Yoga nach Patañjali, der in der Yoga Rahasya, deren Text Krishnamacharya Desikachar diktiert hat, als Bhakti-Yoga bezeichnet wird. Als Ingenieur und westlich geprägter Mensch hat Desikachar Krishnamacharya dann gebeten, ihn einen nicht-religiösen Yoga zu lehren, was Krishnamacharya auch akzeptiert hat. Welche Rolle spielt die Religion beziehungsweise prapatti für Desikachar und für »seinen« Yoga?

Sriram: Über diese Frage habe ich immer wieder mit meinem Lehrer gesprochen. Dabei ging es um die Begriffe Glaube, Gott, Hingabe und Vertrauen. Desikachar ist ein moderner Indier, der sozial und politisch korrekt sein will. Für uns ist es ein Tabu, eine bestimmte Religion zu bevorzugen. Wir haben in Indien Millionen von Hindus, Moslems, Christen, Buddhisten und Jains. Wir sind ein säkularer Staat und wollen das Gemeinsame dieser Religionen deutlich hervorheben und einen gemeinsamen Weg in den Glauben finden, ohne andere Gemeinschaften auszuschließen. Eine politische Partei mit dem Wort »Hindu« drin wird es bei uns in Indien nicht geben, zumindest wird aber eine solche Partei nie Erfolg haben. So steht auch Desikachar für einen Glauben, der nicht von religiösen Bildern geprägt ist.

Bhakti braucht nicht den Hinduglauben. Bhakti heißt *īśvara praṇidhāna* und *īśvara praṇidhāna* bedeutet selbstloses Handeln. So hat Krishnamacharya seinem modernen Sohn die Bedeutung von *īśvara praṇidhāna* und bhakti gegeben. Selbstloses Handeln ist wichtig, nicht der Glaube. Damit hat er die Möglichkeit angeboten, Yoga jenseits von konventioneller religiöser Empfindung zu praktizieren. Im Yoga-Sutra heißt es zwar, dass *īśvara praṇidhāna* unmittelbar zu *samādhi* führt und dass Du es praktizieren sollst. Das geht aber ohne einen direkten Bezug auf eine Religion oder einen Gott, indem Du das selbstlose Handeln übst. Auf diese Weise hat Desikachar eine Auslegung erhalten, die er so auch selbst betont hat.

Soweit ich Desikachar kenne, hat er sich für Tempelbesuche nicht besonders interessiert. Er suchte eine Form von *īśvara praṇidhāna* jenseits aller Religionen. Seine Hingabe richtete sich nicht auf eine bestimmte Gottheit, sondern auf die Gesamtheit der vedischen Texte, die er als Ausdruck einer höheren Macht rezitiert hat. Er hat sich, glaube ich, dem Klang der höheren Mächte hingegeben.

Was bedeutet *īśvara praṇidhāna* in der Vergangenheit und heute für die Menschen in Indien? Wie ist das Verhältnis von Yoga und Religion für Dich?

īśvara praṇidhāna war traditionell sehr eng verbunden mit Ritualen, mit dem kultischen Leben und mit den Künsten. Ob es Musik, Tanz, Gebete, Tempelbesuche oder Pilgerreisen waren, es gab ganz viele wichtige Möglichkeiten der Hingabe. Und im alltäglichen Leben hat jeder einen Schrein zu Hause, der auch ein Tempel ist. Das heißt, Menschen brauchen keinen äußeren Tempel, weil jeder seinen eigenen Tempel baut. So wie man hier im Westen, wenn man ein Haus bauen will, überlegt, wo die Küche hin kommt, überlegt man in Indien als erstes, wenn man ein Haus bauen will, wo der Hausaltar hin kommt. Diese Sitte ist auch heute noch ziemlich verbreitet, genauso wie der Tempelbesuch. Was die Yoga-Praxis anbelangt, ist es auch heute in Indien vielleicht mit Ausnahme weniger europäisch geprägter und hochmoderner Yoga-Studios so, dass Yoga praktizieren wie ein Gebet ist. Die meisten Yoga-Übenden in Indien betrachten ihre Praxis nicht als Körperarbeit, sondern als eine Andacht. Auch wenn sie nur *āsana* üben, um eine Krankheit zu lösen, würden sie in der Regel in ihrem Altarraum üben oder gen Osten, wo das Licht aus der Dunkelheit hervortritt. In diesem Sinn lebt diese religiöse Komponente im Yoga noch – wie lange noch, weiß ich nicht.

Yoga-Praxis hat immer etwas mit einer spirituellen Praxis zu tun. Viele Menschen, die irgendeine Form von Spiritualität praktizieren, üben alles einschließlich *prāṇāyāma* und Medita-

tion, was wir im Yoga-Sutra oder in der Bhagavad-Gītā finden – nur üben sie keine *āsana*. Deshalb nennen sie es nicht Yoga. Ich habe die Befürchtung, dass der moderne, körperzentrierte Yoga diesen Yoga-Geist verdrängt. Ich habe deshalb auch meinen Lehrer immer wieder gebeten, als Yoga-Gelehrter regelmäßig Vorträge zu halten. Der Grund, weshalb Krishnamacharya Yoga-Gelehrter und nicht ein großer allgemeiner Gelehrter wurde, war ja, dass die indische Kultur den Yoga nicht verlieren sollte.

Religion ist in Indien nicht um Dogmen herum gebaut. Die persönliche Auslegung des Glaubens ist ein wesentlicher Bestandteil. Der Umgang mit Religion ist insofern völlig anders als im Westen. Yoga aus dieser indischen Form von Religion herauszunehmen bedeutet nicht nur, ihn aus seinem kulturellen Kontext, sondern auch aus seinem geistigen Kontext herauszunehmen. Übrig bleiben kann lediglich ein neuer Körperertüchtigungsweg, von denen es schon genügend gute gibt.

Was verstehst Du unter Spiritualität?

Spiritualität oder Religiosität ist im Yoga *vairāgya*, der große innere Gleichmut, wo man bemüht ist, andere Menschen nicht zu verurteilen oder die Dinge der Welt, mit denen man involviert ist, nicht zu sehr an sich heran zu lassen. In anderen Worten, wo man bei sich bleibt und die Fähigkeit anstrebt, wie ein Lotos im Schlamm unbefleckt zu bleiben. Bei Krishnamacharya hatte ich immer den Eindruck, dass er vollständig und fest in einer anderen Welt verankert war. Spiritualität habe ich durch Krishnamacharyas Vorbild gelernt und in der Essenz des Yoga-Sutras, wie ich sie dank Desikachar verstanden habe, wiedergefunden. *Vairāgya* ist es letztlich, was zu *kaivalya*, der Freiheit, führen kann. *Vairāgya* können wir nur erreichen, wenn wir uns an etwas anderes anbinden, nämlich an das Dauerhafte, Göttliche, nicht an das Materielle, Vergängliche. So wie der Lotos, der letztlich nicht nur im Schlamm, sondern auch im Licht verankert ist.

Unterscheiden sich die Yoga-Übenden in Indien und in Deutschland in ihren Eigenschaften und gibt es Unterschiede in der Praxis zwischen Indien und Deutschland innerhalb der Tradition?

Ich glaube nicht, jedenfalls nicht wesentlich. Die individuelle Anpassung der Praxis, die Betonung des *prāṇāyāma* und die große Bedeutung des Yoga-Sutras findet man innerhalb dieser Tradition in Indien sowie hier im Westen. Es gibt aber sehr wohl Unterschiede abhängig von der Zeit, in der die Kollegen bei

Desikachar gelernt haben. In den früheren Zeiten hat Desikachar mit uns eine sehr intensive Āsana- und Prāṇāyāma-Praxis gemacht und der Text Sāṃkhya-Kārikā stand neben dem Yoga-Sutra im Mittelpunkt des Unterrichts.

Mitte der 1980er Jahre fing dann eine gewisse Vereinfachung der Körperübungen und Prāṇāyāma-Techniken an. Das hat damit zu tun, dass die therapeutische Arbeit des Krishnamacharya Yoga Mandiram immer bedeutender wurde und jeden Tag viele Menschen mit gesundheitlichen Problemen zu uns kamen. Hierdurch wurde die Praxis am KYM mit der Zeit insgesamt sanfter. Eine weitere Rolle spielte auch das Alter der Schüler, die zu Desikachar kamen. Er fing an, viele Menschen zu unterrichten, die viel Lebenserfahrung und teilweise auch viele Gebrechlichkeiten mitbrachten.

Aber auch insgesamt ist die Praxis Desikachars mit der Zeit sanfter geworden. Ab Mitte der 1980er Jahre wuchs Desikachars Interesse am Vedic-Chant unendlich. Dazu kam, dass das Unterrichten von āsana, prāṇāyāma und Philosophie Desikachar nicht so sehr interessiert hat, wie das Heilen von Kranken mit Yoga. Dadurch wurde Āsana-Praxis für Desikachar zweitrangiger, zumal sein Fokus auf dem Atem und der Rezitation lag. Das hat dazu geführt, dass das ganze System schon bei ihm selbst weicher wurde. Der Einfluss dieser Änderungen bei Desikachar spiegelt sich teilweise in seinen Schülern.

Vor einigen Jahren war es üblich, den Yoga Desikachars als Vini-Yoga zu bezeichnen. Desikachar hat dann selbst von diesem Begriff Abstand genommen. Was waren die Hintergründe dafür und wie sollten wir den Yoga dieser Tradition nennen?

Mitte der 1980er Jahre hat Desikachar bei einer Team-Besprechung des KYM die Frage gestellt, was wir davon halten würden, dem Yoga einen Namen zu geben. Wir waren uns damals einig, dass es bei dem Begriff Yoga ohne irgendwelche Zusätze bleiben sollte. Einige westliche Schüler Desikachars haben aber den Begriff Vini-Yoga aufgegriffen. Als wir davon erfuhren, waren wir in Chennai der Meinung, dass Vini-Yoga der Name einer ausländischen Yoga-Zeitschrift sei, und das war auch tatsächlich so. Erst als ich nach Deutschland übersiedelte, bin ich darauf gekommen, dass im Westen mit diesem Begriff auch unser Yoga-Stil gemeint war. Vini-Yoga ist also ein Name, den westliche Schüler dem Yoga Desikachars gegeben haben, um sich unter diesem Namen zu formieren. Für Desikachar hat sich nie die Frage gestellt, ob dieser Name auch in Indien gebraucht werden sollte. Als ihm aber bewusst wurde, dass sein Yoga-Stil allgemein Vini-Yoga genannt wird, hat er gesagt, das lasse ich nicht zu.

In Indien benutzt praktisch niemand Bezeichnungen wie Vini-Yoga oder Iyengar-Yoga. Dort sagt man, bei wem man Yoga gelernt hat oder welchen Meister oder Lehrer man hat. Wenn man in Indien vom Yoga redet, dann verbindet man sich nicht nur mit einem Lehrer, sondern mit einer riesigen, Jahrtausende alten, unteilbaren spirituellen Tradition, die keinen Urheber hat.

Zur Person

R. Sriram, Jahrgang 1954, interessierte sich seit früher Jugend für Yoga und die klassische indische Philosophie, insbesondere das Yoga-Sutra. Er absolvierte ein Universitätsstudium als Ingenieur, gab den Beruf nach einjähriger Tätigkeit aber auf und widmete sich ganz dem Studium des Yoga und der Yoga-Philosophie. Im Alter von 23 Jahren wurde er 1977 – kurz nach der Gründung des Krishnamacharya Yoga Mandiram – Schüler von T. K. V. Desikachar, dem Sohn und Schüler von T. Krishnamacharya. Sriram studierte mit Desikachar die Praxis und die Quellentexte des Yoga. Er lernte bei und arbeitete mit Desikachar in den 1970er und 1980er Jahren am KYM in Chennai. Während dieser Zeit hatte Sriram auch die Gelegenheit, an vielen philosophischen Gruppenstunden mit Krishnamacharya teilzunehmen, die er selbst als große Inspiration für sein Leben bezeichnet.

Sriram lebt seit 1987 in Deutschland mit seiner Frau, der Tänzerin und Autorin Anjali Sriram. Auch nach seinem Umzug nach Deutschland stand Sriram weiterhin in ständigem Kontakt und Austausch mit seinem Lehrer Desikachar. Er unterrichtet Yoga, gibt Beratung auf der Basis der Yoga-Philosophie, leitet Weiterbildungen für Yogalehrende und hält europaweit Seminare und Vorträge in Universitäten, Yoga-Zentren und privaten Institutionen.

Literatur

- Sriram, R.:** Yoga, Neun Schritte in die Freiheit, Theseus 2002
Sriram, R., Sriram, Anjali: Yoga und Gefühle, Theseus 2004
Sriram, R.: Wünsche dir alles, erwarte nichts und werde reich beschenkt. Indische Philosophie für ein erfülltes Leben, Gräfe & Unzer 2012
Sriram, Anjali: Geliebte Gottes, Engelsdorfer Verlag 2012