

Unverkäufliche Leseprobe aus:

Ruby Summer: Om Shanti Wuff

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text,
auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung der Autorin
urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für
die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in
elektronischen Systemen.

© Ruby Summer

3. Samstag – Tag eins im Zentrum

Als ich mit meiner schwarz-braunen Mischlingshündin Emma an der Leine in Lauterberg auf den Bahnhofsvorplatz trat, sah ich auf dem Randstreifen einen roten VW-Bus. Da ein meditierender Elefant und der Aufdruck *Mangala Yoga* auf der Beifahrertür prangte, schien es sich um den Shuttleservice des Yogazentrums zu handeln.

„*Shanti, shanti*, bitte einsteigen. Komm am besten nach vorne, dann kann dein Hund sich in den Fußraum legen“, schlug mir der lässig an der Motorhaube lehnende Fahrer vor. „Den Koffer kannst du nach hinten stellen.“

„Alles klar, danke“ antwortete ich und checkte kurz ab, wen ich hier vor mir hatte. Bis auf das „*Shanti, shanti*“ schien der Mann ganz normal zu sein. Er trug Jeans, ein kurzärmeliges kariertes Hemd sowie Sandalen und wirkte nicht besonders versponnen. Nicht, dass ich generell etwas gegen versponnene Menschen gehabt hätte – ich hatte auch nicht vor, nun jeden, den ich im Zentrum traf, einer Art Normalitätsprüfung zu unterziehen – es ging mir in diesem Fall allein um die Sicherheit. Ich wollte nicht mit einem Typen, der womöglich meinte, er könne sich Vorfahrt herbeimeditieren, durch das Hochsauerland heizen. Emma zerte sich, weil ihr der Einstieg zu hoch war. Sie hatte Schwierigkeiten, die Hinterläufe nachzuziehen, wenn sie Stufen überwinden musste. Also packte ich den Hilfgurt aus; eine schwarze Manschette, die ich ihr mittels Klettverschluss um den Bauch legte. Wenn die Manschette geschlossen war, zeigten zwei Griffe nach oben, an denen ich ihren hinteren Körperbereich wie eine Handtasche fassen und hochheben konnte. Mein Fahrer erkundigte sich

prompt, wie alt Emma sei und ob sie starke Schmerzen habe. Froh, über ein Thema sprechen zu können, das mir am Herzen lag, erzählte ich von ihrer Arthrose und der kürzlich überstandenen Gebärmutteroperation. Er lauschte interessiert, was ihm weitere Pluspunkte einbrachte. Gerade als ich beabsichtigte, ihn ein bisschen über das Zentrum auszufragen, näherten sich zwei Frauen dem Bus, die ebenfalls zu Mangala Yoga wollten. Nachdem die beiden und ihr Gepäck verstaut waren und Emma es sich zu meinen Füßen gemütlich gemacht hatte, ergriff der Fahrer das Wort: „Shanti, shanti und herzlich willkommen im Yogataxi. Mein Name ist Kumara. Ich arbeite als Fahrer und Hausmeister bei Mangala Yoga. Wir werden gleich aus dem Ortskern herausfahren und dann gemütlich durch die Berge zuckeln. Es dauert etwa zwanzig Minuten bis ins Zentrum. Im Winter ist die Fahrt manchmal etwas holprig, aber jetzt im Sommer einfach nur schön. Ich wünsche euch einen erhellenden Aufenthalt in unserem *Ashram* und hoffe, ihr werdet viel Freude haben. Shanti, shanti!“, schloss er enthusiastisch und die beiden Frauen auf dem Rücksitz stimmten ein, also murmelte auch ich ein schnelles „Shanti“ und sank etwas tiefer in den Sitz. Glaubensbekundungen gleich welcher Art ließen in mir häufig ein leichtes Schamgefühl zurück. Was bedeutete „Shanti“ überhaupt?

Meine Mitreisenden unterhielten sich leise und nahmen keine Notiz von mir, so dass ich mich zurücklehnen und noch einige Augenblicke länger in Ruhe auf das Zentrum einstellen konnte. Bisher vermied ich es, an den *Ashram* zu denken. Ein *Ashram* war doch ein Kloster oder? Laut Internet bedeutete es auf *Sanskrit* wortwörtlich „Ort der Anstrengung“. Ich erhoffte mir eher einen Ort der Ruhe und

Erholung, aber nach Ansicht meiner Kollegin Sabine würde sich die Ruhe nach der Anstrengung ganz automatisch einstellen. Sabine hatte aber auch gut reden: Nachdem sie mir monatelang von ihrem letzten Aufenthalt vorgeschwärmt und mich schließlich überredet hatte, sie in diesem Jahr zu begleiten, war sie in letzter Minute abgesprungen, um unsere schwer erkrankte Direktorin zu vertreten. Zwar sollten die Sommerferien noch vierzehn Tage andauern, aber es gab noch so Vieles, in das sie sich einarbeiten musste, dass Emma und ich uns wohl oder übel allein auf den Weg gemacht hatten.

Durch die Seitenfenster sah ich nichts außer Bäumen und Hügellandschaft. Trotzdem Duisburg nur zwei Stunden entfernt war, kam mir das Sauerland wie eine andere Welt vor. Ich war wohl schon zu lange nicht mehr aus dem Ruhrgebiet herausgekommen. Auch bei uns gibt es Grün, sehr viel sogar, aber es ist doch nur ganz selten richtig ruhig. Irgendein Autobahnrauschen ist immer von irgendwo her zu hören.

Es ging jetzt recht steil bergauf. Wir waren von der ausgebauten Straße in einen schmaleren Nebenweg abgebogen.

„Gleich könnt ihr den *Ashram* sehen“, machte Kumara uns auf das Ziel der Reise aufmerksam. Emma war bereits aufgewacht und hatte den Kopf auf mein Knie gelegt. Ich kraulte sie unter dem Kinn und sah neugierig aus der Frontscheibe. Vor meinen Augen erschien ein etwa fünfstöckiges, L-förmiges Gebäude im Landhausstil mit schwarz gedecktem Dach, weißer Fassade und dunklen Holzbalkonen in Talrichtung. Auf dem Dach befand sich ein

hübscher kleiner Glockenturm inmitten einer Menge Solarzellen. Das Haus erinnerte mich an ein Kurhotel aus vergangenen Zeiten, wie etwa das Grandhotel Bruckbeuren aus dem Film *Drei Männer im Schnee*. Im Hintergrund lag ein weitaus schlichteres weißes Gebäude, das etwas niedriger war oder durch das Flachdach so wirkte. Wahrscheinlich handelte es sich hier um das neue Haus *Parvati*, von dem ich im Internet gelesen hatte. Die Einfahrt war breit und Kumara ließ uns direkt vor dem Eingang aussteigen. Um Emmas Gelenke zu schonen, legte ich ihr erneut die Manschette um, während Kumara meinen Koffer auslud.

Mit einem Hund an der Leine kommt man in der Regel nicht so gut voran wie ohne einen Hund an der Leine. Vielleicht liegt es auch an dem jeweiligen Hund oder dem Hund-Mensch-Gespann. Emma genoss es, überall herumzuschnuppern und mir gefiel es, ihr dabei zuzuschauen, so dass wir uns optimal ergänzten. Anstatt also direkt hinein zu gehen, drehten wir noch eine kleine Runde um das Gebäude. Mir fiel auf, wie groß der gesamte Komplex war. Neben den beiden Haupthäusern, die durch einen hölzernen Laubengang miteinander verbunden waren, gab es noch mehrere Nebengebäude, die Garagen oder Scheunen zu sein schienen. Auch eine Gewächshausanlage konnte ich sehen. Darüber hinaus gab es einen Teich und ein als Zen-Garten ausgewiesenes Areal. Nachdem Emma alles ausgiebig beschnüffelt und markiert hatte, schlenderten wir Richtung Eingang.

Ich hieß direkt auf den Tresen der Rezeption zu, wo ich von einer jungen Frau in oranger Kleidung mit einem selig wirkenden Lächeln begrüßt wurde.

„Shanti, shanti und herzlich willkommen bei Mangala Yoga“, säuselte sie. Trotz der zur Schau gestellten Sanftheit strahlte sie Kompetenz aus. Das gefiel mir.

„Hallo, guten Tag. Shanti“, stammelte ich. War das nun die richtige Begrüßung? „Ich heiße Michaela Heller. Ich bin für eine ayurvedische Kur angemeldet. In einem Hundehalterzimmer.“

Sie sah etwas auf ihrem Bildschirm nach und nahm dann einen Schlüssel von einem der Haken, die hinter ihr aufgehängt waren.

„Mein Name ist Nitya. Ich arbeite als Rezeptionistin und Yogalehrerin bei Mangala Yoga. Wenn du Fragen hast, kannst du dich zu jeder Zeit an mich wenden. Ich erkläre dir zuerst mal, wo sich dein Zimmer befindet. Wie du vielleicht gesehen hast, gibt es neben dem Haupthaus noch ein weiteres Gebäude, das Haus *Parvati*“, begann sie.

Ich nickte zustimmend.

„Dort liegen die Hundehalterzimmer. Wenn du hier durch die Halle gehst, am Shop und dem großen Meditationssaal vorbei, kommst du zu einem weiteren Ausgang, der einen überdachten Übergang zum Haus *Parvati* ermöglicht. Dort begibst du dich in den vierten Stock und hältst dich dann rechts. Da ist dein Zimmer. Nummer 471. Die Mahlzeiten werden hier im Haupthaus eingenommen. Dein Hund darf überall hin, außer in die Speisesäle und in die Yogaräume. Wenn es das Wetter erlaubt, kannst du natürlich mit deinem Hund auf der Terrasse essen. Wir bitten dich, selbst für Ordnung und Sauberkeit in deinem Zimmer zu sorgen. Das

ist gut fürs Karma. Das Abendessen findet um achtzehn Uhr statt. Um zwanzig Uhr wird dann gemeinsam meditiert und anschließend begrüßt Devabodhi alle Neuankömmlinge. Hast du noch Fragen an mich?” Ihre Mundwinkel haben sich erneut zu einem beseelten Lächeln.

„Ich würde gern wissen, wann und wo meine Anwendungen stattfinden. Bekomme ich da noch einen Plan?”, fragte ich unsicher.

„Devabodhi wird heute Abend einen Tagesablaufplan vorstellen, der für alle gilt, egal ob sie Kuranwendungen gebucht haben oder einen Kurs. Der Tag beginnt mit einer gemeinsamen *Meditation* in der Morgenrunde, dann Kurs oder Anwendung, dann Yoga, dann Brunch mit anschließender Mittagspause und am Nachmittag noch einmal fast das Gleiche, nur ohne Yogastunde: Kurs oder Anwendung, Essen, Meditation. Keine Sorge, das Programm hängt hier überall aus. Deine Anwendungen finden in der Ayurveda-Abteilung statt. Die ist hier überall ausgeschildert. Ich wünsche dir einen erhellenden Aufenthalt! Shanti, shanti.”

„Shanti, shanti”, erwiderte ich leicht verschämt. Warum hatte Sabine mir nichts von dieser Shanti-Manier erzählt? Ich hätte mich gern darauf eingestellt. Es fiel mir schwer, mich spontan an neue Gepflogenheiten zu gewöhnen.

„Komm, meine Süße!”, sagte ich zu Emma, die es sich bereits auf dem Holzboden gemütlich gemacht hatte. Schwerfällig erhob sie sich.

„Oh je, der arme Hund kann ja gar nicht richtig laufen”, merkte Nitya mitleidig an.

„Nach ein paar Schritten gibt sich das meistens. Das Aufstehen fällt ihr leider sehr schwer.“

Leichtfüßig trat Nitya hinter dem Tresen hervor, beugte sich zu Emma hinunter und sagte:

„Emma, ich wünsche auch dir einen erhellenden Aufenthalt und shanti, shanti.“

„Danke“, erwiderte ich an Emmas statt und mit etwas mehr Nachdruck als zuvor:

„Shanti, shanti!“ Dann nahm ich meinen Koffer in die eine Hand, den Hund in die andere und marschierte durch die Halle.

Überall gingen und standen Männer und Frauen in Jogginghosen. Einige sprachen miteinander, andere wirkten beschäftigt und hasteten an mir vorbei. Die meisten trugen Trinkflaschen oder Kaffeebecher bei sich, wobei mich Letzteres wunderte, da Sabine mir gesagt hatte, Kaffee gäbe es hier nicht. Die Verwunderung legte sich, als ich in einer Nische zwei große Samoware entdeckte, von denen der eine laut Aufschrift heißes Wasser beinhaltete und der andere Ingwertee. Von Kaffee stand da nichts und auch das Tablett mit den benutzten Bechern ließ keine Rückschlüsse auf Kaffeekonsum irgendeiner Art zu. Schade. Durch den Spalt einer Tür, auf der „Tara-Saal“ stand, linste ich hinein. Es handelte sich um den großen Meditationssaal. Leider konnte ich nur in den Vorraum sehen, in dem mindestens hundert paar Flip-Flops und andere Schlappen durcheinander lagen. Außerdem stapelten sich an den Wänden Meditationskissen und Yogamatten. Es roch dezent nach Räucherstäbchen.

Emma ruckte an der Leine. Sie hatte Recht: Ich würde das Ganze im Laufe des Abends noch zu sehen bekommen. Also verließ ich wie angegeben das Hauptgebäude durch die Hintertür und spazierte unter dem Holzdach hinüber zum

Haus *Parvati*. Ein orange gewandeter junger Mann hielt mir die Tür auf und beantwortete meinen Dank mit einem fröhlichen: „Shanti, shanti!“ Na, das konnte ja heiter werden.

In der Eingangshalle des Haus *Parvati* ging es deutlich weniger geschäftig zu als im Hauptgebäude. Nur vereinzelt waren Menschen in Jogginghosen zu sehen und so richtete ich meinen Blick auf die Wandmalereien. Da gab es große, bunte Mandalas, die aus sich selbst heraus strahlten, neben indischen Gottheiten, die tanzten und Flöte spielten oder ihre Vielzahl an Armen repräsentierend im Lotussitz saßen und dem Betrachter streng ins Auge blickten. Mein Favorit war die nahezu lebensgroße Abbildung eines Wesens, das halb Mensch, halb Elefant zu sein schien und in verschiedenen Schattierungen von Rot, Grün, Gold und Gelb leuchtete. Unter dem Gemälde luden Sitzkissen zum Verweilen ein, doch da Emma an der Leine zog, lief ich weiter und suchte den Aufzug. Treppen stellten für Emma ein unüberwindliches Hindernis dar. Trotz ihrer eher mittleren Größe war sie von kräftiger Statur und wog an die dreißig Kilo. Wir fuhren bis in den vierten Stock und fanden die Nummer 471 auf Anhieb.

Bevor ich mich im Zimmer umsah, packte ich Emmas Kuscheldecke aus, ohne die sie sich nirgendwo dauerhaft niederließ. Selbst auf den weichsten Teppich gehörte für sie immer ihre beige Kamelhaardecke. Unter dem Schreibtisch schien mir ein guter Liegeplatz zu sein.

„So, bitte schön, Mylady, euer Platz ist bereit“, sagte ich und wies mit dem Finger auf die Decke. Etwas skeptisch näherte Emma sich dem Schreibtisch, schnupperte ein wenig und

ließ sich dann vorsichtig nieder. „Hmm“, machte sie kurz darauf und es klang wie ein wohliges „Ich bin angekommen!“ Nun nutzte ich die Gelegenheit, mich mit meinem neuen Umfeld vertraut zu machen. Das Zimmer war einfach, aber liebevoll eingerichtet. Die schlichten Möbel aus Kieferholz harmonierten mit den in einem leichten Gelb gestrichenen Wänden. Ich hatte sogar einen Balkon, auf den ich direkt hinaustrat. Rundherum Grün. Über meiner Etage gab es eine weitere, von der man vermutlich auf die Dachterrasse gelangen konnte. Zurück in meiner Stube sah ich mir das Bad an und war ebenfalls zufrieden. Spartanisch, aber ausreichend. Ich begann meine Tasche auszupacken und summte dabei vor mich hin, als es plötzlich von außen an der Tür kratzte. Eine energische Stimme rief:

„Georgi, jetzt ist es aber gut! Aus! Hör sofort auf damit, du Frechdachs!“

Vorsichtig öffnete ich die Tür, da rannte ein schwarz-weißer Terrier an mir vorbei und stürmte direkt auf Emma zu.

„Halt!“, rief ich und versuchte den Wildfang an seinem Geschirr zu fassen, aber er ließ sich nicht abhalten und klebte, schneller als ich gucken konnte, mit der Nase an Emmas Hintern. Emma starrte mich an, als ob sie sagen wollte: „Sag mal, geht's noch? Wo sind wir hier denn gelandet?“ In Richtung des Terriers ließ sie ein bedrohliches Knurren hören, was diesen jedoch nicht im Mindesten davon abhielt, ihren Körper weiterhin akribisch zu untersuchen. Mittlerweile hatte sich eine Dame ihren Weg in mein Zimmer gebahnt, die ich als Georgis Frauchen identifizierte, da sie den kleinen Ausreißer beherzt am Geschirr zurückriß und kurzerhand auf den Arm nahm. Georgi wehrte sich,

doch sie hielt seinem Zappeln und Strampeln stand und wandte sich entschuldigend an mich:

„Es tut mir leid, wenn er eine Hündin riecht, dann ist er einfach nicht mehr zu halten. Ich hoffe, Sie haben sich nicht allzu sehr erschreckt!“ Sie streckte mir die Hand entgegen.

„Rita Lüdenscheidt ist mein Name. Ich wohne hier im Haus. Und das ist mein kleiner Georgi. Er ist schon zwölf und eigentlich ein ganz ruhiger Geselle, aber wie gesagt, wenn irgendwo eine neue Hündin ist, dann lässt er nicht locker.“

„Das ist schon in Ordnung“, sagte ich beschwichtigend.

„Machen sie sich keine Gedanken. Ich hatte nur Sorge, dass Emma sich erschreckt und vielleicht um sich schnappt. Aber es ist ja nichts passiert. Meine Name ist Michaela Heller, ich wohne seit heute hier im Haus *Parvati*. Wir sind gerade angekommen.“ Die Frau war mir sympathisch. Sie schien wesentlich älter als ich zu sein, wahrscheinlich um die sechzig. Aber sie hatte eine freundliche, bestimmte Art, die mir gefiel. Ihr ein wenig draller kleiner Körper steckte in einer edel aussehenden Variante der hier überall präsenten Jogginghose. Sie schimmerte samten und war farblich abgestimmt auf die lange Leinentunika in Hellgrün und Apricot. Bei näherer Betrachtung konnte ich außerdem sehen, dass es sich bei Georgi um einen Drahthaarfoxterrier mit wuscheligen Fell und einem leicht verschlagenen Gesichtsausdruck handelte. Er war etwas kleiner als Emma, jedoch deutlich agiler.

Frau Lüdenscheidt, die sah, dass ich ihren Hund musterte, erklärte: „So lebhaft wie er jetzt tut, ist er wirklich nicht immer. Wahrscheinlich hat ihn diese Episode hier so angestrengt, dass er sich den Rest des Tages nicht mehr von seinem Kissen führt.“ Sie lachte. „Kann mir auch Recht sein,

ich habe heute noch ein volles Programm. An den Samstagen finden ja immer besonders lange und schöne Satsange statt. Oder heißt es Satsangs? Ach herrje, dieses *Sanskrit* macht mich ganz kirre”, sagte sie mit leichter Verzweiflung in der Stimme.

„Das geht mir ähnlich. Wie lange sind Sie denn schon hier?”, fragte ich meine Besucherin. Sie trug das dunkle, fast schwarze Haar in kurzen Wellen, was das strahlende Blau ihrer Augen in reizvoller Weise betonte.

„Ich wohne seit dem ersten Juni hier, also noch gar nicht so lange. Nur ein paar Zimmer weiter auf dieser Etage. Da sind die Appartements für Langzeitbewohner. Dafür gibt es auch ein Sanskrit-Wort, aber das ist mir entfallen. Ich habe einen etwas größeren Raum und auch ein größeres Bad als Sie. Insgesamt sind es 35 Quadratmeter. Vorher habe ich allein in einem Zweifamilienhaus gelebt, da musste ich mich ganz schön umstellen.“ Lachend setzte sie hinzu: „Was heißt ‚musste‘? Ich stelle mich noch immer um, es sind ja erst sechs Wochen seit dem Umzug vergangen. Aber ich bereue nichts!“

„Ach, und wie sind Sie darauf gekommen, sich hier einzukaufen? Ich wusste gar nicht, dass das möglich ist.“

„Es ist auch erst möglich, seit es Haus *Parvati* gibt. In den unteren Etagen liegen Büros und Versammlungsräume, doch der größte Teil der Wohnungen und Zimmer wird an Menschen verkauft, die sich im Ruhestand in der Gemeinschaft des Zentrums niederlassen wollen. Von der fünften Etage aus gibt es sogar einen direkten Zugang zur Dachterrasse, ich wollte aber lieber einen eigenen Balkon und habe mich für ein Zimmer hier entschieden.“

„Mussten sie dafür bestimmte Voraussetzungen erfüllen?“, hakte ich interessiert nach. Es kam mir ungewöhnlich vor, dass ein Mensch in ihrem Alter sein Leben plötzlich so radikal änderte.

„Mangala Yoga gibt es auch in anderen Städten. Das wissen sie ja wahrscheinlich.“

Ich nickte.

„In den Zentren vor Ort werden Yogakurse für Senioren angeboten. Von dort wählen sie gezielt die Menschen aus, die in ihre Gemeinschaft passen könnten. Die Altersstruktur soll sich mischen. Stichwort Mehrgenerationenwohnen. Vermutlich ist ihnen aufgefallen, dass es hier viele unter Dreißigjährige gibt, oder?“

Ich nickte erneut.

„Wissen Sie, als ich an einem Samstag im letzten Winter hier war und –“, sie unterbrach sich – „Darf ich mich kurz setzen? Der Georgi wird mir etwas schwer auf dem Arm!“

„Natürlich“, antwortete ich und wies mit einer einladenden Geste auf den Schreibtischstuhl, während ich selbst mich auf dem Bett niederließ.

„Sie können Georgi auch gern runter lassen. Emma weiß sich schon zu wehren und sie wird ihn bestimmt nicht ernsthaft angreifen. Dazu ist sie viel zu friedlich. Stimmt's, Süße?“, wandte ich mich an Emma, die es sich wieder auf ihrer Decke gemütlich gemacht hatte.

„Na gut, wir können es ja probieren. Georgi, mach hier mal schön Sitz, Schatz.“ Georgi setzte sich tatsächlich hin. „So ist es brav. Na, siehst du, es geht doch. Du kannst ja ein richtiger Gentleman sein! Wo war ich stehen geblieben?“

„Im letzten Winter waren Sie zum ersten Mal hier, haben Sie gesagt“, half ich weiter.

„Genau. Das muss so kurz vor Weihnachten gewesen sein. Im Sommer davor hatten sie das Haus fertig gestellt. Ich komme ja ursprünglich aus Köln. Mein Mann ist vor zwei Jahren verstorben, wissen sie. Deshalb habe ich damals auch den Yogakurs gemacht. Ich wollte mich ein bisschen ablenken. Wo war ich? Genau, ich kam auf Einladung meines Kölner Lehrers an einem Wochenende nach Lauterberg. Wir haben am Samstag eine Führung durch das Haus gemacht und dann am *Satsang* und der Meditation teilgenommen. Nach dem *Satsang* fühlte ich mich unwahrscheinlich energiegeladen. Die ganze Nacht habe ich kein Auge zugekriegt! Ich vermute, dass es an der Meditation zusammen mit den ganzen anderen Menschen gelegen hat, denn so etwas hatte ich zuvor noch nicht erlebt. Es war wie ein Rausch. Als würde mich Mangala Yoga mit aller Macht zu sich rufen.“ Sie holte tief Luft und fuhr dann fort:

„Nun, nach dieser Erfahrung stand mein Entschluss fest: Ich will nach Lauterberg ziehen und hier im *Ashram* leben. Mein Haus in Köln habe ich verkauft. Meine Kinder können mich nicht verstehen und rechnen damit, dass ich in ein paar Wochen reumütig bei ihnen an die Tür klopfen werde, aber das wird nicht passieren.“

„Interessant“, sagte ich langsam, meine Skepsis nur unzureichend verbergend. „Und fühlt es sich seitdem immer so an?“

„Was meinen Sie?“

„Ich meine, ob Sie sich seitdem nach einem *Satsang* immer so fühlen, so voller Energie?“

„Leider nein. Bisher habe ich diesen Zustand nie wieder erreicht. Aber Pratap, ein ganz enger Mitarbeiter von Devabodhi, hat mir gesagt, dass das normal ist. Zu Beginn

schnellt die Energie geradezu nach oben, um die Menschen zu motivieren und im Verlauf der Ausbildung muss der Aspirant sich dieses Level dann durch hingebungsvolles Üben erarbeiten.“

„Wer ist denn eigentlich dieser Devabodhi, von dem hier alle sprechen?“, fragte ich neugierig.

„Devabodhi ist der Gründer von Mangala Yoga. Ein ganz toller Mann, Sie werden ihn heute Abend noch kennen lernen. Er ist unheimlich klug und sympathisch und hat bei berühmten Gurus in Indien gelernt.“ Sie sah auf die Uhr und fragte dann: „Haben Sie Lust, heute beim Abendessen mit mir zusammen zu sitzen? Wir können noch ein wenig plaudern und im Anschluss gehen wir dann gemeinsam zur Meditation. Vielleicht haben Sie ja auch ein Erweckungserlebnis? Das wäre doch aufregend!“

Ich runzelte die Stirn. Erweckt wurde meiner Meinung nach nur derjenige, der erweckt werden wollte. Und ich wollte es definitiv nicht. Um meiner Besucherin nicht gleich vor den Kopf zu stoßen, formulierte ich das jedoch weniger drastisch: „Ich gehe gern mit Ihnen essen und anschließend zu der Veranstaltung. Lassen Sie mich vorher noch die Tasche auspacken und mich umziehen, ja?“ Schließlich wollte ich beim Abendessen nicht auffallen, weil ich keine Jogginghose trug.

„Natürlich, ich werde in der Zwischenzeit mit Georgi Gassi gehen. Wenn er sich denn von Ihrer Emma lösen kann. Sehen Sie mal, wie er sie anhimmelt, der alte Herzensbrecher!“

Tatsächlich ließ der Terrier Emma nicht aus den Augen. Emma für ihren Teil hatte ihm den Rücken zgedreht und schlief tief und fest.

„Ich bin in einer halben Stunde wieder da“, schlug Rita vor und erhob sich.

„Ich freue mich. Bis gleich!“

Nachdem meine neue Bekannte mich pünktlich abgeholt hatte, gingen wir gemeinsam zum Hauptgebäude hinüber. Emma machte es nichts aus, allein auf dem Zimmer zu bleiben. Sie schien sich in ihrer neuen Umgebung wohl zu fühlen. Ich hatte ihr eine kleine Portion des veganen Hundefutters in den Napf gegeben, das sie aber nach einem kurzen Blähen der Nüstern nicht weiter beachtet hatte.

„Frau Lüdenscheidt, was hält Georgi eigentlich von dem veganen Hundefutter?“

„Och, nicht so viel, aber ich sage immer: Hunger ist der beste Koch! Manchmal frisst er einen ganzen Tag lang gar nichts und macht sich dann am nächsten Morgen heißhungrig über seinen Napf her. Es schadet ihm auch nicht, ein bisschen abzuspecken. Ich muss aber zugeben, dass ich einmal die Woche mit ihm nach Lauterberg in die Stadt fahre und eine große Dose allerfeinste Fleischpastete kaufe. Die verschlingt er dann regelrecht“, berichtete meine Begleiterin lachend.

„Auf die Idee bin ich noch gar nicht gekommen.“

„Wenn Sie mögen, erzähle ich Ihnen noch ein bisschen über Mangala Yoga“, schlug sie vor. Wir hatten die Halle des großen Hauses erreicht und standen vor der verschlossenen Tür des Speisesaals. Ich fühlte mich wohler als bei der Ankunft. Vielleicht lag es an der Jogginghose und den Latschen, die ich mittlerweile trug. Jetzt gehörte ich dazu.

„Sie haben die Möglichkeit, im großen Speisesaal zu essen. Da ist auch das Buffet aufgebaut. Wie Sie wahrscheinlich

wissen, gibt es nur zwei Mahlzeiten pro Tag, Frühstück und Abendessen.“

Ich nickte. Das hatte Sabine mir glücklicherweise vorher gesagt. Dementsprechend war ich mit einem großen Vorrat Müsliriegeln und Fruchtschnitten angereist.

„Das Essen hier ist wirklich köstlich! Allerfeinste vegane Küche, ausschließlich bio-dynamisch und immer frisch gekocht!“

„Haben sie sich vorher auch vegan ernährt?“, wollte ich wissen.

„Eigentlich nicht. Ich habe sogar gern Hausmannskost gegessen und gekocht. Aber mir bekommt es gut, auf Fleisch zu verzichten und wenn es mich dann doch übermannt, mache ich es wie Georgi“, antwortete sie und zwinkerte mir zu. „Und sie? Sind Sie Veganerin, wie man so sagt?“

„Ich esse kein Fleisch, seit ich sechzehn bin. Milchprodukte aber schon und manchmal sogar Fisch. Im besten Fall nehme ich hier ein paar Pfund ab.“

„Wenn Sie ein paar Pfund abnehmen, ist an Ihnen ja gar nichts mehr dran!“

Tatsächlich wirkte ich aufgrund meiner Größe von über einem Meter achtzig rank und schlank, das täuschte aber darüber hinweg, dass ich durchaus einige Speckpölsterchen an Oberschenkeln und Hüften erübrigen könnte. Nicht, dass mich das Tag und Nacht belastete oder mich dazu bringen würde, Diät zu halten. Aber ich war hier ja schließlich in Kur und da gehörte Entschlackung oder besser: *Entspeckung* für mich irgendwie dazu.

„Keine Sorge, ich falle schon nicht vom Fleisch“, ließ ich Frau Lüdenscheidt wissen. „Dazu esse ich viel zu gern. Es

gibt ja auch vegane Schokolade, haben Sie die schon mal probiert?”

„Ja, die kann man hier im Shop kaufen. Schmeckt sehr lecker! Oh, die Türen gehen auf. Kommen Sie, wir wollen unseren guten Platz nicht verlieren!”

Es schien mir etwas merkwürdig, mich wie eine Pauschaltouristin auf Mallorca um die beste Startposition am Buffet zu drängeln, aber nachdem ich Druck von hinten spürte, verstand ich, was Frau Lüdenscheidt gemeint hatte. Alle wollten gleichzeitig essen und hatten seit dem Vormittag nichts zu sich genommen. Da geht selbst dem geduldigsten Yogi die Puste aus und er wirft sämtliche Etikette über Bord, um als erster am Buffet zu stehen.

Ich hatte mich für eine Auswahl an Rohkost mit veganem Sesamressing und eine große Portion Nudeln mit veganer Bolognese entschieden und wünschte meiner neuen Bekannten einen guten Appetit, nachdem wir uns an einem kleinen Tisch neben der Fensterfront niedergelassen hatten.

„Wünsche ich Ihnen auch. Lassen Sie es sich schmecken!”

Das tat ich nur zu gern – es schmeckte tatsächlich köstlich und ich sah die Chancen auf ein paar verlorene Pfunde schwinden. Wenn es jeden Abend etwas so Leckeres gab, würde ich mich garantiert nicht zurückhalten können.

Die Geräuschkulisse im großen Speisesaal glich der einer Jugendherberge. Das Stimmengewirr hundert Einzelner vereinigte sich zu einem unangenehmen Laut, dem sich leider nur durch noch lauter Sprechen begegnen ließ, sollte man sich unterhalten wollen.

„Ist es hier immer so laut?”, wollte ich wissen.

„In der Regel ja. Zumindest an den Wochenenden, wenn die meisten Seminare stattfinden. Aber es gibt noch einen

kleinen Speiseraum, in dem schweigend gegessen werden kann. Vielleicht wäre das eher etwas für Sie? Ich unterhalte mich ganz gern während des Essens, deshalb habe ich es bisher noch nicht ausprobiert”, sagte sie. „Da hinten kommt er übrigens! Drehen Sie sich um!”

Reflexartig drehte ich den Kopf Richtung Eingang, ohne zu wissen, wen sie mit „er“ gemeint hatte. Im Fokus der allgemeinen Aufmerksamkeit stand ein durchschnittlich großer, durchschnittlich schlanker Mann mittleren Alters, der lächelte und sich mit ruhigen Bewegungen zum Buffet vorarbeitete, während er von mehreren jungen Menschen in oranger Kleidung umringt war, die ihn augenscheinlich anhimmelten.

„Das ist Devabodhi, von dem ich Ihnen erzählt habe”, raunte Frau Lüdenscheidt mir zu.

Ich beobachtet, wie Devabodhi sich zunächst den Teller füllte und dann auf die Suche nach einem freien Tisch begab, wobei er sich wie selbstverständlich durch das Getümmel und Getöse im Saal bewegte. Tatsächlich machten die Menschen ihm Platz und lächelten ihm zu, als er sich immer weiter in unsere Richtung bewegte. Hier, im hinteren Teil des Essraumes, waren noch vereinzelt freie Sitzplätze vorhanden, einer direkt neben unserem Tisch. Frau Lüdenscheidt schien die Luft anzuhalten. Geschmeidig ließ Devabodhi sich auf den Stuhl neben uns sinken, lächelte grüßend in die Runde und legte dann die Handflächen zum Gebet aneinander.

„Ich wünsche euch eine gesegnete Mahlzeit. Shanti, shanti”, sagte er mit ruhiger, klarer Stimme. „Shanti, shanti”, fielen wir Umsitzenden ein. Ich erwischte mich dabei, den Mann anzustarren, der jetzt seinen Löffel zum Mund führte und

von seinen Nudeln probierte. Ertappt widmete ich mich meinem eigenen Teller. Frau Lüdenscheidt war ebenfalls verstummt und schien nicht zu wissen, wie sie sich verhalten sollte. War es möglich, ein normales Gespräch zu führen, während der Gründer von Mangala Yoga quasi bei uns am Tisch saß und Nudeln mit veganer Bolognese aß? Ich fand schon.

„Waren Sie früher berufstätig?“, fragte ich Rita, um die Konversation wieder in Gang zu bringen.

„Äh, ja. Ich bin gelernte Floristin und habe oft bei einer Freundin im Laden ausgeholfen. Mein Mann war Arzt und nur selten zu Hause. Nachdem die Kinder ihrer Wege gegangen waren, hat es mir gutgetan, wieder in meinem Beruf arbeiten zu können. Mit Pflanzen zu arbeiten und schöne Dinge zu schaffen, an denen die Menschen sich erfreuen, das hat mir selbst viel Freude gemacht“, antwortete sie versonnen.

„Eine Blüte zu betrachten heißt, ein Stück Schönheit der Schöpfung zu betrachten, findest du nicht?“, ertönte es plötzlich neben uns. Devabodhi hatte gesprochen!

„Ja“, sagte Frau Lüdenscheidt überrascht. Dann hatte sie sich wieder gesammelt: „Ja, das Grün der Blätter in Kombination mit der Schönheit der Blüten, daran konnte ich mich nie sattsehen.“ Sie lächelte dem Zentrumsgründer zu. Dieser nickte sinnend in ihre Richtung und widmete sich dann wieder schweigend seinen Nudeln.

„Ja, ein schöner Beruf“, stimmte ich in den allgemeinen Tenor ein.

Eine Weile aßen wir schweigend.

„Und was machen Sie, Frau Heller?“, wollte Rita dann wissen.

„Ich unterrichte an einer Grundschule, aber im Moment fehlt mir ein bisschen die Kraft, die ich sonst hatte. Wenn ich früher auf ein Kind aufmerksam wurde, das Schwierigkeiten hatte, habe ich ihm oft noch extra Zeit gewidmet. Heute bin ich ungeduldiger. Ich glaube, die Kinder merken das auch und vertrauen sich mir weniger an.“

„Wenn du Yoga und Meditation übst, wirst du dich mit neuer Energie aufladen und deiner Berufung wieder besser nachgehen können“, kam es wissend vom Nebentisch. Auch mir lächelte der Zentrumsgründer zu und aß dann weiter. Ich spürte, wie meine Wangen sich röteten.

„Ich hoffe es“, sagte ich leise. War es nicht seltsam, dass er sich so unvermittelt in Gespräche ein- und ausschaltete? Hörte er etwa permanent zu und ließ es sich nur nicht anmerken? Oder schnappte er nur die für ihn interessanten Aspekte aus einem Gespräch auf und ging kurz darauf ein, um dann wieder über seinem Teller zu meditieren?

„Welche Fächer unterrichten Sie denn?“, unterbrach Frau Lüdenscheidt meine Gedanken.

„Hauptsächlich Deutsch, Sachkunde und Mathematik. Aber ich springe auch schon mal bei Kunst, Sport oder Religion ein. In der Regel habe ich eine eigene Klasse, die ich dann von der ersten bis zur vierten Stufe begleite.“ Ich goss die übrig gebliebene Salatsauce über den Rest meiner Nudeln. Das Dressing schmeckte intensiv nach Sesam und dabei gleichzeitig etwas herb und süß, ein wahrer Genuss.

„Soll ich Sie noch ein bisschen herumführen, bis die Veranstaltung beginnt?“, bot Frau Lüdenscheidt an.

„Sehr gern.“ Ich erhob mich und stellte meine Teller zusammen. Geschirr und Besteck mussten selbst abgeräumt und in Spülkörbe eingesortiert werden.

Verabschiedend lächelten wir Devabodhi zu. Ich sagte: „Dann bis später!” in seine Richtung.

„Shanti, shanti”, sprach er und nickte uns noch einmal zu.

Am Geschirrrückgabeplatz wisperete Frau Lüdenscheidt: „Eigentlich bin ich nicht schüchtern, aber Devabodhi bringt mich immer ganz durcheinander.”

Ich nickte und gestand ihr, dass ich ähnliche Gedanken gehabt hatte. „Hat er immer diese Wirkung auf andere Menschen?”

„Bei den wenigen Malen, die ich ihn bisher gesprochen habe, ging es mir so wie heute. Einmal hat er die nachmittägliche Yoga-Stunde unterrichtet, an der ich teilgenommen habe und es war wunderbar. Mit seiner sanften Stimme im Hintergrund wird alles leicht. Ich habe sogar einen Kopfstand geschafft!”

„Ist es nicht auch ein bisschen unheimlich, wenn einer solchen Einfluss auf andere Menschen hat? Könnte er uns nicht manipulieren ohne dass wir es merken und uns dagegen wehren können?” So langsam ging mir das Getue um Devabodhi doch etwas weit, auch wenn ich selbst zugegeben hatte, in seinen Bann gezogen worden zu sein.

„Nein, das glaube ich nicht. Meiner Meinung nach hat er diese Ausstrahlung deshalb, weil er so unwahrscheinlich positiv ist. Er will nichts Böses, er denkt nichts Böses. Er sagt uns ja auch nicht, was wir tun sollen. Wir dürfen so zu ihm kommen, wie wir sind. Mit Hilfe von Yoga und Meditation können wir dann zu unserem wahren Selbst finden. Ich habe Ihnen doch von meinem Erlebnis während des Satsangs erzählt.”

„Hm”, machte ich unbestimmt. „Ein bisschen irritiert es mich doch. Ich bin von Natur aus eher skeptisch. Er scheint

ein interessanter Mann zu sein, da stimme ich Ihnen zu. Und Sie meinen, wer sich ihm anschließt, der verändert sich automatisch?“

„*Ihm* müssen Sie sich nicht anschließen. Yoga und Meditation. Sie werden schon sehen. Das ist der Königsweg, meine Liebe“, beharrte sie.

„Na, dann werde ich mich mal überraschen lassen.“

Ich beschloss, das Thema „Erweckung“ und „Königsweg“ zunächst nicht weiter zu diskutieren.

„Was heißt denn eigentlich ‚Shanti, shanti?‘“, fragte ich meine neue Bekannte nun mit echtem Interesse.

„Hier wird meist es als Begrüßung oder zur Verabschiedung verwendet. Manche hängen es aber an fast jeden Satz, das versteh ich auch nicht so richtig. Das Wort an sich bedeutet ‚Frieden‘.“

„Ah, ich versteh. So wie ‚Peace‘ oder ‚Shalom‘.“

„Genau so.“

„Dann ist es ja in Ordnung.“

Frau Lüdenscheidt führte mich noch ein wenig im Hauptgebäude herum. Sie zeigte mir den Weg in die Abteilung für ayurvedische Anwendungen und wies mich immer wieder auf interessante Gemälde und Fotografien an den Wänden hin. Schließlich lotste sie mich zu einer Teestation und zeigte mir, wie ich den Samowar bediente und dort Ingwertee je nach Geschmack mit heißem Wasser mischen konnte.

„Hallo, Rita“, sprach uns ein älterer Herr an, der ebenfalls an einem dampfenden Becher nippte. Er roch nach Brisk-Frisiercreme und trug ähnlich wie Rita einen farblich abgestimmten Freizeitanzug.

„Ach, Hans-Hermann, guten Abend“, gab meine Begleiterin wohlwollend zurück. „Darf ich dir Frau Heller vorstellen? Sie ist heute erst angekommen und wird gleich ihren ersten *Satsang* erleben. Und stellt dir vor: Sie hat ebenfalls ihren Hund dabei!“

Der distinguiert wirkende Herr wandte sich an mich und reichte mir die Hand: „Guten Abend und herzlich willkommen bei uns. Darf ich mich vorstellen? Mein Name ist Hans-Hermann Hartwig.“

„Angenehm“, antwortete ich artig. „Michaela Heller. Leben Sie auch hier?“

„Ich bewohne ein Appartement in der fünften Etage von Haus *Parvati*. Mit direktem Zugang zur Dachterrasse. Sie sind herzlich eingeladen, sich diese einmal anzusehen“, forderte er mich freundlich auf.

Rita mischte sich ein: „Hans-Hermann war der Erste, der in das neue Haus gezogen ist, nicht wahr?“

„Ja, ich verkehrte bereits einige Jahre zuvor regelmäßig bei Mangala Yoga. Diese ayurvedischen Verjüngungsanwendungen machen regelrecht süchtig, sage ich Ihnen. Ich weiß schon gar nicht mehr, wie alt ich in Wirklichkeit bin“, scherzte er. Tatsächlich strahlte er die Vitalität eines Fünfzigjährigen aus, musste jedoch der Intensität seiner Falten nach zu urteilen mindestens siebzig sein.

„Da bin ich ja mal gespannt, wie viele Jahre ich verlieren werde. Bei mir geht es morgen mit den Anwendungen los.“

„Wissen Sie schon, welcher Therapeut für sie zuständig sein wird?“

„Nein, die Details erfahre ich erst heute Abend. Wen können Sie denn empfehlen?“

„Ich lasse mich am liebsten von Lilavati behandeln. Wunderbar sanfte Hände. Ich sage immer zu ihr: Du könntest den Stirnguss auch allein mit deinen Fingerkuppen machen, du brauchst gar kein Öl.“ Er geriet regelrecht ins Schwärmen.

„Das hört sich wirklich gut an, vielleicht habe ich Glück“, schmunzelte ich.

Der Raum um den Samowar herum füllte sich mit Menschen. Rita sah auf ihre Uhr.

„Es wird langsam Zeit, dass wir hineingehen. Möchtest du uns begleiten, Hans-Hermann?“

„Wenn es den Damen Recht ist“, deutete er an.

Hans-Hermann hatte noch die ganz alte Schule genossen. Rita schien die höflich-charmante Art ihres Bekannten zu schätzen. Lächelnd antwortete sie: „Aber natürlich, nicht wahr, Frau Heller?“

Womit mein Einverständnis bereits vorausgesetzt war und ich nur noch zustimmend nicken konnte.

Im düsteren Vorraum des Tara-Saales standen bereits einige Paar Schuhe. Auch ich schlüpfte aus meinen Flip-Flops und platzierte sie auf einem der Regale. Frau Lüdenscheidt wies mich an, ein Meditationskissen, eine Decke und ein Liederbuch zu nehmen.

„Und nun folgen Sie mir bitte“, flüsterte sie. Herr Hartwig wies mit einem Handzeichen darauf hin, dass er mir den Vortritt ließ und so marschierte ich auf bloßen Füßen in den ominösen Massenmeditationssaal.

Mein erster Eindruck war: Licht! Nachdem es den Tag über bedeckt gewesen war, zeigte sich die Abendsonne von ihrer besten Seite und schien hell in die bodenlangen Fenster des

großen Raums. Die gelb gestrichenen Wände spiegelten den Schein der Sonne wieder, die ihrerseits noch intensiver strahlte. Auf einer Bühne am Ende des Saals saß Devabodhi mit geschlossenen Augen im Schneidersitz. Staubflöckchen umschwirrten ihn und glänzten im hellen Spiel des Lichts. Der gesamte Raum war mit Teppichboden bedeckt. Behutsam legten wir unsere Yogakissen in die Nähe der Bühne auf den Boden und ließen uns auf ihnen nieder. Außer uns waren etwa fünfzig andere Personen anwesend, die vor sich hin schwiegen.

Frau Lüdenscheidt raunte mir zu: „Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie mich gern an, ansonsten beginne ich jetzt damit, mich auf die Meditation vorzubereiten.“

Ich nickte ihr zu und probierte zunächst einmal aus, wie ich am bequemsten sitzen konnte. Die meisten hatten eine Art Schneidersitz eingenommen, manche hockten aber auch auf den Fersen und hatten ihr Kissen in die Kniekehle geklemmt. Herr Hartwig hatte die Beine lang am Boden ausgestreckt und berührte das Sitzkissen lediglich mit der Spitze seines Pos. Ich wählte zunächst den Sitz mit gekreuzten Beinen und orientierte mich dann an Rita, die ihre Handrücken auf die Knie gelegt hatte. Das war relativ angenehm, wenn ich mir auch kaum vorstellen konnte, für längere Zeit in dieser Position zu bleiben. Hinter mir hörte ich, wie immer mehr Menschen leise den Raum betraten und sich niederließen. Hier und da wurde getuschelt, manchmal knackte ein Knie. Eine Frau stritt mit einem kleinen Mädchen, das wuschelige lange Haare hatte und eine Art Nachthemd trug. Die Kleine sollte sich offensichtlich ein eigenes Kissen holen, bestand jedoch darauf, bei ihrer Mutter auf dem Schoß zu sitzen. Ich hörte die Frau

resignierend aufstöhnen und sah aus dem Augenwinkel, wie das Mädchen sich zwischen den gekreuzten Beinen seiner Mama setzte und genüsslich den Daumen in den Mund steckte. Mittlerweile war der Saal gut gefüllt, ich schätzte, dass mehr als hundert Menschen anwesend waren. Gerade als sich jemand erhob, um die Tür zu schließen, betrat noch eine Gruppe den Raum. Ein kleiner, gedrungener Mann mit dunklem Vollbart führte vier ältere Damen an, die etwas unsicher in die Runde blickten und sich schließlich auf Anweisung des kleinen Mannes zwischen den Sitzenden hindurch Richtung Bühne schlängelten und ihre Kissen auf die noch wenigen freien Plätze am Boden legten. Nach erneuter Geste ihres Anführers setzten sie sich schließlich, wobei ich an ihrem wiederholten Herumrutschen und Ausrichten des Körpers registrierte, dass sie noch größere Schwierigkeiten als ich damit hatten, eine angemessene Sitzhaltung zu finden.

„Das ist Pratap. Er führt wieder eine Seniorengruppe durch das Haus“, raunte Rita mir zu.

Noch ehe ich antworten konnte, wurden wir von einem lauten und alles durchdringenden Gongschlag unterbrochen. Devabodhi war aus seiner Trance erwacht und hatte das Zeichen zum Beginn gegeben. Freundlich schweiften seine Augen durch den Saal, als würde er jeden und jede einmal anschauen wollen, bevor er loslegte.

„Guten Abend und shanti, shanti, meine Lieben.“

„Shanti, shanti“, ertönte der Chor aus dem Publikum.

„Wir beginnen unseren Samstagabend wie immer mit einer gemeinsamen Meditation. Ich möchte euch bitten, eine bequeme Haltung einzunehmen, in der ihr die nächsten dreißig Minuten verweilen könnt. Um die Energie bei euch

zu halten, dürft ihr euch gern eine Decke umlegen. Mit dem ersten Gongschlag schließt die Augen, mit dem zweiten atmet tief ein und wieder aus. Mit dem dritten lasst ihr eure Gedanken und Gefühle vorbei ziehen, damit Körper, Geist und Seele ganz entspannt sind. Nach einer halben Stunde wird erneut ein Gong erklingen, der euch zurückholt.”

Ich geriet in Panik. Wie sollte ich dreißig Minuten in dieser Haltung ausharren? Doch Devabodhi ließ mir keine Zeit zum Nachdenken. Er schlug den Gong und weisungsgemäß schloss ich die Augen. Er schlug den Gong ein zweites Mal und ich atmete tief ein und aus. Als er das dritte Mal gongte, hätte ich eigentlich meine Gedanken und Gefühle an mir vorbei ziehen lassen sollen, aber das gelang mir nicht. Ich dachte plötzlich an alles Mögliche und je mehr ich mich bemühte, an nichts zu denken, desto stärker wurde der Drang zu grübeln. Nach einer Weile brachte mich ein stechender Schmerz in der Brustwirbelsäule dazu, mich unauffällig neu auszurichten. Krampfhaft hielt ich weiterhin die Augen geschlossen. Mein linkes Bein schliefe ein. Dann mein rechtes; und je länger ich so dasaß und auf meine eingeschlafenen Beine achtete, desto intensiver wurde das Gefühl der Taubheit auf beiden Seiten. Ich konnte nicht mehr. Der Schweiß brach mir aus. Wozu hatte ich mir eine Decke über gelegt? Mir fiel ein, dass an der rechten Wand eine Uhr hing. Nun musste ich mich nur noch trauen, die Augen einen kurzen Moment lang zu öffnen. Ich rollte die Schultern ein wenig vor und zurück, wie um meinem Körper mitzuteilen: „Ich bin noch da, keine Angst, ich lasse dich nicht im Stich!”

Also gut, es musste sein. Ganz vorsichtig hob ich die Wimpern, bis ein kleiner Schlitz entstand. Devabodhi saß

ganz entspannt und mit einem leichten Lächeln auf den Lippen im Schneidersitz auf seinem Kissen. Jetzt musste ich den Kopf nur noch eine Winzigkeit nach rechts drehen bis ich die Uhr in den Blick bekam. Im nächsten Moment seufzte ich innerlich auf. Es waren erst dreizehn Minuten vergangen. Weniger als die Hälfte der angekündigten Marterzeit. Resigniert begab ich mich in mein Schicksal und nahm unter der Decke immer wieder winzige Veränderungen meiner Sitzhaltung vor.

Als ich beschloss, ein zweites Mal nach der Uhrzeit zu schauen und vorsichtig die Augen öffnete, entfuhr mir ein Schrei: Eine der Damen aus der Gruppe der Seniorinnen kippte plötzlich mit dem Kopf voran von ihrem Kissen. Ich sprang auf, um ihr zu Hilfe zu eilen, hatte jedoch die Taubheit meiner Beine vergessen und kippte nun ebenfalls, allerdings zur Seite und damit direkt auf Frau Lüdenscheidt. Mittlerweile waren mehrere Teilnehmer auf den Beinen, um der älteren Dame – und peinlicherweise auch mir, die schließlich geschrien hatte – zu helfen. Doch während ich hektisch abwinkte und auf meine eingeschlafenen Beine verwies, atmete die Seniorin lediglich flach und zeigte ansonsten keinerlei Reaktion. Sie war bewusstlos und lag mit immer noch gekreuzten Beinen regungslos mit der Stirn am Boden.

„Einen Krankenwagen, schnell!“, riefen die eben noch Meditierenden und ich sah Devabodhi auf der Bühne in ein Handy sprechen. Herr Hartwig, der direkt neben der bewusstlosen Frau gesessen hatte, richtete diese vorsichtig am Oberkörper auf undbettete sie dann mithilfe von Sitzkissen in einer stabilen Seitenlage auf den Boden. Behutsam strich er ihr das Haar aus der Stirn und flüsterte

ihr beruhigende Worte zu. Frau Lüdenscheidt schaute erschrocken auf die Szenerie. Der Mann, den sie Pratap genannt hatte, ergriff nun die Initiative:

„Bitte macht Platz für die Rettungskräfte. Malati und Nadine, geht nach draußen und weist den Krankenwagen ein. Kumara, sorg dafür, dass alle Türen offen stehen“, kommandierte er.

Nun meldete sich auch Devabodhi über sein Mikrophon: „Ist vielleicht ein Arzt anwesend oder jemand mit einer medizinischen Ausbildung?“ Eine Frau mit kurzen roten Haaren kam zügig nach vorne und ließ sich neben der Bewusstlosen nieder.

„Ich habe mal als Rettungssanitäterin gearbeitet“, erklärte sie und begann, die ältere Dame zu untersuchen. „Ich fühle einen Puls, recht langsam und gleichmäßig. Die Atmung ist flach, aber in Ordnung.“

„Sollten wir ihr vielleicht etwas Wasser über den Kopf schütten?“, schlug Herr Hartwig beherzt vor und griff nach der Trinkflasche, die neben der Bewusstlosen stand.

„Nein, lieber nicht. Solange die Vitalzeichen stabil sind, lassen wir sie am besten ganz in Ruhe bis der Notarzt eintrifft“, lehnte die Rothaarige ab. „Aber halt ruhig weiterhin ihre Hand. Es ist für bewusstlose Menschen wichtig zu spüren, dass sie nicht allein sind.“

„Was ist denn eigentlich passiert?“, wollte Rita jetzt von mir wissen.

„Ich habe auf die Uhr sehen wollen“, gestand ich, „weil mir die Beine so schmerhaft eingeschlafen waren, dass ich an gar nichts anderes denken konnte. Und als ich die Augen öffnete, sah ich sie nach vorn rüberkippen, ungebremst. Sie

machte keine Anstalten, sich abzustützen. Ich schrie auf und den Rest der Geschichte kennen Sie.“

„Hoffentlich hatte sie keinen Schlaganfall“, unkte Frau Lüdenscheidt, um kurz danach „Oh, nein!“ auszurufen.

„Was ist los? Geht es Ihnen auch schlecht?“

„Nein, mir nicht, aber wenn der Georgi gleich das Martinshorn hört, dann dreht er durch. Er ist doch ganz allein in der Wohnung! Ich muss sofort zu ihm!“ Sie wollte sich schon erheben, doch ich hielt sie am Arm zurück:

„Der Rettungswagen wird die Sirene doch gar nicht einschalten, wenn er die kleine Straße hinauf fährt. Hier oben gibt es doch keine anderen Verkehrsteilnehmer, die er warnen müsste!“, beruhigte ich sie.

„Ach, natürlich, daran habe ich gar nicht gedacht. Gut, dass sie –“, sie stockte. Die bewusstlose Frau gab plötzlich ein würgendes Geräusch von sich, und sowohl Kopf als auch Oberkörper bewegten sich rhythmisch, als sie sich in mehreren Schüben lautstark übergab. Sofort roch es im ganzen Saal durchdringend nach Erbrochenem. Devabodhi, der von der Bühne herunter gekommen war, zog seine Decke von den Schultern und versuchte sie zu säubern. Ganz langsam und wie unter großer Anstrengung öffnete die alte Dame ihre Augen. Verwirrt schaute sie von einem zum anderen. Noch bevor wir sie fragen konnten, was passiert war und ob es ihr einigermaßen gut ging, betraten zwei Sanitäter und eine Notärztin den Saal.

„Ist das die Verletzte?“, fragte die Ärztin.

„Ja“, antwortete Pratap, der mit den Rettungskräften herein gekommen war.

„Irgendwelche äußerlichen Verletzungen? Wie lange war sie bewusstlos?“

Während die Rothaarige so gut wie möglich Auskunft gab, stellten die Sanitäter ihre Trage ab. Die ältere Dame versuchte zu sprechen, verdrehte dann die Augen und kippte erneut mit dem Kopf zurück. Die Notärztin fing sie auf und ordnete an:

„Wir nehmen sie mit.“

Schweigend sahen wir zu, wie Frau Euler – diesen Namen hatte Pratap der Notärztin angegeben – auf die Trage gehoben und aus dem Saal gebracht wurde. Devabodhi erhob sich und stieg langsam die drei Stufen zur Bühne hinauf. Diejenigen, die begonnen hatten, mit ihrem Nachbarn zu tuscheln, kamen zur Ruhe und erst als niemand mehr redete, begann der Zentrumsgründer mit klarer Stimme zu sprechen:

„Liebe Freunde. Ich bin immer noch ganz bewegt, von dem, was gerade hier passiert ist und ich kann sehen, dass es euch ähnlich geht. Lasst uns gemeinsam das *Om Namah Shivaya* singen und dabei die Herzen für Frau Euler öffnen, in der Hoffnung, dass es ihr bald wieder besser gehen möge. Wer den Text nicht auswendig kann, öffnet das Textbuch bitte auf der Seite acht. Wir singen mehrere Durchgänge dieses schönen *Mantras*. Ich werde uns auf dem Harmonium begleiten.“

Er nahm vor einer kleinen Orgel Platz und gab uns ein paar Akkorde vor, in die wir alle mehr oder weniger einstimmten. Einige, die wie ich zum ersten Mal im Zentrum waren, summten zunächst nur oder blätterten in ihren Büchern. Der Sanskrit-Text des *Mantras* las sich zwar recht kompliziert, aber es fühlte sich gut an, gemeinsam zu singen. Die andauernde Wiederholung derselben Verse wirkte beruhigend. Den anderen schien es ähnlich zu gehen.

Nachdem wir etwa zehn Minuten gesungen hatten, verlangsamte das Harmonium das Tempo und verstummte schließlich ganz. Als der Zentrumsgründer dieses Mal das Wort ergriff, war ihm die ungeteilte Aufmerksamkeit sicher. „Shanti, shanti. Ich möchte nun, da wir uns gesammelt haben, mit den organisatorischen Ankündigungen fortfahren. Morgen beginnt eine neue Kurs- und Kurwoche. Für diejenigen von euch, die zum ersten Mal bei Mangala Yoga sind: Wir beginnen die Woche jeweils am Sonntag, weil dieser Tag durch seine eingeschränkte Geschäftigkeit eine spezielle Energie ausstrahlt. An einem solchen Tag lässt sich besonders gut etwas Neues anfangen. Beachtet bitte die draußen an der Tür ausgehängten Informationen zu den Räumen für eure Kurse und Anwendungen. Wer mag, kann bereits morgens um halb sechs mit gemeinsamen Atemübungen in den Tag starten. Alle anderen beginnen um halb acht mit der Morgenrunde und gehen dann in ihre Gruppen oder zu ihren Anwendungen. Mittagspause ist für alle zwischen zwölf und fünfzehn Uhr. Wenn ihr Fragen habt, wendet euch doch bitte an die Mitarbeiter des Hauses. Ihr erkennt sie an ihrer orangefarbenen Kleidung. Auch ich helfe euch natürlich zu jeder Zeit gern weiter.“ Ruhig und in mir mittlerweile vertrauter Manier sah er sich im Saal um. Dann fuhr er fort: „Wenn es zu den organisatorischen Belangen keine Fragen mehr gibt, möchte ich den *Satsang* für heute beenden. Wer weiter mit mir in der Stille sitzen möchte, ist herzlich dazu eingeladen. Allen anderen wünsche ich eine gesegnete Nachtruhe. Shanti, shanti.“

Ich schielte zu Frau Lüdenscheidt hinüber. Die nickte mir zu und erhob sich von ihrem Kissen. Herr Hartwig blieb auf seinem Platz zurück. Im Vorraum legten wir Decken, Kissen

und Liederbücher wieder an Ort und Stelle und schlüpften in unsere Schlappen. Erleichtert ließ ich die Tür hinter mir zufallen und ein herhaftes „Puh!“ hören. Frau Lüdenscheidt lachte: „Na, das war ja mal ein Abend mit Notfallrettung statt Erweckung, was?“

„Da haben Sie Recht“, stimmte ich zu und griff in meine Hosentasche, um nach dem Zimmerschlüssel zu tasten. Nichts. Bestimmt hatte ich ihn während der Aufregung im großen Saal verloren. „Warten Sie hier einen Moment auf mich? Ich habe meinen Schlüssel drinnen vergessen.“

„Natürlich, ich setze mich hier drüber auf die Bank.“

Schnell betrat ich erneut den Vorraum, streifte die Flip-Flops ab und huschte in den Saal. Zwischen den Meditierenden hindurch schlich ich bis zu dem Platz, an dem wir gesessen hatten. Am Boden konnte ich nichts erkennen, doch als mein Blick auf Devabodhi fiel, erkannte ich, dass nicht nur seine Augen leicht geöffnet waren, sondern er auch mit dem Zeigefinger auf einen Schlüssel deutete, den jemand an den Bühnenrand gelegt hatte. Ich lächelte und formte ein tonloses „Danke!“ in seine Richtung. Im Vorraum brauchte ich etwas länger, um meine Flip-Flops zu entdecken. Im Halbdunkel des Raumes war es gar nicht so leicht, das richtige Paar zu erwischen. Als ich sie schließlich gefunden hatte und den Raum verlassen wollte, hörte ich eine leise Frauenstimme sagen:

„Nein, so schlimm war es nicht, wahrscheinlich ist ihr gar nichts passiert. Sie war nur ohnmächtig. Vielleicht die ganze Aufregung und die neue Umgebung.“ Die Stimme verstummte und setzte kurz darauf erneut an: „Nein, nein, mach dir keine Gedanken.“

Telefonierte da jemand? Angelegentlich tat ich so, als sei ich noch immer auf der Suche nach etwas, um weiter lauschen zu können.

„Ja, aber das ist doch ein Zufall! Dem Böhning war schlecht, weil er irgendein Gewürz nicht vertragen hat. Nein, ehrlich, die beiden Vorfälle haben nichts miteinander zu tun. Du, ich muss Schluss machen, wir sprechen später, ja?“ Eine zierliche Frau trat aus dem Dunkel zwischen den Regalen mit Decken und Kissen hervor. Sie schien überrascht, mich zu sehen, fing sich dann aber schnell:

„Entschuldige bitte, ich weiß, hier ist nicht der richtige Ort für ein Telefonat“, richtete sie das Wort an mich und lächelte entwaffnend, bevor sie sich zum Gehen wandte. „Kein Problem“, antwortete ich und schlüpfte dann hinter ihr aus dem Raum. Wie verabredet wartete Frau Lüdenscheidt auf mich.

„Haben Sie den Schlüssel gefunden?“

Ich bejahte und berichtete ihr dann kurz, was ich drinnen belauscht hatte.

„Finden Sie es nicht merkwürdig, dass nun schon zum zweiten Mal jemand während der Meditation zusammen gebrochen ist?“

„Nein, nein, das war nicht während der Meditation“, winkte Frau Lüdenscheidt ab. „Wobei es auch an einem Samstagabend passierte, wenn ich mich recht erinnere. Vor drei Wochen etwa. Da musste sich ein Herr aus der Seniorengruppe übergeben, allerdings erst im Anschluss an den Satsang. Neben einer Teestation. Vielleicht hatte er den Ingwertee nicht vertragen. Der kann schnell mal reizen, auch wenn er in geringer Konzentration gegen Übelkeit hilft.“

„Aber die Frau vorhin versuchte jemanden zu beruhigen, der es anscheinend ebenfalls merkwürdig fand“, gab ich beharrlich zu bedenken.

Frau Lüdenscheidt schüttelte den Kopf: „Nein, meine Liebe, Sie täuschen sich. Die beiden Vorfälle haben rein gar nichts miteinander zu tun. So“, wechselte sie das Thema, „was meinen Sie, lassen wir unsere Süßen noch einmal nach draußen? Die beiden werden sich schon fragen, wo wir so lange bleiben.“

Trotzdem ich mich etwas übergegangen fühlte, weil das Thema meiner Ansicht nach noch nicht abgehakt war, stimmte ich ihr zu.

Als ich die Tür zu meinem Zimmer aufschloss, rief ich leise: „Emmachen! Ich bin wieder da!“ Sie lag auf ihrer Decke unter dem Schreibtisch und sah mich an. Emma war noch nie ein Hund gewesen, der schwanzwedelnd aufsprang, wenn ich nachhause kam. Gewöhnlich hob sie zuerst den Kopf und gönnte sich einen Moment, um richtig wach zu werden. Erst danach tapste sie auf mich zu und rieb sich an meinem Bein den Schlaf aus den Augen. Wenn ich nicht da war, schlief sie in der Regel. Seit ihre Gelenke sie mehr und mehr im Stich ließen, fand ich sie häufig in derselben Position vor, in der ich sie verlassen hatte. Ich beugte mich zu ihr und kraulte sie unter dem Kinn. „Na, du süße Maus? Das war ein Abend, sage ich dir.“ Dann ließ ich mich neben ihr nieder undbettete ihren Kopf in meinen Schoß. So saßen wir eine Weile. Emma seufzte. Das konnte sie besonders gut. „Sollen wir uns noch mit Frau Lüdenscheidt und Georgi

treffen, was meinst du?" Viel Begeisterung konnte ich in ihren müde blickenden Bernsteinaugen zwar nicht erkennen, aber wenn wir erst mal draußen waren, würde sich das schnell ändern. „Hast du denn dein Futter wenigstens mal probiert?" Nein, hatte sie nicht. Der Napf stand noch genau so unberührt neben ihr wie vor drei Stunden.

Während des Spaziergangs gähnten Frau Lüdenscheidt und ich um die Wette. Deshalb verabschiedeten wir uns rasch, nachdem die Hunde ihre Geschäfte erledigt hatten. Zurück auf dem Zimmer legte ich mich direkt ins Bett. Kurz vor dem Einschlafen erinnerte ich mich an das Bild der kopfüber kippenden Frau Euler. Die Arme würde die Nacht wohl im Krankenhaus verbringen müssen.