

**Ein Yogi  
aus dem Westen**

**Swami Vayuananda**

*Meinem lieben  
GURU ANANDA  
Gewidmet*

*SOLARIS Spirituelle Edition*  
<http://www.solarisweb.at>

Oberlaaer-Straße 78, A-1100 Wien

## VORWORT

Endlich, in all den Stapeln von Yoga-Lehrbüchern und Yoga-Lebensregeln, ein Buch eines Yogi, Swami Vayuananda, über Yoga und Yogis, über Weise und Simili Yogis und über Mächtgern-Yogis und Maskenträger, Theater für sich selbst und Theater für andere, Selbstbespiegelung.

Der Autor, ein wirklich ernsthafter Yogi, den das Leben vor der Yogalehre in harte Askese genommen hat, beschreibt sich selbst kritisch und mit feinem Humor.

Ich habe lange auf ein solches Buch gewartet und möchte es gerne jedem, der sich auf den Yogapfad begibt, dem ernsthaft Suchenden, und jenen vielen, die sich an der orangefarbenen Maskerade, an öffentlicher Zurschaustellung von Sitzhaltungen, an rasierten Schädeln mit oder ohne Schopf berauschen, vor die Augen ihrer Seele halten. Man lernt aus diesem Buch mehr als aus allem anderen, was wirklich Yoga ist. Es ist quasi eine Entmythologisierung des Yoga, eine Entkleidung von altem Flitter, von Räucherstäbchen und mystifizierendem Brimborium. Aber was dann bleibt, das ist dann wirklich die Quintessenz des Yoga.

Dieses Buch wird seinen Weg gehen und wird heilsam sein.

*Wladimir Lindenberg*

## **EINLEITUNG**

### **Mein Weg zu Yoga, Stellung und Prinzipien**

Nach der Matura folgte eine Zeit großer Entbehrungen. Fünf Jahre verbrachte ich als Fremdarbeiter mit manueller Arbeit und durch einige Jahre war ein Stück trockenes Brot die einzige Nahrung für den Sonntag, denn die Werkskantine war dann geschlossen. Trotz des Kontaktes mit vielen unterschiedlichen Menschen und zahlreichen neuen Dingen, die es zu sehen gab, war ich isoliert und einsam. In meinen zwei Koffern, in denen all mein Hab und Gut war, befanden sich immer ein paar Yogabücher, eines von Ramana Maharshi und drei östliche Specksteinfiguren - ein Stier als Einhorn mit einem Fackelträger, ein Affe auf einer Kuh und eine Buddhafigur. Dies war meine eigentliche Heimat, die als Sehnsucht in mir schlummerte aber noch nicht erfasst wurde.

Wieder in Wien suchte ich nach einem Yogalehrer. Damals gab es noch wenige Yogalehrer und ich war im Suchen auch nicht sehr begabt, aber irgendwann las ich doch ein Inserat von einer Yogagemeinschaft und ich schrieb es an. Als Antwort kam ein Begehren nach einem Lebenslauf, den ich ebenfalls einschickte. Der Yogi im Inserat war mein jetziger Guru Ananda, wie sich später herausstellte, und ich ging zu jener Zeit in ihrem Wohnhaus täglich ein und aus, denn dort hatte ich gerade meinen Arbeitsplatz. Dennoch wurde ich als Schüler nicht angenommen. Trotz aller Einwände von Guru Ananda, die meinte, man könne mich wenigstens die fünf Stockwerke heraufkommen lassen und anschauen, wurde ich von ihrem assistierenden Schüler kompromisslos abgelehnt. Einem Menschen, der sich so viele Jahre in allen möglichen Ländern herumgetrieben hat, dem könne man Vertrauen und Beständigkeit absprechen“, meinte er. Er bestand darauf, mit vollem Einsatz. Guru Amanda gab um des lieben Friedens willens auf. Zwei Jahre später kam es zur selben Situation, aber diesmal setzte sich Guru Ananda durch und ich wurde ihr Schüler.

Nun betreibe ich seit über 20 Jahren intensiv geistigen Yoga. Hierbei habe ich nicht nur meine gesamte Freizeit dem Yoga gewidmet, sondern bin von meinem weit älteren Guru an Kindes statt aufgenommen worden. Das hat sicherlich meinen Lernprozess beschleunigt. Es ist natürlich nicht leicht mitzuteilen, wie weit ich im Yoga fortgeschritten bin. In manchen Belangen wurde ich durch Begabung und Veranlagung unterstützt, in manchen Dingen sehe ich mich noch immer mit Schwierigkeiten konfrontiert, wie man sie herkömmlicherweise von einem Yogi längst überwunden glaubt. So zum Beispiel eine mentale- Unruhe, die mich schwer zur Stille kommen lässt, nicht jedoch meine Gottesliebe, Nächsten- und Naturliebe schmälert, was sonst ein Manko ist, das sich bei Intellektuellen oft findet. Das Bewusstsein meiner Schwächen hat mich zu einem toleranten Yogalehrer gemacht, der es meldet, sich mit dem Nimbus eines erhabenen Meisters zu umgeben, etwas, in das schwärmerische Yogaanhänger einen Yogi leicht hineindrängen können. Bedacht, meine Selbstständigkeit und Handlungsfreiheit zu erhalten, reagiere ich kaum auf Schmeicheleien, lasse ich mich nicht bezahlen und nicht durch Geschenke kaufen. Einzig Blumen dürfen überreicht werden als Ausdruck der Dankbarkeit und Liebe. Manchmal ist es auch ein selbst gebackener Kuchen, mehr aber nicht.

Im Beruf spiele ich eine eher untergeordnete Rolle, ein sehr wichtiger Ausgleich zur zentralen Stellung innerhalb der Gemeinschaft. Die Gemeinschaft, welche mein Guru zusammen mit mir aufgebaut hat, umfasst einige hundert Schüler. Da ich nur in kleinen Gruppen von ca. 20 Schülern unterrichte und zwar intensiv und desgleichen mein Guru, würden wir beide die Schüleranzahl nicht mehr bewältigen, wenn wir nicht von einer Anzahl Yogis in der Schülerführung unterstützt würden. Durch diese Umstände und die großen individuellen

Unterschiede sowohl der zwei Gurus als auch der Yogis, fällt unser Ashram (Gemeinschaft) ganz aus der Reihe des Üblichen und hat eine Dynamik, die mit immer neuen Fassetten seine Entwicklung weitertreibt.

Diese Besonderheiten sind es auch, die mich veranlassten, diese Broschüre zu schreiben, weil ich damit zeigen will, dass Yoga auch anders als die geläufig damit verbundenen Schablonen sein kann und weil ich den Eindruck habe, dass ein eigenständiger Yoga ein integrierter, kulturschaffender Faktor in Europa sein kann. - Eine durch Yoga geförderte Fantasie und Seelenverfeinerung, die sich je nach Begabung als Kunst, Innovationsfreude oder Menschlichkeit äußert.

## **WELTANSCHAUUNG UND LEBENSART**

### **Selbstgespräche**

Merkwürdig, wie die Zeit vergeht. Hat mich doch einer vor einem Jahr mit Herr in den mittleren Jahren“ titulierte. Das war damals ein kleiner Schock für mich. In der ersten Sekunde dachte ich, er will mich frotzeln; das wäre mir am liebsten gewesen, aber er hat recht gehabt.

Durch einen Monat, vielleicht hat es sogar noch länger gedauert, da habe ich mir gesagt: Trag' es mit Fassung, du bist jetzt wirklich schon in den mittleren Jahren, die Zeit vergeht halt so schnell.“ Dann habe ich mir Verhaltensregeln gegeben, festgelegt, wen ich auf meinem Arbeitsweg wie anschauen soll. „Ist ja klar, ein Herr in mittleren Jahren interessiert sich nicht für junges Teenagervolk, könnte auch falsch ausgelegt werden, sondern hat einen Blick für Abgeklärtheit und Lebensreife. Ein ordentlicher Kämpfer versucht nicht der Situation zu entfliehen, wie die schrumpeligen Playboys, die schon halb im Sarg liegen.“

Nach einem Monat etwa war der Prozess abgeschlossen und kurioserweise war ich wieder derselbe wie vorher, was mein Verhalten und Wesen betrifft; mein Alter war mir voll bewusst und gleichgültig, etliche Eitelkeiten und Erwartungen, die man an sich selbst stellt, sind weggefallen. Letzteres ist wie toter Ballast abgefallen und hat mich freier gemacht.

Insofern war dies alles nicht so schwierig, als ich mich ohnedies nur als auf Durchreise betrachte. Der Glaube an die, Reinkarnation hat aus mir einen Zeitenwanderer gemacht: einen Akteur, der einmal auf dieser und einmal auf jener Bühne in Aktion tritt. Nicht als nur halb beteiligter Statist, sondern als aktionsfreudiger Spieler, dem die Bühne etwas bedeutet und der dennoch unterschwellig die Permanenz einer anderen höheren Realität fühlt. Nur in einem unterscheide ich mich nach wie vor von den meisten Reinkarnisten. Diese meinen von der Erdenbühne in die jenseitige Realität zu wechseln, um drüben dann als die abgeklärten Besserwisser über ihre irdischen Schelmenstreiche zu lächeln und sich als weise Lehrer zu sehen, welche dann, nach Möglichkeit über ein Schreibmedium, die dummen Menschleins durch Moralpauken auf den rechten Weg zu führen versuchen. Immer eine gute Sache, denn wenn es schon bei den Menschen nicht ankommt, dann hilft es zumindest der Selbstgefälligkeit.

Nun ja, nun auch meine Meinung:

Dort im jenseits gehen die Illusionen weiter. Sosehr haben sich die Menschen ja doch nicht geändert. Ihre schlechten Taten tragen sie ab in niederen Ebenen mit niederen Illusionen, für ihre guten Taten werden sie belohnt in schönen Ebenen mit schönen Illusionen. Sie haben dort schöne Häuser oder Paläste, gehen in Brokat gekleidet mit Perlen und Juwelen behangen, als

wohltuender Kontrast zu den Fetzen in den niederen Ebenen, die ein jeder von ihnen durchschritten hat. Wer hat in seinem Leben ausschließlich gut gedacht, gefühlt, gehandelt, dass ihm die sichtbare Manifestation seiner niederen Natur erspart bliebe?

Was mich betrifft, so ist mir eine schöne Illusion natürlich lieber als der Albtraum der niederen, **skalpischen**<sup>1)</sup> Ebenen. Nur so ganz glücklich bin ich damit nicht mehr. So etwa wie eine Frau, die nach Jahren darauf kommt, dass ihr Schmuck nicht echt sondern Imitation ist. Eine gute Imitation mit künstlichen Steinen und nicht so wertvoll. Aber trotz allem, der Spaß ist vorbei.

Unglücklich bin ich trotzdem nicht, nur hat ein Teil überhöhter Selbsteinschätzung daran glauben müssen. Später habe ich sogar aus der Not eine Tugend gemacht. Wenngleich es meistens nicht glückt, aus Mangel an Training und nicht aus Prinzip natürlich, so geben uns Illusionen die Möglichkeit zur psychischen Manipulation. Man kann ihre Gesetzmäßigkeiten ergründen, kann sich's gelegentlich richten, kann sich aus dem Taumel im Diesseits wie im jenseits befreien. Die Beschäftigung damit hat mich fasziniert, ist beinahe zu einer weiteren Illusion geworden. Jedenfalls ist daraus ein Übungs- und Suggestionssystem entstanden, das einen aus der großen Täuschung durch eigene, gewollte Täuschungen befreit.

## **Religiosität und Welt**

Unter Religiosität verstehe ich Gottesehnsucht. Diese und das Weltliche haben sich noch nie so richtig vertragen und waren die längste Zeit in Gegnerschaft. Die Institutionen haben sich arrangieren können, oft genug auch Oberwasser erhalten, wenngleich es in der Gegenwart für sie ziemlich schwer ist. Dass die abendländischen Kirchen in den vergangenen Jahrzehnten fast bis zum Ruin getrieben wurden, hat zu ihrer Reinigung und Klärung beigetragen und tut es noch immer. Dogma und Institution werden immer unwesentlicher, dagegen werden Gott und die Nächstenliebe mehr und mehr in den Vordergrund gestellt. Das ist eine andere Orientierung; Ehrlichkeit und Taten zählen und nicht unbeweisbare Versprechungen. Es sind weniger Priester und Mönche, diese aber sind es aus Überzeugung.

Trotz aller Kompromissversuche war die Religiosität immer schon ein Gegner aller weltlichen Annehmlichkeiten, durch alle ethisch orientierten Religionen bis zu den Schamanen hin, bei welch Letzteren die Ethik sich manchmal nicht mehr erkennen lässt, Verzicht und Disziplin aber nichts desto weniger strikt eingehalten werden.

Die Ursache und Notwendigkeit der Kontrahenz der Religiosität zum Drang des Vergnüglichen wurde nicht immer durchschaut und in masochistischer Selbstüberbietung, um nur ja das Himmelreich zu erlangen, wurde aus Selbstdisziplin Perversion und aus dem Verlangen des Körpers der Teufel, in Gestalt des Satyr, personifizierter Drang nach Essen, Trinken und Sinnlichkeit. Dass diese Einstellung destruktiv ist, hat uns Freud schon gezeigt. Aber auch ohne ihn müssen wir allmählich erkennen, dass Übertreibung nur zu Verlogenheit und Heuchelei führt, eine Krankheit, ohne die sich der Abendländer sein Leben gar nicht mehr vorstellen kann. Der Versuch daraus auszurechnen führt uns gerade jetzt zum anderen Extrem, das die Nachfahren der Frömmeler zu Tieren formt.

Warum spreche ich von Religiosität und nicht von Ethik? Ethik ist für mich die Erfüllung der Nächstenliebe. Religiosität ist mehr. Da ist zusätzlich noch ein Streben nach

---

<sup>1)</sup> ) **Skalpa** (Sanskrit): Hölle, die nicht ewig dauert.

Selbstverwirklichung, nach geistiger Evolution. Wenn man Ethik als Nächstenliebe auffasst, so ist es kein Verstoß gegen diese, dem Essen zu frönen, bis sich das Körpergewicht um zahlreiche Kilos bedenklich mehrt. Warum soll es ein Verstoß gegen die Ethik sein, wenn man seinen Sex so richtig auslebt, der Partner hat doch auch seine Freude daran? Anders sieht es vom Standpunkt der geistigen Entwicklung aus. Da geht es um ein Lösen von Abhängigkeiten und ein Freiwerden von Zwängen. Da geht es um die Frage sind wir noch Tier, sollen wir Tier bleiben oder eine Schöpfung nach unseren Idealen werden? Alleine unser soziales Zusammenleben erfordert von uns, dass wir unsere Alphamännchen-Allüren mit Rivalitätsdenken, Protzen, starken Mann Spielen und Unterdrücken der Schwächeren eindämmen müssen. Das sind alles noch Instinkte, die beim Tier angebracht, aber beim Menschen nicht mehr zweckdienlich sind. Beim Tier ist Nahrung etwas Kostbares und wenn sich ein Tier einmal auf Vorrat anisst, ist es von Vorteil, die Reserven könnten aufgestockt werden ... . Bei uns Abendländern ist das nicht notwendig und das unkontrollierte Ausleben des Instinktes schwächt und verfettet den Körper. Die umweltorientierten Instinkte gelten für uns nicht mehr, weil wir uns eine andere Umwelt geschaffen haben. Das heißt andererseits, dass vom Standpunkt einer inneren Disziplin gegen ein dosiertes Ausleben unserer körperlichen Bedürfnisse nichts einzuwenden ist. Zu den Gründen der Vernunft kommen bei der Religiosität noch andere Argumente zum Tragen - die innere Verfeinerung und die totale Ausrichtung im Sinne einer Liebesmystik zu Gott.

Die modernen östlichen und alternativen Richtungen verwirklichen zwar gut die Konsumeinschränkung und Selbstbescheidung in der Lebenshaltung, nehmen es aber nicht so genau mit einer psychischen Disziplin und seelischen Reinhaltung. Darin unterscheiden sie sich von einem spirituellen Yoga.

### **Warum lässt Gott diese Schlechtigkeiten zu?**

Manchmal wohne ich auch Anfängerstunden bei. Sehr oft wird da die Frage gestellt, warum Gott diese Schlechtigkeiten auf der Welt zulässt. Zunächst muss ich mich da einmal hineinfinden, dass diese Schüler Gott als Weltenherrscher sehen, der dank seines Allsehvermögens auf seine von der Menschen wichtig genommene Spielzeugwelt hinab blickt. Diese Vorstellung zu zerstören würde den Anfangsschüler total verwirren. Deshalb verhalt ich zunächst meine Antwort. Dann taucht vor mir ein Bild auf, aus irgendwelchen Science-Fictions zusammen kombiniert:

Ich sehe eine Welt, wo ein großer Zentral-Computer seine androiden Einheiten lenkt. Alle arbeiten brav, befolgen ihre einprogrammierten Vorschriften und wenn sie zu rosten beginnen und sich ein Service nicht mehr lohnt, gehen sie zufrieden und ohne zu Murren auf den Müllhaufen und legen sich dort nieder. Nach etlichen Sekunden ist mir diese Welt zu langweilig und ich wende mich wieder dem Schüler zu. Nun beschreibe ich dem Schüler diese Welt (Analogie) und versuche ihm zu erklären, dass seinem Gott (dem Pantokrator natürlich) eine solche Welt nach einigen Milliarden Jahren ebenfalls langweilig sein müsste (unter der Annahme, dass er mehr Geduld hat als ich).

Oft blickt mich der Schüler verständnislos an und ich erkenne, dass man ein eingprägtes Weltbild nicht so schnell durch Logik ändern kann.

Die Schüler sind sich nicht klar, dass ein Verhindern von Fehlhandlungen im ersten Augenblick sehr erstrebenswert aussieht, letztlich aber zu einer sehr starken Verminderung des Handlungsspielraumes führt und eine Einschränkung der Willens- und

Entscheidungsfreiheit bedeutet. Ein seelischer Lernprozess wäre durch die geringe Erfahrungsbreite ausgeschlossen.

## **Der Sinn unseres Lebens auf Erden**

Ich will ja nicht behaupten, dass ich alles weiß; warum wir auf Erden sind usw. Aber wenn wir schon da sind, dann heißt es eines: Ärmel aufkrepeln und schauen, dass wir weiterkommen. Das nenne ich aktiv beschleunigte Evolution im Geistigen. Lernen aus dem, was wir falsch gemacht haben, versuchen, es in einer anderen Situation richtig zu machen. Enttäuschungen überwinden, tapfer zu werden. Erkennen, dass man sich bleibende Früchte nicht erschwindeln, sondern nur erarbeiten kann. Und noch vieles mehr. Und weil wir alle fest an unseren Gewohnheiten hängen, braucht es lange, bis sich eine Änderung anbahnt. Deshalb glaube ich an Reinkarnation. Andernfalls müsste ich an der Undurchführbarkeit innerhalb meines Lebenszeitraumes verzweifeln.

Von den Indern wird auch behauptet, dass sie an Reinkarnation glauben. Aber ihr Reinkarnationsglaube ist chaotisch, so wie ihr Wirtschafts- und Sozialsystem. Da taucht so einer, der das Glück hatte, als Mensch geboren zu werden, das nächste Mal als Entlein, Hase oder Holunderstrauch auf. Die Reinkarnationslehre, die im Abendland immer aktueller wird, haben wir nicht von den Indern entliehen, sondern aus der Kabbala und von den Chassidims.

So geht unser Weg aufwärts zur Vergeistigung und jeder bemüht sich darum und sei es erst im jenseits. Immer, wenn wir es uns bequem machen und uns gehen lassen, geht es uns bald darauf schlechter und wir müssen vorwärts streben, ob wir wollen oder nicht. Dies ist ein von Gott etablierter Lernzwang.

..... Ende der Leseprobe!

\_ Wenn Sie dieses Buch in voller Länge lesen möchten, schicken Sie uns eine Bestellung an: [office@solarisweb.at](mailto:office@solarisweb.at)

Ein Yogi aus dem Westen ,v. Swami Vayuananda, €8,50,-  
Auslieferung: SSE-Verlag:

***SOLARIS Spirituelle Edition***

<http://www.solarisweb.at>

**Oberlaaer-Straße 78, A-1100 Wien**