

Das Leben feiern

Mit dem Selbst und der Natur eins sein

Sri Vast lehrt die spirituelle Verbindung zwischen Mensch und Natur, von Spiritualität und Ökologie. Wer Schritt für Schritt zu seinem wahren Selbst erwacht, spürt seine Verbundenheit mit allen Wesen und lebt umweltbewusst: glücklich, zufrieden, einfach und nachhaltig. Leela Sylvia Isani beschreibt ihren Aufenthalt im südindischen Ashram dieses inspirierenden spirituellen Lehrers.

Immer wenn es in meinem Leben darum geht, wieder zu mir und meinem inneren Frieden zu finden, mache ich mich auf den Weg nach Indien.

Meine Mutter ist gestorben, direkt an meinem Geburtstag, und da war einerseits die Trauer und andererseits die Befreiung für sie und mich. Die Symbolik, dass ich sie an dem Tag aus dem Leben begleitet habe, an dem sie mich in das Leben geleitet hat, finde ich sehr schön. Die Begegnung mit dem Tod verstärkt immer wieder die Sehnsucht in mir, authentisch und erfüllt zu leben. So mache ich mich auf den Weg mit einer neuen Freiheit und dem Wunsch, noch tiefer in die Essenz des Lebens einzutauchen. Meine Masken abzulegen, bevor der Tod es tut.

Mein Ziel ist zunächst der heilige Berg Arunachala bei Tiruvannamalai.

Mein erster Eindruck ist der eines spirituellen Rummelplatzes. Morgens zur Meditation in den Ramana Ashram, dann – je nach Gemütsverfassung – zu Karl Renz oder Mooji, mittags zu Shiva Shakti, abends Satsang mit Mother Meera oder irgendeinem neu Erwachten. Man trifft viele Menschen, schafft es problemlos, vier verschiedene Satsangs an einem Tag zu erleben, und hat irgendwie das Gefühl, am

Puls des spirituellen Lebens zu sein. Es gibt hier alles, was ein nach Erwachen Strebender so braucht: einen heiligen Berg, jede Menge Gleichgesinnte, Tempel und Ashrams für jede Stufe der Erleuchtung.

Bei Sri Vast angekommen

Mir war es dieses Mal definitiv zu stressig, und im Moment sehnte ich mich auch nicht nach Erleuchtung, sondern nach Ruhe, guter Luft, dem Meer, Natur und tiefer Begegnung mit mir selbst. An diesem Abend ist Sri Vast hier. Ich hatte ihn schon mal in Deutschland erlebt und erinnerte mich an seine leichte, fröhliche Energie. Der Satsang beginnt mit gemeinsamem Singen, die Atmosphäre ist freudig und leicht. Sri Vast wirkt natürlich und sehr authentisch. Seine Sprache ist einfach, klar und sehr humorvoll.

Ich fühle mich inspiriert und fahre in sein Ashram bei Pondicherry und finde alles, was ich gesucht habe: ein wunderschönes Ashram in einem paradiesischen Garten mit Pool, Ayurvedazentrum mit entspannenden Ölmassagen, Yoga, einfachem schmackhaften Essen und eine lebendige fröhliche Community – und das Meer ist nahe. Ich fühle mich vom ersten Augenblick an wohl, angekommen, meine Seele atmet auf endlich wirklich ein Platz um zu sein.

Das Sri Vast Ashram ist ein Internationales Zentrum für Ökologie und spirituelle Studien und bietet die verschiedensten Lehrprogramme und Retreats zur persönlichen und globalen Transformation an. Die Programme beinhalten Yoga, Meditation, Selbsterforschung, Kreativität und Ökologie, außerdem kann man sich zum Yogalehrer, zum Ganzheitlichen Berater oder Heiler und zum *Inner Yoga*-Lehrer ausbilden lassen und in der Organischen Schule alles über umweltbewusste und biologische Landwirtschaft lernen.



Sri Vast

Daneben bietet das Gesundheitszentrum die verschiedensten Therapien wie Ayurveda und Naturheilkunde an. Dazu Sri Vast: „Kein Heiler kann dich heilen, aber er kann einen Raum erschaffen, in dem Heilung natürlich geschehen kann.“

Verbundenheit und Freude

„*What a wonderful world!* Nur eine Person, die sich freut und diese wunderschöne Welt feiert, kann diese Welt retten“, sagt Sri Vast.

Er ist ein Lehrer, der im Besonderen die spirituelle Verbindung zwischen Mensch und Natur lehrt. Seine Lehren sind provokativ und aufrüttelnd. Sein Ansatz: den Menschen helfen, ihre limitierenden Konzepte und Dogmen hinter sich zu lassen, um sich ganz dem Augenblick und dem eigenen Selbst zu öffnen. Er feiert das Leben, ist sehr authentisch in seinem Sein und lehrt mit seinem eigenen Beispiel. Kein Guru-Gehabe, er ist Teil der Community wie alle anderen auch, teilt mit Essen aus, singt und tanzt mit und schwingt sich zweimal in der Woche abends in die weiße Satsang-Robe, um einen humorvollen und immer sehr praxisbezogenen Satsang zu geben.

So trifft sich an diesen Abenden oft eine sehr bunt gewürfelte Gruppe von Menschen: Reisende, Bewohner von Auroville, der nahe gelegenen Stadt der Zukunft, und wer immer sich angesprochen fühlt. An den anderen Abenden gibt es gemeinsames Chanting oder auch mal einen Videoabend. Hier habe ich den Film *The Inconvenient Truth* von Al Gore gesehen und sehr alarmierend die Notwendigkeit

Inner Yoga hilft uns, so präsent zu sein, dass wir nicht nur eine Blume blühen sehen, sondern mit ihr blühen.

det. Die ersten Tage komme ich noch mit Lippenstift zum Essen, aber nach der ersten Erfahrung mit *Inner Yoga* fange ich an, meine wilde, ursprüngliche Schönheit immer mehr zu genießen.

Morgens treffen wir uns für *Inner Yoga*. Ich erwarte eine Art von Hatha Yoga, schwing mich in mein Yoga-Outfit. Aber wie das so mit den Erwartungen ist: wir gehen in den Dschungel, barfuß, schweigend, unsere Aufmerksamkeit auf alles, was wir hören, gerichtet – und was gibt es nicht alles zu hören am frühen Morgen in der Natur! Unterwegs machen wir einfache Bewegungs- und Bewusstseinsübungen, berühren zum Beispiel einen Baum, legen uns auf den Boden oder stellen uns vor, wir sind ein wilder Tiger. Diese simplen Übungen helfen, wieder mehr zu spüren, die Sinne für die Natur zu öffnen und dadurch auch für das eigene Selbst.

Wir liegen auf dem nackten Boden, um uns herum die Geräusche des Dschungels, Kühe traben vorbei, erstaunte Einheimische schauen sich verwundert diese Westler an, die erst wieder lernen müssen, sich der Natur nahe zu fühlen. Ich spüre, wie sich alle Sinne in mir öffnen und ich wirklich den jetzigen Augenblick voll und ganz wahrnehmen kann. Ab und zu kommen noch mal Gedanken, die mich in die Vergangenheit ziehen wollen, aber langsam geben sie auf. Welch eine Schönheit und Perfektion um mich herum. Wie perfekt ist die Natur und wie perfekt bin ich. Danke für diesen wunderbaren einmaligen Augenblick!

Inner Yoga hilft uns so präsent zu sein, dass wir nicht nur eine Blume blühen sehen, sondern mit ihr blühen. Sich in der Natur verlieren, um sich in ihr zu finden. Wir laufen schweigend zurück, ich fühle mich wach wie selten, jede Zelle meines Körpers vibriert und gleichzeitig ist eine tiefe Ruhe in mir. Ich fühle mich so genährt von der Natur und vermisse nicht mal meinen morgendlichen Espresso! Wunderbar, so den Tag zu beginnen.

Die Tage des *Nature Spirit Festivals* sind ein wahrer Tanz der Freude. Eine der Botschaften ist, dass wir trotz aller negativen Weltnachrichten selbst eine positive Haltung der Freude und Dankbarkeit für alle erlebten glücklichen Momente haben können. Es hilft unserer Erde sicher nicht, wenn wir in Trübsinn verfallen. Diese Tage sind ein Aufruf, mit dem Leben zu



Satsang mit Sri Vast

fließen. Jeder Augenblick lädt uns ein, mit dem Leben zu tanzen; die kreativen Tanzworkshops zeigten das auf eine spielerische Weise. Mir kommt der spielerische Ausdruck des Lebens sehr nahe, ich sehe das Leben mehr und mehr als ein Spiel, in dem wir eine Rolle spielen, und dieses Spiel ist eine große Freude, wenn wir uns nicht mit ihm identifizieren. Was immer auch passiert, eines ist sicher: es geht vorüber. Während des Festivals gab es unzählige Augenblicke überschäumender Lebensfreude und ein noch tieferes Verstehen, wie sehr wir mit der Natur verbunden sind und wie wichtig es ist, sie zu unterstützen und zu erhalten.

Global Cooling Campaign

Das neueste Projekt von Sri Vast als Antwort auf die Globale Erwärmung ist die *Global Cooling Campaign*. Sri Vast: „Es ist an der Zeit, dass die Menschen wieder ins Gleichgewicht kommen. Wenn du glücklich bist, dann kann auch unser Planet wieder regenerieren. Ich liebe dieses Leben, die Welt ist so wunderschön. Nur ein Mensch, der die Fähigkeit hat, sich zu freuen und diese schöne Welt zu feiern, kann sie retten. Lasst uns das Leben mit Respekt und Hingabe feiern und voller Freude Verantwortung für unsere Erde übernehmen. Sei glücklich, ohne Grund! – Ein glücklicher Mensch wird die Welt zum Guten verändern. Ein wirklich glücklicher Mensch verändert sein



Einladung zum Feiern: Nature Spirit Festival, Februar 2007 im Ashram nahe Pondicherry

für Sri Vast neuestes Projekt *The Global Cooling Campaign* gespürt.

„Ich möchte, dass die Menschen hier in unserem Ashram ganz bewusst frei sind und sich eine Pause von ihrer Vergangenheit und ihren alten Mustern nehmen“, sagt Sri Vast. „In unseren Augen bist du bereits erleuchtet. In diesem Augenblick, wo es dir gelingt, die Perfektion in dir selbst zu erfahren, geschieht die Selbstakzeptanz in dir. Hier kannst du dir selbst wirklich begegnen.“

Nature Spirit Festival

Ich komme gerade rechtzeitig zum *Nature Spirit Festival*, das in jedem Jahr in Indien und an den verschiedensten Plätzen weltweit stattfindet.

Konsumverhalten, er wird bewusster, kauft biologische Produkte und lebt ein umweltbewusstes Leben.“

Diese Kampagne ist eine Einladung an die Menschen, Verantwortung für ihr eigenes Leben zu übernehmen. Die globale Erwärmung geht uns alle an, und wir können bei uns selbst mit der Veränderung anfangen. Wie schon Gandhi sagte: „Sei selbst die Veränderung, die du im außen sehen möchtest.“ Der Mensch, der mit sich selbst und der Natur eins ist, ist glücklich und verändert automatisch auch seine Umgebung zum Positiven.

Die Organische Schule

Die Organische Schule im Sri Vast Ashram erforscht innovative Ansätze, um der ökologischen Krise zu begegnen. Sie ist ein praktisches Lernfeld, um die uralte Weisheit der natürlichen Landwirtschaft wieder zu verstehen. Menschen können hier ökologische Techniken wie Kompostierung, Permakultur und Wassermanagement erlernen. Es ist eine große Freude, das Gemüse zu ernten, das man dann, mit Liebe zubereitet, essen wird; es nährt das Gefühl, ein Teil der Natur zu sein.

Seva Kitchen: die Seele nähren

Wie kann man Mitgefühl und Liebe besser ausdrücken als in der Praxis? Zweimal wöchentlich kann jeder hierhin kommen und köstliches Essen aus dem organischen Garten genießen. Hier wird mehr als nur Essen serviert: Besucher und Bewohner des Ashrams treffen sich zur Praxis des selbstlosen Dienens (Sewa), eine wunderbare Möglichkeit, Mitgefühl und Einssein zu spüren.

Ich helfe, die Matten auszulegen und die Yogahalle in einen Essenstempel zu verwandeln. Als die Glocke zum Essen ruft, füllt die Halle sich schnell mit den unterschiedlichsten Menschen: alte Frauen aus dem nahen Dorf neben dem Traveller aus Kalifornien, Kinder mit leuchtenden Augen, die freudig mithelfen. Ich teile Essen aus und es berührt mein Herz, in die Augen der alten indischen Ladies zu schauen, die mich anlächeln und mir schweigend zu verstehen geben, wie viel Gemüse sie möchten. *Seva Kitchen* ist in Stille; es ist wie eine tiefe Meditation, in der die Menschen das Essen genießen, das ihnen Mutter Natur geschenkt hat. Ich habe das Gefühl, dass ich lange kein Mahl mehr so bewusst zu mir genommen habe, mit Freude und großer Dankbarkeit, und ich fühle mich auf einer tiefen Ebene genährt.

„Familie ist da, wo du dich in deinem ganzen Sein total akzeptiert fühlst“, sagt Sri Vast. Ich fühle mich wie in einer großen Familie hier, werde sicher wiederkommen. Es gibt die Möglichkeit, auch für längere Zeit Teil der Gemeinschaft zu sein; es werden derzeit neue Apartments auf dem Ashramgelände gebaut. Die innere Schönheit spiegelt sich auch in der äußeren Schönheit dieses Zentrums wider. Ich fühle mich wieder sehr verbunden mit mir selbst und der Natur, sehr glücklich und spüre klar und voller Freude die Verantwortung, die auch ich für unseren Planeten habe.

Sri Vasts Botschaft ist eine Einladung an alle Menschen, zu sich selbst zu finden und die Augen zu öffnen für die Schönheit jedes Augenblicks: Lerne grundlos glücklich zu sein und versprühe Freude, wo immer du bist, mache deine Welt glücklicher. Lächle und die Welt wird zurücklächeln!

Sylvia Leela Isani

TERMINE

Sri Vast hält sich etwa 4 Monate im Jahr in Indien auf, ansonsten ist er in aller Welt unterwegs. Die *Global Cooling Campaign* ist ein weltweites Projekt, das er auch in Deutschland vorstellen wird, z.B am 1. Juni bei Frankfurt.

Satsangs:

- 3. Juni: Zürich (CH)
- 6. Juni: Amstetten (A)
- 7. Juni: Graz (A)
- 12. Juli: Rotterdam (NL)
- 13. Juli: Amsterdam (NL)

Retreats und Festivals:

- 15.-17.6.07: Be Beyond Retreat, Oslo (N)
- 15.-19.7.07: Inner Communication Retreat, Ibiza (E)
- 1.-5.8.07: Nature Spirit Festival, Schweden
- 14.-19.8.07: Nature Spirit Festival, Schweibenalp (CH)
- 20.-23.8.07: Inner Communication Retreat, Centro d'Ompio (I)

Weitere Info unter: www.srivast.org

Sylvia Leela Isani organisiert und leitet unter dem Motto "Joy of Healing" Seminare und Reisen in Europa, Sri Lanka und Indien.

Celebrate your Existence – Seminar am 13.-15. Juli bei Frankfurt

Jetzt oder Nie – Das Seminar für Mutige am 20./21. Juli in der Villa Schaaffhausen, Bad Honnef.

Nature-Seminar für Frauen in Italien.

Weitere Termine: Tel. 06198- 34 444 / 0171-63 63 389 und unter www.joy-of-healing.net

experience
Sri Vast
a profound mystic full of authentic joy, love, grace and a flow of natural wisdom.

Teaching Celebration of Life as the way to total liberation

Satsangs in Frankfurt, Oslo, Zürich, London, Baden Baden, Amsterdam, Stockholm & more.

Celebrate your Existence
Retreat with Guruji Sri Vast
Welcome to enter the wholeness of your existence. An unknown journey towards your true inner being.

13 - 15 July Frankfurt
20 - 23 Aug Italy Centro d'Ompio
for info : +49 6198 3 4444
mobil: +49 171 6363389

Global Cooling Campaign

NATURE SPIRIT festival

A gathering for positive change
14 - 19 August
Schweibenalp, CH
www.srivast.org