

Jivamukti

Patrick Broome über Credo und Praxis
des Paradiesvogels unter den Yoga Stilen

Aber es wäre schön, dort hin zu kommen.

D.I.: Wie sind die Jivamukti-Stunden aufgebaut?

P.B.: Wir haben den Basis-Zyklus, der sich im Vier-Wochen-Zyklus wiederholt und nach dem klassischen Iyengar-System aufgebaut ist. Die erste Woche werden stehende Haltungen praktiziert, um eine

INTERVIEW ■ DORIS IDING

Jivamukti Yoga ist hip. Über keine Yoga-richtung wird international so viel in den Medien berichtet wie über den 1986 von den Amerikanern Sharon Gannon und David Life entwickelten Jivamukti Yoga. Auch in Deutschland rühmt das Münchner Jivamukti Center sich damit, dass in zahlreichen Magazinen über sie berichtet wird: Elle, Stern, Fokus, Brigitte usw. zählen zu den Blättern, die ein Auge auf diese Yogarichtung geworfen hat, die die Befreiung der Seele anstrebt. Neben Trendsettern öffnen sich langsam aber sicher nun auch die konservativeren deutschen Yogainstitutionen für das kleine bunte Center in München und werden inspiriert von einem frischen Yogawind.

Doris Iding: Was genau heißt Jivamukti?

Patrick Broome: Jivamukti besteht aus den beiden Sanskritwörtern jiva und mukti. Jiva steht für die individuelle Seele, und mukti heißt die Befreiung. Jivamukti heißt: Die befreite Seele, die frei ist, obwohl sie noch in einem Körper steckt. Jivamukta ist ein Begriff, über den Sivananda das erste Mal geschrieben hat, der ohne Zweifel ein solcher Erlöster war.

D.I.: Hast du persönlich einen Jivamukta kennengelernt?

P.B.: Nein, aber der einzige, der annähernd daran kommt, ist David. Dann habe ich noch ein paar Heilige gesehen, wie zum Beispiel Amma und ich

denke, die sind auch schon so weit.

D.I.: Was bedeutet Jivamukti als Methode?

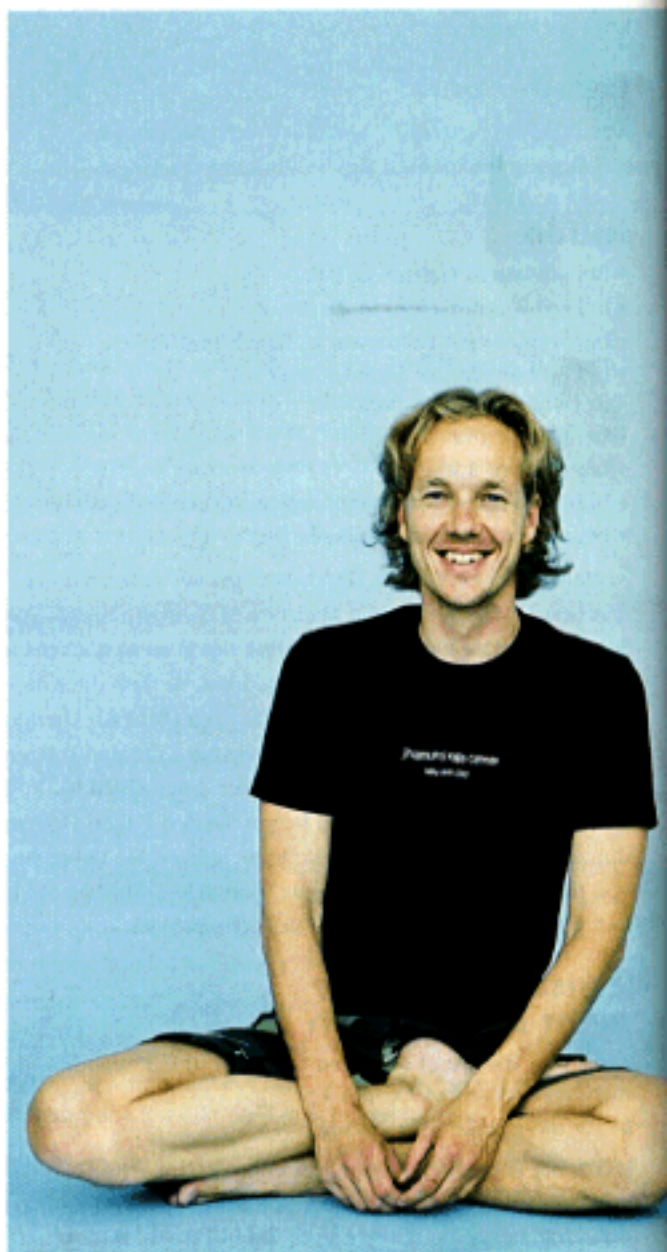
P.B.: Dann bedeutet Jivamukti noch das Ziel des Yoga, die Befreiung im Hier und Jetzt. Das Osho-Buch „Ganz entspannt im Hier und Jetzt“ ist das Ziel des Jivamukti. Lebe gefährlich und entspannt im Hier und Jetzt. Und das wird auch klar in die Stunden transportiert, dass es uns nicht um Gesundheit, um Wellness oder um Ruhe geht, sondern dass es um Yoga geht, um Einheit mit allem, um Erleuchtung – und die ist möglich. David Life sagt immer: „Why settle for a banana, when you can have nirvana!“

D.I.: Was braucht es deiner Meinung nach, um die Erleuchtung zu erlangen?

P.B.: Zu erkennen, dass sie schon da ist. Dass alles da ist. Dass man nirgendwo hin muss, irgendetwas erreichen muss. Sondern wir haben einen Körper, darin ist Leben, das fließt durch uns durch, wodurch wir auch mit allem verbunden sind. Und das wir loslassen können von dem Leistungsdruck, sich selbst runter zu machen; runter kommen kann von dem Perfektionismus, von dem Wunsch, einen Madonnakörper zu haben, von all den Sachen, die uns das Leben schwer machen.

D.I.: Bist du erleuchtet?

P.B.: Nein (lacht). Ich mache es mir immer wieder noch schwer. Ich stelle mich immer wieder noch dumm an, obwohl ich es besser wissen müsste.



Patrick Broome

YOGA

solide Grundlage zu vermitteln. Es geht los mit Tadasana, dann geht es in den Hund, dann gibt es den Krieger II und das Dreieck. Dann gibt es zum Schluss die leichte Schulterstandvariante und eine tiefe Endentspannung. In der zweiten Woche werden Vorwärtsbeugen vermittelt, dann werden die stehenden Haltungen

wiederholt. Es kommt auch der erste simple Sonnengruß sowie Kapalabathi mit dazu. Und von den Vorwärtsbeugen lehren wir die Kopfkniestellung, den Drehsitz und den Schulterstand. In der dritten Woche werden die Rückbeugen eingeführt, wobei wir hier viel Partnerarbeit machen und ein paar kräftigende Übungen ein-

führen. Dabei geht es bis zum Rad, für diejenigen, die wollen. Diese Übung machen wir dann in Partnerarbeit zu dritt. Dann gibt es nach dem Schulterstand den Fisch als abschließende Haltung, dann wieder eine Entspannung. In der vierten Woche bringen wir alles zusammen: stehende Haltung, Vorwärtsbeugen, Rückbeugen,

entspannende Haltungen. Und es wird dann versucht, die Übungen in fließender Abfolge, in Vinyasa, auszuführen. Und dieses fließende Element ist ja auch das, was Jivamukti-Yoga ausmacht, so dass die Teilnehmer eine Idee davon bekommen, wo es hingehet. In der Meditationsstunde kommt der Kopfstand hinzu. Ab der



vierten Woche Basic kommt der halbe Handstand an der Wand hinzu, damit die Kraft für den Kopfstand aufgebaut wird. Dann fangen wir auch an die typischen Jivamukti-Übungssequenzen zu üben.

D.I.: Der Kopfstand ist ja sehr umstritten. Wie siehst du ihn?

P.B.: Für uns ist er eine der wichtigsten Stellungen, die es im Yoga gibt. Wir fangen an, ihn als Hund mit den Händen im Kopfstand zu unterrichten, um dort langsam hinzukommen. Dann gibt es den halben Kopfstand mit angewinkelten Beinen. Und später für diejenigen, die schon länger dabei sind, den ganzen Kopfstand. Wir unterrichten ihn so, dass das Gewicht möglich ganz auf den Unterarmen ist. Es muss niemand den Kopfstand machen, wir unterrichten ihn freiwillig. Ich halte ihn deshalb für so wichtig, weil er auf der hormonellen Ebene ansetzt. Darüber hinaus kommt bei jedem Menschen die Angst vor dem Tod hoch, wenn wir uns auf den Kopf stellen, wenn wir uns umdrehen. Und für uns ist Yoga eine bewusste Vorbereitung auf den Tod, so dass wir ihn annehmen können und mehr oder weniger in einem tief entspannten Zustand sterben können.

D.I.: Du hast gerade gesagt, dass ihr niemanden in Stellungen bineinzwingt. Eine Freundin von mir hat in einem Fitnessstudio in München an einer Jivamukti-Stunde teilgenommen. Sie ist sehr bewusst, beschäftigt sich auch mit dem Tod, aber mag diese Stellung nicht. Ein Yogalehrer von euch hat wohl mehr oder weniger versucht, sie in die Stellung zu nötigen, nach dem Motto: Du hast ja nur Angst vor dem Tod.

P.B.: Die Fitnessstudios sind für manche Lehrer von uns eine Bühne, die auch missbraucht werden kann, als Bühne der Selbstdarstellung. Ich kann mir vorstellen, wer es war, wann es war. Auch er hat in der Zwischenzeit verstanden, dass man sich so nicht verhält. Bei uns im Center müssen sie sehr lange assistieren, bis sie hier unterrichten können. Aber wenn sie

»Sharon Gannon hat die Methode entwickelt und David Life als ihr bester Schüler ist ein Beispiel dafür, dass die Methode funktioniert.«



Sharon Gannon und David Life

nach der Ausbildung in ein Fitnessstudio gehen, kann es wie gesagt schnell passieren, dass sie dieses als Bühne benutzen. Bei uns im Center dauert es viel, viel länger, bis wir jemanden unterrichten lassen.

D.I.: Und wann lasst ihr einen Lehrer dann unterrichten?

P.B.: Wenn wir das Gefühl haben, dass er auf allen Ebenen so weit ist, andere Menschen führen zu können, vor allen Dingen auf der menschlich-spirituellen Ebene. Natürlich passiert so etwas wie der eben geschilderte Fall. So habe ich vor fünf bis sechs Jahren auch reagiert. Da habe ich auch gesagt: „Stell dich nicht so an. Mach den Kopfstand!“ Das würde ich heute nicht mehr tun. Aber das sind die Erfahrungen und ich denke, jeder Lehrer macht am Anfang Fehler und jeder Lehrer lernt aus seinen Erfahrungen. Ich denke, dass so etwas auch nicht mehr passiert. Ich habe auch nichts mehr gehört und hoffe, dass so etwas auch nicht mehr vorkommt. Ich kann mich dafür nur noch einmal entschuldigen.

D.I.: Und was braucht ein guter Lehrer deiner Meinung nach?

Ein guter Lehrer muss das Potential des Schülers sehen. Er muss den göttlichen Funken in jedem Schüler erkennen und muss sehen, dass jeder kommt, um mit sich selbst mehr ins Reine zu kommen. Und seine Aufgabe ist es, dem Schüler dabei dienlich zu sein. Er soll ihm nicht helfen, denn das würde wieder ein Gefälle herstellen nach dem Motto: Ich weiß etwas und du nicht. Sondern es geht darum, dem Schüler zu dienen. Wir sehen den Yogaunterricht als eine Form des Karma-Yoga. Und ich finde, es ist der schönste Job, den es auf der Welt gibt. Es ist so schön zu sehen, wie Menschen freier und freier werden. Ich war zum Beispiel gerade mit ELLE-Leserinnen auf Mauritius. Sie hatten alle keine Yoga-Erfahrung, aber sie alle haben sich innerhalb dieser einen Woche so sehr verändert. Viele sind mitgekommen, weil es ELLE war. Sie sind nicht wegen Yoga mitgekommen und ganz viele sind mit einem Gefühl nach Hause gegangen, nämlich, dass sie ein ganz großes Geschenk in ihr Leben bekommen haben. Und werden auch



Lehrer des Jivamukti Yoga Centers München – Foto zur Anti-Pelz-Werbung

weiter machen. Da bin ich mir ganz sicher. Den Grund, warum jemand etwas anfängt, kann man bewerten wollen. Und das ist ein Geschenk. Und das muss man sich als Lehrer auch immer wieder klar machen: Es geht nicht darum, jemanden etwas beizubringen, was er nicht kann, sondern ihm ein Instrumentarium näher zu bringen, was einen befreien kann. Und dass Jivamukti mehr ist als nur Work-out. Ich denke, das ist etwas, was auch Sharon und David ihren Schülern vermitteln.

D.I.: Sharon Gannon und David Life sind heute immer noch deine Lehrer?

P.B.: Ja. Sharon und David sind meine Lehrer und sie sind die Begründer des Jivamukti-Yogas. Sie haben diese Richtung aus den Erfahrungen entwickelt, die sie mit drei großen Lehrern gemacht haben, mit Patthabi Jois, bei dem sie die andere Form von Asana kennen gelernt haben, nämlich eine dynamischere Form. Dann Swami Brahmananda Saraswati, einer der ersten Inder, die in New York ein Ashram gegründet haben. Dort war

Satchidananda und dort hat Deepak Chopra gelernt. Er hat ganz viel Wert auf Sanskrit und Mantras gelegt, als Form des Yoga, so dass wir auch alle Sanskrit lernen müssen. Dann auch Swami Nirmalananda, das war ein Wandering Swami, ein richtiger Sadhu. Er hat immer gesagt: Our main duty ist going behind the mind, going behind the thoughts. Und dann aus dieser anarchistischen Welt heraus die Welt politisch zu verändern. Und daraus hat sich die Methode entwickelt.

D.I.: Wenn ich Fotos von David Life sehe, dann kommt mir eher ein Altkunke in den Sinn als ein Yogi.

P.B.: Ja, er hat auch ein solches Leben in den USA geführt. Er hatte dort ein Café, das Life-Center. Das war ein Hot-Spot für Musik, Performance. Ich glaube aber nicht, dass er ein Altkunke war, denn sein Bruder und seine Schwester sehen genauso aus, und die haben ein ganz bürgerliches Leben geführt. Ich weiß, dass er viel ausprobiert hat, weil er ein neugieriger Mensch war. Aber ich weiß, dass er nie lange von etwas abhängig war. Er hat

«Uns ist es vollkommen egal, warum jemand in unser Center kommt.»

Jemand kann gerne kommen, weil es bunt ist, jemand kann gerne kommen, weil Indien und Yoga gerade hip ist, jemand kann gerne kommen, weil wir jung sind und es etwas anders machen, der Yoga wirkt von alleine.»

mit Yoga einen Weg gefunden, durch den er Befreiung gefunden hat. Ich sage immer, dass Sharon die Methode entwickelt hat und David als ihr bester Schüler ist ein Beispiel dafür, dass die Methode funktioniert. Sie ist sehr kreativ und entwickelt alles und David macht es für andere verständlich. So denke ich, funktioniert es zwischen den beiden. Ihre erste Yogaausbildung haben sie auch bei Shivananda gemacht.

D.I.: Wohl kaum eine Yogaschule, egal ob Sharon Gannon und David Life oder ihr hier in Deutschland, sorgt so sehr für PR wie Jivamukti Yoga. Kommen die Zeitungen auf euch zu oder rührt ihr die Werbetrommel?

Wir haben noch nie eine Anzeige platziert. Es waren immer Menschen, die auf uns zugekommen sind. So zählen auch einige Redakteurinnen von Modemagazinen zu unseren Schülern. Sie sind von sich aus auf uns zu gekommen und haben gesagt, dass sie gerne etwas über uns schreiben möchten.

D. I.: Erst kürzlich seid ihr wieder mit einer Anti-Pelz-

Werbung in den Medien gewesen. Wie war die Reaktion darauf?

P. B.: Ganz unterschiedlich (lacht). Einige unserer Teilnehmer, die selbst gerne Pelze tragen, waren ziemlich sauer auf uns. Dann kommen auch Redakteurinnen aus Modezeitschriften zu uns in den Unterricht. Die fühlen sich auch auf die Füße getreten. Andere wiederum fanden es sehr gut. Und dann gab es aber auch einige Yogis, die sagten, dass man sich als Yogi nicht nackt präsentiert und die Werbung deshalb auch nicht für sonderlich gelungen hielt. Mittlerweile aber bekommen wir viel positives Feedback.

D. I.: Ihr seht auf den Fotos aber schon auch ziemlich cool aus....

P. B.: Ja, wir wussten, dass wir dies bestimmt öfters zu hören bekommen werden, aber wir wollten uns dem bewusst stellen. Schließlich geht es uns in der PETA Werbekampagne

um die Sache, nämlich um den Tierschutz. Wir haben noch ein zweites Foto in der Serie gemacht, aber damit rücken wir jetzt noch nicht raus (lacht). Die Aufregung, die dieses erste Foto verursacht hat, reicht uns momentan.

D. I.: Aber durch solche Presseaktionen wird man doch noch bekannter – egal ob sie negativ oder positiv ist. Und es wirkt so, als wart ihr sehr an Presse interessiert, oder?

P. B.: Ja natürlich. Wir wollen sie benutzen. Wir haben von Anfang an gesagt, dass wir uns nicht verstecken werden, dass wir die Presse nutzen werden und dass wir alles, was wir über Pressearbeit wissen, benutzen, um Aufmerksamkeit für die Sache, für Yoga, zu erzeugen.

D. I.: Das gelingt euch anscheinend..... Ihr seid ziemlich hip und sprecht z.T. von Magazinen ausgehend, die eher oberflächlich sind. Mir stellt sich dabei die Frage, ob diese Leser eure

Botschaft in der Tiefe verstehen und wissen, dass ihr die Erleuchtung wollt?

P. B.: Als Erstes möchte ich dazu sagen, dass wir uns nicht davor scheuen, Interviews in oberflächlichen Magazinen zu geben. Dann ist es uns vollkommen egal, warum jemand in unser Center kommt. Jemand kann gerne kommen, weil es bunt ist, jemand kann gerne kommen, weil Indien und Yoga gerade hip ist, jemand kann gerne kommen, weil wir jung sind und es etwas anders machen, der Yoga wirkt von alleine. Egal, welcher Yoga. Es muss auch nicht Jivamukti Yoga sein. Egal, aus welchem Grund man anfängt. Wenn man irgendwo auf der Suche ist, kann man im Yoga am schnellsten das finden, was man sucht. Für uns ist es das Leben, die Göttlichkeit, die Mutter Natur oder wie immer man es nennen will, wieder zu spüren und sich als Teil davon zu erleben. Und warum ein

anderer zu uns kommt, das ist seine eigene Sache. Und es ist auch o.k. für uns, wenn sie in der ELLE darüber gelesen haben. Das ist schön, denn auf diese Weise erreichen wir Leute, die es vorher nicht versucht hätten.

D. I.: Gibt es auch Menschen, die zu euch kommen und dort ein AHA-Erlebnis haben?

P. B.: Ganz viele. Und zwar alle diejenigen, die länger dabei und über die Basic-Stunden hinwegkommen sind und dann auch entdecken, was Meditation ihnen zu bieten hat. Und dann auch in die Stunden kommen, die als Satsang bezeichnet werden, wo wir meditieren und über Patanjali sprechen, wo Rezepte angeboten werden, wie man glücklicher oder zufriedener leben kann. Und ganz viele, die da mal tiefer einsteigen, erzählen uns, dass sich ihr Leben dadurch so positiv verändert, weil sie einfach mit sich ins Reine kommen. Yoga verändert ei-

YOGI TEE®

Manche mögen's heiß!
Neu!
 Zwei Yogi Tees mit Chili

YOGI TEE Sweet Chili
 AYURVEDISCHE KRAUTERREZEPT
 KÜHLEN und Gewürzreicherung
 AM SCHWANZ

YOGI TEE Lebensfreude
 AYURVEDISCHE KRAUTERREZEPT
 KÜHLEN und Gewürzreicherung
 AM SCHWANZ

Golden Temple Natural Products • Eppendorfer Weg 213 • D-20253 Hamburg • info@yogitee.de • www.yogitee.de

nen nicht wirklich. Wenn man eine Zitrone ausdrückt, kommt Zitronensaft raus und kein Apfelsaft. Durchs Yoga kommt Du mehr zum Vorschein. Viele Konditionierungen, die man als Kind auferlegt bekommen hat, oder Erwartungen, die der Partner an uns hat, können wir durch Yoga ablegen. Das ist eine schöne Sache. Osho sagt, man wird ein wirklicher Mensch.

D. I.: *David und Sharon sind Amerikaner. Wie geht es Dir mit deutschen Yogalehrern bzw. mit deutschem Yoga?*

Ich habe in meinen Anfängen sehr viel von einer Schülerin von Anna Trökes gelernt und bin ihr dafür sehr dankbar. Heute bin ich auch sehr froh, dass ich damals so viele Feinheiten gelernt habe, und kann sie dementsprechend sehr schätzen. Dass zum Beispiel die Asanas auf die ganz individuellen Bedürfnisse angepasst werden, was auch ein ganz wichtiger Aspekt beim Yoga ist. Wenn ich zum Beispiel Privatstunden unterrichte, dann unterrichte ich auch viel mehr in der Tradition von Desikachar oder in der Tradition von Boris Tatzky.

D. I.: *Ich spiele ein wenig auf die 1. Yoga Conference in Köln an. Dort waren ja viele amerikanische Lehrer wie Sharon und David, Bryan Kest etc. Anna Trökes war ja eigentlich die einzige namhafte deutsche Lehrerin. Ich persönlich fand, dass dort auf der Konferenz ein sehr erfrischender Wind wehte. Braucht Yoga in Deutschland eine Erfrischung, eine neue Richtung? Weg vom gründlich Deutschen, hin zum locker Amerikanischen? Wobin geht die Tendenz?*

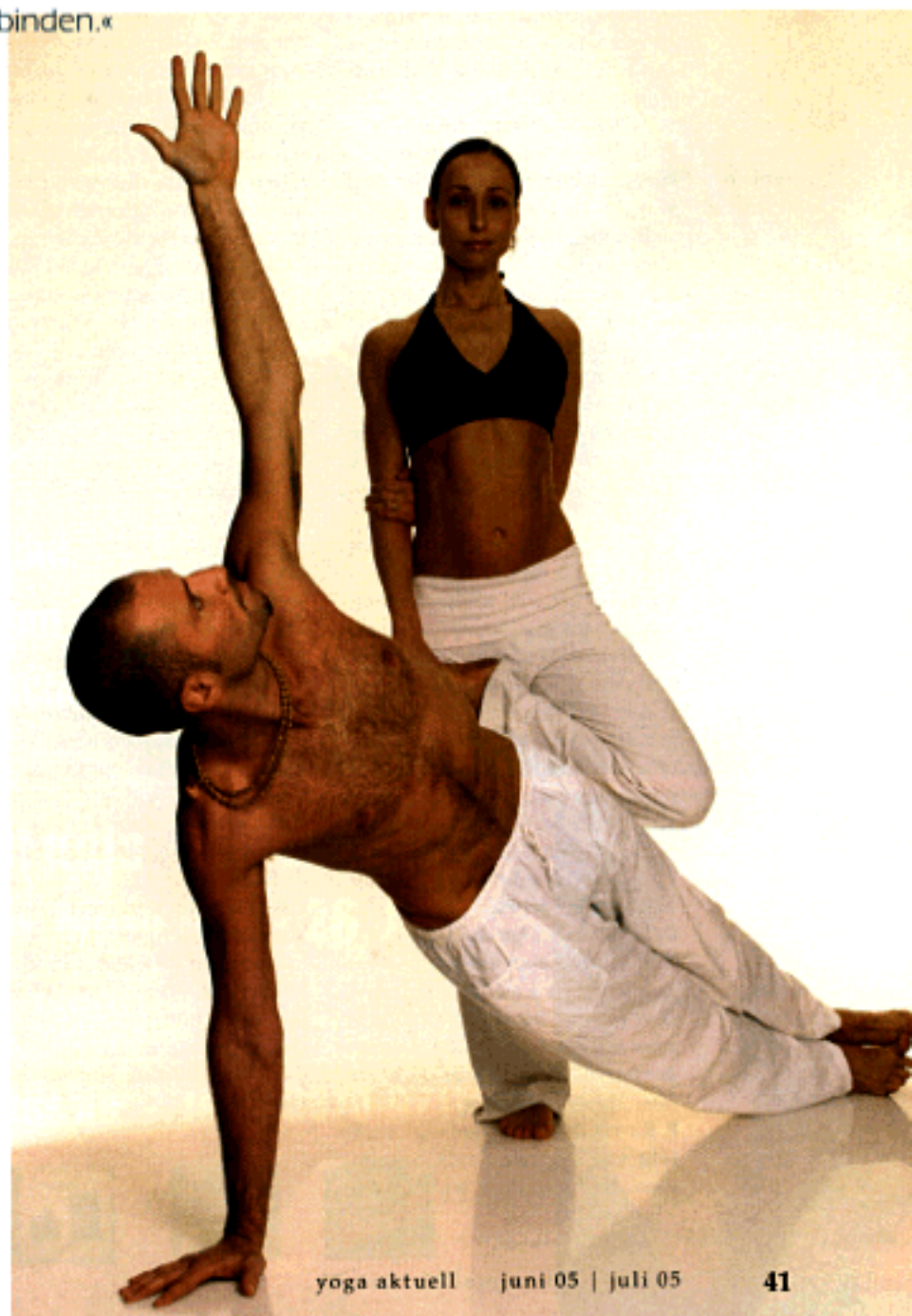
P. B.: Ich persönlich fand es sehr wichtig, dass Anna Trökes auch dort war. Und trotzdem glaube ich, dass wir gerade eine neue Yogageneration einleiten, zu der ich auch schon gehöre. Es geht darum, dass wir nicht blind das Amerikanische übernehmen, sondern dass wir die Richtungen miteinander verbinden. All die Lehrer, die teilgenommen haben, wie zum

»Ich glaube, dass wir gerade eine neue Yogageneration einleiten, zu der ich auch schon gehöre. Es geht darum, dass wir nicht blind das Amerikanische übernehmen, sondern dass wir die Richtungen miteinander verbinden.«

Beispiel auch John Scott, ein Neuseeländer, haben gesagt, dass es eine ganz andere Stimmung war als bei den Konferenzen in den USA. Und sie haben alle gesagt, dass sie sich noch nie so wohl gefühlt haben auf einer Konferenz wie in Köln. Da war so viel Liebe und Respekt untereinander da. In den USA findet noch viel mehr Konkurrenz unter den Lehrern statt, was hier gar nicht spürbar war. Da müssen wir aufpassen, dass wir uns die erhalten. Und ich glaube, es wird so sein. Es gelingt dank einer Kombination aus unserer guten deut-

lichen Gründlichkeit und dem etwas vorsichtiger sein, und nicht gleich alles unreflektiert zu übernehmen und so enthusiastisch zu sein, und gleichzeitig auch eine gewisse Lockerheit zu entwickeln mit Themen wie Gott. Unser Bundeskanzler würde nach einer Rede nie sagen: Möge Gott euch segnen. Der amerikanische Präsident macht es automatisch. Früher ist es mir auch sehr schwer gefallen, über Gott zu reden. Heute fällt es mir schon leicht und ich lasse es auch immer in unsere Stunden einfließen.

D. I.: *Aber ist der amerikanische Präsident wirklich so ein*



«Wir haben anfangs sehr viel negative Kritik bekommen. Es hieß, dass wir einfach etwas aus Amerika importieren, was leer ist, und dass wir die Medien benutzen würden, um uns selbst dazustellen.»

gutes Beispiel? Er missbraucht es doch sehr, im Namen Gottes zu handeln....

P. B.: Natürlich, er benutzt den Namen, um irgendwelche Dinge zu legitimieren. In den USA sagt einer 200 Mal am Tag Gott und es ist vollkommen normal. Hier hingegen ist es so ein großes, schweres Wort. Das hängt auch mit unserer deutschen Schwermütigkeit zusammen, manche Sachen größer zu machen, die uns dann aber auch Angst machen.

D. I.: Was ist Gott für Dich?

P. B.: Die Upanishaden beschreiben es richtig und bestätigen das, was ich als Kind schon empfunden habe: Es ist eine Kraft, die alles wachsen, blühen und leben lässt. Das ist für mich Gott. Es ist nicht der Shiva, nicht Jesus. Aber es ist das, was Shiva macht, das was Jesus macht. Es ist eine Kraft. Der Purusha.

D. I.: Der Altar in eurem Zentrum wirkt sehr kraftvoll. Machst du dort Rituale dem Göttlichen zu Ehren?

P. B.: Ja, der Altar ist auch sehr kraftvoll. Ich mache dort regelmäßig Pujas, obwohl ich kein Hindu bin. Für mich ist Jesus auch eher ein Vorbild als ein Hindugott, aber ich habe gelernt, wie man Pujas macht, und ich liebe Rituale. Es gibt Inder, die sagen, dass ich in einem früheren Leben ein Brahmane gewesen sein muss, weil ich Rituale so sehr liebe und so gerne ausführe. Ich mag sie, weil sie auch eine sehr schöne, dichte Atmosphäre geben.

D. I.: Ich war über die Dichte, die Atmosphäre eher erstaunt, denn man ist doch leicht geneigt, euch eher als hip, als trendy abzutun. Aber je mehr man von euch mitbekommt, desto intensiver wirkt ihr dem Yoga hingegen.

P. B.: Ja, wir haben anfangs auch sehr viel negative Kritik bekommen. Es hieß, dass wir einfach

etwas aus Amerika importieren, was leer ist, und dass wir die Medien benutzen würden, um uns selbst dazustellen, etc. Aber jetzt fangen langsam Leute aus dem deutschen Yoga an, uns aufzusuchen, und ich glaube schon, dass wir Substanz haben, und dass sie auch gesehen werden kann. Und insofern freut es mich natürlich sehr, wenn gesehen wird, wie viel uns an der Essenz des Yoga liegt.

D. I.: Wie glaubst du, kommt diese Anerkennung plötzlich zustande?

P. B.: Es sind einfach ein paar Leute mit der Zeit neugierig geworden. So sind wir zum Beispiel in der Zwischenzeit mit Sriram befreundet. Das kriegen seine Schüler mit und denken somit, dass wir dann doch ganz o.k. sein müssen. Aber wir sind auch von unserer Seite aus zum Beispiel zu Sriram gegangen und haben bei seinen Yogalectures zugehört und haben die Yogasutren mit ihm durchgearbeitet. Dann sehen sie auch, dass wir an ihnen interessiert sind. Cornelia Galland ist mal zu uns gekommen. Anna Trökes hat eine Stunde bei Sharon und David mitgemacht und war sichtlich angetan von Sharon. Und auch wir öffnen uns für andere Traditionen und Richtungen. Wir haben anfangs auch gedacht, dass der BDY vielleicht zu engstirnig ist. Ich habe mir dann aber auch gesagt, dass ich selbst engstirnig bin, wenn ich so denke, und habe einfach geschaut, was es dort so gibt, welche Leute dort unterrichten etc. Da fand eine gegenseitige Annäherung statt. Und ich war sehr froh, dass Anna Trökes zu der Konferenz in Köln eingeladen wurde. Wir müssen aufhören, auf die Unterschiede zu schauen, und viel mehr darauf achten, wo die Gemeinsamkeiten sind. Das ist Yoga.

D. I.: Was ist dein persönlicher Wunsch bezüglich Yoga für die Zukunft?

P. B.: Dass Yoga passiert. Dass die Yogalehrenden aufhören, gegeneinander zu arbeiten und für die Schüler. Dass viele den Yoga finden, der ihnen hilft, Yoga zu erfahren und einfach freier zu werden.

D. I.: Vielen Dank für das Interview. ■

Mehr Info

Jivamukti Yoga Center München,
Schellingstr. 63
D-80799 München, Germany
tel: +49-(0)89 54806994
fax: +49-(0)89 54806996
info@jivamuktivyoga.de
Internet: www.jivamukti.de

Von der ersten Yoga Conference 2005 in Köln können CDs mit Lectures und Stunden bestellt werden:

- David Life: The yogi is the world (Doppel-Cd, € 15,-)
- Sharon Gannon: Jivamukti Yoga (Doppel-Cd, € 15,-)
- Balancing Class (Doppel-Cd, € 15,-)
- David Life/ Sharon Gannon: What's wrong with thinking (3 CDs, € 22,50)

Zu beziehen über Lord Vishnus Couch:
Tel/Fax: ++49 221 92355 05/04
E-mail: info@vishnuscouch.de

Weitere Infos auch unter:

www.vishnuscouch.de

Machen Sie mit und gewinnen Sie!

Yoga aktuell verlost zusammen mit Jivamukti 3 CD-Sets „Beginner Vinyasa - Jivamukti Yoga Class with Sharon Gannon“.

Dazu ist unten stehende Frage richtig zu beantworten. Schicken Sie die Antwort auf einer Postkarte bis zum 31. Juli 2005 an:

Redaktion – Yoga Aktuell, Kennwort: „Jivamukti“, Yoga Verlag GmbH, Wendelins 1d, D-87487 Wiggensbach.

Wer sind die Begründer des Jivamukti Yoga?

- a) Patrick Broome und Sriram
- b) Sharon Gannon und David Life
- c) Patthabi Jois und Deepak Chopra

Einsendeschluss ist der 31.07. 2005. Die Gewinner werden schriftlich oder telefonisch über ihren Gewinn informiert. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausgezahlt werden.