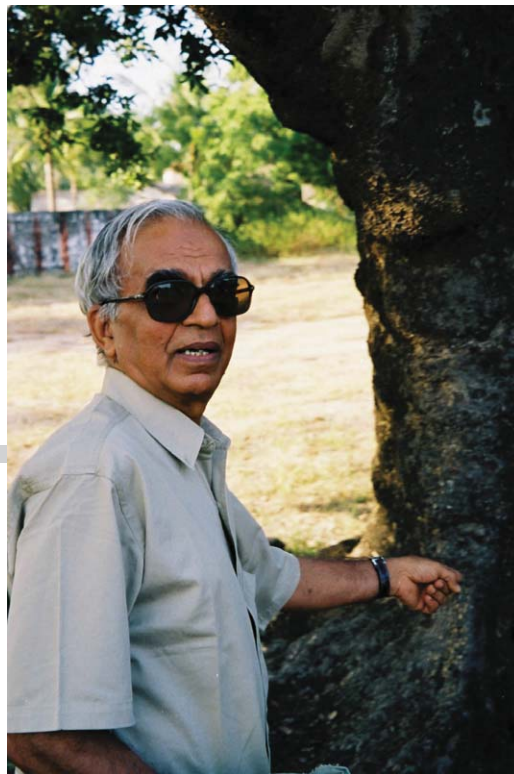


LEBEN UND WERK T. K. V. DESIKACHARS

Tradition und Erfahrung

Yoga war für T. K. V. Desikachar ein Geschenk Indiens an die modernen Menschen in der ganzen Welt. Er selbst hat sich immer als »Yoga-Brückenbauer« verstanden.

Text: Cornelia Slisch, Christiane Heitmeyer, Juergen Slisch



1952
zieht die Familie in die
Großstadt Chennai.

Ab 1955
Desikachar beginnt
sein Ingenieurstudi-
um in Mysore und
arbeitet in Gujarat
als Ingenieur.

21. Juli 1938
geboren in Mysore als
viertes von insgesamt
sechs Kindern

1960 – 1989
Studium des Yoga mit
seinem Lehrer und
Vater T. Krishnamacha-
rya

Haus Maria Rosenberg, Waldfishbach-Burgalben 1998: Ich (Juergen) begegne erstmals T. K. V. Desikachar, dem Lehrer meines Lehrers R. Sriram. Paramparā – erfahre ich dort – ist das Prinzip, den Erfahrungsschatz Yoga kontinuierlich weiterzutragen und dadurch lebendig zu halten, den roten Faden aus der Vergangenheit aufzunehmen und im Zeitgeist weiterzuführen. Paramparā, die ununterbrochene Linie, reicht von R. Sriram über T. K. V. Desikachar zu dessen Vater und Lehrer T. Krishnamacharya und sie lässt sich über Jahrhunderte weiter zurückver-

folgen. Paramparā – so konnte der Yoga bis heute stets auf die sich wandelnden Bedürfnisse der Menschen reagieren.

1999 erleben wir im Goethe-Institut München ein Vedic-Chanting-Konzert mit T. K. V. Desikachar, seiner Frau Menaka und seiner Tochter Mekhala. Gemeinsam begeistern sie das Publikum und berühren auch uns zutiefst. Inspiriert und neugierig geworden schreibe ich (Cornelia) T. K. V. Desikachar. Ich möchte wissen, ob es auch für »Westler« ein Kursangebot

am Krishnamacharya Yoga Mandiram, kurz KYM, in Chennai gibt. Ein paar Monate später, im Winter 2000, treffe ich ihn dort wieder.

Der Brückenbauer – Ingenieur und Lehrer

Bis dahin kannten wir nur die wichtigsten Lebensdaten von Desikachar. Er wird am 21. Juli 1938 in Mysore als viertes von sechs Kindern geboren. Seine Kindheit verläuft für die 1940er und 1950er Jahre in Indien ganz normal – abgesehen davon, dass sein Vater ein einflussreicher, strenger und fordernder Yogalehrer ist. Früh unterrichtet Krishnamacharya auch seine eigenen Kinder. Desikachar interessiert sich nicht wirklich für Yoga. Nur ab und zu gelingt es Krishnamacharya, die ganz winzige Flamme in Desikachar vorübergehend zu nähren, indem er ihn für die damals üblichen Demonstrationen oder Wettbewerbe gewinnt.

Als die Familie 1952 nach Chennai zieht, wo Krishnamacharya am Vivekananda Collage Yoga unterrichten soll, bleibt Desikachar zunächst in Mysore. Er besucht noch die High School.

und SeminarteilnehmerInnen: Er saß Zeitung lesend auf der Veranda des Elternhauses, als ein großes, teures Auto vorfuhr, aus dem eine westlich aussehende Frau in den 50ern stieg und nach dem »Professor« rief. Sie umarmte den herbeigeeilten Krishnamacharya, bedankte sich überschwänglich, folgte ihm ins Haus und ließ einen überraschten und schockierten Desikachar zurück. Als die Dame abgereist war, erzählte ihm sein Vater, dass seine aus Neuseeland stammende Schülerin unter Schlafstörungen gelitten habe und seit mehreren Monaten bei ihm Unterricht nahm. Die Nacht zuvor habe sie das erste Mal seit vielen Jahren ohne Tabletten schlafen können.

Diese Begegnung bewog Desikachar dazu, ernsthaft Yoga zu studieren und Schüler seines Vaters zu werden. Er hatte viel über dessen Arbeit und seinen ganzheitlichen Ansatz des Yoga gehört. Dennoch wunderte er sich: Diese Schülerin aus Neuseeland hätte sich mit den besten westlichen Methoden behandeln lassen können, aber sie vertraute seinem Vater – einem Mann, der weder Englisch sprach noch Zugang zur modernen Medizin hatte. Und der sie heilte.

1964 T. K. V.
Desikachar trifft J.
Krishnamurti und
unterrichtet ihn.

1966
Erster Besuch in Europa /
Schweiz und Frankreich
auf Einladung von J. Krish-
namurti



1968
Desikachar und
Menaka heiraten

Aspekte Krishnamacharyas Art, Yoga zu unterrichten, prägten auch die Lehren seines Sohnes und Schülers Desikachar (rechts).

Cricket, sagt er, war mir damals wichtiger als Yoga. Mit 18 Jahren beginnt Desikachar ein Ingenieurstudium an der Universität von Mysore und schließt dieses mit Bravour ab. Er arbeitet als Ingenieur für Brückenbau in Gujarat. Als er einen Job in Dehli angeboten bekommt, fährt er nach Chennai, um ein paar Tage mit seiner Familie zu verbringen.

Dieser Urlaub gibt seinem Leben die entscheidende Wende. Gerne erzählt er diese Geschichte später seinen SchülerInnen

Anstatt nach Dehli zu gehen entscheidet er sich, in Chennai zu bleiben. Er arbeitet zunächst teilzeit, um Geld zu verdienen, und widmet sich den Rest der Zeit dem Yoga-Studium. Fast 30 Jahre, von 1960 bis 1989, studiert Desikachar mit seinem Lehrer und Vater T. Krishnamacharya. Eine prägende Erfahrung aus seinen Anfängen lehrt ihn die Bedeutung des individuellen Yogas. Als er eines Abends im Haus seines Vaters bei seiner ersten Yoga-Stunde seinen Chef unterrichtet – und zwar die Praxis, die er auch für sich selbst übt – zeigt sich, dass Yoga in

diesem Fall definitiv nicht die erhoffte, sondern die gegenteilige Wirkung hat. Sein Chef beginnt zu keuchen und wird ohnmächtig. Desikachar muss seinen Vater um Hilfe bitten. Nachdem sich Krishnamacharya um den Schüler gekümmert hat, wendet er sich an Desikachar: »Gehe niemals davon aus, dass eine Praxis, die für dich wirkt, auch für jeden anderen wirkt. Yoga muss so angewendet werden, dass er dem einzelnen Individuum gerecht wird – also sozusagen maßgeschneidert ist«. Diese Worte seines Vaters gehören zu den wichtigsten Lektionen, die er von ihm lernte.

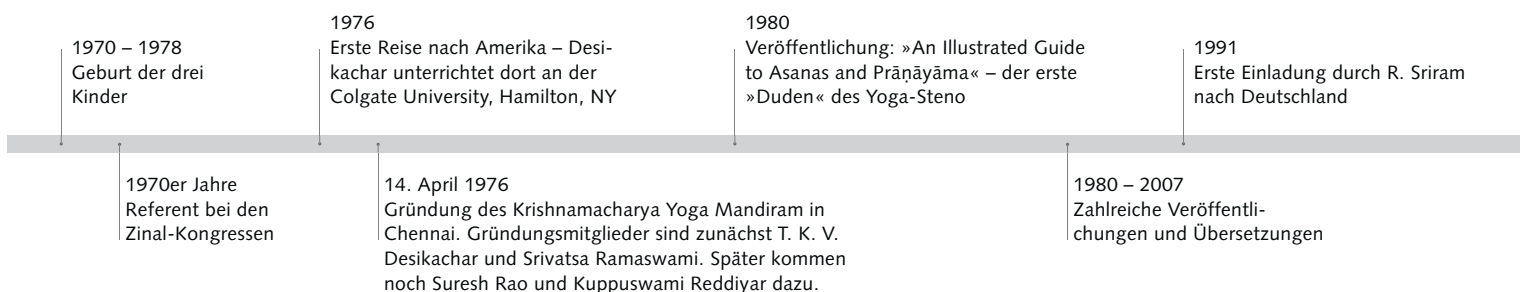
1964 bittet ihn sein Vater, den Philosophen J. Krishnamurti zu unterrichten. Krishnamurti hatte lange mit B. K. S. Iyengar geübt, aber inzwischen mit fast 70 Jahren gesundheitliche Probleme bekommen. Deshalb sucht er den Kontakt zu Krishnamacharya, ist neugierig, seinen Ansatz kennenzulernen. Desikachar und sein Bruder begleiten Krishnamacharya zu einem ersten Treffen mit Krishnamurti und demonstrieren einige Āsana- und Prāṇāyāma-Übungen. Krishnamurti ist beeindruckt und bittet Krishnamacharya, ihn zu unterrichten. Oder – fügt er hinzu, wenn das Reisen für den schon in den 70ern befindlichen Krishnamacharya zu anstrengend sei, würde er

da und Swami Vishnudevananda, um nur ein paar zu nennen. Desikachar gründet am 14. April 1976 zu Ehren seines Vaters gemeinsam mit Srivatsa Ramaswami, einem Kollegen, das Krishnamacharya Yoga Mandiram in Chennai.

Die unmittelbare Erfahrung von vinyāsa krama und die Yoga-Philosophie

Chennai im Jahr 2000: Freundlich und offen begrüßt Desikachar die Anwesenden, die beim Tee im Garten sitzen. Zu unserer großen Überraschung bittet er einen Teilnehmer aus Amerika und mich (Cornelia) zu einem Austausch ins Haus. Ungezwungen plaudern wir, und er bittet uns, im Rahmen der Feierlichkeiten zum Kursbeginn ein paar Worte zu sagen. Seine natürliche und einfühlsame Art macht es leicht, seiner Aufforderung nachzukommen. »Was stellt ihr euch unter Yoga vor, warum seid ihr den weiten Weg hierher nach Chennai gekommen?« möchte er wissen.

Während der folgenden Jahre erleben wir Desikachar noch viele Male, sowohl in Chennai am KYM als auch in Europa. Von Anfang an ist sein Unterricht praktisch: Auch bei 70 Teilnehmenden bekommt jeder die Möglichkeit sich vorzustellen,



auch Unterricht bei einem seiner Söhne nehmen. Über die Beziehung zu Krishnamurti kommt Desikachar in Kontakt mit vielen namhaften Persönlichkeiten in Indien und im Ausland – Politiker, Sportler, Künstler, Wissenschaftler, Ärzte, Filmstars und Manager, die Desikachar aus gesundheitlichen Gründen aufsuchen oder um Yoga von ihm zu lernen.

1968 heiraten Desikachar und Menaka. Die drei gemeinsamen Kinder werden zwischen 1970 und 1978 geboren. In den 1970er Jahren gewannen auch andere Yoga-Meister in Indien und im Westen an Popularität: neben B. K. S. Iyengar, Pattabhi Jois und Indra Devi, den bekanntesten Schülern von Krishnamacharya, auch Swami Satchidananda, Swami Venkatesanan-

wird wörtlich genommen genau dort abgeholt, wo er sich gerade befindet, bezogen sowohl auf den Augenblick als auch auf die aktuelle Lebenssituation oder Lebensphase. Das Prinzip von vinyāsa krama, dem schrittweisen Entwickeln der Übungspraxis auf allen Ebenen des Seins, macht Desikachar auf seinen Seminaren immer wieder konsequent erfahrbar.

Mit dem Prinzip des vinyāsa krama folgt Desikachar der traditionellen Form des Unterrichts, die ursprünglich stets als Einzelunterricht stattfand, in den Worten seines Vaters: »Yoga muss so angewendet werden, dass er dem einzelnen Individuum gerecht wird«. Der Gruppenunterricht war für Desikachar immer ein Kompromiss, aber durchaus sinnvoll für die ersten Schritte

des Lernens. Um eine gewisse Qualität des Unterrichts durch individuelle Anpassungen der Übungsformen und -inhalte zu gewährleisten, seien acht bis zehn Personen die Obergrenze. Die Lehrperson muss dabei stets die ganze Gruppe im Blick behalten können. Ein gemeinsames Üben mit der Gruppe ist somit für Desikachar ein »No-Go«. Bei der Lehrperson setzt das Unterrichten in dieser Form die Fähigkeit der absoluten Präsenz voraus, wie er stets betonte. Desikachar selbst verkörperte diese Präsenz in Vollendung.

Um tiefer in den persönlichen Übungsweg einzutauchen, bleibt dann ab einem bestimmten Punkt nur der Einzelunterricht mit »maßgeschneiderten« Übungsprogrammen. Nur so kann die Entwicklung gezielt und individuell begleitet werden und oft ist eine nachhaltige Entwicklung erst dadurch möglich, also durch das »Vier-Augen-und-vier-Ohren-Prinzip«.

Zum Prinzip des vinyāsa krama gesellt sich im Laufe der Zeit das Yoga-Sutra Patañjalis als wichtige Säule seines Unterrichts. Als Wissenschaftler ist der junge Desikachar zunächst sehr skeptisch und er will einen Unterricht frei von religiösen und hinduistischen Inhalten. Später und mit einem sehr tiefen Verständnis

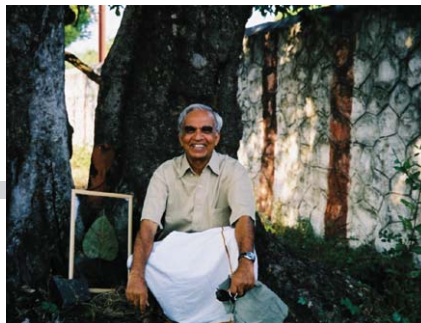
verstand es, die Yoga-Philosophie erfahrbar zu machen, anhand von Beispielen aus seinem Leben und im Umgang mit den Menschen – von der Begrüßung über Vorträge, Praxiseinheiten und Fragestunden bis hin zum Verabschieden mit Handschlag und ein paar persönlichen Worten.

Lehrer, Familienmensch und Ehemann

In Chennai nennen ihn alle liebevoll Sir und nicht Guru. Vielleicht auch, weil er Yoga nicht von der Familie und vom alltäglichen Leben trennte und das lehrte, was er selbst lebte. Er betonte immer wieder, dass grundsätzlich niemand seinen Beruf, seine Familie, sein Heimatland, seine Religion oder Überzeugung wechseln müsse, um ernsthaft und erfolgreich Yoga praktizieren zu können. Vielmehr verwies er auf die 30-jährige Studienzeit mit seinem Vater, während der er sieben Mal das gesamte Yoga-Sutra im Detail Sutra für Sutra studierte. Bei jedem neuen Durchgang änderte sich die Art und Weise der Vermittlung durch seinen Vater, und damit auch Desikachars Sichtweise auf die Dinge. Der Respekt, der ihm entgegen gebracht wird, ist groß, ob in Indien am KYM oder auf seinen Reisen. Trotzdem fordert er ihn nie ein. Immer bittet er die anwesenden Teilnehmer doch Platz zu nehmen, wenn sie stehend warten, bis er den Raum betritt.

1990er Jahre
Mehrere Einladungen nach
Deutschland durch R. Sriram

2000
Chanting-Konzert in
München



T. K. V. Desikachar vor dem Baum, den sein Vater immer aufsuchte, wenn er Ruhe oder Heilung suchte.

Es folgen zahlreiche
Reisen rund um den
Globus.

2011
wird ihm vom Bundesstaat Tamil Nadu
der Titel eine Great Āchārya (großer
Lehrer) verliehen.

2012
T. K. V. Desikachar zieht
sich aus gesundheitlichen
Gründen ins Privatleben
zurück.

des Textes bezeichnet er das Yoga-Sutra als eine der ersten, wenn nicht die erste Landkarte der menschlichen Psyche. Patañjali habe die Komplexität des Menschen auch in Bezug auf die unterschiedlichen Lebensphasen erstaunlich präzise erfasst und dargestellt. Eine von Desikachars vielen Beschreibungen für Yoga lautet: Alles, was nicht im Yoga-Sutra steht, ist entweder nicht Yoga oder nicht wichtig für den Yoga-Weg.

Über einen einzelnen Begriff aus dem Yoga-Sutra konnte Desikachar eine ganze Stunde tiefgehend referieren, ohne sich ein einziges Mal zu wiederholen – beispielsweise bei seinen regelmäßigen Lectures am Samstagmorgen in Chennai. Sein Wissen war immens, sein Unterrichtsstil stets präzise und klar. Und er

Nach der Geburt seiner ersten Enkeltochter Sraddha trifft man Desikachar auf Seminaren immer wieder in Begleitung seiner Familie und seiner Enkelin, die dann gerne über die Bühne saust oder während er rezitiert auf seinem Arm herumturnt. Oft ist auch seine Frau Menaka bei seinen Vorträgen oder im Unterricht anwesend – in der Rolle seiner Schülerin, an die er auch Fragen richtet: »Madam, what is your opinion?«. Er ist sich stets über seine momentane Rolle im Klaren. Auch das unterrichtete er: »Wir haben nicht nur eine Rolle im Leben inne, sondern mehrere, und wir sollten wissen, wann wir uns in welcher Rolle bewegen. Lehrer-Schülerverhältnis in einer Ehe: Das erfordert Klarheit, Präsenz und Unterscheidungsfähigkeit«.

Zu seinen Stärken zählt auch sein Einfühlungsvermögen. Leitet er Gruppen an, dann nach dem Grundsatz, dass sich das Üben am schwächsten Glied orientieren muss. Und er scheut sich nicht, sein anfängliches Konzept zu verwerfen, wenn es nicht passt. Andererseits kann er aber auch fordernd sein. Wo er es angebracht und passend findet, ermutigt und motiviert er die Teilnehmenden, selbst zu reflektieren und Fragen zu beantworten, um das Potential des einzelnen Schülers zu wecken.

Den Yoga in die Welt tragen und teilen

Krishnamacharya verkörperte bereits eine große Weltoffenheit. Es war ihm wichtig, dass alle Menschen in Indien – unabhängig von ihrem kulturellen, religiösen oder gesellschaftlichen Hintergrund – Zugang zu den ganzheitlichen Weisheitslehren hatten. Zwar kamen ab den 1930er Jahren auch westliche Schüler zu ihm. Er selbst hat während seines über 100-jährigen Lebens Indien jedoch nie verlassen.

Ganz anders sein Sohn, der 1966 auf Einladung von J. Krishnamurti das erste Mal nach Europa reist. Die Schweiz und Frankreich sind sein Ziel. Über Krishnamurti kommt auch der Kontakt zu Gerard Blitz zustande, der zunächst Schüler Krishnamacharyas und später Desikachars ist. In den frühen 1970er Jahren reist Desikachar regelmäßig in die Schweiz zum Yoga-Kongress in Zinal. 1976 folgt die erste Reise in die USA, wo er an der Colgate University, Hamilton, NY, Yoga unterrichtet.

Viele weitere Reisen rund um die Welt folgen. Was sein Vater und Lehrer innerhalb Indiens verwirklichte, führt Desikachar weiter. Er trägt das Wissen über Jahrzehnte in die ganze Welt. Seine Idee, Brücken zu bauen, geht letztlich doch auf – Brücken zwischen den Lehren seines Vaters und Schülern auf der ganzen Welt. Auf unzähligen Reisen und Vorträgen rund um den Globus teilt er dieses Erbe als Geschenk mit der modernen Welt und setzt so entscheidende Impulse in einer Zeit der zunehmenden Begegnung von Ost und West. Ob individuell angepasstes Üben, Yoga mit anders begabten Menschen oder Yoga of Healing, der Yoga-Therapie, – er gab dem Yoga Impulse, durch die sich aus der indischen Erfahrungswissenschaft und verschiedenen westlichen Einflüssen das heutige moderne Kulturgut der Weisheitslehre im globalen Schmelztiegel entwickelt.

Yoga-Steno oder Stickfigures – eine Idee T. K. V. Desikachars

Krishnamacharyas und Desikachars Schüler taten sich manchmal schwer, sich die gesamte Praxis auswendig zu merken. Wie war die genaue Abfolge der āsana und vinyāsa? Wo sollen die Hände und

Arme hin, in welcher Position befinden sich die Beine? Zeichnen war Desikachar aus seinem Beruf als Ingenieur geläufig. Mit der Unterstützung seiner Frau Menaka und M. J. N. Smith entwickelte er das System des Yoga-Steno. Es dauerte viele Jahre, bis die Strichmännchen 1980 schließlich druckreif waren. Desikachars Idee war auch hier das Teilen.

Paramparā – das Geschenk Indiens an den modernen Menschen

Desikachars Unterricht sowie der Kontakt bei Seminaren, Ausbildungen und im persönlichen Gespräch waren stets vom aufrechten Interesse am einzelnen Menschen, von Wärme und Güte in der Begegnung, von Respekt vor der Komplexität des Individuums sowie von einer authentischen Herzlichkeit und Bescheidenheit geprägt. Die aus Yoga resultierenden Möglichkeiten zur professionellen Schulung und Entwicklung von Gelassenheit und Erkenntnis sind das Geschenk Indiens an den modernen Menschen. Hierbei hat sich T. K. V. Desikachar selbst stets als »Postbote«, als Überbringer einer über Jahrtausende gereiften Tradition des »Mensch seins« verstanden.

Seine Motivation für die Übenden und Suchenden lautete: Yoga soll stets den nächsten Schritt ermöglichen und einleiten. Oder anders formuliert, Yoga soll etwas ermöglichen, was vorher so nicht möglich war. So die mündliche Überlieferung von Zeitzeugen dieser Traditionslinie. Paramparā.

Veröffentlichungen und Übersetzungen

- An Illustrated Guide to Asanas and Prāṇāyāma, KYM 1980
- Religiousness in Yoga, University Press of America 1980
- Reflections on Yoga Sutras of Patañjali, KYM 1987
- Yoga – Tradition und Erfahrung, Via Nova 1991
- Yoganjalisaram, KYM 1995
- The Heart of Yoga, Inner Traditions International 1995
- Über Freiheit und Meditation, Via Nova 1997
- Dhyanamalika, KYM 1998
- Nāthamuni's Yoga Rahasya, KYM 1998
- Health, Healing & Beyond, Aperture 1998
- The Yoga of Healing, KYM 1999
- Yoga – Gesundheit von Körper und Geist, Theseus 2000
- Yogayajnavalkya Samhita, KYM 2000
- Vedic Chant Companion, KYM 2000
- In Search of Mind, KYM 2001
- The Viniyoga of Yoga, KYM 2001
- What are we seeking?, KYM 2001
- Adi Śaṅkarā's Yoga Taravali, KYM 2003
- Das verborgene Wissen bei Freud und Patañjali, Theseus 2007 (Zusammen mit Hellfried Krusche)