

SRI LANKA 2013

.....

Es gibt noch andere Kollegen, die Fernweh haben. Thomas, Sohn eines Piloten, nennt mir ohne zu überlegen alle Alternativverbindungen nach Dubai, als ich ihm von meiner Sorge über meinen Abflug vom bestreikten Flughafen in Düsseldorf erzähle. Viele Warteschleifen und Spurts später, checke ich schließlich in Frankfurt ein. Fast bedauere ich die kurze Wartezeit bis zum Weiterflug nach Colombo. Hatte ich mir doch ausgemalt, dass man in Dubai sicher gut Leute beobachten könnte. Und siehe da, der Flug nach Colombo ist drei Stunden verspätet, und ich freue mich fast darüber. Multikulturelle Toiletten und Facility Service Personal, das beflissentlich nach jedem Toilettengang den Boden einer Kabine wischt, andere mir wichtige Bereiche des Waschraums, wie das Waschbecken, nicht. Ich kenne es von klein auf meine Toilette im Waschhaus eines Campingplatzes gemeinsam mit anderen zu verrichten. Auf dem Flughafen muss ich darüber schmunzeln, dass Damen von und aus aller Welt unfreiwillig ihre Katzenwäsche in der Öffentlichkeit verrichten.

Zurück in der Abflughalle stelle ich fest, dass ich die Laufsocken aus dem Flugzeug getrost hätte anbehalten können, so sauber blitzen die Marmorfliesen, in denen sich die beleuchteten Vitrinen der Luxusmarken spiegeln. Der Boden blendet mich fast, es ist 3.15 Uhr Frankfurter Zeit, meine Augen sind auf Schlafmodus gestellt. Teure Kosmetikprodukte interessieren mich persönlich nicht, einige Burka-Trägerinnen jedoch umso mehr. Die Burkas unterscheiden sich modisch durch Glitzerborten an den Ärmeln. Um ein Parfüm zu testen, wird einfach das schwarze Lätzchen, das das Gesicht unterhalb der Augenpartie verdeckt, gelüftet. Die Damen, die diese Düfte anpreisen, bringen mich zum Lächeln. Sie vermitteln mir das Gefühl, dass ich in meinem 24 - Stunden Tag - und Nachtoutfit aus dem Flugzeug für die Kosmetikzone

ausreichend schick gekleidet bin und schauen mir mit Respekt entgegen. Dieses Lächeln, das ihnen ihre Kultur geschenkt hat, wirkt nicht aufgesetzt und professionell, sondern warm und ansteckend. Schon jetzt muss ich annehmen, dass ich auch nach zwei Wochen Yoga nicht so von innen heraus lächeln werde wie diese Verkäuferinnen.

Wir können auch „Om“ sagen

Gleich nach der Ankunft treffe ich in [Rocky Point](#), in der Nähe von Tangalle, ganz im Südosten Sri Lankas, auch auf Menschen, die - trotz Yoga - gar nicht entspannt auf mich wirken. Andere, so werde ich später feststellen, haben (dank Yoga?) eine warme Ausstrahlung, sind präsent und werten angenehm wenig.

Der erste Auftrag in meiner Yoga-Stunde lautet: 5 Minuten zusehen. Es sind lange fünf Minuten und ich denke, willst Du das wirklich machen? Aber insgeheim weiß ich, dass mein Körper - unsere Körper - genau diese Kräftigung - und Dehnübungen brauchen. Also los! Die Koordination - hat Casey jetzt zuerst rechts oder zuerst links gesagt? erweist sich fast als schwieriger als die Bewegungen selbst. Und dieses Atmen, das wie Schnarchen klingt, ist schwierig durchzuhalten. Ich schnarche mit Guillaume und Bridget, ebenfalls Anfänger, vor mich hin. Der Schweiß läuft auf die Matte, es herrschen Saunatemperaturen. Lieber versuche ich zwischen den Übungen nicht zu den anderen Yogis rüber zu schauen. Hatte Casey gestern nicht erwähnt, dass es beim Yoga nicht darum geht wie ein Cirque du Soleil Artist auszusehen? Ein paar von diesen Artisten scheinen hier mit mir zusammen im Shala ihre Ashtanga-Sequenzen zu turnen.

Nach dem gemeinsamen Abendessen packt Casey seine Gitarre aus und spielt mit Bob Marleys Schwester aus der Nähe von Paris im Duett.

SRI LANKA 2013

.....

Der Reggaevater selbst schaut vom Poster über der Bar zu. Die iPhones dienen den Sängern als Liederfibel. Auf dem heiß begehrten Sofa, der Chillout Area der Anlage, unterhalten sich abwechselnd live und virtuell Yogis und Neu-Yogis aus aller Welt miteinander. Oft kreisen die Gespräche ums Reisen. Ich treffe Leute, bei denen es mehr Sinn macht zu fragen, welche Länder sie noch nicht bereist haben, als sich nach den Ländern zu erkundigen, die sie schon kennen. Immer wieder tauscht man sich über seine Erfahrungen in Mysore aus, denn jeder engagierte Astanga-Yogi reist früher oder später in dieses Yoga-Mekka, nach Indien. Sri Lanka, so sind sich alle einig, ist die angenehmere Variante der Festland-Schwester, Indien light.

Am nächsten Abend heißt es Abschied nehmen, Auf der Terrasse spielt ein Dj aus UK Club-Musik aus London, die er mit Stücken von Bob Marley mischt, die wohl an jedem Strand der Welt ein Dauerbrenner sind. Dazu elektronische Musik im Goa-Style. Fred, der kalifornische Hausherr, tanzt zusammen mit seinen Schäfchen im Enkelalter. Ein schwules Paar aus Paris macht Stimmung auf der improvisierten Tanzfläche, indem es junge, attraktive Hetero-Frauen antanz. Ausdruckstanz nennt man das wohl, was Alberto da tanzt. Dabei ist diese Art zu tanzen wohl genauso ironisch zu verstehen wie die Räucherstäbchen, die die Mücken vertreiben sollen. Ingwertee und gefiltertes Wasser vertreiben den Durst und als schließlich auch das zurückhaltende Hauspersonal die Tanzfläche erobert, ist die Party perfekt. Eine weitere Abschiedsparty startet unbeschwert in einer Bar am Nachbarstrand mit Lagerfeuer, guter Musik und Spontanbaden im Meer, sie endet für einige jedoch mit einem Erwaxsn wie nach einer Fullmoonparty.

Später liege ich in meinem Bungalow unter einem Moskitobaldachin, höre das Meeresrauschen, die Grillen zirpen und Musik aus der Ferne. Es ist der dritte Tag, ich stöpsle mich nicht mehr Ohropax zu,

aus Angst nachts von an der Hauswand kratzenden Eidechsenpfoten oder sich jagenden Hunden und Leguanen erschreckt zu werden. Meine Haustiere gehören zum Inventar. Selbst ein gefangener Skorpion, Schlangen usw. schockieren mich nicht, nur im Weg liegenden Hunde sind mir weiterhin suspekt.

Tsunami- Treffer versenkt

An den meisten Abenden geht es ruhig zu. Nach dem Abendessen wird sich ein Stündchen in der Wi-Fi Zone unterhalten, grüppchenweise auf der Gitarre herumgeklimpert, seinen Gedanken nachgegangen oder gemeinsam Carrom, Fingerbillard, gespielt. Anders als in meiner Kindheit erscheint mir das Spielfeld nicht mehr riesig, sondern klein. Ich schnippe mehr unorthodox als gezielt mit meinen Fingern auf die Damesteine und versenke nur ein paar mal aus Zufall einen Stein in einem der Stofflöcher, die sich in den vier Ecken des großen bemalten Holzbrettes befinden. Mit Vollpower in eine Ansammlung von Steinen zu schießen, heißt im Spieljargon „Tsunami“. Viele Partien vergehen, ohne dass ich auch nur einen Treffer lande. Ashtanga Yoga ist schwer, Carrom ist schwerer. Solche Spiele zerstreuen herrlich und bergen viel Situationskomik in sich. Ich habe kein Problem damit ein Loser zu sein, so wie es mir nichts ausmacht beim morgendlichen Durchqueren der Bucht immer das Schlusslicht zu bilden. Eine Ente ist nun mal eine Ente, it is what is. Nach dem morgendlichen Yoga trudeln alle nacheinander in einem Schattenhain unter Palmen ein, um den Saft der frisch geköpften Kokosnüsse zu schlürfen und zu quatschen, bevor unter der Initiative von Fred die Schwimmer in Richtung Nachbarbucht aufbrechen. Die Haushunde begleiten uns, wir passieren uniformierte Wachleute, die jeden Morgen freundlich grüßen. Manchmal ist der Hund ein Leguan. Fred scheint der heimliche Bürgermeister des Ortes

SRI LANKA 2013

.....

zu sein. An Tagen, an denen die See aufgewühlt ist, braucht es nicht viel Phantasie, um sich auszumalen wie der Tsunami an der Südküste Sri Lankas sein Unwesen getrieben hat. Die Sonne brennt sich in meine Birne, mein Kopf ähnelt in den ersten Tagen einer roten Boje.

Casey beherrscht die Binnendifferenzierung perfekt. Ab dem vierten Tag können wir Anfänger den anderen folgen und brauchen nur noch ab und zu seine Hilfe. Der Schweiß tropft weiter auf die Matte, aber es bleibt kaum Zeit ihn sich vom Leib zu wischen, denn meist geht man das Set an Übungen mit seinen Nachbarn im Gleichtakt durch. Inzwischen atmen wir schwer, schnarchen aber nicht mehr. Denn diese Urform scheint doch niemand so richtig praktizieren zu wollen. Mittlerweile stresst es mich nicht mehr, die Gummimenschen vor mir zu sehen. Ich mache die Übungen wie ich sie kann. Vielleicht war es ein Zeichen, dass ich als Kind stundenlang im Wohnzimmer auf dem Kopf stand? Eine Wand zur Stütze brauche ich nicht, aber 25 Atemzüge lang eine Kerze zu halten, ist heute nicht mehr kinderleicht. Für die Lästerr: Kopfstand und Lotussitz mit nach oben geöffneten Händen und „Oom“ summen sind tatsächlich Teil des Ashtanga Yogas, aber nur ein kleiner. Den Großteil der anderen Übungen kennt man aus anderen Bereichen, sie sind für jeden zu bewältigen. Eine Teilnehmerin bringt es auf den Punkt: Ashtanga Yoga ist etwas für buisy minds, Körper und Geist entspannen sich nach einiger Zeit merklich, nur durch das Absolvieren der Übungen, ganz ohne zu meditieren.

Nachmittags gibt es für Interessierte einen sogenannten Talk. Casey singt vor, und wir antworten. Ich singe gern, und da ich nicht verstehe, was ich da singe, kann ich mich am Inhalt nicht anstoßen. „Allah, Allah“ kommt auf jeden Fall auch im Text vor. Wenn man ein Shala betritt,

müssen die Schuhe draußen bleiben, und eine Körperwäsche vor dem Yoga wird erwartet. Nach dem Kyrie Eleison beginnt Casey mit seinen Ausführungen. Im Schneidersitz legt dieser asketische Mann mit halb langem Haar, einem Jesus gleich, eine Sutra seiner Wahl pro Sitzung aus. Es ist ein cooler, sexy Jesus mit Keulen großen, tätowierten Oberarmen, der seine wichtigsten Thesen auf einer weißen Bodenfliese mit Edding festhält. Es sind mitunter kluge Gedanken, die er zur Diskussion stellt, aber eineinhalb Stunden auf einer Yogamatte im Halbkreis zu sitzen, ist auf die Dauer genauso unbequem und langweilig wie einer Predigt von einer Kirchenbank aus zu zuhören.

Yala National Park

Am Samstag findet kein Yoga statt, also brechen wir zu dritt in den Yala-Nationalpark auf. Serena Williams ist auch mit von der Partie, ihre Fingernägel sind so lang, dass diese ungewollt auf einigen Fotos zu sehen sind: Elefant mit Bilderrahmen aus roten Krallen. Wie kann man bloß mit diesen Nägeln Yoga machen, fragte ich mich? Yoga geht problemlos, schließlich sind die Nägel echt und hart. Andere Dinge nur mit Einschränkungen. Unser Ausflug beginnt deshalb mit einem kleinen Malheur: „Maike, kannst Du mir mal einen Gefallen tun?“ ruft Jacqueline aufgeregt aus der Kabine des Geldautomaten heraus. Ich komme und rette ihre Kreditkarte, die der Automat gerade einziehen will. Jacqueline kennt ihr Revier noch nicht so gut wie in London, wo sie weiß, an welchen Automaten sie ihre Karte bekommt und an welchen sie das Tauziehen mit der Maschine verlieren wird. Für die locals stellt die lebenswerte Jacqueline eine weitere Attraktion neben den Tieren im Nationalpark dar. Diese Nägel, diese Hautfarbe, diese männlichen Züge! Ungeniert starren sie sie an, wollen sie sie anfassen oder fotografieren. Für meinen Geschmack sind an diesem Mittag zu viele un-

SRI LANKA 2013

.....

gehobelte Guides und Fahrer auf einem Fleck, die ihre Hände nacheinander in den Schritt und in ihr Essen legen und uns zum wiederholten Male für dumm verkaufen wollen. Wir drei reagieren unterschiedlich temperamentvoll auf diese nervigen Reiseerfahrungen. Ich finde die Drama-Variante überflüssig, und versuche meine Begleiterinnen zu beschwichtigen. Es stimmt, es geht ums Prinzip, aber verändert man mit solch Exempeln die Gesetze der „West trifft auf die arme Welt“?

Das Klima und die viele Bewegung machen träge, meine Zeit ist begrenzt. Ich schaue mich auf Ausflügen vor Ort um, lerne jedoch nur einen Bruchteil der Insel kennen. Ich bedauere dies. Carl, der Yoga seiner Freundin zuliebe macht und sich freut, dass er jetzt endlich seine Zehen anfassen kann, zerstreut meine Wehmut mit dem Satz: „You are doing Yoga in paradise, isn't that enough for now?“ Recht hat er.

