

KAPITEL 11

Indien – Vom Suchen und Finden

... Vipassana ist eine sogenannte »Achtsamkeitsmeditation«, die in den vergangenen Jahrzehnten international sehr bekannt und beliebt geworden ist. Auch India hatte davon gehört und wollte das nun unbedingt selbst erleben. Normalerweise waren diese Kurse immer bis aufs letzte Bett ausgebucht. Aber wir hatten Glück und bekamen ziemlich kurzfristig noch zwei Plätze. In den Kursen wird nach der Lehre Buddhas meditiert. Der Name »Vipassana« bedeutet so viel wie »die Dinge so sehen, wie sie wirklich sind« oder kurz »Einsicht«. Das hörte sich doch gar nicht so schlecht an! Allerdings - was da wirklich auf mich zukommen sollte, hatte ich komplett unterschätzt ... So total daneben hatte ich in meinem Leben selten gelegen, wie ein genauerer Blick auf die Regeln zeigen sollte: Zehn Tage absolutes Schweigen! Das hieß, mit keinem anderen Teilnehmer zu kommunizieren - egal in welcher Form: nicht sprechen, keine Gesten - nicht mal der winzigste Blickkontakt, kein Lächeln, keine Berührung. Alles war uns untersagt. Tagesbeginn um vier Uhr morgens. Ende des Programms um 21.30 Uhr abends. Meditations- und Pausenzeiten waren strengstens einzuhalten. Einzige Ausnahmen: festgelegte Sprechzeiten mit den Lehrern für wichtige Fragen oder Probleme. Ach ja - und das Personal durfte man zu organisatorischen Dingen auch befragen. Ei oh Allah! ... In Mandinka: Oh mein Gott! ...

Es war das Schwerste, was ich bis dahin mitgemacht hatte. Die reinste Folter - so kam es mir jedenfalls vor! Zehn Stunden

am Tag meditieren. Davon eine Stunde möglichst völlig bewegungslos, schon das kleinste Augenzwinkern ein Regelverstoß ... Und das alles im Schneidersitz oder auf Knien. Andere Positionen waren nicht erlaubt. Zehn Tage mit niemandem reden. Auch Musik machen oder Yoga waren untersagt. Nur reine Meditation ...

Bei der Anmeldung mussten wir ein Formular unterschreiben, dass wir uns während des Kurses strikt an alle Regeln des »edlen Schweigens« halten würde. Während der Unterrichtsstunden gab es einen Meister, der vorne auf einem Sockel meditierte und gleichzeitig jedoch ein Auge auf alle Kursteilnehmer hatte. Zum Beispiel, ob sie richtig atmeten.

Das einzig Gute war, dass ich glücklicherweise einen Schlafrum für mich alleine hatte. Da konnte ich jedenfalls noch ein kleines bisschen tricksen. So veranlasste mich meine Nikotinsucht zu Kursbeginn noch zweimal über den Zaun zu steigen, um heimlich zu rauchen. Dann war es auch mit diesem letzten bisschen Freiheit und Freude vorbei, weil ich keine Zigaretten mehr hatte ... Ich erinnere mich noch gut: Die ersten drei Tage der Meditation habe ich mich nur geärgert und mein Kopf ratterte ständig wie ein Plattenspieler, der verkehrt herum lief. Das war echt Hardcore! Und wie immer, wenn ich mich gefangen oder sonst wie unwohl fühlte, meldete sich mein Körper zu Wort. Diesmal bekam ich Ohrenschmerzen. Es war wie verhext. Und zu allem Unglück ging es anscheinend nur mir alleine so ... Immer, wenn ich während der Meditation doch die Augen öffnete, saßen alle anderen ganz konzentriert mit geschlossenen Augen da und meditierten, was das Zeug hielt. Es war absolut frustrierend. Verdammt war ich denn wirklich der Einzige, dem das hier alles so schwerfiel? (...)

INHALT

KAPITEL

1	Wenn die Finger nicht mehr mitspielen	15
2	Meine Kindheit	17
3	Aufbruch in eine neue Welt	34
4	Afrika!	39
5	Magie der Kora und der Menschen	50
	<i>Mythologische Geschichte der Kora</i>	
6	Mein neues Leben	63
	<i>Der Prophet</i>	
	<i>Der Esel</i>	
	<i>Die Macht der Kleidung</i>	
7	Zeit der Enttäuschungen	83
8	Angekommen - Zu Hause in Boraba	88
	<i>Thramakang Jobarteh</i>	
	<i>Zwei Frauen</i>	
9	Überraschende Wendungen	107
10	Indien - Reise ins Land der Gegensätze	119

INHALT

11	Indien - Vom Suchen und Finden	130
12	Many Lands oder die Leichtigkeit des Seins ...	146
13	Ich bin ein Jeli!	152
	<i>Die Geschichte von der Macht und der Liebe</i>	
14	Ein unvergessliches Festival im Busch	170
15	Die Weichen neu gestellt	177
16	Am Start mit Jobarteh Kunda	184
17	Wo Licht ist, ist auch Schatten	197
18	Die Musikwelt im Umbruch	211
19	Die Lust am Fabulieren	214
20	Vom Hausbau in Afrika	232
21	Schlag auf Schlag	251
22	Das große Erwachen	262
23	Ein neuer Anfang	277
24	Wir werden uns wiedersehen	284
	Mein Dank	291
	Adinkra Symbole und Bildnachweise	292