

# yoga

*aktuell*

Pam  
J.K

Deutschland € 6,50 • Österreich € 7,50 • Schweiz SFR 12,70



## INTERVIEWS

**SUKADEV BRETZ**  
WENN DIE KUNDALINI ERWACHT

**PYAR TROLL-RAUCH**  
ERLEUCHTET SEIN, ULTRA-  
MENSCHLICH SEIN

**PARI LASKARIDIS**  
NIRVANA IM ALLTAG

## ASANA

**Natarajasana -  
der Tänzer**



DOSSIER

# Spirituelle Erfahrungen

Wirklichkeit oder Einbildung?  
Segen oder Gefahr?

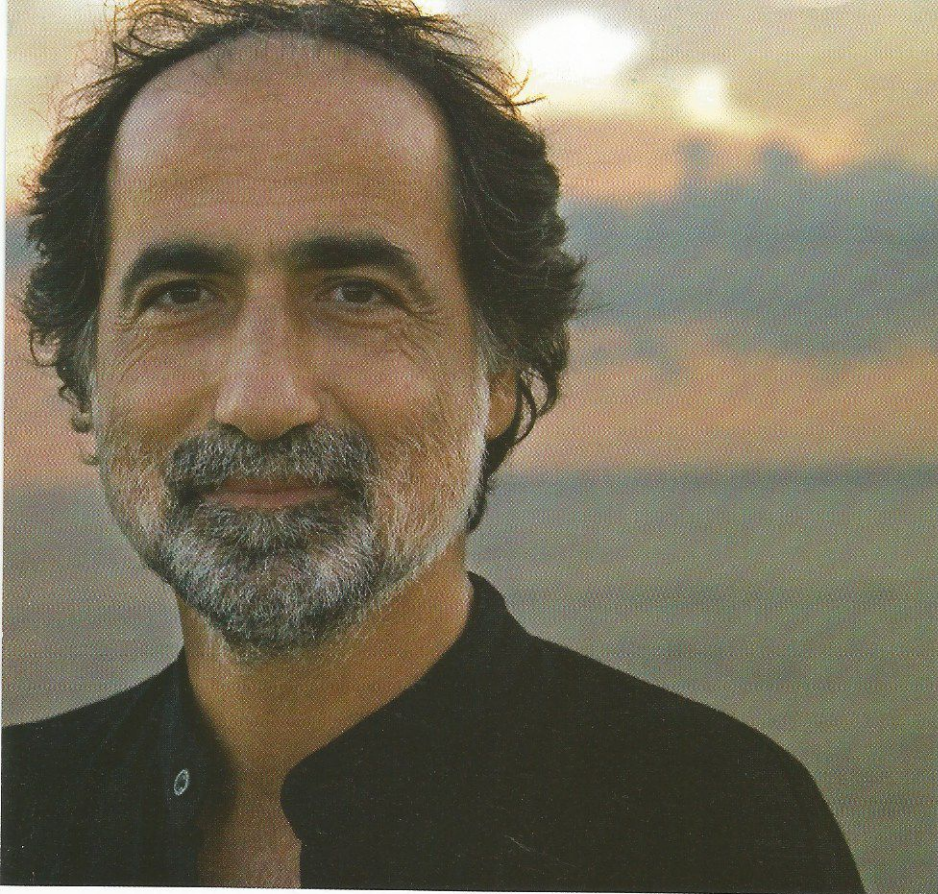
**DIE GEHEIME  
SPRACHE**  
DES HATHA YOGA TEIL II

**GEWINNEN SIE!**  
Ayurveda-Wochenende  
im **Luxus-Hotel**

**AYURVEDA**  
ESSEN: AUF DIE RICHTIGE  
KOMBINATION KOMMT  
ES AN

Frankreich € 7,50 • Belgien/Luxemburg € 7,50 • Italien € 7,50 • Niederlande € 7,50 • Spanien € 7,50 • Dänemark DKK 65,00 • Portugal € 7,50 (cont.) • Schweden SEK 72,00





**Pari Laskaridis** hat sich nicht nur als Musiker einen Namen gemacht, sondern ist auch als Satsang-Lehrer aktiv. YOGA AKTUELL sprach mit ihm über die Natur der spirituellen Suche, die Bedeutung des Dienens und das Nirvana im Alltag

# Nirvana im Alltag

TEXT + INTERVIEW ■ MARIANNE SCHERER

Ein Gespräch mit dem Musiker Pari Laskaridis

Spiritualität muss sich im Alltag beweisen, sonst ist sie reine Theorie. Nicht mehr die Höhle des Asketen ist notwendigerweise der Schauplatz der Erleuchtung, sondern das alltägliche Leben. Hier kann man Liebe, Hingabe und Demut praktizieren. Jede Sekunde, jede Stunde, jeden Tag.

Wo findet man Gott? Wo findet Erleuchtung statt? Genau weiß es niemand, zumindest nicht, so lange die Erleuchtung nicht in einem Menschen selbst stattgefunden hat. Buddha verließ auf der Suche nach der Wahrheit den weltlichen Vergnügen frönenden Königshof, um in der Stille der Wälder, fernab vom unbewussten Trei-

ben der Welt, Gott zu suchen. Erleuchtet wurde er schließlich unter einem Bodhi-Baum, nachdem er viele Jahre Askese geübt und meditiert hatte. Theoretisch hätte seine Erleuchtung aber auch am Königshof geschehen können, denn das Göttliche ist überall, man muss es nur entdecken. Das erfährt jedoch nur der Erleuchtete, einem normalen Menschen sagt diese Weisheit zunächst nichts, sie ist reine Theorie. Siddharta wäre vermutlich nicht zum Buddha geworden, hätte er sein Elternhaus nicht hinter sich gelassen, auf die Annehmlichkeiten des Lebens am Königshof verzichtet und sich auf die Reise ins Ungewisse begeben. Am Anfang jeder spirituellen Suche steht eine Reise. Oft findet sie zunächst einmal im Äußeren

statt. Während dieser Reise sucht man viele Orte auf, begegnet vielen Menschen, erfährt viel Neues. Man ist unterwegs und das ist ein gutes Gefühl. Irgendwann aber kann man müde werden, wenn man nicht findet, wonach man sucht, obwohl man sich so sehr bemüht. Das ist zugleich ein kritischer und guter Zeitpunkt. Denn im besten Fall ist das Ego nun müde, vielleicht sogar zermürbt, und endlich bereit, sich etwas Größerem zu überlassen. Trifft man in diesem Zustand auf einen spirituellen Lehrer bzw. Meister, ist das eine Gnade, denn nun ist das Herz bereit, sich hinzugeben und wirklich zu öffnen. Eine noch viel größere Gnade ist es, in diesem Prozess die Einheit mit allem, was ist, erleben zu dürfen. Gemeinhin wird diese Erfahrung





Erleuchtung genannt. Die Trennung ist jetzt für immer aufgehoben, als Illusion entlarvt. Nun hat die Seele Glückseligkeit und Frieden gefunden. Doch was kommt dann? Buddha ging zurück in die Welt, um zu lehren. Er ging, symbolisch gesprochen, zurück in die Stadt, zurück in das weltliche Treiben, dem er einst entflohen war, um anderen Menschen den Weg zur

Wahrheit zu zeigen und ihnen dadurch zu dienen. Buddhas Leben ist ein Symbol für einen spirituellen Weg, den jeder gehen kann, der sich danach sehnt. Wenn die innere Sehnsucht nach Befreiung in einem Menschen wirklich brennt, macht er sich auf den Weg, ungeachtet aller äußeren Umstände, ungeachtet aller Widerstände. Jeder Weg ist anders, jeder Weg ist in-

dividuell, und es ist nicht vorhersehbar, was geschehen wird. Doch das ist auch nicht wichtig. Entscheidend ist, das Ziel irgendwann zu erreichen. Erst dann hat sich das Aufbrechen gelohnt. Hat man das Ziel erreicht, ist der Kreislauf geschlossen, dann möchte man, wie Buddha und andere Weisheitslehrer es taten, seine Schätze mit anderen teilen.

## Interview

**Y**OGA AKTUELL sprach mit dem Satsang-Lehrer und Musiker Pari, der unlängst mit seiner Familie nach München gezogen ist, über seinen persönlichen Buddha-Weg und die Art, seine auf dem spirituellen Weg erworbenen Schätze mit anderen Menschen zu teilen. Über seinen ersten Aufbruch ins Ungewisse bis hin zum Ankommen am Ort seiner Suche. Pari führt heute, nach langen Jahren der spirituellen Suche ein Householder-Dasein – ein Leben als Familienvater, mitten in der Stadt, mit allen Höhen und Tiefen dieses Weges.

### YOGA AKTUELL: Pari, wie begann deine spirituelle Reise?

**Pari:** Ich fing schon mit 17 an, mich intensiv mit Yoga zu beschäftigen. Ich wollte wissen, warum ich lebe, woher ich komme, wohin ich gehe. Also las ich entsprechende Bücher, experimentierte und war im Grunde offen für alles, was mir diese Fragen beantworten konnte. In Nürnberg, wo ich damals lebte, lernte ich durch eine Sai-Baba-Gruppe zum ersten Mal Bhajans und Kirtans als die typisch indische Art der Gottesverehrung kennen. Das war für mich eine Art Schlüsselerlebnis und hat mich total fasziniert. Mit 22 Jahren bin ich dann nach Indien gereist. Zunächst war ich bei Sai Baba, zu dem ich eine starke innere Verbindung fühlte. Doch als ich dann in seinem Ashram war, wusste ich bereits nach kurzer Zeit, dass dies nicht mein Weg war. Natürlich war ich davon fasziniert, wie er z.B. Asche materialisierte, aber es hielt mich trotzdem nicht dort und nach einigen Tagen bin ich weitergereist.

Nach einer mehrmonatigen Reise durch Südindien bin ich dann irgendwann in Poona gelandet. Dort bin ich geblieben und habe mich ganz auf Osho eingelassen, auf das „Party-Ding“, obwohl ich meine Zweifel hatte, ob man auf dieser fortdauernden Pyjama-Party Gott finden könnte. Aber ich blieb trotzdem und habe dort viele Dinge gelernt. Unter anderem wurde mir bewusst, dass meine Art der Suche

nicht frei von spiritueller Arroganz war. Das war allerdings ein Prozess, der etwas länger dauerte, denn mein spirituelles Ego war ziemlich stark. Ich hatte genaue Vorstellungen darüber, wie der spirituelle Weg auszusehen hätte, ein Meister beschaffen sein müsste etc. Aber irgendwann in meinem Leben habe ich verstanden, dass das reine Gedankenkonstrukte sind und dass Gott sich überall verstecken kann, selbst in einem harmlosen Kaffeekränzchen, das völlig unspirituell zu sein scheint. Ich habe gelernt, dass man sich nicht über andere stellen darf, das war für mich eine schwere Lektion.

### Glaubst du nicht, dass die spirituelle Suche als solche absolut notwendig ist?

Ich denke, dass es genauso viele Welten wie Menschen gibt. Für den einen ergibt sich die Frage nach einem tieferen Suchen, für den anderen nicht. Das ist das einzig Entscheidende. Ob ich mich nun bewusst aufmache und suche oder in einem Kaffeekränzchen-Dasein irgendwann feststelle, dass dies nicht alles im Leben sein kann, ist im Grunde egal. Man kann auch durch Nichtsuche finden.

### Also siehst du keinen Unterschied darin, ob man sich bewusst auf die Suche begibt oder nicht?

Ich selbst hatte keine Wahl, ich war von innen her getrieben, ich musste mich auf die Suche machen. Ich litt zwar nicht unter dem normalen Leben, war nicht unglücklich, aber irgendetwas in meinem Herzen hörte einen vagen Ruf. Dem folgte ich ganz einfach. Ich musste losziehen. Erst jetzt, nach einem großen Kreislauf, bin ich zu einem Punkt zurückgekehrt, wo ich die Menschen, die nicht explizit suchen, in ihrer Andersartigkeit bzw. in ihrer Einfachheit, in ihrer Zufriedenheit mit dem Leben, absolut akzeptieren kann. Ich frage heute nicht mehr: Warum hast du keinen Durst? Ist das normale Leben genug für dich? Wie hältst du das nur aus? Früher hat mich das permanent beschäftigt, aber jetzt habe ich meinen Frieden damit gefunden.

Für mich ist dieser Durst die einzige Kraft, die den Menschen auf die Suche treibt. Wenn er nicht vorhanden ist, sollen die Menschen doch da Frieden suchen und finden, wo sie gerade sind.

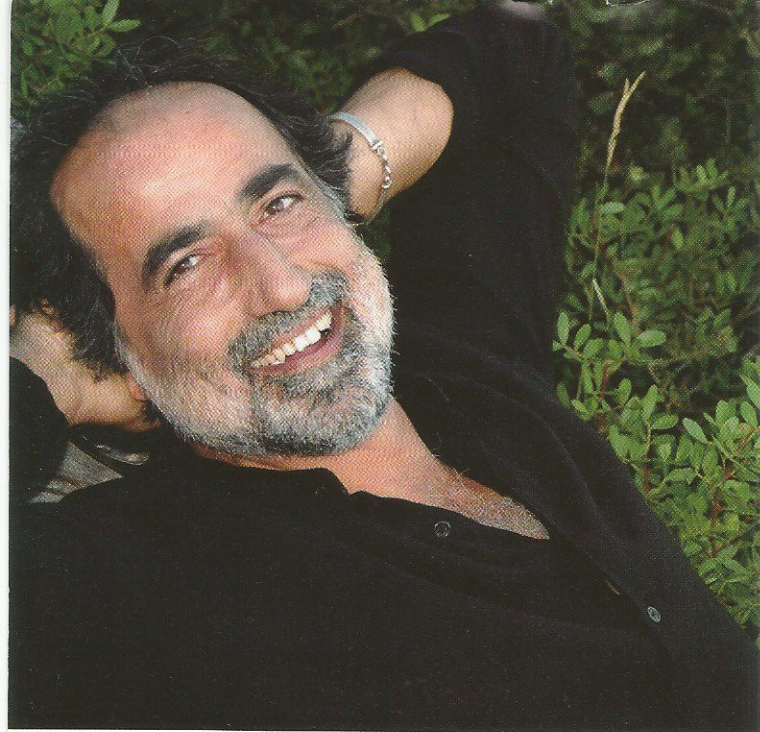
### Du rüttelst nicht mehr an den anderen?

Nein. In mir ist Ruhe eingekehrt, und ich glaube, dass diese Sehnsucht nach göttlicher Wirklichkeit das einzige Kriterium ist, was in irgendeiner Form zu einem Verständnis beiträgt. Man kann nicht Suche von jemandem verlangen, der nicht suchen möchte. Aber früher wollte ich die Leute dazu zwingen.

### Hast du deinen Weg mit intellektuellen Fragen begonnen?

Ja, aber heute muss ich diese Fragen nicht mehr stellen, weil ich etwas anderes erfahren habe. Meine Suche war sehr arrogant und elitär, das war mir damals nicht bewusst. Vielleicht war mir diese Haltung anezogen, vielleicht spielte altes eitles Karma mit, wer weiß. Früher hätte ich mein Householder-Dasein wie ich es jetzt führe, als geradezu erniedrigend empfunden. Dass ich in der banalen Welt, auf dem Marktplatz, mein Glück finden sollte, statt hoch im Himalaya in einer Höhle erleuchtet zu werden, über allem zu stehen und der schnöden Welt für immer den Rücken zu kehren. Das waren meine hehren Vorstellungen, an denen damals niemand hätte rütteln dürfen. Mit dieser arroganten Haltung hatte ich mich immer von dem getrennt was war, und ich kam mir dabei auch noch gut vor. Es schien mir normal, denn ich war doch ein spiritueller Sucher. Jetzt bin ich mitten im Samsara und entdecke darin das Nirvana. Die Trennung hat sich aufgelöst. Heute sehe ich keinen Unterschied mehr darin, ob ich in einer Höhle sitze und meditiere oder hier mitten in der Stadt einen Kaffee trinke und über Gott und die Suche spreche.





»Ich hatte genaue Vorstellungen darüber, wie der spirituelle Weg auszusehen hätte, ein Meister beschaffen sein müsste etc. Aber irgendwann in meinem Leben habe ich verstanden, dass das reine Gedankenkonstrukte sind und dass Gott sich überall verstecken kann, selbst in einem harmlosen Kaffeekränzchen, das völlig unspirituell zu sein scheint.«

**Man muss sich also aufmachen, um anzukommen?**

Unbedingt. Man ist unterwegs, um irgendwo anzukommen. Wenn mir jemand mit zwanzig gesagt hätte, Junge bleib doch hier, es ist doch schon alles da, was du suchst, hätte ich natürlich nur verächtlich mit den Schultern gezuckt über eine solch banale Aussage. Heute kann ich sagen, ja, alles ist schon da. Aber man muss es trotzdem suchen. Die Suche ist eine Art Schutt wegräumen. Wo und wie man es macht, spielt eigentlich keine Rolle. Nur, dass man es überhaupt macht, ist essenziell. Danach kann man dann die Einfachheit und Leichtigkeit des Seins genießen. Das Außergewöhnliche kann man nach dem Ankommen entdecken. Das ist die wunderbare Freiheit.

**Bist du als Buddha in der Stadt glücklich?**

Ja, ich lebe jetzt in München, mitten in der Stadt, im Chaos, in der Hektik, und ich bin in Frieden mit dem, was ist. Durch Papaji (H. W. L. Poonja, Anm. d. Red.) habe ich verstanden, dass ein Ashramdasein nicht heißt, ein separates Dasein zu führen. Dafür bin ich ihm sehr dankbar. Eine Zeitlang mag es für den einen oder anderen Zweck gut sein, aber Papaji hat immer betont, das gesamte

Universum sei sein Ashram. Dies schließt natürlich auch das Leben hier mit ein, in dem wir Miete zahlen und uns ernähren, also den materiellen Dingen gerecht werden müssen. Genau da können wir die Spiritualität leben, mitten in der Welt, indem wir den täglichen Dingen gerecht werden. Als Householder ist man viel mehr Dingen ausgesetzt, als wenn man als Einsiedler in irgendeiner Höhle hausen würde. Da zeigt sich, wo man wirklich steht. Demut, Service, Seva, darum geht es. Und das offenbart sich im Alltag.

**Du hast einmal vor der Gurufalle gewarnt. Aber du gibst jetzt selbst Satsang. Wie gehst du damit um?**

Die Frage ist leicht zu beantworten. Wenn jemand einen Satsanglehrer braucht, dann braucht er ihn, wenn nicht, eben nicht. Ich sehe mich selbst als einen Freund, der dazu beitragen könnte, mehr Klärung ins Leben zu bringen auf der Suche danach, wer wir eigentlich sind. Ich wollte kein Satsanglehrer werden. Aber als Papaji seinen Körper verließ, hat sich für mich die Notwendigkeit nach mehr Struktur ergeben. Während er noch lebte, haben mich z.B. auch im Alexis Zorbas Zentrum immer wieder mal Gäste über Wahrheit, Liebe, Achtsamkeit befragt. Und da habe ich dann so genannte „Capuchino-Meetings“ in einem Café organisiert, bei denen wir über spirituelle Themen gesprochen haben. Diese Meetings wurden immer beliebter, es kamen immer mehr Leute, und irgendwann haben wir sie in unser Zentrum verlegt. Zuerst habe ich mich gescheut, aber dann hat es sich doch richtig angefühlt. Natürlich hatte ich auch Angst vor den Projektionen, die damit einhergehen würden. So etwa die Frage: Bist du wirklich erleuchtet? Denn das setzt man ja irgendwie voraus, wenn jemand Satsang gibt. Aber ich bin einfach der,

der ich bin. Und ich habe zu sagen, was ich zu sagen habe. Ich, Pari, bin immer der Gleiche, egal welche Konzepte man mir überstülpen mag. Eigentlich bin ich immer noch mit der Bettelschale unterwegs. Der Unterschied ist vielleicht, dass man sich nicht mehr scheut, sich öffentlich zu dem zu bekennen, was man innerlich erfahren hat.

**Also bist du mit deinem Sein einverstanden?**

Ja, ich bin heute Satsanglehrer und lebe seit kurzem ein ganz normales tägliches Leben in der Stadt. Ich bin aber auch Ehemann und Familienvater und lebe so gesehen genau das Leben, was ich früher als mittelmäßig empfunden hätte. Aber das ist es nicht. Im Gegenteil. Die Ehe hat Frieden und Stille in mein Leben gebracht, obwohl ich natürlich immer noch Attraktivität und Schönheit um mich herum sehe. Aber ich muss dem nicht mehr folgen. Ich erfreue mich an der Schönheit, aber ich muss sie nicht mehr besitzen. Wenn mich z.B. jemand anhimmelt als Satsanglehrer oder als Musiker, dann sehe ich das so, dass diese Person im Grunde sich selbst anhimmelt, das eigene Sein. Es gibt keine Trennung, die Liebe ist unteilbar. Satyaa und ich gehen mit diesem Thema sehr liebevoll um. Die Menschen, die zu unseren Konzerten kommen, in meine Satsangs, gehören zu unserer Familie, sind sozusagen unsere erweiterte Familie. Wir spiegeln uns in ihnen und sie sich in uns. Das ist wunderschön.

**Wie ergeht es dir als Vater?**

Die Vaterschaft hat mich zu einem anderen Menschen gemacht. Ich lerne zu dienen. In dem Sinne, dass ich dem folge, was notwendig ist. Nicht dem, wovon ich denke, dass es notwendig ist, sondern dem aus dem Leben heraus Notwendigen. Die Geburt unserer Tochter hat viel mit Papaji zu tun, der geregelte Verhältnisse elementar wichtig fand, weil er davon ausging, dass man erst dann die Ruhe hätte, um wirklich nach Wahrheit zu suchen. So lange man noch ständig auf der Suche nach einem noch besseren Partner ist, hat man keinen Frieden. Man ist immer irgendwie gehetzt. Speziell durch die Elternschaft sind ganz neue Gesetzmäßigkeiten aufgetreten. Mehr Verantwortung, eine ganz neue Art der Liebe, und die große Freude, eine Seele auf ihrem Weg begleiten zu dürfen.

**Du schaffst das alles wirklich so locker?**

Nun ja, es gibt viele Versuchungen, denen ich immer wieder erliege. Aber diese Versuchungen sind anderer Art als früher. So erliege ich der Versuchung mitten im Beziehungsstreit die Stille zu hören. Ich erliege





immer wieder der Versuchung, mitten in meinen Vaterpflichten die Gnade zu sehen, meiner Tochter dienen zu dürfen. Ich widerstehe der Versuchung zu denken, ich tue etwas, was einem spirituellen Lehrer nicht entspricht wie z.B. kochen oder abwaschen. Indem ich meine Pflichten liebevoll erfülle, lerne ich. Ich erlebe die Gnade, dass Erfahrungen nicht aufhören. Auch für einen Buddha hören Erfahrungen nicht auf, nicht bis zum letzten Atemzug. Durch die tägliche Begegnung mit meiner Tochter erzieht sie mich mit dem sich in ihr entwickelnden Selbst. Ich freue mich, meiner Tochter in ihrem Werdegang dienen zu dürfen. In meiner Essenz bin ich reines, sehendes Bewusstsein. Aber es kommen auch viele Erfahrungen, sie müssen kommen. Man darf sie nicht ausgrenzen, weil man meint, es passt nicht zum Buddha-Bewusstsein. Samsara ist Nirvana. Auch der Buddha wird gete-

stet. Fallen ist erlaubt, man muss aber wieder aufstehen, das heißt, wieder in die Essenz zurückzukehren. Ich selbst ziehe mich in meinem Householder-Dasein regelmäßig zurück. Wenn ich fühle, jetzt ist es genug, dann stehe ich auf und ziehe mich zurück. Ich folge dem Bedürfnis nach Stille, indem ich auch auf meinen Körper höre. Seinen Bedürfnissen zu folgen ist eigentlich Yoga, die Verbindung von Körper und Seele zuzulassen.

**Vielen Dank für das Interview. ■**

»Die Vaterschaft hat mich zu einem anderen Menschen gemacht. Ich lerne zu dienen. In dem Sinne, dass ich dem folge, was notwendig ist. Nicht dem, wovon ich denke, dass es notwendig ist, sondern dem aus dem Leben heraus Notwendigen.«

### Infos



**Satyaa & Pari** gehören mit zu den bekanntesten Musikern der Satsang- und Yoga-Szene. Sie begeistern das Publikum durch ihre bedingungslose Hingabe an das Göttliche, die sich in ihrem Gesang ausdrückt. Satyaa ist Berufsmusikerin mit

einem Hochschulabschluss in Musik und Kunst. In Indien entdeckte sie ihre Leidenschaft für Bhajans und Kirtans als musikalische Form der Gottesverehrung. Pari ist Philosoph und Bhakti-Yogi zugleich. Er gibt regelmäßig Satsangs und chantet zur Gitarre.

Seit 1995 bieten Satyaa und Pari in den Sommermonaten auf Korfu in ihrem Zentrum »Alexis Zorbas« Seminare und Retreats an. Bei Satsang, Meditation und Chanten finden Gleichgesinnte in einem liebevollen Rahmen in einem wunderschönen »Garten des Friedens« zusammen, um die Wahrheit zu suchen sowie Geist, Seele und Körper zu nähren. In dem im Januar 2009 in München neue eröffneten Yoga Studio »Om Shanti« finden jetzt regelmäßig Satsangs und Mantra-Konzerte statt.

**Internet:** [www.satyaa-pari.com](http://www.satyaa-pari.com)  
[www.shanti-om.de](http://www.shanti-om.de)



**Marianne Scherer** studierte Literaturwissenschaft und Philosophie und beschäftigt sich seit vielen Jahren mit östlicher und westlicher Weisheit. Sie lebt als Journalistin, Autorin und Seminarleiterin in München. Ihre

Schwerpunkte sind integrale Spiritualität, Yoga und Meditation, Astrologie und Kabbala sowie ganzheitliche Heilweisen.

[www.mariannescherer.de](http://www.mariannescherer.de)