

## **Reise in die Stille**

### **Namaste**

Vergangenen Herbst erhielt ich die zweite Einweihung für Babaji's Kriya Yoga in der Schweiz durch Acharya Satyananda. Ab diesem Zeitpunkt wurde mein Wunsch, Babaji im Himalaya „zu besuchen“ und einige Zeit im Kriya-Yoga Ashram, in Badrinath, zu verbringen, immer größer. Also reiste ich im Mai 2019 für 3 Wochen nach Indien, wobei ich ab Mitte Mai eine Woche im Ashram in Badrinath verbrachte. Meine Reise führte mich von Delhi nach Rishikesh, dann nach Badrinath und über die Dunagiri Berge, Dwarahat, Raniketh, Chilianaula und Nainital wieder zurück nach Delhi.

Für die Reise mietete ich bei einer Travel Agency in Delhi einen Suzuki Allrad mit Fahrer. Kosten für die gesamte Tour inklusive Benzin, Versicherungen und sonstige Gebühren: rund 1000 US-Dollar. Ich war damit an keine Bus- und Taxi-Abfahrtszeiten gebunden und konnte überall hinfahren, wo ich wollte.

Die Fahrt von Rishikesh nach Badrinath, auf einer kurvenreichen, zweispurigen Straße hoch über den Flüssen Ganges und Alakananda, dauerte rund 8 Stunden. In dichtem Verkehr, begleitet von einem Hupkonzert, ging es vorbei an Kühen, Motorrädern, Autos und schaukelnden Lastwägen. Mein Fahrer war routiniert und meisterte ruhig und besonnen jede Herausforderung. Gegen 18.30 erreichten wir Badrinath, bei 5 Grad Celsius und Nieselregen. Der Pilgerort liegt auf 3.100 Meter Höhe. Im Winter ist er völlig eingeschneit, die Strom- und Wasserzufuhr werden abgeschaltet, Badrinath wird „zugesperrt“. Die Leute ziehen in ihre Zweitwohnsitze weiter im Süden. Von Mai bis Oktober kommen sie wieder zurück.

### **Kraftplatz für die Seele: der Kriya-Yoga Ashram**

Bei unserer Ankunft in Badrinath erwartete uns bereits Narendra, der im Ashram arbeitet. Ich hatte davor den Manager des Ashrams, Rohit, telefonisch über meine Ankunft informiert. Am besten funktioniert dort die Telefonkommunikation mit dem Mobilfunkbetreiber Airtel, obwohl diese Verbindung immer wieder abbricht. Internet ist in Badrinath nicht verfügbar, es sei denn, man hat Wifi, doch auch das funktioniert nur sporadisch. Ein Träger half mit dem Gepäck und wir marschierten etwas mehr als einen Kilometer auf einem bequemen Steinpfad und über Treppen den Hang zum Kriya Yoga Ashram hinauf. Von weitem sah man schon das große Ashram-Gebäude, das wir nach einem Fußmarsch von etwa 10 Minuten erreichten.

#### **Eine schöne Unterkunft**

Der Ashram-Manager, Rohit Naithani, begrüßte mich herzlich und brachte mich ins Obergeschoss zu meiner Unterkunft. Sie war eine von 13 kleinen Apartments, ausgestattet mit 2 Betten, geräumigem Schrank, einem Esstisch, einer Küchennische mit Spülbecken und Kalt-Warm-Wasserhahn, einem Wasserkocher, einer Thermoskanne, Geschirr und Besteck. Angeschlossen war ein geräumiges Badezimmer mit WC und es gab immer heißes Wasser. Ein Heizgerät sorgte für gemütlich-warme Atmosphäre. Für europäische Stecker brauchte ich übrigens keinen Adapter. Der Ausblick vom Zimmer war grandios: als ich am nächsten Morgen vom Glockengeläut des großen Vishnu-Tempels - bekannt als Sri Badrinaraya - erwachte, ging die Sonne gerade über den Bergen auf und tauchte die schneebedeckten Gipfel in goldenes Licht. Die Luft war kristallklar und eine atemberaubende Landschaft lag vor mir.

#### **Ein paradiesischer Ort**

Der Ashram ist sehr großzügig angelegt. Auf zwei Ebenen befinden sich die Gästeräume. Auf der unteren Ebene zusätzlich Büro, Gemeinschaftsküche und Essraum sowie die Unterkünfte der im Ashram Beschäftigten. Im Untergeschoss befindet sich auch eine Meditationshalle mit

wunderschönem Altar, auf dem Babajis Photo gewürdigt wird. Von dort führt eine Treppe ins Obergeschoss, in die Yogahalle, die sich fast über den ganzen Komplex erstreckt und einen prächtigen Ausblick über Badrinath und seine Berge bietet. Dort fand ich alles, was ich brauchte, um zu meditieren und die Asanas zu praktizieren: Yogamatten, Decken und Pölster. Wenn die Sonne am Himmel stand und die Fenster geöffnet waren, atmete ich den Duft der Natur ein und fühlte mich wahrhaftig wie im Paradies.

Vom Ashram aus führen viele Wanderwege hinaus in die Natur. Auch Badrinath und Mana, das „letzte Dorf Indiens“, sind sehenswert.

### **Hier folgen einige persönliche Eindrücke:**

#### Wandern im Geist der Berge

Direkt oberhalb des Ashrams führt ein Weg hinauf in die Berge, Richtung Nilkantha, einem 6500 Meter hohen Schneegipfel, um den sich viele Mythen aus dem Mahabarata ranken. Der Wanderweg ist aus Stein angelegt und gut begehbar. Er führt durch ein langgezogenes Hochtal, in dem im Mai stellenweise noch Schnee liegt. Mit guten Wanderschuhen und warmer Kleidung ist das aber auch zu dieser Zeit machbar. Juni oder September, vor und nach dem jährlichen Monsunregen, wären die optimalen Besuchszeiten.

Nach etwa drei Stunden Wanderung tauchte der Nilkantha-Gipfel in seiner ganzen Pracht vor mir auf. Am Rückweg luden mich einige Sadhus in ihre Behausungen ein, wo sie von Mai bis September leben. Wir tranken köstlichen Chai und unterhielten uns auf Englisch oder in einer anderen „intuitiven Sprache“.

#### Badrinath: ein quirliges Dorf und ein heiliger Tempel

Vom Ashram aus erreicht man bequem bergab in 10 Minuten das Dorf. Der Tempel von Badrinath ist einer von vier heiligen Pilger-Orten, die ein gläubiger Hindu in seinem Leben besuchen sollte. Er ist dem Gott Vishnu gewidmet. In den verwinkelten Gassen, nahe dem Tempel, findet man viele Marktstände, die alles bieten, was man braucht. Es gibt viele Restaurants mit gutem, preiswertem Essen und überall Teeküchen. Direkt unterhalb des Tempels befindet sich eine heiße Quelle, in der Pilger – in getrennten Abschnitten für Männer und Frauen – vor dem Besuch des Tempels ein Bad nehmen. An kalten Tagen habe ich mich dort gerne in Gesellschaft gut gelaunter Inderinnen aufgewärmt.

#### Mana: das letzte Dorf Indiens

5 km von Badrinath und weniger als 30 km von der chinesischen Grenze entfernt, liegt das malerische Dorf Mana – auch als „letztes Dorf von Indien“ bekannt. Kleine Steinhäuser schmiegen sich an den Hang des Berges, in einem Labyrinth von Straßen, das bergauf und bergab führt. Seine Bewohner sind Bhotia, Buddhisten tibetischer Herkunft. Sie tragen wunderschöne Trachten, kultivieren Kartoffelfelder, züchten Schafe und Ziegen und stellen Wollteppiche und Strickwaren her. Von Mana aus erreicht man nach 7 Kilometern, auf einem mit Steinen befestigten Pfad, den berühmten Vasudhara-Wasserfall, der aus einem Felsloch, hoch in der Bergwand, in die Tiefe fällt. Sein Wasser wird von Hindus gesammelt und zu rituellen Zwecken nach Hause gebracht.

### **Ich komme wieder...**

Der Aufenthalt in Badrinath, insbesondere im Kriya Yoga Ashram, war für mich etwas ganz Besonderes. Der Ashram ist ein wunderbarer Platz der Kraft und Stille, der Klarheit und Weite in prachtvoller Natur. Dort täglich Kriya-Yoga zu praktizieren, war für mich die Krönung der spirituellen

Praxis. Bald werde ich wieder an diesen magischen Ort zurückkehren, allerdings für eine längere Zeit im August oder September. Die Betreuung durch die Mitarbeiter im Haus ist hervorragend. Rohit und Narendra sind gute Köche, sie lehrten mich auch, Roti – gebratenen Weizenteig - zuzubereiten. Rohit ist außerdem ein ausgezeichneter Kenner der besten Reiserouten in Indien und gab mir wertvolle Tipps und Hinweise für meine Rückreise

Kornelia Kirchweger  
Om Kriya Babaji Nama Aum.

**Kornelia lebt in Österreich, sie ist freie Journalistin und praktiziert seit vier Jahren Kriya-Yoga.**