

SWR2 Tandem Mit 78 im Kopfstand

Yogalehrerin im Ashram

Von Gudrun Holtz

Sendung: Freitag, 14. Oktober 2016, 10.05 Uhr

Redaktion: Rudolf Linßen

Regie: Gudrun Holtz

Produktion: SWR 2016

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Service:

SWR2 Tandem können Sie auch als Live-Stream hören im **SWR2 Webradio** unter www.swr2.de oder als **Podcast** nachhören:

<http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/tandem.xml>

Mitschnitte aller Sendungen der Redaktion SWR2 Tandem sind auf CD erhältlich beim SWR Mitschnittdienst in Baden-Baden zum Preis von 12,50 Euro.

Bestellungen über Telefon: 07221/929-26030

Bestellungen per E-Mail: SWR2Mitschnitt@swr.de

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen.

Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert.

Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

MANUSKRIFT

O-Ton Ingrid.:

„Ich hatte das nicht begonnen, weil ich dachte, ich will Yogalehrerin sein, sondern da gab es eine Spalte dafür, was die Motivation sei, und da hatte ich hin geschrieben zur persönlichen Weiterentwicklung. Und was wollte ich in mir entwickeln? Die Disziplin. Und was ist mir nicht gelungen bis heute zum 78? Ich bin immer noch nicht diszipliniert, nur wenn das darum geht, dass ich Yoga unterrichte und so weiter und auch in meinem Arbeitsleben. Die Disziplin war immer da. Aber persönlich, da gehe ich mal morgens um 6 ins Bett, wenn ich gelesen habe, und lese, wenn es Sonntag ist, immer noch weiter bis so ein Buch von 1000 Seiten durch ist.

Autorin.:

Vor drei Jahren war ich selbst Gast in diesem Yogazentrum – ein Ort für Menschen mit dem Bedürfnis nach Besinnung und Entspannung. Ein Rückenleiden hatte mich damals dazu bewegt, mich für eine Yogawoche im Ashram anzumelden. Mein Körpergerüst funktionierte in dieser Zeit nicht so, wie es sollte, und jede Bewegung war mit Schmerzen verbunden. Ich war komplette Anfängerin, was das Yoga angeht. Doch ich freute mich darauf, etwas für meinen Körper zu tun. In dieser Zeit war Ingrid meine Yogalehrerin. Die Begegnung mit ihr ließ mich die letzten 3 Jahre gedanklich nicht mehr los. Sie hatte mich sowohl mit ihrem Unterricht und auch als Person beeindruckt. Während der Yogawoche nahm ich zwei Mal pro Tag an einer 90-minütigen Yogaunterrichtsstunde teil. Plagten mich in den ersten zwei Tagen meine entsetzlichen Rückenschmerzen noch weiterhin, löste sich dieser Krampf im Körper zunehmend auf. Meiner Meinung nach lag das daran, dass wir im Unterricht zu hören bekamen, jeder solle sich nur nach seinem Tempo bewegen. An den ersten beiden Tagen lag ich überwiegend nur auf der Matte und lauschte Ingrids Stimme und ihren Worten. Diese Mischung versetzte mich bereits in einen Entspannungszustand. Auch das Wissen darum, dass Ingrid erst mit Anfang 60 mit Yoga begonnen hatte und sie mit Ende 70 noch immer Yoga unterrichtet, war Balsam für meinen Rücken. Mir wurde mit damals mit Ende 30 klar: Vieles ist möglich, auch wenn man die 60 bereits überschritten hat. Ich will mehr über Ingrids Leben im Ashram erfahren.

O-Ton2: Ingrid

„Wir befinden uns hier zurzeit im Ashram Yoga Vidya bei Bad Meinberg.

Ich bin mit Yoga Vidya seit 2000 verbunden. 2003 wurde dann hier das Haus eröffnet, und ich war gleich beim Eröffnungstag dabei und ich war von vornherein fasziniert von dem Gebäude der Pyramide. Ich bin in die Halle rein und war sofort Zuhause. Ich habe noch meinen Hauptwohnsitz in der Nähe von Bremen, Kirchwaldsee, und da bin ich auch öfter. Aber mich zieht es hier natürlich immer her

Autorin.:

Wir sitzen nebeneinander auf breiten grünen Plüschsofas in einer lichtdurchflutete Eingangshalle, die mich an ein Wellness-Hotel erinnert. Die Fenster reichen vom

Boden bis zur Decke, auffallend große Grünpflanzen schmücken den Raum. Figuren aus Mosaiksteinen sind an der verlängerten Flurseite angebracht, die zu einem der Seminarräume führt.

Wir stehen auf und dringen weiter in das Gebäude vor. Dabei bemerke ich erneut, dass die ehemalige Kurklinik bereist älter ist und ein bisschen Jugendherbergscharakter aufweist. Die Tür eines Zimmers steht offen. Sie sind einfach eingerichtet. Die Atmosphäre ist sehr freundlich, jede Person, die uns begegnet lächelt.

Ingrid hat schneeweißes Haar und trägt eine Brille. Ihr strahlendes Gesicht guckt mich wertschätzend an. Ihr Gesicht ist rund und wird von zwei großen Augen beherrscht, die eher Klugheit, als Melancolie zeigen. Sie führt ein aktives Leben. Seit über 13 Jahren geht sie den Weg des Yoga, ausübend und lehrend.

O-Ton Ingrid:

„Ich unterrichte viel, weil ich ja sonst auch keine Aufgaben habe, und ich bin natürlich sehr frei, und natürlich muss ich auch im Sinne des Hauses lehren und leben. Das ist alles selbstverständlich. Yogalehrerin bin ich geworden, nachdem ich 2000 einen Kundalini-Einführungskurs gebucht hatte, ohne in Wirklichkeit eine Ahnung davon zu haben, was wirklich dahintersteckt. Da bin ich dran gekommen, bei meinem Erdbeerbauern in Rotenburg Wümme. Ich wollte Erdbeermarmelade kochen und aus meinem eigenen Garten, und das war die Lieblingsmarmelade der ganzen Familie und vieler Freunde. Und da war eine kleine Broschüre. Dann war da das Kundalini-Seminar drin. Da war ich 62. Das war meine erste Begegnung mit Yoga.“

O- Ton. Ingrid.:

Ich war überfordert hoch drei, weil mein Körper überhaupt nicht vorbereitet war, und ich gestehe heute noch, dass ich nach diesen fünf Tagen lacht (...) Das war aber nicht schlimm. Meine Beine rappelten bloß durcheinander. Ich kam nicht mit. Und dann hatte ich wirklich nach diesen 5 Tagen schon gemerkt, dass mir da an Asanasa was meinen Körper schulen würde. Mich hatte das so fasziniert. Ich wollt einfach mehr wissen.“

Autorin:

Als der Erdbeerbauer ihr den Flyer vom Kundalini-Yoga überreichte, stand Ingrid kurz vor Ihrem Rentenantritt. Es war eine Zeit in der sie sich das eine oder andere Mal damit auseinandergesetzt hatte, was sie mit ihrem neuen Lebensabschnitt anfangen wollen würde. Aber eine Antwort hatte sie nicht gefunden auch wenn sie wusste, dass sie allein in ihrer Wohnung nicht alt wollen würde. Mit ihrem Mann war sie schon seit Jahren nicht mehr zusammen und die Kinder führten ihr eigenes Leben.

Eine klare Entscheidung hatte sie damals noch nicht getroffen. Wie wollte sie alt werden? Mit wem wollte sie Zeit verbringen? Wo konnte sie Sinnvolles tun? Sie begab sich auf ihren Ausbildungsweg, ohne etwas über die Inhalte der Ausbildung und ihre Zukunft zu wissen:

O-Ton Ingrid:

„Yoga im Grunde genommen ist wohl schon mal an meine Ohren in den 70er Jahren gekommen. Da war ja schon einmal eine Hare-Krishna-Bewegung und sogar in Rotenburg waren schon mal die in Orange oder Gelb Gewandeten. Das hat mich ... Na ja gut, ich hatte zwei Kinder. Das ist nicht zu mir durchgedrungen. Und dann hatte ich aber eine Kollegin, aber auch Jahrgang 38. Die hat viele Jahre Yoga gemacht, aber auch so eine Art, die ich schon beschrieben habe. Die hat schon Yoga gemacht, aber wie gesagt, auch das ist nicht so an mich ran gegangen. Ich habe überhaupt keinen Sport gemacht, außer vielleicht als Schulkind in der Nachkriegszeit. 53 bin ich ja schon schulentlassen, das war eine stürmische Zeit. Keine Materialien. Da waren wir 49 Kinder im Alter zwischen 14 und 19 Jahren. Nein Sport habe ich nie gemacht.“

Autorin:

Ingrid war ihr ganzes Leben bereits immer aktiv. Sie traf sich viel mit Freundinnen und Verwandten. Sie machte gerne Radtouren, allein oder auch mit mehreren, backte Kuchen und reiste gerne. Häufig blickte sie aber auch einfach nur gerne in ihren mondbeschiedenen Garten, mit Buch in der Hand.

Aktuell im Ashram unterrichtet Ingrid die Hälfte des Jahres Rücken-Yoga und weitere Formen des Yogas. Die restliche Zeit lebt sie in ihrer alten Wohnung, vierzig Kilometer von Bremen entfernt.

Ingrid unterrichtet Yoga für Gäste, die sich eine Woche, ein Wochenende oder bloß einen Tag im Ashram aufhalten. Das ist nämlich möglich.:

Atmo.: Yogastunde. 30 Sekunden.

Autorin:

Wir betreten den nächsten Raum. Einen Yoga Raum. An der einen Wandseite reichen die Fenster von der Decke bis zum Boden. Der Raum ist aufgeräumt, modern, fast clean Ingrid trägt eine weiße Hose und ein weißes Oberteil. Sie steht vor einer Gruppe von circa 20 Männer und Frauen, die ebenfalls in bequemer Kleidung auf einer Matte. Ingrid gibt Kommandos. Die Teilnehmenden strecken ihre Arme in die Luft und Beugen sich vorne über, bis ihre Hände die Zehen berühren. Dann strecken sie erst das linke Bein und danach das rechte Bein nach hintern aus. So dass sie sich in der Haltung von Liegestütze befinden. Dann wieder rechte Bein nach vorne, danach das linke. Bis sie mit gebeugtem Oberkörper mit den Händen wieder ihre Zehen berühren.

Atmo.: Yogaunterricht.

O-Ton Ingrid:

„Ich denke, dass Menschen, die hier herkommen, Menschen, die zum Yoga gehen, haben sicherlich ja auch schon vorher eine Vorstellung davon haben, und ich bemühe mich dann, diese Aspekt anzusprechen, zu vermitteln, weil ich denke, man

überfordert niemanden, man sollte aber auch niemanden unterfordern. Hier kommen erwachsene Leute hin.

Und warum sollten die weniger aufnahmefähig sein, als ich es war, als ich eine Ecke über 60 war? Ich merke das auch. Wenn ich manchmal ins Gespräch komme mit Menschen, mit jüngeren als ich, mit viel, viel jüngeren als ich. Die mich ansprechen, die sich freuen, dass ich hineinbegleitet wurde, die sich freuen, dass ich ihnen Zeit lasse zu spüren und so weiter. Da geht mir mitunter das Herz auf, dass ganz junge Menschen wohl schon erreicht haben mögen, wo ich immer noch hinstreben muss, was ich so noch gar nicht erreicht habe. Da kommen mir so kluge feine Sachen. Ich lebe hier, Tag für Tag.“

Atmo.:

Klangschale. Gong ertönt. Gong ertönt.:

O- Ton Ingrid.:

„Das ist eine Klangschale. Es gibt viele verschiedene. Heute werden sie oft therapeutisch genutzt. Aber sie sind auch einfach so zur Einstimmung. Sie macht eine gute Schwingung zur Einstimmung. Und man kann dabei das Denken vergessen, wenn man hinhört. Ich liebe Klangschalen.“

Autorin:

Alt werden ist nichts für Feiglinge, so ein Sprichwort. Ingrid will vor allem eins: am Leben teilhaben, Chancen ergreifen und das Leben genießen. Sie führt ein aktives Leben.

Zu Beginn ihrer Lehrzeit wohnte Ingrid nur an Tagen im Ashram, an denen sie unterrichtete. Doch das änderte sich im Jahr 2010.

O-Ton Ingrid:

„Ich bin Shanti Vasi geworden. Da heißt Friedenbewohnerin.

Wie so oft in meinem Leben habe ich eine Sekundenentscheidung für mich gefällt. Und zwar durch ein Gespräch mit einer jungen Frau wurde ich darauf aufmerksam. Rita und ich sprechen, und dann sagte Rita und guckte mich so ganz nachdenklich an: ‚Mensch Ingrid, das könnte sein, dass ich etwas für dich habe.‘ Und das war, wenn ich mich richtig erinnere, der 30. Dezember 2010. Und an dem nächsten Tag, am 31., wurde mir dieses Zimmer gezeigt, nicht gerade groß, muss ich sagen, mit Duschbad drin. Und ja, ein bisschen klein, aber ein anderes gab es ja nicht, und ich habe gesagt: ‚Rita, das Zimmer nehme ich.‘

Autorin:

Für sie stand fest: Sie würde in den Ashram ziehen und natürlich hatte sie auch Bedenken, wenn sie daran, was ihre Familie zu ihrem Vorhaben sagen würde. Bis zu ihrem Umzug hatte sie ein leidenschaftliches Hobby, was sie mit ihrem Umzug aufgab.

O-Ton Ingrid:

„Ich als 49- Jährige einen Garten genommen. Ich habe mir ein sehr schönes Gartenhäuschen besorgt. Ich habe dann 87 eines bekommen, im Mai hatte ich unterschrieben und im Herbst habe ich mir ein Häuschen darauf setzen lassen. Mangold war immer eine Leidenschaft. Das ist wie mit dem Yoga. Das wurde mir neben meiner Berufstätigkeit als Krankenschwester eine echte Leidenschaft, behaupte ich mal. Garten, Garten, Garten.“

Das hat sich dann später auch durch yogische Ernährung ergänzt. Ich habe den Garten 26 Jahre gehabt. Ich wollte keine Tiefkühlkost mehr so gerne essen.“

Autorin:

Sie verkaufte Ihr Haus und das Gartengrundstück an eine für sie vertrauensvolle Person. Ihre Töchter nahmen das mit einem lachenden und einem weinenden Auge wahr. Ingrid musste sich entscheiden und tat dies auch. Sie verlegte ihren Lebensmittelpunkt: Sinnsuche, Körpererfahrung, Grenzüberschreitung – Spiritualität. Menschen, die hier leben, suchen für ihren normalen Alltag eine Alternative: so gibt es in Bad Meinberg ca. 170 feste Mitarbeiter, sogenannte Sevekas. Sie kümmern sich um den Unterricht, um das Buffet, die Gäste, Seminare, den Garten und vieles mehr. Neben diesen Personen gibt es noch 200 Mithelfer, die wählen können, wie lange sie bleiben wollen. Sie werden nicht in die Gemeinschaft als feste Angestellte aufgenommen, sondern sie leben bloß sporadisch vor Ort. Ich treffe die Leiterin des Hauses in Horn Bad Meinberg.

O-Ton Leiterin:

Meine Name ist (..) „Die Namen sind aus der Yogatradition, aus der indischen Tradition, das sind typischerweise Namen, die auch eine Bedeutung haben natürlich, die letztlich wie eine Art Ideal sind, auf die man sich hin entwickelt. Es gibt ja in verschiedenen Kulturen und Traditionen den Brauch, dass man bei bestimmten Schwellen seiner persönlichen Entwicklung oder bei Lebensstufen auch seinen Namen wechselt: Zum Beispiel in unserer Tradition hatten wir, wenn man heiratet zum Beispiel, oder in manchen und jetzt mein Name z. B. bedeutet Nirgunja, da steckt vorne das Nir wie im Nirvana drin und Gunas sind so die Grundqualitäten oder Eigenschaften und Nirgunja heißt: diejenige, die alle relativen Eigenschaften transzendiert. Das ist natürlich ein Ziel, auf das es letztens hin geht. Und der Zusatz Ananda da hinten, der ist speziell jetzt für die Einweihungstradition.“

Wami heißt ja auch so etwas wie, man könnte es auch mit dem Christlichen vergleichen, wie Mönche oder Nonnen. Konzept ist natürlich etwas anderes, aber vom Übergeordneten, und dort gibt es eben auch eine Tradition, man könnte sagen einen Orden, wo eben dieses Ananda an dem Namen drangehängt wird und heißt so viel wie die Freude oder die Wonne.“

Atmo.: Gong. Klangschale

Autorin:

Was bedeutet Spiritualität in dem Verständnis der Yoginis in Bad Meinberg?

O-Ton Leiterin:

Wenn man jetzt ein bisschen nachdenkt, - letztlich unsere Gedanken bestimmen, wie wir uns fühlen und wie wir unser Leben leben, und Gedanken sind ja auch nicht etwas, was man greifen kann. Von dem her ist Spiritualität nichts Abgehobenes, sondern geht noch mal weiter zu sagen: Jenseits dessen, was wir mit unseren physischen Sinnen wahrnehmen können, gibt es etwas, was noch darüber hinaus geht, und über diese ganzen Praktiken können wir dieses erfahren und lebendig werden lassen in uns selbst lebendig werden lassen, und das hilft dann auch letztlich auch im Alltag einen übergeordneten Standpunkt einzunehmen. Das wir, wissen, o.k. jetzt ärgere ich mich gerade über etwas oder da ist eine schwierige Situation und natürlich muss ich mit der in angemessener Weise umgehen, aber letztlich weiß ich, das ist nicht die einzige Wirklichkeit. Darüber hinaus gibt es noch etwas, wo ich mich immer wieder auch ja, eine tiefe Ressource auch in mir, wo ich dann zugreifen kann. Vielleicht kann man so Spiritualität auch definieren.

Autorin:

Bis sie wusste, dass Yoga ihr Lebensweg sein würde, musste sie 40 Jahre alt werden.

O-Ton Leiterin:

„Das waren zwei Ansätze, wie ich zum Yoga gekommen bin. Das eine war so der Weg über den, glaube ich, viele Menschen auch heute zum Yoga kommen, nämlich Rückenschmerzen, Kopfschmerzen. Ich war eben immer in so einem administrativen Beruf, und dann bin ich immer über die Volkshochschulen: Probier es mal mit Yoga, und dann war es super nach der ersten und zweiten Unterrichtseinheit von der Volkshochschule Rückenschmerzen weg, Kopfschmerzen weg. Und wie man es dann halt so hat, wenn es einem dann wieder gutgeht, vernachlässigt man es dann wieder. Der andere Weg war ein komplett anderer, nämlich so lange ich denken kann, so eine Art Sinnsuche, wo ich gedacht habe: Ey ist das wirklich alles, was die Menschen so machen? Zu Essen, zu schlafen, sich zu amüsieren und so hat mich das mein ganzes Leben lang beschäftigt von eigentlich Kindheit an.

Diese tiefe Suche, das kann nicht alles sein, bin ich irgendwann auf dieser Suche eben auch auf eine Yogalehrerausbildung gestoßen, und die habe ich dann auch gemacht.“

Atmo. Ohm Shanti Shanti

Atmo.: Küchenatmosphäre und Speisesaalatmosphäre

Autorin:

Endlich können sich allen an dem vegetarischen oder veganen Büffet bedienen. Gegessen wird zwei Mal am Tag. Der Magen soll 16 Stunden ungefüllt sein. Ab 14

Uhr beginnen Vorträge. Um 16 Uhr geht die nächste 90-minütige Yogaeinheit los. Ab 18 Uhr ist das Abendbuffet eröffnet. Am Abend gibt es weitere Seminare und Veranstaltungen. Die feste Regel heißt, dass ab 22 Uhr Ruhe in allen Räumen eintreten sollte und ab 22:45 Uhr absolute Ruhe ist.

Auch im Ashram gibt es Probleme, Sorgen und Nöte zwischen den Menschen, weil sie eben alle Individualisten sind-

Während Ingrids Blick in die Ferne schweift, erinnert sie sich an eine wichtige Zeit in ihrem Leben.

O-Ton:

„62 habe ich meinen Mann kennengelernt, einen Bundeswehrsoldat. Er war ein Ostfrieser. Dann ist das irgendwie weitergegangen, und dann wurden wir ein Liebespaar, und dann haben wir uns verlobt, und dann haben wir geheiratet, und zwar 17 Jahre. Und ich habe nie bereut bis heute, dass ich diesen Mann geheiratet habe. Und wenn man die Zeit zurückdrehen könnte, gehöre ich zu den Frauen, dann hätte ich ihn wieder geheiratet. Aber ich bin gegangen. Ja, ich bin gegangen. Ich habe ihn verlassen, und das habe ich auch nie bereut. Das war sehr schwer. Aber ich habe es nie bereut, und ich wäre nicht hier, wenn nicht letztlich irgendwelche Veränderungen im Leben positiv sind, und ich hoffe für meinen Mann, ja sicher, den Vater meiner Kinder.“

Autorin:

Ingrid hat eine Alternative zum Altenheim oder Alleineleben im Alter gefunden. Und mit ihren 78 Jahren arbeitet sie mehrmals pro Woche als Yogalehrerin. Mithilfe einer funktionierenden und verantwortungsvollen Gemeinschaft erhält sie sich ihre Selbstständigkeit. Mit einer Mitbewohnerin versteht sich Ingrid besonders gut. Es ist Claudia Patzig. Sie ist für die Öffentlichkeitsarbeit zuständig und lebt seit Frühjahr 2016 im Ashram.

O-Ton Claudia Patzig:

„Ich habe ein Zimmer bezogen, in dem ich meine wenigen Habseligkeiten untergebracht habe und bin dann hier vor Ort und habe dann hier auch meinen Arbeitsplatz, was wir in unserem Jargon Sevaka, bzw Dienstplatz nennen. Ich habe lange in Italien gelebt, da war ich selbstständig in der Modebranche: Ich war dann nach Deutschland zurückgekommen und bin 16 Jahre glücklich verheiratet gewesen. Bis dann der Tag x kam. Es war immer schon mein Wunsch, in einem Seminarhaus tätig zu sein bzw. in einem Ashram zu leben. Da ich eben Selbstständig war, habe ich keine sehr große Rente. Und dann hab ich mich hier in Bad Meinberg beworben, weil ich gesagt habe, das ist der Ort, wo ich leben möchte. Ich hatte wundervolle Menschen kennengelernt, wie auch Ingrid, deshalb freue ich mich auch besonders, hier zu sitzen, denn wir haben uns ausgetauscht. Ich war so dankbar für die Offenheit und Zuversicht, und da hat sie mir viel Vertrauen geschenkt, hier hinkommen zu können und auch alt werden zu dürfen. Denn wenn draußen altern nicht mehr respektiert wird, nicht mehr so, wie wir uns das eigentlich wünschen, so habe ich hier gesehen, wie kostbar Älterwerdende, nicht mehr jüngere Menschen sind, weil sie ist für mich jung. Sie ist für mich das lebende Beispiel. Sie ist für mich knapp 80. Ich

muss das jetzt mal sagen. Sie ist nicht mehr 70. Sie ist fast 80. Ich sehe da einen jungen Menschen mit einem jungen Geist und einem sehr mobilen Körper, die so kraftvoll auch ist im Unterricht und die Gruppe richtig liebevoll zu retten weiß. Das hat mir so imponiert, dass ich gesagt habe, wo sie alt werden kann und immer noch so jung ist, das möchte ich auch.“

Autorin.:

Ingrid steigt die Röte ins Gesicht, während sie ihrer Yogaschwester beim sprechen zuhört. Ihr macht die Aufgabe im Ashram einfach Spaß und deshalb bleibt sie am Ball. Ingrid arbeitete ihr ganzes Leben als Krankenschwester. Und auch heute noch arbeitet sie. Im Ashram ist es ein Geben und Neben. Ihre Arbeit bringt sie ins Gleichgewicht und sie braucht schon lange keinen Regenerationsschlaf zur Erholung. Sie ist weiterhin für Neues offen in ihrem Leben.

O- Ton Ingrid:

„Es könnte sich verschieben, ab nächstem Jahr, dass ich doch den größten Teil im Ashram leben will, und ja, es ist auch mein Zuhause hier, und ja, ich bin auch der Typ. Ich bin kaum in meiner Wohnung, dann bin ich da Zuhause. Das habe ich schon immer an mir gehabt. Da, wo ich auch bin, da bin ich dann Zuhause. Ja, meine Lebenshaltung: Natürlich sollte ich ganz yogisch denken, dann ist das alles relativ. Ich war mein Leben lang immer politisch sehr interessiert, wusste gut Bescheid. Ich war ein ganz heftiges Temperament, und ich wusste immer schon, dass ich immer sehr gerne alt werden möchte, weil ich das brauchte. Ich identifiziere mich schon mit allem, was mich ausmacht. Dazu stehe ich auch und auch jetzt. Ich heiße Ingrid. Ich bin Ingrid. Ich liebe die Erde. Ich liebe die Wahrheit. Ich kann das nicht ausdrücken. Das ist entweder ein einziger Begriff, in dem alles enthalten ist – oder es sind Milliarden von Begriffe und dafür ist der eigene Kopf zu klein, so einfach ist das für mich.“

Autorin:

Und sie hat noch eine weitere Überraschung parat, will sich noch einen weiteren Traum erfüllen.

O-Ton Ingrid:

„Und jetzt wird es knapp wegen meines Urlaubes, den ich geplant habe. Den Wagen voll geladen bis unters Dach, also Ich möchte die Sommermonate dieses Jahres auf Island verbringen. Drei Monate fast. Nicht ganz 83 Übernachtungen auf der Insel und 6 Tage, fast 7 Tage, für hin und zurück. Ich habe mein Zelt dabei. An fünf Vormittagen wird gekocht manchmal fünf Mal, manchmal sechs Mal die Woche, und dann gibt es auch mal eine Brotmahlzeit, je nachdem, was für einen Tag man hinter sich hat. Ich werde dort wandern und ich werde mein Zelt so oft wie möglich eine ganze Woche auf einem Platz haben und von dort auch Sternfahrten machen, und hinzukommt, dass ich, wenn ich auf die isländische Karte gucke, kann ich sagen, dass ich sie kenne, 1992 war ich schon mal dort, und dann kam meine Tochter Edna für acht Tage geflogen, und dieses Jahr wieder für acht Tage. Sie wird Tauchen zwischen den Kontinentalplatten zwischen der eurasischen und der nordamerikanischen.“