

Mama meditiert

Von Jasmin Meyers



... oder ist sie einfach nur verrückt geworden? Jedenfalls geht sie ihre Yogalehrer-Ausbildung mit sehr gemischten Gefühlen an. Und schildert den Kurs mit einer deftigen Prise Humor – als neue Fortsetzungsreihe in YOGA AKTUELL.

Anzeige

Die Ehe kaputt und das Kind verwaist – das waren Jasmins erste Schreckensvisionen als plötzlich der Wunsch auftauchte, eine Kundalini-Yogalehrer-Ausbildung zu machen. Wie kam es, dass sie mit 43 auf einmal ihr Körperbewusstsein entdeckte? Aber in mancher Hinsicht war sie immer eine Spätzünderin gewesen. Seit kurzem waren endlich die letzten Raten für das Studiendarlehen abbezahlt. Sie hatte einen wunderbaren Mann, einen lebhaften vierjährigen Sohn, einen tollen Job als Sprachlehrerin, nette Freunde. Warum sollte sie sich jetzt diesen zusätzlichen Druck aufladen?

Ihr Leben war okay. Absolut okay. Trotzdem war es an der Zeit, sich neu zu erfinden. Diesmal hieß die Mission »die erleuchtete Mutter«. Alles andere war halbgares Zeug. Engelkarten, Bachblüten, schamanische Reisen. Irgendwann war immer Ende-Gelände. Genug mit »Esoterik light«. Es hieß, die Yoga-Ausbildung sei heavy. Egal. Eine makellos strahlende Aura gab es nicht gratis. »Umsonst ist nur der Tod«, hatte schon ihre Oma gesagt.

Ihre Großmutter war schon viele Jahre im Himmel. Oder sonstwo. Denn der andere Lieblingspruch, den sie Jasmin gegenüber gebetsmühlenartig wiederholt hatte, war »bleibe im Land und ernähre dich redlich!« Die Oma war Bauersfrau gewesen. An Jasmins Füßen klebte auch eine Menge Erde. Jetzt war die Zeit reif, das alte Karma abzuschütteln. Die Lehmklumpen und ängstlichen Parolen, die ihr Dasein geprägt hatten, ein für allemal loszuwerden.

Kundalini-Yoga war so »extreme« wie Bungee-Jumping. Die ganz heftige Yoga-Variante. In der man körperlich irgendwann nur noch innerlich um Gnade winselte. Dann kam im Unterricht immer die Meditation. Wenn Jasmin schließlich völlig erschöpft dalag, war es unmöglich an Einkaufslisten und Fensterputzen zu denken. Dann schwebte sie. Manchmal der Oma entgegen. Mit der sie sich im Universum aussöhnte. »Du wirst an deine Grenzen stoßen!«, hatte man Jasmin gewarnt. Das schreckte sie nicht ab. Im Gegenteil. Die Idee ließ sie nicht mehr los. Einmal pro Woche Yoga reichte nicht mehr. Ihr Leben lang hatte Jasmin vernünftige Dinge gemacht. Zeitlebens hatte sie sich um den Intellekt gekümmert, allmählich sollte auch der »Rest« zu seinem Recht kommen. Jegliche Negativität würde dann endgültig aus dem Kern ihrer Zellen entfernt werden.

Wenn sie ihren Sohn Max herumspringen sah, begriff Jasmin dass sie seit ihrer Kindheit RUMGESESSEN hatte. »Sitzende Tätigkeiten« ausgeführt hatte. Jetzt war Schluss damit! Konkret bedeutete die Ausbildung neun Wochenenden und zwei Intensivwochen von der Familie getrennt zu sein. Hielt ihre Ehe das aus? Ihr Mann nickte. »Mach es!«, ermutigte Rainer die überraschte Jasmin.

Die Lehrer trugen spirituelle Namen. Simran, die Frau bei der Jasmin sich anmeldete, entpuppte sich als Mann mit Turban und Rauschbart. Vielleicht sollte sie auch so einen esoterischen Namen beantragen?, überlegte Jasmin. Was wenn der Name, der angeblich ihre wahre Identität ans Licht bringen würde, ein Dumpfbackenname wie Jasmin »Hubbabubba«

Meyers wäre? Umtausch ausgeschlossen. Sie ließ es erstmal bleiben...

Am ersten Ausbildungswochenende traf sie auf zwanzig zukünftige Kolleginnen und Kollegen. Die Stimmung in der Halle war erhaben. Heilig irgendwie. Alle waren in Weiß gekleidet. Die nahmen die Sache hier wirklich ernst! Jasmin trug Khaki und Pink. Weiß war keine ideale Farbe für sie, hatte die Farbberaterin damals gesagt. Aber es gab ja viele Varianten von »weiß«. Sie würde es mit einem Champagner-Ton versuchen. Oder mit Eierschalen-Weiß? Nach dem Wochenende stand eine intensive Shopping-Tour an, beschloss Jasmin erfreut. Sich neu zu erfinden hieß schließlich auch, sich optisch zu verändern.

Bei der Vorstellungsrunde meinte eine junge Frau, sie habe gehört, in der Szene würden eine Menge Spinner rumlaufen. Wenn das hier auch so wäre, würde sie die Ausbildung ganz schnell wieder an den Nagel hängen! Jasmin hatte sich vorgenommen, bescheiden aufzutreten. Sich nicht wie diese Frau mit drastischen Äußerungen in den Vordergrund zu spielen.

Anzeige



Ein Beitrag von Jasmin Meyers