

rungsfonds. Ob sie unter Liebesmangel leiden oder nicht, interessiert mich nicht. Aus meiner Sicht leiden sie unter einem Übermaß an Macht – und davon möchte ich sie befreien. Weil ich das Kind im Irak liebe, die Frau in den Favelas, den achtzehnjährigen Rekruten der Marines, der sich niemals erträumt hatte, Bomben auf Zivilisten werfen zu müssen. Ich kann sie oder mich oder meine Gemeinschaft nicht wirklich lieben, ohne die realen Unterschiede in den Interessen und Handlungen zwischen „ihnen“ und „uns“ zu benennen – zwischen denen, die zu wenig soziale Macht haben, und denen, die zu viel davon haben.

Dieses Machtgefälle abzubauen, bedeutet, ein riesiges System zu verändern. Und Systeme lassen sich nicht leicht verändern. Systeme versuchen, sich selbst zu erhalten und suchen daher Stillstand. Um ein System zu verändern, musst du es schütteln, das Gleichgewicht unterbrechen. Das erfordert Konfliktbereitschaft. Für mich ist ein Konflikt ein tief spiritueller Raum. Es ist ein hochenergetischer Raum, in dem die eine Macht auf die andere Macht trifft, wo Wandel und Verwandlung stattfinden kann.

Ich gehe zu den Konfliktpunkten, weil ich glaube, dort nützlich sein zu können – durch bewusste De-Eskalation von Gewalt oder durch das Bewahren einer klaren Intention inmitten des Chaos oder manchmal auch nur als Zeuge.

Unsere transpersonalen Werkzeuge und Einsichten, unser Gewahrsein von Energien und Bündnispartnern auf vielen Ebenen, können unser politisches Handeln vertiefen und gestalten. Und unser politisches Handeln kann unsere Spiritualität und Magie vertiefen, indem es hilft, innere Räume zu schaffen, die auf die wirklichen Herausforderungen dieser Welt antworten, die uns Heilung und Erneuerung für die Fortsetzung unserer Arbeit bieten und eine Gemeinschaft entstehen lassen, für die Geist und Aktion eins sind. ♣

*Dieser Text erschien erstmalig im Herbst 2003 im Magazin Reclaiming Quaterly [www.reclaimingquarterly.org](http://www.reclaimingquarterly.org). Aus dem Englischen von der eurotopia-Redaktion. [www.starhawk.org](http://www.starhawk.org), [www.worldIQ.org](http://www.worldIQ.org).*

*Starhawk wurde 1951 in den USA als Miriam Simos geboren. Sie hat mehrere Bücher zur Göttinnenreligion und zu weiblicher Macht veröffentlicht (z. B. „Wilde Kräfte“ 1987; ihr erster utopischer Roman „Das fünfte Geheimnis“ erschien 1993). Als Ökofeministin und Friedensaktivistin bietet sie weltweit zusammen mit dem Reclaiming-Kollektiv Workshops und öffentliche Rituale an. Zeitweise lebt sie zurückgezogen in Sonoma County, wo sie auf einer 16 Hektar großen Ranch Permakultur betreibt.*

## eurotopia

### Leben in Gemeinschaft: Anders besser leben

**eurotopia** engagiert sich für nachhaltige, solidarische und humane Lebensweisen und für ein kooperatives Zusammenleben weltweit.

**eurotopia** stellt zukunftsfähige Ideen, Projekte und Menschen vor und berichtet über konkrete Wege, im Alltag anders und besser zu leben.

**eurotopia** interessiert sich für selbstbestimmte Gemeinschaften als ganzheitliche Lebensschulen.

**eurotopia** verbindet Gemeinschafts-Initiativen.

**eurotopia** unterstützt den Aufbruch zu einer neuen, integralen und gewaltfreien Kultur.

Mehr Informationen über Gemeinschaftsprojekte in Europa finden Sie im **eurotopia-Verzeichnis**, Ausgabe 2004: 348 Selbstdarstellungen auf 448 Seiten, 18,00 Euro.

Tel. (03 9000) 512332

E-Mail: [info@eurotopia.de](mailto:info@eurotopia.de)

Internet: [www.eurotopia.de](http://www.eurotopia.de).

**eurotopia** kooperiert mit der Initiative „Aufbruch anders besser leben“. Nähere Informationen: [www.anders-besser-leben.de](http://www.anders-besser-leben.de)

## Die Gemeinschaft Ananda Assisi

*Ein Yoga- und Meditations-Retreat im Herzen Italiens.*

*Vorgestellt von Boris Jaerschkey*

**Der indische Yogameister Paramhansa Yogananda bezeichnete es als eines seiner Ziele, „einen Geist der Brüderlichkeit unter allen Menschen zu verbreiten und dabei zu helfen, dass in vielen Ländern autonome, sich selbst versorgende Weltbruderschaftskolonien entstehen, geprägt von einem einfachen Leben und hohem Idealismus.“ Er warnte vor allem vor den kommenden Kriegen und Wirtschaftskatastrophen. Und er sagte voraus: „Der Tag wird kommen, wo diese Idee sich wie ein Lauffeuer über die Welt verbreitet.“ Sein Schüler Kriyananda versucht seit seiner ersten Begegnung mit Yogananda im Jahr 1948, mit den Ananda Villages diese Vision umzusetzen.**

**W**er einen Ort der Ruhe sucht, an dem man spirituell auftanken kann, an dem man meditieren, Yoga praktizieren und spirituelle Freundschaft finden kann, der sollte einmal einen Sprung nach Ananda Assisi wagen: Im Herzen Italiens gelegen, ist das spirituelle Retreat-Zentrum seit 18 Jahren ein beliebter Ort für spirituell orientierte Menschen.

Wöchentlich treffen Gäste ein, um Kurse zu besuchen, Inspiration zu finden und innerlich zu wachsen. Als Gast kann man den Rummel und den Stress des Alltags hinter sich lassen und sich ganz den inneren Geschenken widmen. Und darin sieht Ananda Assisi seine Aufgabe: ein Umfeld zu schaffen, das dem inneren Wachstum zuträglich ist. Wie alt der Einzelne ist, welcher Religion er entstammt oder aus welchem Land er kommt – all dem wird wenig Beachtung geschenkt: Auf das Innere kommt es an, das Innenleben soll blühen und sich entfalten können.

Ananda Assisi befindet sich in Umbrien, 16 Kilometer von Assisi entfernt. Umbrien wird gerne die „geheime Toskana“ genannt – wegen der wunderschönen Landschaft, der beeindruckenden Orte und der angenehmen, im Vergleich ruhigen Atmosphäre. Man fühlt hier die Nähe des *Franziskus von Assisi*, dessen Leben von Liebe zu Gott und den Menschen, zu Pflanzen und Tieren, zu Sonne und Regen, zum Feuer und den Flüssen geprägt war. In Ananda schätzt man die Heiligen aller Religionen, die auf ihre Weise zum Wohlergehen der Menschheit beigetragen haben.

Die Gäste und Bewohner von Ananda Assisi stammen aus allen Kulturen und Religionen. Gelegentlich muss man sich vielleicht mit Händen und Füßen verständigen, aber normalerweise trifft man immer andere Gäste und Bewohner, die die eigene Sprache sprechen.

### Die Geschichte der Weltbruderschaftsgemeinschaften

„Ananda“ ist ein Wort aus dem Sanskrit und bedeutet „Glückseligkeit“. Es bezieht sich auf den inneren Zustand der Seele, der reine Freude ist.

Entstanden sind die bis heute sieben Ananda-Gemeinschaften in Amerika, Italien und Indien durch den tiefen Wunsch von *Swami Kriyananda (Donald Walters)*, einem direkten Schüler des indischen Yogameisters *Paramhansa Yogananda*. Swami Kriyananda wollte ein inspirierendes Umfeld zu schaffen, in dem die Bewohner und Gäste sich höheren Idealen widmen können. Kriyananda ist einer der



selteneren Träumer, die wissen, wie man seinen Traum verwirklicht. Unaufhörlich arbeitete er seit den 60er-Jahren (der Blütezeit der „Flower-Power-Bewegung“) daran, spirituelle Gemeinschaften aufzubauen. Viele gründeten damals Gemeinschaften, aber fast keine überlebte. „Sei praktisch in deinem Idealismus“, war eines der Mottos von Kriyananda. Andere Fragen und Mottos waren „Funktioniert das auch tatsächlich?“ oder „Menschen sind wichtiger als Dinge“ und das indische Sprichwort: „Wo rechtes Handeln herrscht, dort ist der Sieg.“

Kriyanandas Lehrer Paramhansa Yogananda hatte oft mit großem Enthusiasmus von seiner Vision der „Weltbruderschaftsgemeinschaften“ gesprochen. Seine Lehren, die die Spiritualität und das praktische Leben verknüpfen, waren der Grundstein für dieses Projekt. So entstand 1967 die erste Ananda-Gemeinschaft in Kalifornien, in der Nähe von Nevada City. Aus spartanischen Anfängen wuchs eine beeindruckende, schöne Dorfgemeinschaft, das „Ananda-Village“. Dort findet man alles, was zu einem Dorf gehört: Häuser für 350 Bewohner, einen Kindergarten, eine Schule, einen Markt, Geschäfte, und ein Retreat-Zentrum für Gäste. Mit der Zeit entwickelten sich weitere amerikanische Lebensgemeinschaften – meist in Städten, teils auf dem Land.

1986 nahm dann die erste und bisher einzige europäische Ananda-Gemeinschaft bei Assisi ihren Anfang. Hand in Hand aufgebaut von Amerikanern, Deutschen und Italienern, begann das Gäste-Retreatzentrum bald zu blühen. Mittlerweile kommen jährlich rund 1000 Besucher, um für ein Wochenende, eine Woche oder länger an Kursen teilzunehmen. Ein paar Jahre später wurde der Versand- und Großhandel „Inner Life“ aufgebaut, über den man u. a. Yogamatten, Bücher, Musik, Statuen etc. beziehen kann.

Das Retreatzentrum und die Handelsfirma Inner Life werden von vielen der rund 70 Mitglieder der Gemeinschaft getragen. Ananda Assisi dürfte die Ananda-Gemeinschaft mit der größten internationalen Zusammensetzung sein: Die Mitglieder kommen aus acht verschiedenen Ländern, und im Zusammensein wird Italienisch, Englisch und Deutsch gesprochen.

Noch muss sich in Ananda Assisi einiges entwickeln, bis



man von einer Dorfgemeinschaft wie zum Beispiel in Ananda Village in Kalifornien sprechen kann: Eine Schule ist geplant, Geschäfte, mehr Häuser in direkter Nachbarschaft, ein Gemeinschaftszentrum ...

Die Menschen, die in und um Ananda Assisi herum leben, praktizieren alle die Lehren und Meditationstechniken des Pfads des Kriya Yoga, wie ihn Yogananda in den Westen gebracht hat. Sie haben bewusst Yoganandas Ideal eines einfachen Lebens, verbunden mit hohen Idealen, gewählt, und versuchen, mit dem Göttlichen in sich selbst in Verbindung zu treten und dies auch in ihre Alltagsaktivitäten zu tragen. Sie meditieren jeden Morgen und Abend entweder mit den Gästen oder bei sich zu Hause.

Von neun bis sechs, oder wie immer es der jeweilige Tagesablauf verlangt, arbeiten sie in den diversen Abteilungen von Retreat oder Inner Life, einige von ihnen auch außerhalb in eigenen Betrieben.

Das Mittagessen wird meistens gemeinsam im Retreatzentrum eingenommen und ist ein guter Zeitpunkt für die Mitglieder, sich zu sehen und sich miteinander oder mit den Gästen auszutauschen.

### Der „Tempel des Lichts“

Der spirituelle Mittelpunkt von Ananda Assisi ist der „Tempel des Lichts“, der mit seinem geschwungenen blauen Dach, der besonderen geometrischen Form und der blütenähnlichen Kuppel inmitten eines Pinienwaldes aufragt.

Die Themen der Kurse, die dort stattfinden, sind weit gefächert und basieren alle auf den undogmatischen Lehren von Paramhansa Yogananda, dessen Buch, die „Autobiographie eines Yogi“, bis heute weltweit große Beachtung findet. Yoganandas Anliegen war es, das Beste aus dem

Westen und Osten zu vereinen. Beide haben einander viel zu geben, und die Religionen in Ost und West tragen denselben Kern der Wahrheit in sich – nur das äußere Gewand ist verschieden.

Die angebotenen Kurse beinhalten Themen wie „Einführung in die Meditation“, Yogakurse, „Selbstheilung“, „Ayurveda“, „Kriya Yoga“, Kurse für Eltern und Kinder („Familienwoche“), „Vedische Astrologie“, „Die Chakras“, „Das



Herz öffnen“ und etliches mehr. Jeder Kursteilnehmer hat die Möglichkeit, die Meditation zu erlernen wie auch Yoganandas Energie-Aufladeübungen und einfache Yogastellungen.

Der Tagesablauf für den Gast sieht folgendermaßen aus: Am Morgen kann man gemeinsam mit den Bewohnern an den spirituellen Übungen teilnehmen („Sadhana“ genannt), entweder an einer langen stillen Meditation oder an geleiteten Übungen mit einer Einführung in die Meditation. Danach geht es zum gemeinsamen Frühstück in Stille. Wer will, kann anschließend für eine halbe Stunde am „Karma Yoga“ zur Spiritualisierung des Alltags und der Arbeit teilnehmen.

Um 11 Uhr findet der Vortrag zum Thema der Woche (oder des Wochenendes) statt, gefolgt vom Mittagessen. Nachmittags wird eine Yogastunde angeboten, öfters auch Workshops zum Erlernen von spirituellen Techniken, gefolgt von gemeinsamer Meditation. Das Abendessen wird wieder schweigend eingenommen – was von vielen Gästen als sehr bereichernd empfunden wird. Abends findet oft ein inspirierendes Programm statt.

Ananda Assisi ist für seine ausgewogene, abwechslungsreiche vegetarische Küche bekannt, und natürlich gibt es auch traditionelle italienische Köstlichkeiten. Alkohol und Drogen sind nicht erlaubt, und Raucher müssen auf der Straße rauchen. Kaffeetrinker kommen jedoch nicht zu kurz.

Gäste und Bewohner sind in landestypischen, einfachen Häusern mit schlichten, aber schönen Zimmern untergebracht. Im Sommer kann man auch zelten.

Seit einigen Jahren leiten Mitglieder von Ananda Assisi auch verschiedene Pilgerfahrten, die meist nach Indien führen und „Auf den Spuren Yoganandas“, „Abenteuer Hi-

malaya“, „Ayurveda und Yoga in Kerala“ heißen. Wer sich einen erholsamen und spirituellen Urlaub gönnen möchte, kann im Ayurveda-Programm fündig werden.

Swami Kriyananda hatte lange Jahre in Ananda Assisi gelebt und dort viele seiner Bücher geschrieben und Vorträge im Tempel des Lichts und in einigen größeren Städten Italiens gehalten.

Im November 2003 ging er nach Indien, um das Werk seines Meisters Paramhansa Yogananda neu zu beleben. Er begann zusammen mit einigen langjährigen Ananda-Mitgliedern aus Amerika und Italien, in einem Haus in einem der Vororte von Neu-Delhi Vorträge zu halten.

### Neues Spirituelles Wachstum in Indien

Inzwischen sind es dort drei Häuser, in denen 20 Menschen leben, darunter auch etliche Inder. Die nächste Ananda-Gemeinschaft beginnt sich zu formen. Das Interesse in Indien ist groß. Viele Menschen der inzwischen gewachsenen Mittelschicht haben bereits genügend äußeren Wohlstand gefunden (verbunden mit einem immer hektischer werdenden Arbeitsleben), um sich des mangelnden inneren Wohlstands bewusst zu werden.

Obwohl Indien so reich ist an spiritueller Tradition und diese den meisten auch bekannt ist, wird sie jedoch nur von wenigen praktiziert. Anandas Angebote an Meditations- und Yogakursen, spirituellen Büchern und Musik werden daher gern angenommen. Swami Kriyananda konnte in der Presse publizieren, und inzwischen strahlen drei TV-Sender täglich halbstündliche Vorträge aus, in denen er über Paramhansa Yogananda und dessen Lehren spricht.

Für alle, die spirituelle Ferien machen, Meditation und Yoga erlernen, sich tiefer mit dem Pfad des Kriya Yoga beschäftigen oder einfach für einen halben Tag vorbeischaun möchten, ist das Ananda Retreatzentrum das ganze Jahr über offen. Die Mitglieder von Ananda Assisi freuen sich immer, neue Gesichter zu sehen und gemeinsam mit den Gästen den inneren Weg zu gehen und zu immer neuen und tieferen Erkenntnissen zu gelangen. ♡

### Ananda Assisi in Italien

Ananda Assisi ist seit 1986 im Aufbau und Teil eines internationalen Netzes spiritueller Gemeinschaften und Retreatzentren, die 1968 von Swami Kriyananda (Donald Walters), einem direkten Schüler Paramhansa Yoganandas, gegründet wurden. Es leben zur Zeit etwa 70 Gemeinschaftsmitglieder aus 8 Nationen dort, die sich der spirituellen Suche gemäß den Lehren der Selbstverwirklichung gewidmet haben und ein „einfaches Leben mit hohen Idealen“ führen wollen. Die Mitglieder bilden eine Einkommens- und Eigentums-gemeinschaft. Alle wichtigen Entscheidungen werden im Konsens entschieden.

Der Hauptarbeitsbereich ist das Gästezentrum. Die Preise richten sich nach Art der Unterbringung (Mehrbettzimmer, Einzel- oder Doppelzimmer, mit oder ohne Bad). Die Kurse werden auf Italienisch gegeben und immer ins Englische übersetzt, einige auch ins Deutsche.

### Kontakt und weitere Informationen

Ananda Assisi, Via Montecchio 61, I-06025 Nocera Umbra (PG)  
Anfahrt: Il Refugio, Via Montecchio 61, (Strada Statale 444, km 17, zwischen Gualdo Tadino und Assisi)  
Telefon: (0039) (0742) 813-620, Fax: -536  
Für Anmeldung und Info: info@ananda.it

### Literatur

Donald Walters (Kriyananda), „Städte aus Licht“, Ch. Falk Verlag.

### Internet

Kursangebote und Info: www.ananda.it  
Inner Life Produkte: www.innerlife.it  
Ananda Meditationsgruppen in Deutschland: www.ananda-deutschland.de  
Ananda America: www.ananda.org,  
www.expandinglight.org  
Ananda Indien: www.anandaindia.org