



Indra Devi

Koningin van de yoga

Ze voelde zich 'zo licht en zorgeloos als een schoolmeisje tijdens de zomervakantie' na haar eerste yoga-ervaring. Asana's en meditatie brachten Indra Devi zoveel, dat ze de yoga-leer tot het einde van haar leven - ze werd 102 - wereldwijd heeft uitgedragen. Het levensverhaal van *the first lady of yoga*.

Toen ze al ver in de negentig was kreeg Indra Devi op het vliegveld een keer een rolstoel aangeboden. Ze liet zich gedwee voortduwen, maar zodra ze in de aankomsthal was, sprong ze er kwiek uit en rende er giechelend vandoor. Haar motto 'forever young, forever healthy', ook de titel van één van haar yoga-boeken, bracht ze tot het einde van haar lange leven in de praktijk. Het leven van Indra Devi (1899-2002) liep parallel met de gehele twintigste eeuw, waarbij haar missie om yoga te verspreiden haar in alle uithoeken van de wereld bracht. Wat het verhaal extra smeuïg maakt is dat ze als een soort vrouwelijke Forrest Gump voortdurend midden in de grote gebeurtenissen van haar tijd terecht kwam. Ze maakte als kind de Eerste Wereldoorlog en de Russische Revolutie mee, volgde Krishnamurti naar Nederland, ontmoette Gandhi en Nehru in India, doorleefde de Tweede Wereldoorlog in het door Japan bezette Shanghai, onderwees yoga aan beroemdheden in het Hollywood van de jaren zestig, surfte als volgeling van Sai Baba mee op de goeroe-golf van de jaren zeventig en wist indirect een politieke revolutie te ontketenen die

het corrupte regime van Panama omverwierp. Overal waar ze kwam maakte ze mensen enthousiast over de yoga die ze in India had geleerd en groeide ze uit tot hét vrouwelijke yoga-icoon van de vorige eeuw. Haar hoge leeftijd - ze werd 102 jaar - in combinatie met haar ijzersterke gezondheid en aanstekelijke levenslust maakte haar een wandelend uithangbord voor yoga's fysieke en geestelijke zegeningen. Ze had duizenden bewonderaars, maar bleef altijd zichzelf. 'Ik wil graag gezegd hebben dat ik vreselijk menselijk ben met alle menselijke tekortkomingen van dien,' schreef ze in haar autobiografie. 'Ik bezit geen spootje van heiligheid.'

VERLANGEN NAAR INDIA

Indra Devi werd in 1899 als Eugenia Peterson geboren in Riga, de hoofdstad van het huidige Letland, dat destijds bij Rusland hoorde. Als ze 14 jaar oud is ontdekt ze in de boekenkast van een vriend van haar moeder een boek over yoga. Gefascineerd door de onbekende, mystieke filosofie flapt ze eruit: 'Ik wil naar India!' En al kwam het daar toen niet direct van, het verlangen liet haar niet meer los. >

> Net als haar moeder werd Eugenia actrice. Op de vlucht voor het communistische regime woonden ze een paar jaar samen in Berlijn, tijdens de hoogtijdagen van het cabaret in de jaren twintig. Ondanks haar bescheiden successen op toneel, bleef ze naar India verlangen. Op een dag kreeg ze een folder in handen van de Orde van de Ster in het Oosten, een spirituele organisatie die een zomerkamp organiseerde in het Nederlandse Ommen. De jonge Indiase 'wereldleraar' Jiddu Krishnamurti, door de organisatoren beschouwd als de nieuwe messias, zou er aanwezig zijn. Voor Eugenia voelde het als een buitenkans om iets van haar Indiase droom waar te maken en ze reisde vanuit Riga per trein naar Ommen. Krishnamurti's lezingen en meditaties zorgden voor een ommekeer in haar leven. 'Zonder het toen te beseffen had ik mijn eerste stappen gezet op het pad naar yoga, met Krishnamurti als mijn leraar en gids,' schreef ze. Krishnamurti was ook haar paspoort om het land van haar dromen te bezoeken. In 1927 vergezelde ze hem als volgelinge op zijn lezingentournee door India, waarbij ze de beroemde dichter en Nobelprijswinnaar Tagore ontmoette en ook de ashram van Gandhi bezocht. Het samengaan van spirituele idealen met het praktische dagelijkse leven dat Eugenia overal in India tegenkwam, had een magische uitwerking op haar en ze zwoer terug te keren.

GEEN GENOEGEN MET DE ZIJLIJN

Tijdens haar tweede bezoek aan India ontmoette Indra haar eerste man, een Tsjechische diplomaat. Ze belandde in een comfortabel, maar saai leventje als diplomatenvrouw. Het bracht haar wel in contact met de Indiase premier Nehru, met wie ze bevriend raakte, en ze ontmoette ook Gandhi, die een diepe indruk op haar maakte. Maar ze was teleurgesteld over haar rol aan de zijlijn. 'Is dit waarom ik naar India ben gekomen? Om een geliefde gastvrouw en

feestganger te worden?' vroeg ze zich vertwijfeld af. Ze werd ziek en had last van depressies, een donkere periode die vier jaar duurde. Toen ze er weer bovenop was besloot ze om yoga te gaan beoefenen. Ze had gehoord dat de lichaamshoudingen of *asana's* een beschermende werking hadden tegen ziektes en depressies. Daarnaast snakte ze naar een nieuwe uitdaging in haar leven.

Op een huwelijksfeest in het paleis van een Indiase maharadja ontmoette ze Sri Krishnamacharya, leermeester van de wereldberoemde yogi's Pattabhi Jois en B.K.S. Iyengar. Hoewel ze wist dat de yogi geen vrouwen of buitenlanders onderwees, vroeg Eugenia hem haar leermeester te worden. Mede dankzij wat zachte druk van de maharadja stemde Krishnamacharya met tegenzin toe. Eugenia werd meteen aan een streng yoga-regime onderworpen. Zo moest ze vóór zonsopgang opstaan om twee uur *asana's* en meditatieoefeningen te doen en om half tien 's avonds weer in bed liggen. Daarbij volgde ze een streng vegetarisch dieet zonder suiker, kruiden, koffie of thee. Ook mocht ze niet reizen, waardoor ze haar man maandenlang niet zag. Aanvankelijk worstelde ze met de strenge regels en voorschriften. Maar na een paar maanden begon de strenge discipline vruchten af te werpen: haar huid begon te stralen en ze kreeg nieuwe levenslust en energie. Haar nervositeit en depressie verdwenen als sneeuw voor de zon. 'Ik voelde me zo licht en zorgeloos als een schoolmeisje tijdens de zomervakantie,' schreef ze. Ook Krishnamacharya was trots op haar vooruitgang. Na acht maanden droeg hij haar op de yoga in andere landen te verspreiden. *You can do it and you will do it!* antwoordde hij ferm toen Eugenia wat onzeker protesteerde.

HET ONTSTAAN VAN YOGA

Indra Devi's levensverhaal is ook het verhaal van de ontstaansgeschiedenis van de westerse yoga, de yoga van de rubberen matjes, trendy yogakleding en luxe yogastudio's, compleet met superfoods en smoothies. In India is deze yoga echter nauwelijks te vinden. Daar verwijst yoga naar een spirituele methode van zelfdiscipline, seksuele onthouding en meditatie om het ego te vernietigen en verlichting te bereiken. Wat is dan de echte yoga? Allebei, zou Indra Devi zeggen. Haar leermeester Krishnamacharya had een nieuwe yogavorm geschapen: hij combineerde traditionele hatha yoga - lichaamshoudingen bedacht door Indiase yogi's uit de twaalfde eeuw om urenlang in de lotuspositie te kunnen mediteren -

met Indiase gymnastiek- en worsteloefeningen, aangevuld met Scandinavische rek- en strekmethodes die via het Britse leger in India waren geïntroduceerd. Indra Devi voegde daar nog wat hindoeïfilosofie aan toe, evenals een nadruk op een gezonde levensstijl en goede voeding. Zo is de yoga die we vandaag de dag kennen in het Westen een unieke schepping met zowel oosterse als westerse wortels.

SPREADING THE WORD

Na haar training bij Krishnamacharya opende Eugenia haar eerste yogastudio in Shanghai, waar haar man als diplomaat naartoe was gestuurd. Voor het eerst ging ze zichzelf Indra Devi noemen, een verwijzing naar haar artiestennaam waarmee ze in India als actrice en danseres had opgetreden. Na een serie lezingen op chique clubs en in het diplomaten circuit begon haar yogastudio te groeien. De vele expats in Shanghai merkten dat yoga hen hielp tegen hoofdpijn, slapeloosheid en angsten. Het waren de donkere dagen van de Tweede Wereldoorlog en de bezetting van Shanghai door Japan. In december 1941 gaf ze één van haar meest memorabele yogalessen voor de werknemers van het Amerikaanse consulaat, die als krijgsgevangenen in een hotel werden vastgehouden. Na de oorlog vertelden sommigen van hen hoeveel de lessen hadden geholpen om die zware jaren te doorstaan. Na de oorlog scheidde ze van haar man, met wie ze een verstandshuwelijk had, en verhuisde ze naar Californië om de boodschap van yoga daar te verspreiden. Ze huurde een appartement in de heuvels boven Hollywood en opende een yogastudio aan de prestigieuze Sunset Boulevard in hartje Los Angeles. Zo begon ze op haar vijftigste levensjaar weer helemaal opnieuw, vol van het enthousiaste optimisme dat haar eigen was. Indra maakte zich snel geliefd bij de jetset uit Hollywood en vele beroemdheden bezochten haar studio. Ook ontmoette ze haar tweede man, een succesvolle antroposofisch arts, en raakte ze hecht bevriend met actrice en modeontwerpster Gloria Swanson. De laatste hielp haar met het publiceren van haar boek 'Forever young, forever healthy' dat een bestseller werd. Al snel kreeg Indra Devi de bijnaam 'The first lady of yoga'. Op het hoogtepunt van de Koude Oorlog werd ze zelfs door het Kremlin uitgenodigd om een lezing te geven over yoga en reisde ze voor een eenmalig bezoek terug naar haar geboorteland. Yoga begon overal populair te worden.



Indra Devi met haar dierbare vriendin actrice Gloria Swanson

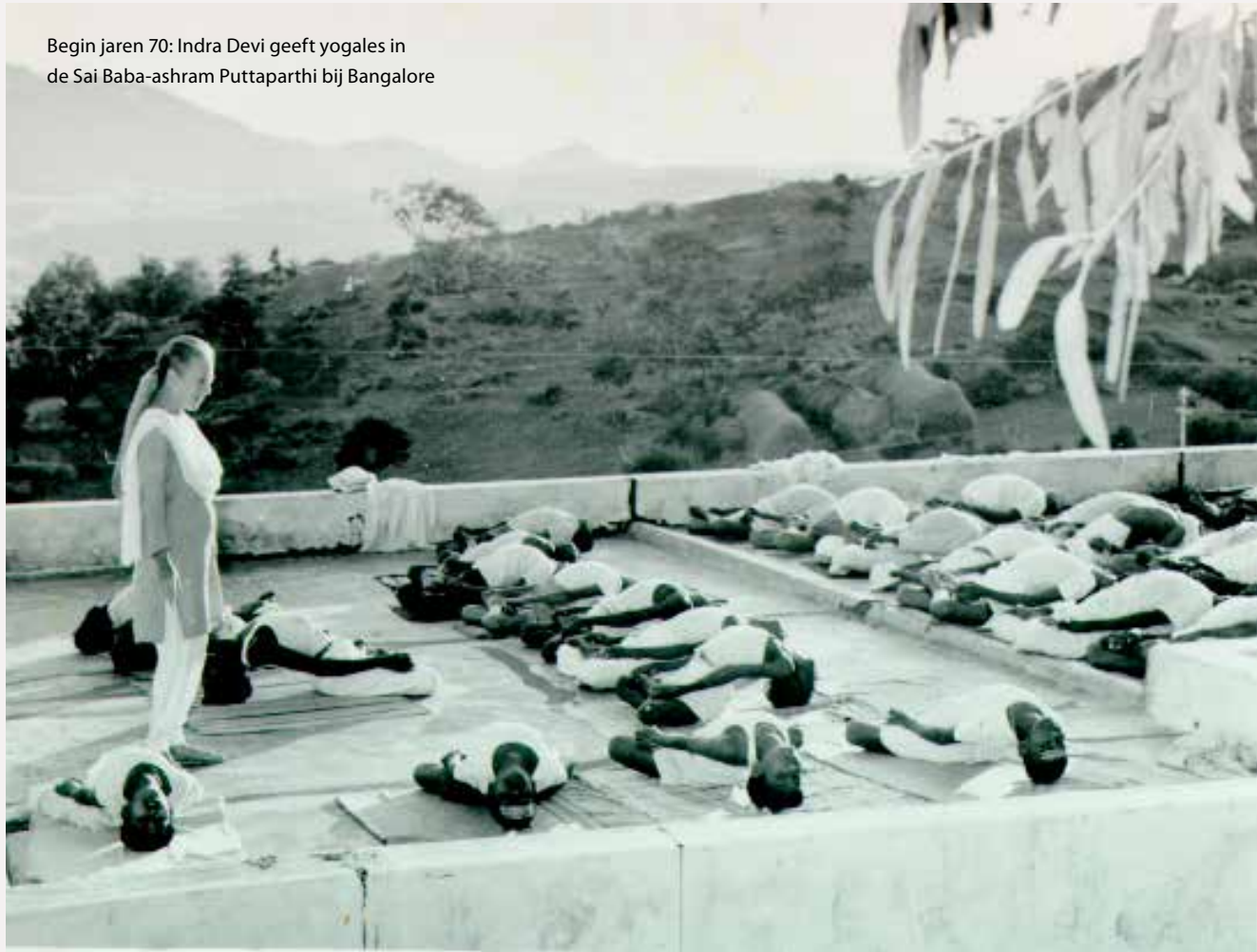
'Als kind voorvoelde ik dat geluk alleen toeviel aan degenen die hun eigen pad durfden te volgen'



Tot op hoge leeftijd bleef Indra Devi yogalessen geven

'De combinatie van liefde en onthechtheid vormt het beste recept voor een licht en gelukkig leven'

Begin jaren 70: Indra Devi geeft yogales in de Sai Baba-ashram Puttaparthi bij Bangalore



‘Ik bezit geen spoor van heiligheid,’ schreef ze in haar biografie



Sai Baba, de goeroe die van zijn voetstuk viel

> FREE SPIRIT ÉN DEVOOT

In de jaren vijftig was de medische wereld zich net bewust geworden van de gevaren van stress. Yoga bleek een uitstekend medicijn. In de VS beschreef Indra Devi yoga daarom vooral in wetenschappelijk termen, als een techniek die klieren en hormonen in balans brengt. Begin jaren zestig veranderde ze van toon. Ze had het gevoel dat yoga de wereld meer te bieden had dan alleen gezondheid en nam zich voor de spirituele kanten meer te benadrukken. Tijdens een bezoek aan India in 1966 ontmoette ze Sai Baba, de ‘wondergoeroe’ die as uit zijn handen toverde en uit het niets sieraden materialiseerde. Bijna twintig jaar lang werd ze zijn volgeling en verspreidde ze zijn naam en leer onder al haar vrienden en leerlingen, in een tijd dat swami’s en goeroes uit India de VS overspoelden. Maar ook aan dat hoofdstuk van haar leven kwam een einde. Aan de ene kant was Indra Devi een ‘free spirit’ die haar eigen gang ging en haar onafhankelijkheid koesterde boven alles, aan de andere kant had ze een onuitblusbaar verlangen naar een goeroe of leermeester aan wie ze zich kon optrekken. Bij Sai Baba gingen die twee kanten van haar persoonlijkheid harmonieus samen: als succesvolle westerse yoga-koningin kon ze in de organisatie haar eigen gang gaan en bij Sai Baba vond ze een uitlaatklep voor haar devotie. Ze had het er misschien wel tot het einde van haar leven uitgehouden, ware het niet dat de geruchten rondom Sai Baba’s seksuele handelingen met jonge mannelijke volgelingen ook haar bereikten. Hoewel ze haar geloof in Sai Baba’s bovennatuurlijke gaven nooit verloor, was ze diep geschokt en verliet ze de organisatie. De reden hield ze stil. ‘Ik probeer nergens aan onderworpen te zijn, omdat ik van mijn vrijheid houd,’ zei ze.

LIEFDE & ONTHECHTING

Al vroeg in haar leven had Indra Devi besloten zich nooit vast te pinnen op één spirituele filosofie of religie. ‘Als kind voorvoelde ik dat geluk alleen toeviel aan degenen die hun eigen pad durfden te volgen,’ zei ze. Geïnspireerd door de hindoe-filosofie geloofde ze dat de combinatie van liefde en onthechtheid het beste recept vormde voor een licht en gelukkig leven. Zonder liefde was onthechtheid steriel, maar zonder onthechtheid was liefde een gevangenis, meende ze. Het stelde haar in staat niet in het verleden te blijven hangen en zichzelf steeds weer opnieuw uit te vinden. Maar voor haar omgeving, met name haar tweede man, was die onthechtheid niet altijd makkelijk.

Haar onafhankelijkheid ging boven alles, soms zelfs boven het geluk van haar dierbaren

Toen ze als volgeling van Sai Baba verhuisde naar India stond ze erop dat haar man meeging, hoewel hij er niemand kende. Eenmaal daar ging ze op in projecten en reizen, terwijl haar man ongelukkig wegwijnde. Zelfs Sai Baba vroeg zich hardop af waarom ze zo slecht voor hem zorgde. Zelf zei ze erover: ‘Degenen die mij kennen weten dat ik geen conventionele vrouw ben en dat ik me houd aan wat ik ‘liefde en onthechting’ noem.’ Ooit liet ze zich over echtparen ontvallen: ‘Ik begrijp niet hoe ze hun partner kunnen toestaan om hun eigen levensmissie tegen te houden.’ Haar onafhankelijkheid ging boven alles, soms zelfs boven het geluk van haar dierbaren.

GESLAAGDE MISSIE

Na de dood van haar tweede man stortte Indra Devi, nu dik in de tachtig, zich weer in een nieuw avontuur. Ze raakte bevriend met een hoge Panamese generaal, die onder haar invloed een spirituele wedergeboorte onderging. Hij veranderde zijn levenswijze: met gevaar voor eigen leven besloot hij de corrupte praktijken van zijn baas, dictator Manuel Noriega, aan de kaak te stellen. Die openlijke aanklacht leidde tot een nationale revolutie, waarna de dictator gedwongen werd af te treden. De generaal gaf de credits voor zijn dappere besluit aan Indra Devi. ‘Ze gaf me de moed om elke consequentie te aanvaarden, want zelfs de dood is niet het einde. De ziel gaat door,’ zei hij. De laatste twintig jaar van haar leven sleet Indra Devi in Buenos Aires, de hoofdstad van Argentinië, waar ze een geliefde yogabekendheid werd. Ze bleef tot het einde van haar leven rondreizen en lezingen geven, al liet ze het demonstreren van de yogaposes over aan een van haar leerlingen. In 2002 overleed ze en werd haar as uitgestrooid in de Río de la Plata. Indra Devi kon terugkijken op een rijk, vruchtbaar en succesvol leven. Haar missie om yoga bekend te maken in het Westen was meer dan geslaagd. Hoewel ze veel menselijk lijden van dichtbij had meegemaakt, verloor ze nooit het vertrouwen in de mensheid. Tot het einde van haar lange leven bleef ze levenslustig, optimistisch en enthousiast. Misschien is dat nog wel haar meest opmerkelijke prestatie. 🌸

TEKST HIDDE TANGERMAN FOTOGRAFIE INDRA DEVI YOGA FOUNDATION