

YOGIS ON THE ROAD

OB MIT ODER OHNE YOGAMATTE IM GEPÄCK –
BALI GENIESST NICHT UMSONST DEN RUF
EINER GÖTTER-INSEL. DREI GRÜNDE, WARUM
JEDER YOGI EINMAL AUF DAS INDONESISCHE
EILAND REISEN SOLLTE



Einfach göttlich!



DER ZAUBER
BALIS ist überall
spürbar – im
Tempel genau wie
auf dem Markt
wie im alltäglichen
Miteinander



Das Geheimnis von Bali lautet: Herzlichkeit. Denn die Achtsamkeit und Gelassenheit der Balinesen macht die Insel für Yoga-Reisende (und auch alle anderen) einzigartig. Die kleinen Rituale, die den Sorgen des Tages das Erhabene entgegenhalten. Kein Haus, vor dem morgens nicht ein Räucherstäbchen die Schale mit den Opfergaben in wohlriechende Nebel hüllt, um die Götter milde zu stimmen. Selbstverständlich wird nach dem Tempelbesuch daran gedacht, die im zugehörigen Teich lebenden Fische zu füttern. Und obwohl die Tuchverkäufer beim Handeln am Strand mitunter den „Staatsbankrott“ heraufbeschwören, verlieren sie ihr herzliches Lächeln nie.



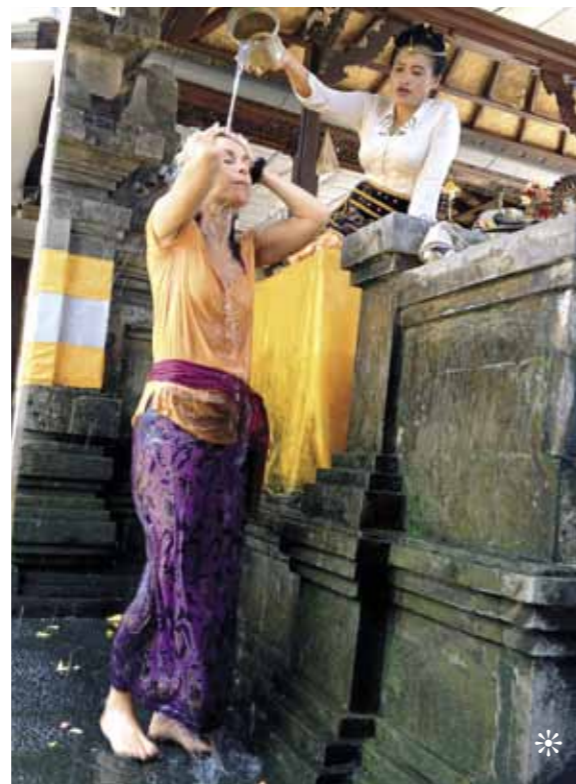
„Wir, die oft überernsten Yogareisenden, werden immer wieder erinnert: Das Leben ist göttliches Spiel.“

YOGALEHRER UDO TERASA





TIEF BEWEGEND
und unvergesslicher
Augenblick: Eine
Reinigungs- und
Blessing-Zeremonie
mit einer der wenigen
Priesterinnen



Spirituelle Zeremonien gehören zum Leben auf Bali dazu wie der Reis zum Essen. Vom kurzen Innehalten vor einer Shiva-Statue an der Kreuzung bis zur erstaunlich fröhlichen Gong-Zeremonie anlässlich der Beerdigung eines Verwandten – gänzlich unprätentiös verschafft man sich hier im Handumdrehen etwas Leichtigkeit, ein paar Meter Distanz zu den weltlichen Beschwerlichkeiten. Für Yoga-Reisende ist die Teilnahme an anspruchsvolleren Zeremonien wie beispielsweise der Agni Hotra (Feueropfer) besonders bewegend. Oft sind die zu singenden Mantren in Sanskrit bekannt, das gemeinsame Chanten verstärkt das Erlebnis um ein Vielfaches. Tiefe Spuren hinterlässt auch die „Holy-Water-Zeremonie“ im Tempel Pura Tirta Empul. In seinem Zentrum entspringt eine heilige Quelle, deren Wasser über verschiedene Speier in ein Becken geleitet wird. Jedem einzelnen kommt im Prozess der Reinigung und Erneuerung eine eigene Bedeutung zu, die jeder spürt, der offen dafür ist.



„In diesem Augenblick wird alles Theoretische – auch für Nicht-Hindus – wirklich fühlbar.“

YOGALEHRERIN BIANCA HEESE

MIT YOGA TRAVEL & FRIENDS
NACH BALI REISEN

„Meine erste Yogareise auf die Götterinsel Bali hat mich tief berührt. In mir entstand der Wunsch, diese intensive Erfahrung mit anderen Menschen zu teilen. Während einer Vollmonderemonie bei Ubud fügte sich alles zu einem klaren Bild zusammen: Die Idee zu Yoga Travel & Friends war geboren“, sagt Anja Follmer-Greif. „Seitdem bin ich wenigstens einmal im Jahr da, um jedes Detail unserer Yogareisen persönlich auszuwählen und abzustimmen.“

DIE NÄCHSTEN YOGAREISEN NACH BALI:

25.10. - 07.11.15 mit Udo Terasa

31.10. - 13.11.15 FaszienYoga

mit LuNa Schmidt. Infos und Buchung:

www.yogatravel-friends.de



* *



GENUSS UND
MEDITATION –
Bali nährt Körper,
Geist und
Seele zugleich



Yoga auf Bali ist intensiv. Die tropischen Früchte, wie überhaupt das leckere vegetarische Essen, tragen genauso dazu bei, wie die Wärme und die hohe Luftfeuchtigkeit – die regelmäßige Yoga-Praxis unter freiem Himmel macht den Körper biegsamer. Alles scheint weicher zu sein, die Bewegungen fließender. Die Intensität der einzelnen Asanas wächst. Veränderungen im Körper, aber auch im Spirit, in der Seele werden spürbar. Und dann ist er plötzlich da! Während der halbstündigen Meditation am Strand hat er sich unaufdringlich und still lächelnd dazu gesetzt – der einzigartige Geist Balis!

„Man muss kein Hindu sein, um den Geist Balis zu spüren. Achtsamkeit wäre ein guter Weg.“

ANJA FOLLMER-GREIFF

Fotos: Yoga Travel & Friends, Felix Matthies, Martin Fuhrmann, Anja Follmer-Greif

*
●
*