



Woodstock reloaded

Den Studio-Komfort vermisst hier niemand: VITAL-Mitarbeiterin Michaela Rose guckte beim **Berliner Yoga-Festival** über den Mattenrand hinaus – und feierte eine quietschbunte Yoga-Party mit Hippie-Feeling

Eine Ameise marschiert über meine Matte. Ich balanciere auf zwei Händen in der Krähe und schaue ihr nach. Bloß nicht auf ihr landen! Das wäre blöd für die Ameise – und für mein Karma. Ich praktiziere gerade unter blauem Himmel Jivamukti-Yoga. Und Jivamuktis sind überzeugte Tierschützer. Also kämpfe ich weiter um mein Gleichgewicht. Nicht leicht, denn meine Matte liegt auf einem Wiesenhang. In dieser Schiefelage fühlen sich die Asanas recht schräg an. Aber für diese Open-Air-Klasse lasse ich Komfort gern sausen. Schließlich unterrichtet hier kein Wald- und Wiesen-Lehrer, sondern der New Yorker Dechen Thurman, Bruder von Hollywood-Star Uma Thurman. Da grassiert sogar unter Yogis das Mallorca-Handtuch-Syndrom: Auf den 200 ebenen Plätzen lagen schon 200 Matten, als ich kam. Rushhour beim Berliner Yoga-Festival. Egal, Dechen Thurman spaziert durch die Menge und instruiert uns sowieso per Mikrofon.

Ohne ginge es auch nicht. Außer mir tummeln sich laut Veranstalter 4999 Yogis im Kulturpark Kladow. Klingt nach Massen-Event, fühlt sich aber besser an. Alles friedlich und

relaxed, Schlange stehen muss ich nur vor den Dixi-Klos. Drei Tage Yoga nonstop: Wer möchte, macht von der Morgenmeditation um sechs Uhr bis zur Mondscheinklasse um Mitternacht durchgehend Yoga, badet in den Pausen im Wannsee und zeltet im riesigen Park.

Ich möchte nicht. Ich bastle mir aus 68 Workshops, Vorträgen und Konzerten von mehr als 50 Yoga-Größen aus Europa, den USA und Indien ein lockeres Programm. Und lasse mich ansonsten treiben. Bleibe, wo es interessant erscheint. Gehe, wenn ich genug habe. So machen's hier alle. Wie in einem Ameisenhaufen, nur farbenfroh.

Auf dem Basar feilsche ich mit einem Inder um den Preis für einen Ring, kaufe selbstklebende Glitzersteinchen für die Stirn und verliebe mich in ein Shakti-Shirt. Anprobiert wird mitten im Gewusel – Laissez-faire für Fortgeschrittene. Ich lasse mir ein Henna-Tattoo auf die Hand malen. Damit sitze ich dann bei einer indischen Feuerzeremonie räucherstäbchenbeduftet im Gras – irgendwo kokelt noch was anderes – und singe abends zusammen mit Hunderten Sanskrit-Mantras beim Kirtan-Konzert. Trinke tassenweise Yogi-Tee und rede mit Fremden und ▶



1. Kinder sind willkommen: großes Bespaßungsprogramm für kleine Yogis
 2. Dem Himmel entgegen: Open-Air-Asanas am Wannsee
 3. Hotel de Yoga: Viele campen gleich im Kulturpark
 4. Heiße Sache: die zwei-stündige Feuerzeremonie



Freunden zwischen den vegetarischen Futterbuden. Genieße ein indisches Gericht, dessen Name ich mir nicht merken kann. Little India in Berlin-Kladow.

Doch die Stars des Yoga-Festivals sind für mich die vorbeigehenden Menschen. Eine Dreadlock-Blondine klingelt bei jedem Schritt mit ihren Fußkettchen. Ein Waschbrettbauch-Asiate stolziert mit Cowboyhut und freiem Oberkörper vorbei. Viele Inder tragen Turban. Überall Menschen in Yoga-Klamotten, viele Yoga-Lehrer, noch mehr Familien und tobende Kinder jeden Alters. Ab und zu ein Alt-Hippie. Eine große Yoga-Familie. Nirgendwo sieht man so viele Leute mit individueller Ausstrahlung – und nirgendwo kommt man so schnell mit jemandem ins Gespräch. Matte an Matte plaudert es sich leicht. Eine Frau, zum ersten Mal hier, schwärmt von der ergreifenden Stimmung, will gleich 2011 wiederkommen. Ich auch. Für mich ist das Festival ein kleiner Yoga-Kosmos, der normalen Welt entrückt.

Da fällt es manchmal schwer, zwischen Hingabe und Humberg zu unterscheiden. Aber Spiritualität und Skepsis schließen sich für mich nicht aus: Beim letztjährigen Yoga-Festival saß ich mit geschlossenen Augen in einer Menschenmenge und lauschte einem Inder. Der behauptete, er würde jedem von uns gedanklich

seine Hand auf den Kopf legen. Zudem sollten wir bitte schön ab sofort nur noch seinem Gedankengut huldigen. Grummelnd erhob mein eigenes Gedankengut Einspruch, es huldigt lieber dem Selbstbestimmungsrecht. Der selbst ernannte Guru wandelte durch die Menge, ich blinzelte und beobachtete, wie er ein paar Zuhörern auf den Kopf tatschte. Wer hat meine Berührung gespürt?, fragte er danach. Ich traute meinen Augen kaum: Um mich herum hoben viele ihre Hände. Ups, hatte ich etwa die Abkürzung zur Erleuchtung verpasst?

Ich spüre lieber meinen eigenen Körper. Bei der legendären Kundalini-Gongmeditation, die einen angeblich ins Universum schießt. Im Festivalzelt liegen Hunderte Yogis Matte an Matte, bis raus auf die Wiesen. Ich mittendrin.

Neben mir fremde Füße. Ameisenhaufen eben. Seit Minuten schwillt der Klangteppich der riesigen Gongs an. Plötzlich braust eine dröhnende Geräuschwoge durch meinen Körper. Wie eine Brandungswelle wirbelt sie mich durcheinander, nimmt mir den Atem. Volle Yoga-Dröhnung! Die Gongs verklingen, ich lande wieder auf der Erde. Seltsam, meine Beine reichen nicht ganz auf den Boden. Ich schwebe noch ein bisschen. Gut für mein Karma – ich könnte jetzt keiner Ameise was zuleide tun. ■

EVENTS 2011

Genauere Infos finden Sie online

- **Yoga-Festival Berlin:** www.yogafestival.de
- **Yoga-Conference Köln:** www.yogaconference.de
- **Yoga-Expo München (Messe):** www.yogaexpo.de
- **Europäisches Yoga-Festival in Frankreich** www.3ho-kundalini-yoga.eu/de/eventsaktivitaeten/europaeisches-yogafestival