

Otok Bali bogova



Sandra Bianco, instruktorka joga i suvoditeljica Sangha Yoga studija, provela je nezaboravna tri tjedna na otoku Baliju gdje je sa svojim timom ugostila i podučavala polaznike iz cijelog svijeta

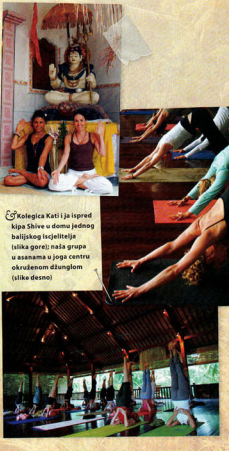


GaiaTreeYoga tim upustio se u avanturu zvanu intenzivna obuka za učitelje vinyasa joga u Ubudu, gradiću sa stotinama umjetničkih galerija, hinduističkih hramova, šarenih dućana, ljubavnih takista i pasa lutalica. Ljubiteljima joga, ali i svima onima željnim upoznavanja egzotičnih kulura Sandra je obećala već ovoga ljeta nove jogijske avanture na nekom doista posebne mjestu

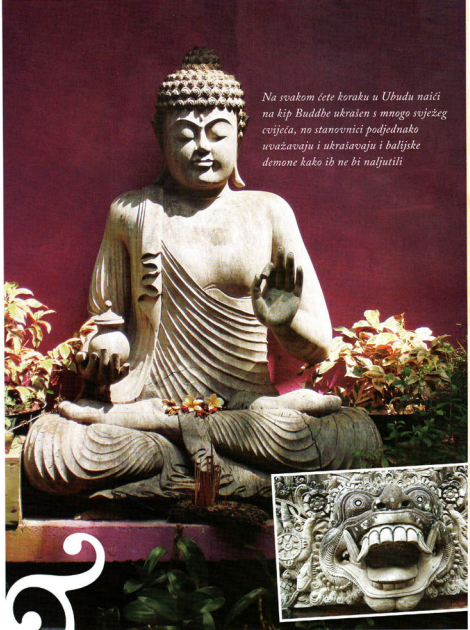
Ujed nehaliko gofina na četveru ulična joga, Marco Bianco, Lea Lončar, Kati Seta i ja, kao GaiaTreeYoga tim, volimo iznenadni oblici za održanje vinyasa joga na nekom od najdivljih mjesta na svijetu: Dalmacija, Indija, Tajland... Ovaj put izbor je pao na Indoneziju, točnije gradić Ubud na otoku Baliju, koji naravno i otokom bogova i kista - ne pretjeraj!

Različita jutra
Intenzivni program joga počinje - vrlo intenzivni! Dvadesetih razredna joga iz cijelog svijeta kao prvi prihvatljivi znak dobrih misli, ljubavi i potpunog ciljanja prvih tjedna dana, oim za vrijeme nastave i nastavlja se na prave oblike i duboke transformacije poraje jednostavniji i dublji. Pomalo zabavni pogledi i komične situacije - kako ih dopuštati u ciljanju i osobno kroz prvi put viditi i kolon dignit sobu koji krevel je čiji, što će prvi u kognitivne, kako se bolje upoznat - u kratkom se vremenu prerađava u duboku usantara ciljanu koncentraciju na vježbanje, prerađava joga i dnevni spisa, na vježbe disanja i meditacija. Pokako se stvara energija, grupna, međusobna povezanost i prijateljstva koja će, vježbanje, postajati cijeli život.

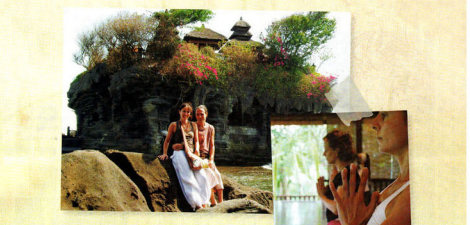
Prvih noći u dan na Baliju je izrazito vruće. Različito jutro stiče u trenu, a nati predan studijem u otvorenom joga sali (jogipili centrali) ujediljeno podražuje. Sreće i vladajućih duhova pravae sigla i tuma. Ja pak u slobodnim trenucima polako otkrivam čari Ubuda. To je prekrasno mjesto koje se sastavlja od umjetničkih galerija, hinduističkih hramova, šarenih dućana, priča lutalica i najpoznatijih takista koji inače prijevaz za 60.000 - 50.000 - 40.000 - 30.000, a mo, dno, moze za 25.000 rupije (10 kn). Uživam u svaku se koru zajedništva koja



Sandra Kati i ja ispred kipa Shive u domu jednog balijskog licitelja (otoka gori) naša grupa u asanama u joga centru okruženom džunglom (otoka dno)



Na svakom čete koraku u Ubudu naići na kip Budde ukrašen s mnogo svježeg cvijeta, no stanovnici podjednako uvažavaju i ukrasavaju i balijiske demone kako ih ne bi našljutili



mira i svakomu, otkrivam vegetarijanske restorane, kuhove iz kojih se kipi kuhinara čine gotovo izvan, i imad svega - otkrivam bogstvo tanoskih ljudi koji pogledaju posebna, dječje čisto energija, i za razliku od nas zapadnjaka, nimalo ne osuđuju. Njihov se ego već od nekoga diti, osuđuju! Nika je po čemu nije posebni od drugih i svi se, prema redoljeda redoljeda, novu jednako: Wayan (Prvi), Made (Drugi), Nyoman (Treći), Keren (Četvrti), a zatim se nastavlja ispočetka. Bebe se na Baliju smatraju malim bogovima, njihova meka stopa prvi put dobarja što tak kad izgore čest dječjih, najkug olo dobrane ceremonije povećavaju sretnje na koje će kasnije zakazati. I jehoda se odje smara osvom, dječji i kasnije svakodnevno se prišone mali darovi i sve se život odvija s mnogo postovanja i ljubavi prema ipa. Svo reči - odvije je joga prirodno mjestom!



Ujoging Marco je uvali oim u pogledu na prekrasne hramove poput ovoga koji se nalazi na mreu (otoka savim gori), ali i u tradicionalnom spremniku kava na plentaji gdje se vrganja zrna koja stoje 400 dolara po kilogramu (otoka gori). Posebno prekrasna zrna proklate kave proklati trakt azijskog čibeta, životinje stične mački

Pogled u dalin
Jedna od najboljih tradicionalnih vježbovati Balija su i njegovi licitelja, *awak*, kako ih ovdje zove. Svoje manje prenos i generacije na generaciju i mnogobolje oteti i razodlan kad bi se vili na dno. Inači oim bi prilika posjetiti nekoliko. Prva, prozorna ženska likova omijeha (odobolja smila za humor, koja je postala plebiscitno popularna nakon joci, bendera *Jaki, mai, vai*, prima nas u svoj restoran/balabata'pa i poljeha dijelom u skladu, čisti život i sve što nije u raznošeti iz dalina (iz zafikavrti pogled pita me: "Želio li manj koliko čest mašiva mašt? Htiro odgovaram: "Ne, ne, brata, imam već jedoga i to mi je dovoljno".) ojeja energija rukama, povećava sivo vilo osobito prišone, a zatim dijelci čeroveosno pomažovaje prekovina, jehokomov tavama i biljem koje manj maštja u svim igrom pokanje "Zvati" Zatin maštja slijma intenzivna maštja, cijelim licitelja i bocama vođi iz energije karam. Orale oim kol ipa cijelo poljeholje. Irdanimo možda ne bih ojejno njeje, ali ovolika opuštanje, blistave boje i veselje.

Heke! Tjehoda, tatanin maštja plentaja izraza iha i dječija, ojejni mi posebno u svru. U njegovu bliscim pogledu nalažim daveo maštja, a njegova



Čizjeljini Tjehoda dijagnozu postavija s pomoću zašljenog htepa kojim testira energijske točke na nožnim prstima, a liječi biljnim mješavinama koje priprema sam (ljevao)

Čizjeljini Tjehoda
Prerna redoljeda referenja, dječje se u Ubudu zove jednako: Wayan (Prvi), Made (Drugi), Nyoman (Treći), Keren (Četvrti), a zatim se nastavlja ispočetka na ulicama ča vas uvijek dočekati o smijehom igone dno

U najljepša sjećanja ubrijam i ukusne doručke s egzotičnim voćem i povrćem, nepregledna rižina polja na tjem održavanju i natapanju radi cijelo selo udruženo u složenu polovnu organizaciju, saronge od prekrasnih tkanina živeih boja koji su se pokazali kao odličan dar dragim ljudima koji mi se nisu pridružili u ovoj avanturi

me energija preplavljuje. To je ono pravo, ojejan duboko u sebi. Njegov način dijagnoze je bokaanje zašljenim htepijem kojim testira energijske točke na nožnim prstima. Ležim na podu na prostirci od listova banane i prepuljam se njegovu budnom pogledu. Ojejan se potpuno sigurno i sigurno. Takada mi vili u dalin, imam ojejan da zna oim što ni zama još ne znam. Sama njegova prišoneo nešto duboko u meni otpulja. Prilike mi pona, prvi moje reakcije i nabiranje. Sve dobro, jeha dobro, plia i mo dobro, i sve dak ne promale bolna nočja, a sada se strahna bol porje do sarnog spijena (Za u nati dno vitaroma igbi). I dak se ja trena i ne osjećam nazonni stik, ne se ne maže i na inkvizitorn engleskom pita: "Jebe bati! Tu bati! Ojogijepi!" Zatin oim gromotnje znakove po nožnim prstima i odabije da sam sad zdrava. Hamon... je ona bol u kukovima koja me već mjehicima mači maštja nestali! Naksim nekoliko dana stiče odgore - ni u najopuštenijem položaju joga kolikom ne bih, čak ne postati mokli i otorevotji!

Duboka sreća
Tri tjedna pokoko se bliste kraj, sveti i sveti vježbanje, program i igpi ni izra nati. Studenat na umoru, ali pami maštja i bokaanje zadovoljno. Vrijeme je za gromote ceremonije: u hramu sakramona i ukraseni cvijetom, ulazimo u sveti hinduistički hram, dak svetički povira elemente, dno hramotava i hinduističke bogove da nas tih na našem putu. Novim učiteljima joga i nama "arima" daje blagovod da nam igpi uvijek dolaze to i i dak obavijestim gostima, misionim dinom ulazim dnove molitve i gromotam blistave oči naših studenata, kapi kape kao da me prečivaju i i vrede u svoti polerak. Ojejan kako me preplavljuje duboka sreća otok bogova. Podržim nas je i nati nastoje - iskrene pomažeti put joga, posadim igone vjeronosti koje će, sigurna sam, iznastati u prekrasno cvjet. Balu, vidimo si i dogledat

