

Interview

Weiteres Pressematerial ist im PR-Office abrufbar
unter www.pr4you.de



I N T E R V I E W

Interview mit den Organisatoren des 4. Berliner Yogafestivals Miriam Kretzschmar und Stefan Datt

Was hat euch dazu gebracht, dass ihr ein Yogafestival veranstalten wollt?

Stefan Datt:

Ich habe einige Jahre in Yogaschulen gelebt und gearbeitet und dabei festgestellt, dass viele individuelle Yogaschulen in verschiedener Art und Weise Yoga vermitteln und dabei ganz hervorragende Arbeit leisten, aber untereinander wenige Berührungspunkte haben. Und wie man weiß, entwickelt man bei allen Dingen, die man nicht so gut kennt häufig eine gewisse Distanz. Gerade beim Yoga wird viel von der Einheit des Lebens gesprochen und von der gemeinsamen Essenz aller Wesen. Daher dachte ich, dass es schön und nötig sei, einmal im Jahr eine Veranstaltung zu haben, wo man sich trifft, austauscht und kennenlernt. Jede Yogaschule sollte mitmachen und jede Yogarichtung sich vorstellen können. Ebenso möchten wir erfahrenen Yoga-Praktizierenden einmal im Jahr ein abwechslungsreiches Programm bieten.

Das Yogafestival findet jetzt schon im vierten Jahr statt. Es hat sich mittlerweile etabliert und ist auch über Berlin hinaus gut bekannt. Durch unsere vielen fleißigen Helfer und auch die Präsenz der Medien, hat das Berliner Yogafestival einen großen Wiedererkennungswert erhalten. Das Festival ist eine Bühne voller Herzlichkeit und Freundschaft untereinander. Dieses ist in der heutigen Zeit ein wichtiges Erlebnis.

Miriam Kretzschmar:

Wir geben auch Anzeigen auf, dass wir Helfer suchen. Dadurch bildet sich ein Team ganz unterschiedlicher Menschen, die alle vom Yoga inspiriert sind und mit viel Engagement und Liebe dazu beitragen, mehr Licht in die Welt zu bringen.

Ist Yoga aus eurem Leben noch wegzudenken?

Stefan:

Ich glaube, Yoga kann man nicht aus dem Leben wegdenken, weil das ganze Leben eigentlich Yoga ist. Jeder findet andere Worte, aber Yoga handelt vom Leben, betrachtet es und analysiert alles, was wir überhaupt im Leben machen können. Yoga erklärt, wie das Leben entstanden ist, wie es weitergeht, wie der

Geist funktioniert und wie man ihn benutzt. Der Körper wird als Tempel des Geistes gesund und stark gehalten und die Seele kann sich durch Yoga ihres Ursprungs bewusst werden.

Eigentlich kann man jede Handlung als Yoga bezeichnen. Das klingt jetzt vielleicht etwas abstrakt, aber Yoga besteht nicht nur aus den Körperübungen, wie Kopfstand, Kerze oder Fisch. Yoga heißt „sich verbinden“ und da alles im Universum miteinander verbunden ist, ist alles eine Ausdrucksform des Yogas. Sogar wenn wir miteinander sprechen, ist es Yoga. Yoga bezeichnet das Leben an sich.

Was ist so besonders daran, Yoga zu unterrichten?

Miriam:

Yoga zu unterrichten ist genauso entspannend wie Yogaunterricht zu nehmen. Es ist keine Anstrengung dabei. Nach einer Yogastunde ist auch der Yogalehrer völlig entspannt. Manchmal gehe ich in die Yogastunde, bin angespannt und die Stimme klemmt ein wenig, aber am Ende fühle auch ich die Energie in mir und meine Stimme ist voll. Sogar der Körper entspannt sich spürbar beim Unterrichten.

Was ist für Euch der wichtigste Aspekt des Yogafestivals?

Stefan:

Das Yogafestival ist hauptsächlich dazu da, Spaß zu haben und sich am Leben zu freuen. Yoga hat natürlich einen ernstzunehmenden Hintergrund, aber das Motto ist einfach, dass wir das Yoga als fantastisches Hilfsmittel für unser Leben, im Rahmen des Yogafestivals richtig feiern wollen. Es ist schön, wenn viele Menschen Yoga kennen lernen und erfahren können, wie Yoga ihrem Leben Bereicherung und neue Energie schenkt.

Let´s celebrate Yoga - und seid glücklich.

Abdruck frei, Belegexemplar erbeten

Weitere Informationen zum Yogafestival sind im Internet abrufbar unter der Adresse www.yogafestival.de oder werden direkt vom Veranstalter erteilt (Stefan Datt - Telefon: 0177 5 81 58 56, Miriam Kretzschmar - Telefon: 0163 2 89 41 79).

Interview

Weiteres Pressematerial ist im PR-Office abrufbar
unter www.pr4you.de



Weiteres Pressematerial:

Sie können in unserem Online-Pressefach schnell und einfach weiteres Bild- und Textmaterial zur kostenfreien Verwendung downloaden:

<http://www.pr4you.de/pressefaecher/yogafestival/>

Ansprechpartner:

(1) Lernen in Bewegung e.V.

Lernen in Bewegung e.V.
Veranstaltungskomitee Berliner Yogafestival
Miriam Kretzschmar
Weimarerstr. 29
10625 Berlin

Telefon: +49 30 38 10 80 93
Mobil: +49 163 2 89 41 79
E-Mail: info@yogafestival.de
Internet: www.yogafestival.de

(2) PR-Agentur PR4YOU

Herr Holger Ballwanz, Herr Marko Homann

PR-Agentur PR4YOU
Schonensche Straße 43
D-13189 Berlin

Telefon: +49 30 43 73 43 43
Fax: +49 30 44 67 73 99
E-Mail: presse@pr4you.de
Internet: www.pr4you.de