

Life & Taste

Yogahaus Ganesha: Der Berlin Hideaway Geheimtipp

Wozu in die Ferne schweifen? Das Gute liegt so nah. Berlin hat einen echten Yogahaus-Geheimtipp.

Text Milena Klingel



[Der Elefantengott Ganesha ©Balea Jensch](#)

So sehr ich Berlin liebe – manchmal ist das Großstadtleben doch sehr herausfordernd für mich. Die schöne Straße im Prenzlauer Berg, in der ich mittlerweile seit sechs Jahren lebe, hat – ohne zu übertreiben – seit genau dieser Zeit fortwährende Baumaßnahmen, die sicherlich super wichtig sind und trotzdem dazu führen, dass ich regelmäßig mit dem Gedanken spiele, auszuwandern – also irgendwohin wo es keine Baustellen gibt und wo es einfach mal nur ruhig ist.

Jeder der in einer Großstadt lebt, weiß wovon ich spreche... es sind ja nicht nur die Baustellen, es ist der Strassenlärm, die betrunken Menschen, die nachts unglaublich viel Freude am Singen haben und einfach diese ganze aufgewühlte Lebendigkeit, die niemals zur Ruhe kommt.

Zur Ruhe kommen ist aber genau das, was ich brauche, um die Akkus wieder aufzuladen!

Also ab in den Urlaub!

Wozu in die Ferne schweifen – das Gute liegt so nah

Der Erholungswert eines Urlaubs, bei dem man nicht erst eine lange Flugreise auf sich nehmen muss, ist sehr groß. Insbesondere, wenn es um einen Kurzurlaub geht oder nur um ein verlängertes Wochenende. Deshalb an alle Berliner: Hideaway im Haus Ganesha ist wärmstens zu empfehlen.

Ab Spandau steige ich in den Regionalzug und muss nur einmal in Stendal umsteigen. Im Zug erwartet mich meine Freundin, die ab Leipzig losgefahren ist und mit ihrem Baby Jakob auf dem Boden sitzt, um zu spielen. Große Wiedersehensfreude, ein Johannisbeer-Picknick und schwuppdwupp sind wir auch schon da. Vom Bahnhof in Salzwedel werden wir von Govinda abgeholt, der uns freudig empfängt.

Govinda unterhält das Haus Ganesha zusammen mit seiner Frau Stella seit September 2014. Es hat also alles noch ein wenig den Charme des Neuen, das sich am Entwickeln ist.



[Das Yogahaus Ganesha](#) ©Balea Jensch

Das alte Haus, dessen Geschichte zurückgeht bis zum Kronprinz Ernst August, der hier einst residierte, hat insgesamt 12 Zimmer, die als Gruppen- Einzel- oder Doppelzimmer gebucht werden können. Außerdem gibt es noch ein Appartement und die Möglichkeit zu zelten, sodass für jeden Geschmack und für jeden Geldbeutel etwas dabei ist.

Am aller meisten gefällt mir der malerische Garten mit den riesigen Bäumen. Hier zwei Stündchen in der Hängematte liegen und in einem guten Buch schmökern – hach das Leben ist gut.

Stundenlange Saunabesuche, anschließend am Feuer sitzen, den Geruch von Räucherstäbchen in der Nase – so können selbst die verregneten Tage zu einer Oase der Einkehr werden.

Das ganze Haus ist liebevoll dekoriert, überall brennen Kerzen und die Bilder sind von Stella selbst gemalt.



Das Yogahaus Ganesha bietet viel Raum für Entspannung ©Milena Klingel

Nachhaltiges und spirituelles Leben in Gemeinschaft

Wenn euch dann doch mal die Unternehmungslust packt, bietet das Wendland viele interessante Adressen.

Durch die Bürgerinitiativen und Atomkraftgegner, die erstmals 1990 gegen Gorleben demonstrierten, ist eine breite alternative Szene entstanden. Es gibt viele Hofgemeinschaften und sogar ein Ökodorf. Das macht den Landstrich auch kulturell so attraktiv.

Wer sich also für nachhaltiges und spirituelles Leben in Gemeinschaft interessiert, tut gut daran mal ein Schwätzchen mit den netten Bewohnern zu halten, während ihr gemeinsam Stachelbeeren aus dem Ökogarten nascht oder auch einfach mal die Blätter eines Kirschbaumes probiert. Diese kann man nämlich zu einem schmackhaften Salat zubereiten, wie mir Nilan, ein Mitbewohner des Sacha Hauses, verrät. Seine Art die Gemeinschaft ganz unbeschönigt mit allen Vor- und Nachteilen zu beschreiben gefällt mir sehr gut und wenn ich noch ein paar Tage länger im Wendland gewesen wäre, hätte ich sicherlich an einem der Meditations-Seminare teilgenommen. Wer Lust bekommen hat ein bisschen alternativen Lifestyle zu beschnuppern, darf gerne im Sacha Haus vorbeischaun.



Spiritualität und politischer Aktivismus vereint ©Milena Klingel

Abends im Haus Ganesha wieder angekommen geht es gleich weiter mit einer halbstündigen Meditation und anschließender Yogastunde.

Der Tagesablauf ist so individuell wie die Gäste selbst

Morgens geht es los mit einer Meditation, Atemübungen und anschließender Yogastunde und auch abends stehen Meditation und Yogaunterricht auf dem Programm. Govindas Unterricht ist getragen von einer angenehmen Klarheit und Ruhe und seine profunden Osteopathie Kenntnisse fließen ergänzend mit ein. Ob ihr daran teilnehmen möchtet oder nicht, ist jedem selbst überlassen. Alles wird als Angebot verstanden – wer will schon Freizeitstress im Urlaub ?

Da es insgesamt zwei wunderschöne Yogaräume gibt, besteht sogar die Möglichkeit der ganz eigenen Praxis nachzugehen, wenn du nicht an den Gruppenstunden teilnehmen möchtest.



[Einer der vielen Räume im Yogahaus ©Balea Jensch](#)

Obwohl Govinda und Stella im Sivananda Stil unterrichten, sind sie super offen für alle anderen Yogarichtungen. Govinda betont wie wichtig ihm die Toleranz und Offenheit gegenüber allen Yogastilen sei, denn letztendlich sei doch alles Eins.

Aus diesem Grund gibt es im Haus Ganesha auch regelmäßig Seminare, die den Focus auf andere Stile richten.



[Stella ist auch Kinderyogalehrerin ©Balea Jensch](#)

Aber nicht nur Yoga sondern auch Ayurvedische Ernährung, schamanisches Trommeln, Kirtan oder indischer Tempeltanz – die Vielfalt der Angebote lässt keine Wünsche offen.

Wir hatten während unseres Aufenthalts das Glück an einem schamanischen Trommelseminar teilnehmen zu dürfen und ich war ganz begeistert von der kraftvollen Energie, die durch das Trommeln in mir erweckt wurde.

Ich war jedenfalls rund um zufrieden.

Gerade jetzt wo die Blätter sich so langsam bunt färben und die Temperaturen sinken, ist eine gute Zeit für mehr Ruhe und Einkehr.

Ich wünsche euch einen schönen Urlaub und viel Entspannung!

Eure Milena

veröffentlicht am 8. September 2015

Artikel teilen auf: