

Yoga i sanden



Saharas uendelige vidder lokker nordiske yogautøvere som lengter etter ro og stillhet. Foto: Helene Nordgren

Noen klokke- og stressfrie dager i Sahara er balsam for sjelen.

HELENE NORDGREN 06. januar 2010, oppdatert 05. januar 2010 16:37

– Pust inn og pust ut...

Yogalærer Pia Wallberg instruerer yogagruppen i Sahara-ørkenen. Beduinen Hakim Ben Said, som har slått seg ned noen meter bortenfor, kikker nysgjerrig på aktiviteten. Han har aldri sett yoga tidligere.

– Hva betyr «pust inn»? spør Hakim, mens han forsiktig prøver noen yogabevegelser for seg selv. I den tunisiske delen av Sahara-ørkenen bor det nesten bare beduiner. De lever sine liv etter urgamle tradisjoner. Det er ikke mye nytt under den stekende solen.

Like forundret som urbefolkningen er over vestlige vaner, like spesielt er det for oss nordboere å komme til ørkenen og bo i en beduinleir.

– Dette kan ikke sammenlignes med en vanlig pakketur til Syden, sier Annika Sällberg.

Hun ble lokket hit av ønsket om å ri på berberhester og gjøre yoga under soloppgang i sanddynene.

Teltferie

I ørkenen noen mil sør for oasebyen Douz bor turistene i en autentisk beduinleir. Der sover de i telt, spiser mat som er laget over åpen ild og tilpasser ellers dagens aktiviteter etter vær og vind. Det er verken strøm eller vann i leiren, og dårlig mobildekning. Stillhet er det derimot mye av, og god tid til refleksjon.

– I ørkenen trenger man ikke klokke. Her lever vi i nuet, sier svenske Marianne Schmidt. Hun er 58 år og den som arrangerer reisen til Sahara i Tunisia.

Beduinenes levemåte har inspirert Marianne siden hun var barn. Da bodde hun og familien i Tunisia i flere perioder.

– Det finnes ikke noe som er så avslappende som Sahara, mener hun. – Beduinene tar dagen som den kommer. De planlegger ikke, og lar framtida være åpen, sier Marianne.

For fem år siden reiste hun tilbake til Tunisia for godt, etter å ha solgt gård og grunn i Sverige.

Soloppgang

Dagens første yogapass begynner ved tidlig morgengry. Med en innledende meditasjon, og en kopp rykende varm te ved siden av yogateppet, stiger snart varmen i kroppen – i takt med at sola klatrer opp over horisonten. Morgendugget som farget de mykt kuperte sanddynene i forskjellige nyanser, tørker langsomt opp. Dromedarene og berberhestene lager koselige lyder i bakgrunnen.

Hussin Ben Kalifa Lejel og Ridha Lejel baker frokostbrødet. Snart sprer det seg en deilig brødbakst- og kaffelukt.

– Å komme til Sahara er balsam for sjelen! Den kuleste reisen jeg har vært med på, sier Louise Laising Norström etter morgenpasset.

Hestene og dromedarene blir salet. Utfluktsmål i Sahara-ørkenen venter.

– Berberhesten er sterk og rask, og den trenger en erfaren rytter. Men den er fantastisk god å ri, synes Annika Sällberg.

Den trygge dromedarryggen passer bedre for de mer uerfarne. Med rolige og verdige skritt krysser de stolte dyrene sandlandskapet og unngår elegant alle hull og busker.

– Det er mer bekvemt enn jeg trodde, og dessuten er det veldig meditativt å ri på en dromedar. En stor ro sprer seg i kroppen, synes norske Maria Reppen.

Hvite duker

Beduinene lager smakfulle gryteretter med kjøtt og grønnsaker, sauser med mye krydder, couscous og piroger. Alt settes fram på langbord med hvite duker. Etter en middag ute i det fri blir man ofte sittende lenge med blikket rettet opp mot en fantastisk stjernehimme. Vil man overnatte under åpen himmel, ruller man ganske enkelt ut madrassen sin på stedet.

Når leirbålet tennes om kvelden, tar Ridha Lejel, Ali Shahariel og Abdelati ben Hadj Brahim fram trommene. De synger om dagens hendelser, og reisearrangør Marianne oversetter. Her blir det mye latter, for beduinenes sanger handler gjerne om turistenes små særegenheter.

Ridha, Ali, Abdelati og de andre beduinene som ordner alt i leiren, er nemlig både fascinert av – og lattermilde over – den vestlige væremåten. At vi vestlendinger opplever det som eksotisk å gå på rottejakt, bake brød i sanden eller bli med på vedsanking med esel, synes de er rart. Dette er jo hverdagslige gjøremål for en beduin i Sahara, men saliggjørende annerledes for en stresset turist som lengter etter ro og «simple life».
