

Jag åkte ensam till retreatet i början på september 2018 och hade en alldeles fantastisk vecka! Retreatet är beläget i en liten, gammal by fem min med bil från vackra Stari Grad. De mycket gamla husen som retreatet är beläget i är varsamt renoverade och är omgivna av olivträd, vinodlingar, trädgårdar, djur och natur som andas historia, tradition och liv. Den genuina miljön skapar en alldeles speciell atmosfär av kontinuitet, liv och en nära kontakt med naturen. Evening och Stipe driver inte bara retreatet här - de bor och lever här med Stipes familj i huset bredvid där han växte upp. Som gäst på retreatet blir du således gäst hos dessa prestigelösa människor som öppnar upp sina dörrar och armar för dig.

Att få praktisera yoga i denna miljö är fantastiskt. Evening är mycket kunnig och professionell på många områden inom yoga, ayurveda och holistisk hälsa och healing. Hon har en mycket lyhörd inställning till deltagarna och anpassar klasserna till gruppens behov och önskan. Hon har en strävan att förmedla yogans budskap - som är så mycket mer än fysiska poser- vilket hon gör på ett mycket prestigelöst, integrerat och enkelt sätt. Hon har en förmåga att se varje deltagare med dess behov och tillsammans med sin vilja att nå fram och hjälpa blir en vecka på retreatet väldigt givande.

Brunch och middag ges nästan varje dag på retreatet och tillagas av Stipe. Ingredienserna tas i så stor mån som möjligt från deras egna odlingar och det märks att Stipe lagar maten mycket omsorgsfullt och noggrant. Fokus ligger på att ge näring och få oss att må bra och förutom detta så smakar varje måltid underbart!

Överhuvudtaget så andas detta retreat mycket omhändertagande, tålmod och värme och kanske var det just dessa faktorer som gjorde att vår grupp på åtta deltagare från olika delar av världen trivdes så otroligt bra tillsammans. Det är såklart helt valfritt att spendera din tid med övriga gruppen eller om du föredrar egentid, alla gör som de känner för. Stipe skjutsade oss till olika utflyktsmål varje dag, vi gick ut och åt tillsammans och Evening tog oss till makalöst vackra klippor vid havet för yoga. Vår grupp trivdes väldigt bra tillsammans och valde att spendera den mesta av tiden tillsammans. Vi har en fortsatt fin kontakt nu även efter retreatet och vi alla ser fram emot att få komma tillbaka en dag.

/Linnéa