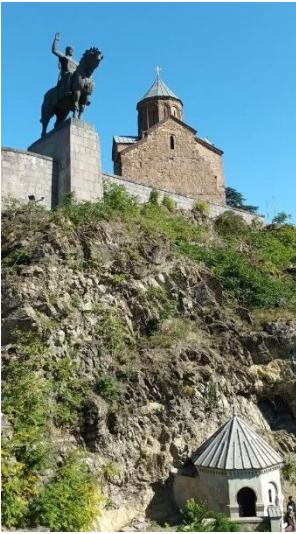


# Wie können durch eine Reise Aufbau und Frieden in einem Land gefördert werden?

*Betrachtungen zu einer Reise mit Heinz Grill vom 27. September bis 1. Oktober 2024 nach Georgien*



Die Altstadt von Tiflis:  
Metechi-Kirche und Denkmal für König  
Wachtang I. Gorgassali über dem  
Steilufer des Flusses Kura,  
Foto: Tatjana Mazover



Die Altstadt von Tiflis:  
Ornamentverzierte Holzbalkone zieren  
typischerweise die alten Wohnhäuser;  
Foto: Tatjana Mazover



Der Fluss Kura durchzieht Tiflis. Die Stadtgründung war durch die warmen  
Quellen bedingt, die den Ort zu einer wichtigen Station entlang verschiedener  
Handelsrouten machten. Foto: Bernd Lindner

Durch eine Reise in ein Land dort zu positiver und friedlicher Entwicklung beizutragen, ist mein persönlicher Wunsch, den Sie vielleicht auch teilen. Durch eine Einladung von Heinz Grill zu seiner Reise nach Tiflis, der Hauptstadt von Georgien, wurde mir die Gelegenheit zuteil, in dieser Hinsicht neue, praktische und zukunftsweisende Perspektiven kennen zu lernen, zu studieren und daran mitzuwirken.

## ***Der Wunsch nach Aufbau, Frieden und die Person von Heinz Grill***

Schon oft habe ich beobachtet und selbst erlebt, dass Heinz Grill eine bestimmte Atmosphäre zu schaffen vermag, die den Studienteilnehmern Fortschritte ermöglicht, Beziehungen untereinander auf ein ausgeglichenes und besseres Niveau hebt oder idealere Lebensperspektiven und Ziele eröffnet. Die geistige Dimension, die mit seiner Person verbunden ist, entfaltet sich in der konkreten Auseinandersetzung mit Gedanken, den Körperübungen oder auch in jeder einfachen Tätigkeit.

Wie würde ein Besuch und eine Arbeit in Georgien auf unsere Gastgeber und auf das Land wirken?

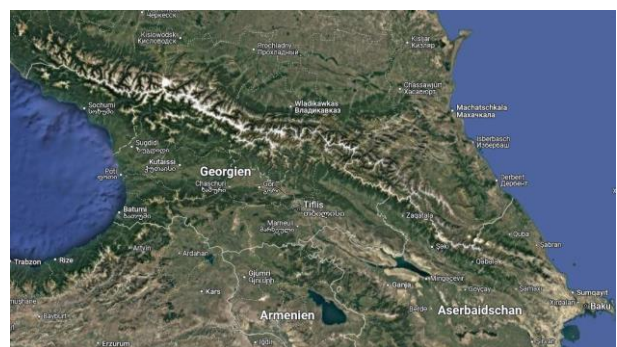
Einerseits habe ich mit der Beobachtung der Veränderung des Lichts Phänomene gesehen und erlebt, die ohne Heinz Grill selbst nicht zum Tragen gekommen wären. Andererseits möchte ich mit der Beschreibung unserer Reise auch einfache und

konkrete, nachvollziehbare und eigenständig anwendbare Schritte skizzieren.

## ***Grundlagen schaffen:***

### ***objektivierende Betrachtung des Gastlandes***

Mit Georgien, Aserbaidschan und Armenien liegen drei kleinere Staaten in der Kaukasus-Region zwischen Schwarzem und Kaspischem Meer. Allein die geographische Lage scheint bedeutsam. Georgien grenzt darüber hinaus an Russland und die Türkei; als südlicher Nachbar des Kaukasus ist auch noch der Iran zu nennen. Nicht nur geographisch, sondern auch historisch, kulturell und politisch blicken wir auf eine Region, auf die verschiedene Sphären einwirken. Innerhalb der UdSSR waren aus Georgien vor allem der Wein und eine Vielfalt an landwirtschaftlichen Früchten, über deren Fülle von Granatäpfeln bis Walnüssen, von Feigen bis Beeren auch wir auf den lokalen Märkten staunten, bekannt.



Quelle: google maps

Das heutige Georgien ist für seine Entwicklung auf gute wirtschaftliche Beziehungen zu allen Nachbarn angewiesen. Gleichzeitig steht es unter besonderer Aufmerksamkeit der EU, der USA und der NATO, die ihre eigenen geopolitischen Interessen im Land verfolgen. Die politische Situation scheint äußerst sensibel, in einer fragilen Balance und eine friedliche, prosperierende Entwicklung des Landes scheint nicht ohne weiteres gegeben.

### **Perspektiven entwickeln – grundlegende Werte**

Wie kann eine Zukunftsvision für den georgischen Staat gedacht werden? Wie könnte der Staat idealerweise aussehen? Die Kunst besteht nun darin, nicht phantasievolle Luftschlösser auszuschnitzen, sondern die richtigen, objektivierenden Fragen zu finden und zu bearbeiten.

Was kann ein Land in das Weltganze einbringen? Auf welchen Werten kann das Land aufbauen?

Als einen Hinweis, dass der Wert der Unabhängigkeit eine Rolle spielen könnte, nehmen wir die Eigenständigkeit der georgischen Sprache und Schrift an.

Georgisch wird von etwa vier Millionen Menschen gesprochen, gehört zur südkaukasischen Sprachfamilie und besitzt ein eigenes Alphabet. Die Sprache entwickelte sich als eine, aber die meistgesprochene von heute noch 40 kaukasischen Sprachen und weist mit den ersten schriftlichen Zeugnissen aus dem 5. Jahrhundert einen sehr alten Ursprung auf. Sie entwickelte sich eigenständig vor der Einwanderung indogermanischer, türkischer oder semitischer Bevölkerungsgruppen.

Ohne abschließend beantwortet zu sein, begleitet uns diese Frage weiterhin.

### **Begegnungen gestalten**

Sei es der Besuch auf dem lokalen Gemüsemarkt oder im Stadtzentrum, sei es ein Essen im Restaurant, Gespräch mit einer Straßenhändlerin, einem Taxifahrer oder der Köchin im Hotel – jede Begegnung mit Menschen hat das Potential, idealer gestaltet zu werden.

Dass und wie sich Beziehungen auch in einer recht kurzen Zeit und entwickeln können, haben wir beim Tischtennispiel von Heinz Grill mit dem georgischen Erstligisten Grigoli Badunashvili erlebt. Von einem gastfreundlichen Kennenlernen hin zu einem interessierten dialogischen Spiel, das den Partner besser verstehen und fördern möchte, waren es nur drei Nachmittage.



*“Aus Deutschland kommt Ihr? Seid willkommen, genießt Euren Urlaub, aber lasst den Krieg zu Hause!” – spontane Begegnung auf der Straße  
Foto: Bernd Lindner*



*Auf dem Navtlughi-Markt bieten Bauern vornehmlich aus der fruchtbaren, östlich von Tiflis gelegenen Weinbauregion Kakheti ihre frischen Produkte an.  
Foto: Bernd Lindner*



*Im Spätsommer reicht das Angebot von frischem Gemüse über Trauben, Granatäpfel, Hagebutten oder Feigen bis zu Walnüssen, Mandeln und Haselnüssen. Mangelnde Sprachkenntnisse sind hier auf dem Markt kein Hindernis.  
Foto: Bernd Lindner*



*In der georgischen Küche genießen Milchprodukte (neben Fleisch) einen hohen Stellenwert und werden in vielen Spezialitäten verarbeitet. Den aromatischen, geräucherten Hartkäse hatten wir am Vortag bereits verkostet; die Marktfrau (in der Mitte, klein) freut sich über unseren neuerlichen Besuch.  
Foto: Bernd Lindner*

## **Perspektiven entwickeln – was fehlt?**

Die Reflektion der Lichtsphäre, aber auch das Nachwirken unserer Begegnungen führte zum Eindruck einer gediegenen Arbeit und Ehrlichkeit, einer eher neutralen, aber nicht uninteressierten Haltung uns fremden Gästen gegenüber. Kann man sich mit derartigen Beobachtungen der Frage, was dem Land fehlt und es im idealen Sinn bräuchte, annähern?

Der Mangel liege in der kosmischen Berührung, es fehle die Spiritualität, meint Heinz Grill.

Dieser Gegenwartseindruck mag ein Nachklang der kommunistischen Ära sein, er zeigt sich vielleicht durch einen Mangel an Schönheit, Eleganz, Anmut, in der modernen Architektur wie in der Umgehensweise der Menschen untereinander.

Auch dies ist eine Frage, die uns weiterhin beschäftigt.



### **Die Atmosphäre ordnen: das Praktizieren von Übungen**

Heinz Grill betonte, dass das Praktizieren von Übungen sich verbessernd und aufbauend auf die Lichtsphäre auswirken würde. Dadurch, dass man innerhalb einer Übung eine Konzentration auf einen Inhalt aufbaue, würden Emotionen zur Ruhe kommen. Die anhand eines adäquaten Gedankens gelenkte Wahrnehmung und ein waches Bewusstsein würden generell die Atmosphäre ordnen.

Konsequent, aber ohne Strenge, praktizierten wir Asanas und Pranayama oder übten uns im Pool des Hotelgartens im Tauchen. Eine gewisse Überwindung und Disziplin erfordern alle diese Übungsformen.

### **Das eigene Opfer: was lasse ich zurück?**

Mit der Frage, welche Bindungen man selbst für die Entwicklung zurücklassen wird, tritt ein ganz neues und spannendes Element hinzu.

*Heinz Grill, Das Rad, morgens im Garten des Hotels und Übungen im Park. Fotos: Martin Sinzinger und Bernd Lindner*



Hinlänglich sieht man wohl keinen direkten Zusammenhang zwischen einem anderen, fremden Land – oder auch einer anderen Person – und der eigenen Entwicklungsbemühungen und Entwicklungsversprechen.

Dennoch trat dies aber immer mehr als ein zentrales Element hervor. Unausweichlich stand diese Frage vor uns Mitreisenden und erforderte eine individuelle Beantwortung in aller Ernsthaftigkeit, Entschiedenheit, Entschlusskraft und Konsequenz.

Deutlich wurde mir, dass durch diese Reise eine unauflösliche Verbindung zum Land entstand und dass dessen Schicksal mit meinem eigenen Fortschreiten verwoben ist. Bei Licht betrachtet, trifft dies wohl auf alle Begegnungen zu, man macht sich diese Umstände vermutlich zu wenig bewusst.

### **Fazit: Was ist entstanden?**

In Bezug auf das Licht war wahrnehmbar, wie sich dieses im Verlaufe unseres Aufenthaltes von einer eher flachen, matten Helligkeit zu einer fülligen, farbintensiven, ausstrahlenden und gleichzeitig zentrierenden Fülle gewandelt hat.

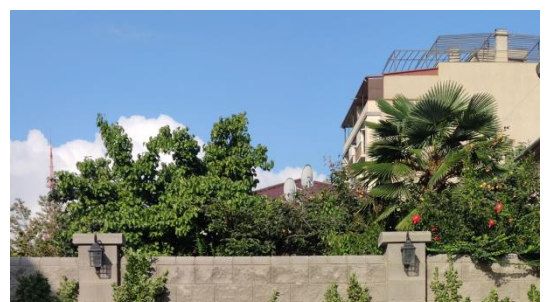
Heinz Grill sprach davon, dass das Licht mehr „beseelt“ wäre.

*Der erste Tag: sonnig mit blauem Himmel. Foto: Martin Sinzinger*



*Traditionell haben die Schuster hier in Samgori ihr Viertel. Die Verkäuferin spricht ein wenig Italienisch, was bei der Auswahl neuer Kletterschuhe sehr hilfreich war.*

*Foto: Bernd Lindner*



In die anfangs als vornehmend „physisch“, gegenständlich, materiell wahrgenommene Sphäre wäre ein kosmisches Element hinzugekommen.

Was ist nun die Einschätzung von Heinz Grill im Rückblick auf die Arbeit und Zielsetzung der Reise, wollten wir Mitreisenden schließlich wissen. Äther wäre geschaffen, sichtbar beispielsweise in der Lichtqualität, meinte Heinz Grill, ein Aufbau, der etwa eine Woche lang bemerkbar bleiben würde. Das, was geistig für das Land geschaffen wurde, sei jedoch ein bleibender Wert.

Ziel der Reise war, die tragenden Lebenskräfte, den „Äther“, zu stärken und aufzubauen. Der Aufbau von Äther wirkt dadurch, dass ein kosmisches Element in die Erde hereingeführt wird, ausgleichend, regenerierend, befriedend und erhebend.

Mit dieser Reise ist für mich gleichzeitig auch ein Ideal entstanden, wo die eigene Arbeit ansetzen kann, wie Wahrnehmung und Kriterien zur Beurteilung dieser Arbeit zu entwickeln sind und wie das Zusammenwirken von spiritueller Kapazität von Heinz Grill mit der kleinen achtköpfigen Reisegruppe zu einem gemeinsamen Ziel führen können.



*Der zweite Tag: Gespräch im Park. Die Blätter der Bäume im Hintergrund zeigen ein fülliges, zauberhaftes Lichtspiel  
Foto: Bernd Lindner*



*Heinz Grill im Spiel und im Gespräch mit dem georgischen Tischtennispieler Grigoli Badunashvili. Außerdem: Barbara Holzer und der Vater von Grigoli Badunashvili, der zum Doppel hinzukam.  
Fotos: Martin Sinzinger und Bernd Lindner*

Martin Sinzinger, 15. Oktober 2024

25 Jahre Erfahrung in Reiseleitung „Naturbegegnung Wanderreisen“