

# Etappe 157

## von Tasburun nach Inebolu

Heute hätte ich eigentlich meinen wöchentlichen No-Go-Tag gehabt, es ist der Tag, an dem ich mein nettes kleines Hotel (Yali Otel in Cide, sehr empfehlenswert) mit der überaus freundlichen und hilfsbereiten Wirtin Canan (=Schätzchen) verlassen habe. Da mir aber gestern 33 km für die Strecke zu weit waren und ich außerdem von einem hilfsbereiten Dolmus-Fahrer zum Mitfahren aufgefordert worden war, habe ich mir die letzten gut 10 km bis Inebolu gestern geschenkt und für heute aufgehoben, ich muss ja sowieso heute nach Inebolu.

Da die verbliebene Strecke kurz war und ich vormittags auch noch nicht meine neue Heimstatt belegen konnte, habe ich mir entgegen meiner Gewohnheit ein Frühstück gegönnt (erst ab 8 h) und bin dann von Canan so verabschiedet worden, dass sie ihrem Namen alle Ehre machte.



Bevor ich losgehen konnte, musste mich das Hinayana erst noch die 90 km über die hinayanamäßige Straße bringen, wo gestern noch ein ziemlich hässlicher Unfall passiert sein muss - ein beteiligtes Fahrzeug stand noch da, sah ziemlich schlimm aus.

Da mit 50% Wahrscheinlichkeit ein Gewitter angesagt war und die vormittäglicher Schwüle bei bedecktem Himmel auch ein entsprechendes erwarten ließ, hatte ich mein Regengewand eingepackt, das ich bislang erst zweimal trug, einmal vor zwei Jahren in Bulgarien und einmal letztes Jahr im europäischen Teil der Türkei, was sich jedoch bald als heute überflüssig erwies.

Jetzt habe ich für vier Tage einen Bungalow in einer Ferienanlage direkt am Meer in Inebolu und genieße meinen Feierabend. Die erdverbundenen Meditationen tun mir sehr gut, insbesondere das Abschmelzen von Verspannungen ist sehr hilfreich, denn sowohl nach dem Wandern als auch in fremden Betten tritt dergleichen nur allzu leicht auf (übrigens auch wenn man in drei Tagen über 40 Stunden hinter dem Lenkrad eines noch so lieblichen kleinen Automobils sitzt). Nachdem ich die Abschmelzung-Übung jetzt schon einige Zeit

mache, zeigt sie ganz deutlich ihre segensreiche Wirkung. Während anfangs das Abschmelzen noch eine ziemliche Kopfgeburt schien, genieße ich inzwischen das Dahinschmelzen und Loslassen als ungeheuer befreiend. Die Empfindungen erinnern mich deutlich an Buddhas poetische Meditationsanalyse vom Baden in einem frischen, kühlen See und die erquickenden Wirkung danach in frische Laken gehüllt zu sein.

