



Unsere Geschichte

Yogi Bhajan, ein Meister des Kundalini Yoga, kam Ende der 60er Jahre aus Indien in den Westen. In den Yoga-Stunden gab er sein spirituelles Wissen an seine Schüler weiter und servierte ihnen einen aromatischen Gewürztee, den sie liebevoll „Tee des Yogi“ nannten. Dieser Name formte später die Grundlage für die Marke YOGI TEA®. Der Genuss des Tees mit seinem wohligen Geruch und Geschmack führte die Schüler zu innerer Ruhe und Gelassenheit und eröffnete Ihnen die Welt der Philosophie des Ayurveda. Yogi Bhajan inspirierte sie, ihr spirituelles Gleichgewicht in der täglichen Praxis dieser indischen Weltanschauung zu suchen. Diese umfasst auch „Achtsamkeit“ den Mitmenschen, der Natur und auch sich selbst gegenüber.

*Yogi Bhajan*

Yogi Bhajan lud seine Schüler ein, innezuhalten, sich auf sich selbst zu besinnen und Inspiration für ihre Seele zu finden. Mit den yogischen Weisheiten an jedem Teebeutel und den Yoga-Übungen auf der Unterseite jeder einzelnen YOGI TEA®-Packung laden wir Sie zu einem Lebensstil der Achtsamkeit und dem Genuss einer leckeren Tasse YOGI TEA® ein.

Serve your spirit.



YOGI TEA GmbH  
Burchardstraße 24 • D-20095 HAMBURG  
DE-ÖKO-005  
yogitea.com

facebook.com/yogitea

YOGI TEA®  
BIOLOGISCH

Abend

Ayurvedische Kräuterteemischung mit Fenchel, Kamillenblüten, Baldrian



17 TEEBEUTEL (à 1,8g) 30,6g



BEDT V4 P80600h f-S05

PZN 9687843

Mindestens haltbar bis:

Abend

**Ayurvedische Kräuter- und Gewürzteeemischung**  
**Zutaten:** Fenchel\* (31%), Kamillenblüten\* (17%), Pfefferminze\*, Kardamom\*, Zitronenmelisse\*, Zitronengras\*, Baldrianwurzel\* (6%), Salbei\*, Lavendelblüten\*, Muskat\*.  
\*kontrolliert ökologischer Anbau

Behaglich, geschmackvoll, angenehm.

Der Abend ist eine wunderbare Zeit. Der Genuss von Kräutern und Gewürzen wie Lavendel, Muskat und Baldrianwurzel lässt ihn uns in wohlthuender seelischer Ausgeglichenheit erleben. Gedanken drehen sich nicht weiter im Kreis. Entspannt wenden wir uns den schönen Dingen des Lebens zu, begleitet von duftenden Kräutern wie Minze und Salbei.

Die subtile Botschaft dieses Tees ist: „Zeit für mich selbst. Ankommen.“

„Es ist einfach, das Leben kompliziert zu machen; es ist kompliziert, das Leben einfach zu machen.“



IT-BIO-006  
Nicht-EU-Landwirtschaft



€ 30,6g

YOGI TEA®  
BIOLOGISCH

Abend

Ayurvedische Kräuterteemischung mit Fenchel, Kamillenblüten, Baldrian



17 TEEBEUTEL (à 1,8g) 30,6g



Atemübung vor dem Schlafengehen

Langes, tiefes Atmen hilft uns, uns auf uns selbst zu besinnen. Sitze mit aufgerichteter Wirbelsäule im Schneidersitz. Lasse auch Deine Schultern entspannt sinken. Lege Deine Hände mit den Handflächen nach oben ineinander in den Schoß. Schließe Deine Augen und beginne lang und tief durch die Nase zu atmen. Lasse den Atem langsam Deine Lungen füllen und Deinen Brustraum weiten. Entspanne mit dem Ausatmen und erlaube Deinem Geist, zunehmend zur Ruhe zu kommen. Atme für einige Minuten, lege Dich dann auf die rechte Seite und genieße einen tiefen und erholsamen Schlaf.

Bitte frage Deinen Arzt, ob diese Übung für Dich geeignet ist.

Wir bei YOGI TEA® verpflichten uns zu partnerschaftlichem und fairem Umgang mit den Erzeugern der in unseren Tees verwendeten Zutaten. Für weitere Informationen besuchen Sie uns auf [yogitea.com](http://yogitea.com)

Unser soziales Engagement:

BEDT V4 P80600h f-S05-a