



**YOGA TURİSTLERİNİN MOTİVASYONLARI ÜZERİNE SİSTEMATİK LİTERATÜR
TARAMASI (INVESTIGATION OF YOGA TOURIST MOTIVATION BY SYSTEMATIC
LITERATURE SEARCH)**

Seray GÜLERTEKİN GENÇ^{1*} (orcid.org/ 0000-0002-0655-2856)

¹Batman Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü, Batman, Türkiye

Özet

Turist motivasyonu seyahat davranışını anlamının en temel unsurlarından biridir. Bu çalışmanın amacı yoga turistlerinin motivasyonları üzerine yapılmış çalışmaları sistematik literatür taraması yöntemi ile incelemektir. Bu kapsamda 2003-2023 yılları arasındaki çalışmalar doküman ve içerik analizi ile incelenmiştir. Toplamda 37 tane ampirik (nicel ve nitel) çalışmaya ulaşılmıştır. Bu çalışma sonuçlarından 11 tema ve 87 kod tespit edilmiştir. Yoga turistlerinin motivasyon temalarının sırasıyla maneviyat, duygu ve farkındalık, deneyim, sağlık, kişisel gelişim-dönüşüm, öğrenme-keşfetme, sosyal etkileşim, destinasyona ait özellikler, derin konsantrasyon, rekreasyon, öğretmen ve ekoller olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma sonuçlarına göre bazı öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yoga, Yoga Turisti, Yoga Turist Motivasyonu, Sistematik Literatür İncelemesi

Abstract

Tourist motivation is one of the most fundamental elements of understanding travel behavior. This study aims to examine the studies on yoga tourist motivation with the systematic literature review method. In this context, the studies between the years 2003-2023 were examined with document and content analysis. 37 empirical (quantitative and qualitative) studies were obtained. 11 themes and 87 codes were identified from the results of this study. It has been determined that the motivation themes of yoga tourists are spirituality, emotion and awareness, experience, health, personal development-transformation, learning-exploration, social interaction, destination characteristics, deep concentration, recreation, teachers, and schools, respectively. According to the results of this study, some suggestions are presented.

Keywords: Yoga, Yoga Tourist, Yoga Tourist Motivation, Systematic Literature Review

Giriş

Yoga, günümüzde oldukça popüler olan kadim bir etkinliktir ve binlerce yıllık bir geçmişe sahiptir. Yoga beden, zihin ve ruhun birliği anlamına gelmektedir (Sharma ve Nayak, 2019a) ve pranayama (nefes-enerji teknikleri), asana (fiziksel duruşlar) ve meditasyon yoluyla stresten kurtulmayı sağladığı düşünülmektedir (Smith ve Sziva, 2016). Yoga, “görmek” anlamına gelen darsana olarak bilinen Hint düşüncesinin altı merkezi sisteminden biridir (Desikachar, 1999). Aynı zamanda yoga; beden, zihin ve ruh üçlüsünü birleştiren bir dizi zihinsel ve fiziksel aktivitedir (Cagas, Biddle ve Vergeer, 2020).

Yoga turizmi ise insanların yoga pratiği yapmak, zihinsel ve fiziksel sağlıklarını iyileştirmek, stresten uzaklaşmak ve farklı kültürleri deneyimlemek amacıyla farklı yerlere seyahat etmelerini ifade etmektedir (Lehto vd., 2006). Yoga turizmi, batıda maneviyatın değişen yüzü nedeniyle hızlı bir büyüme göstermiştir (Alliance, 2016). Bu niş turizm sektörü, günümüzde yaygın olarak wellness turizmi olarak adlandırılan “iyi hissetmek için seyahat” trendinin bir parçası olarak gelişmiştir (Sharma ve Nayak, 2019b). Yoga ile ilgili inzivalar, seminerler, konferanslar ve festivaller de dahil olmak üzere yoga turistleri için farklı turizm imkanları yaratmaktadır. Yoga gezileri Hindistan, Tibet vb. gibi yoganın ortaya çıktığı destinasyonlardan, doğa temelli daha sakin ya da lüks tesislere sahip destinasyonlara kadar geniş bir yelpazede yapılabilmektedir (Maddox, 2015). Yoga turizmi yerel topluluklar ve yoga turistleri arasında farklı düzeylerde etkileşim ile çok farklı deneyimler de yaratmaktadır (Öznlbant ve Alvarez, 2020).

*Sorumlu yazar: seraygulertekin@gmail.com

DOI: 10.33083/joghat.2023.328

Amerika Birleşik Devletleri'nde yoganın 2012 yılında 20,4 milyon; 2016 yılında ise 36,7 milyon kişiyi kapsadığı tespit edilmiştir. 2016 yılı itibarı ile 27 milyar dolarlık bir endüstriye dönüşmüştür (Dilette, Douglas ve Andrzejewski, 2019). Bu rakamın 2023 yılında 33 milyar ABD doları, 2027 yılında ise 41 milyar ABD doları olması beklenmektedir (Bard, 2023). Bu büyüyen turizm türünü tamamlamak için, araştırmacılar ve sektör temsilcileri yoga merkezli seyahat fırsatlarını daha yakından takip etmektedirler (Bowers ve Cheer, 2017). Yoga turizmi, yoga tutkunları için harika bir deneyimdir (Lehto vd., 2006). Yoga turizmi, yogayı öğrenmek, yoga pratiklerini geliştirmek, yoga ile ilgili kültürleri deneyimlemek ve yoga ile ilgili etkinliklere katılmak için bir fırsattır (Sharma ve Nayak, 2019a). Yoga turizmi, yoga tutkunları için bir tür yenilenme ve kişisel gelişim deneyimidir. Yoga turizmi, ülkeler için de önemli bir ekonomik kaynaktır. Yoga turizmi, ülkelere turizm geliri, istihdam ve vergi geliri sağlamaktadır. Yoga turizmi, ülkelere kültürel tanıtım da sağlamaktadır (Dilette vd., 2019).

Yoga tüm dünyaya yayıldıkça, turizm de insanları ve toplulukları yoga aracılığıyla birbirine bağlama ve yoganın kitlelere yayılmasını teşvik etme konusunda kritik bir rol oynamaktadır (Öznlbant ve Alvarez, 2020). Son yıllarda, yoga turizmi araştırmaları önemli bir turizm teması olarak ortaya çıkmaktadır (Sharma ve Nayak, 2019a-b). Yoga turizminin hızla büyümesine rağmen, bu alandaki araştırmalar henüz emekleme aşamasındadır. Özellikle yoga turistlerinin seyahat motivasyonlarını inceleyen araştırmalar oldukça kısıtlıdır (Atsız vd., 2023; Eskola, Haanpaa ve Garcia-Rosell, 2022; Telej ve Gamble, 2019). Dolayısıyla araştırmaların mevcut durumu, özellikle seyahat motivasyonunun çok az anlaşılmasını sağlıyor gibi görünmektedir. Bu nedenle bu alanda bütüncül araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu nedenle bu çalışma, araştırmadaki bu boşlukları keşfederek yoga turizmi literatürünü genişletmeye çalışmaktadır. Bu çalışmada, sistematik literatür incelenmesi yoluyla yoga seyahat motivasyonu ile ilgili çalışmaların neler olduğunun ve bu amaçla seyahat edenlerin en çok hangi motivasyonel faktörler ile seyahat ettiklerinin ortaya konulması amaçlanmaktadır. Çalışma, yoga turizmine ilişkin mevcut literatür tarafından bugüne kadar ortaya konulmuş olan ampirik çalışmaları kullanmaktadır. Böylece gerek bu alanda çalışma yapan akademisyenlere, gerek bu turizm pazarlamacılarına bütüncül bir perspektif sunmaktadır.

Kavramsal Çerçeve

Yoganın Sanskrit dilindeki anlamı birliktir ve bireysel olarak bedenin, zihnin ve ruhun birliği ve bir bütün olarak evrenin birliği anlamına gelmektedir (Bowers ve Cheer, 2017). Yoga, Hindistan'da doğmuş ve ilk olarak M.Ö. 1500 yıllarında Hindu geleneklerini ve ritüellerini içeren en eski kutsal metinlerden biri olan Vedalarda bahsedilmiştir (Desikachar, 1999). Yoga pratiği, yoga uygulayıcıları için sosyal ve duygusal canlanma sağladığından, bir serbest zaman aktivitesi olarak kabul edilmektedir (Liu vd., 2022; Telej ve Gamble, 2019). Bu amaçla dünyanın farklı bölgelerinden pek çok turist, yoga yolculuğunun başladığı Hindistan'a ve yoga turizmine katılacağı destinasyonlara seyahat etmektedirler (Maddox, 2015). Günümüzde yoga, dünya çapında kendi pazarını yaratmış ve son yıllarda dünyanın farklı yerlerinde yapılan niş bir turizm türü olarak görülmektedir (Atsız, Ramkissoon ve Öğretmenoğlu, 2023).

Yoga turizmi, insanların bedensel ve zihinsel sağlık hedeflerine ulaşmalarını, farklı kültürleri keşfetmelerini ve sürdürülebilir turizmi desteklemelerini amaçlayan bir turizm türüdür (Sharma ve Nayak, 2019a). Bu tür bir turizm; yoga merkezleri, SPA tesisleri, doğal güzelliklerle çevrili bölgeler, sakin plajlar veya dağ manzaraları gibi huzur verici ve rahatlatıcı mekanları içermektedir (Bowers ve Cheer, 2017). Yoga bir özel ilgi turizm türüdür (Ali-Knight ve Ensor, 2017). Yoga turizmi kitle turizminden farklılık göstermektedir. Çünkü bu turizm türünde turistlerin destinasyondaki yoga uygulamalarına yoğun bir bağlılık göstermesini gerektirir (Maddox, 2015; Lehto vd., 2006). Aynı zamanda bu turizmin sağladığı benzersiz deneyimler sayesinde dönüştürücü turizm olarak kabul edilmektedir (Ali-Knight ve Ensor, 2017). Yoga inzivaları da birçok ülkede, genellikle tenha ve sessiz yerlerde düzenlenmektedir. Yoga turistleri yavaş seyahat eder ve yoga yapmanın yanı sıra çevrenin yoğun deneyiminin tadını çıkarırlar (Sharma ve Nayak, 2019b).

Yoga beden, zihin ve ruhu birleştirme eylemidir (Öznlbant ve Alvarez, 2020). Yoga yalnızca fiziksel rahatlama uygulamalarıyla sınırlı olmayıp; meditasyon, farkındalık ve maneviyatı da kapsamaktadır (Bowers ve Cheer, 2017). Stres, kronik sırt ağrısı gibi sağlıkla ilgili bazı sorunlara iyi gelmektedir (Lehto vd., 2006). Yoga aynı zamanda tüm dünyaya yayıldıkça, turizm de insanları ve toplulukları yoga aracılığıyla birbirine bağlama ve yoganın kitlelere yayılmasını teşvik etme konusunda kritik bir rol oynamaktadır.

Yoga turizmi aynı zamanda ciddi bir boş zaman aktivitesi olarak kabul edilmektedir; çünkü bu turistler destinasyondaki ana aktiviteleri olarak yoğun bir şekilde yoga pratiği yapmaktadırlar (Maddox, 2015). Yoga turistleri, gittikleri destinasyonda benzersiz türde duygusal deneyimler hissederler (Ali-Knight ve Ensor, 2017;

Lehto vd., 2006). Birleşmiş Milletler Örgütü, yoganın küresel düzeyde insanlara sağladığı faydaları vurgulamak amacıyla 21 Haziran’ın Uluslararası Yoga Günü olarak kutlanacağını ilan etmiştir (Pminewyork, 2023). Bu bağlamda, kapsamı her geçen gün büyüyen bu turizm türünde seyahat eden insanların temelinde hangi faktör ile seyahat ettiklerini bilmek önemlidir.

Yöntem

Bu çalışmada yoga turistlerinin turizm ve seyahat motivasyonları sistematik literatür taraması incelemesi ile yapılmıştır. Bu yöntem ile yoga turistlerine yönelik bazı kodlar ve anahtar kelimeler ile veri tabanları aracılığıyla seyahat ve turizm motivasyonuna ulaşılmaya çalışılmıştır. Bu yöntemin tercih edilmesinin en önemli nedeni yoga turist motivasyonuna ilişkin özgün çalışmaların incelenerek bulguların tespit edilmesi ve buna yönelik kod ve temaların oluşturulmasıdır. Bu çalışmada ikincil veriler kullanıldığı için etik kurul raporu alınmamıştır.

Araştırmanın Kapsamı

Araştırmanın kapsamını yoga turistlerinin seyahat motivasyonları konusunda nicel ve nitel araştırmalar oluşturmaktadır. Kapsam dahilinde çalışmaya dahil edilen çalışmalar, uluslararası ve ulusal nitelikte kitap ve dergilerde yer alan çalışmalardır.

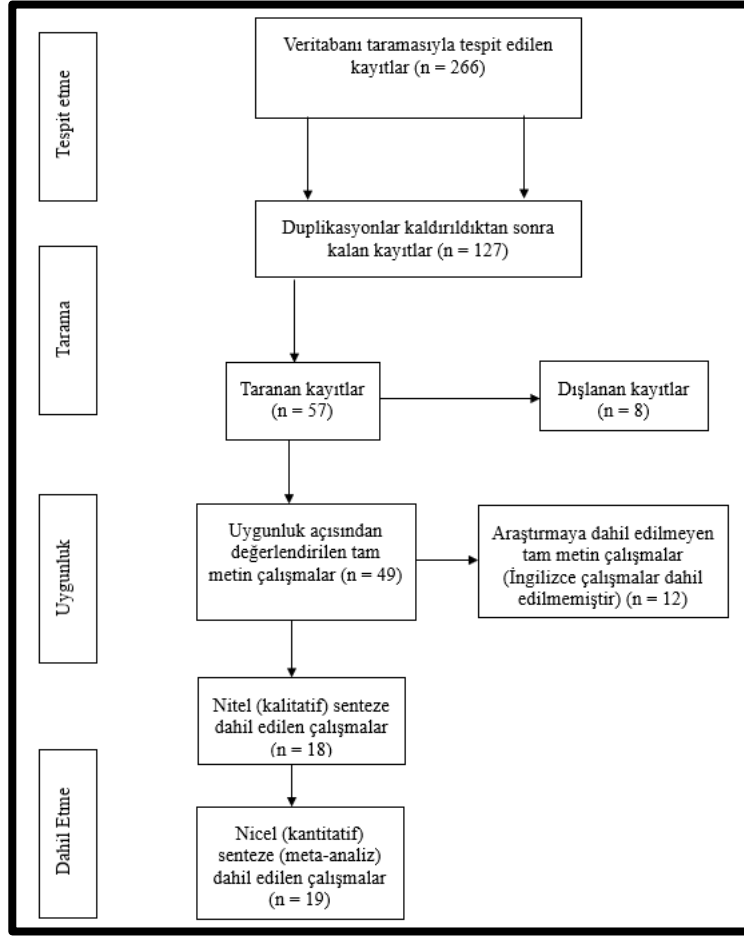
Verilerin Toplanması

Çalışmada yoga turizm kavramının son 20 yılda nicel ve nitel araştırma yöntemleri ile yapılmış tüm çalışmalarını kapsamaktadır. Çalışmada 20 yıl olarak seçilmesinin en önemli nedeni yoga turist motivasyonu çalışmalarının çoğunlukla bu yıllarda yapılmış olmasıdır. Çalışma kapsamında doküman tekniğinden yararlanılmıştır. Doküman tekniğinden yararlanırken yoga turist motivasyonunun oluşturulmasında bazı sınırlar çizilmiştir (Bakınız Tablo 1). Yoga turist motivasyonunu araştırmak için Türkçe “yoga turizm”, “yoga turist”, “yoga ziyaretçi”, “yoga seyahat” ve İngilizce “yoga tourism”, “yoga tourist”, “yoga visitor”, “yoga travel”, “yoga trip” anahtar kelimeleri üzerinden yapılmıştır. Taramalar; Cambridge, Dergipark, Emerald, Google Scholar, Oxford, Sage, ScienceDirect, Taylor&Francis, TR Dizin, Wiley, YÖK Tez Merkezi aracılığı ile incelenmiştir. Belirtilen anahtar sözcükler ile toplam 266 araştırmaya ulaşılmıştır. Araştırmalar incelendiğinde duplikasyonlar kaldırıldıktan sonra 127 çalışma incelenmeye alınmıştır. Yoga turist motivasyonu ile ilgili ampirik bulgulara yer vermeyen, 70 çalışma, çalışma kapsamına dahil edilmemiştir. Bu işlem sonrasında 57 çalışma kalmıştır. Bu çalışmalardan ise 8 tanesi makalelerin yayından çekilmesi gibi nedenlerle kapsam dışında tutulmuştur. Bu bağlamda araştırmada, yoga turist motivasyonunu inceleyen 37 çalışma incelenmiştir (Bakınız Şekil 1).

Tablo 1. Yoga Turist Motivasyonu Sistematik Literatür Çalışmaları Kapsamını Belirleme Kriterleri

Araştırmaya Dahil Etme Kriteri	Araştırmaya Dahil Edilmeme Kriterleri
Ampirik Araştırmalar (Nicel, Nitel ve Karma)	Teorik ve kavramsal çalışmalar
İngilizce veya Türkçe dillerinde yazılmış olması	İngilizce ve Türkçe dışında bir dilde yazılmış çalışmalar
Tam metne ulaşılan veya özet kısmında bulguları paylaşılmış çalışmalar	Tam metne ulaşılamayan ve özet metinde bulgulara yer vermeyen çalışmalar,
Nicel araştırmalarda yapı geçerliliği yapılarak alt boyutları belirleyen çalışmalar	Nicel araştırmalarda yapı geçerliliği yapılmayarak alt boyutları belirlenmeyen çalışmalar
Nitel araştırmalarda temaları oluşturan çalışmalar	Nitel araştırmalarda temaları oluşturmayan çalışmalar
Veri tabanlarında online olarak yer alan çalışmalar	Veri tabanlarında online olarak yer almayan çalışmalar

Şekil 1. Yoga Turisti Motivasyonu Sistemik Literatür Tarama Süreci



Kaynak: Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, The PRISMA Group (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. PLoS Med 6(7): e1000097.

Verilerin Analizleri

Araştırmanın amacı kapsamında Tablo 2’de yer alan 37 çalışma incelenmiştir. Çalışmalar değerlendirildiğinde araştırmaların büyük çoğunluğunun yabancı çalışmalar (Türkiye dışındaki) olduğu görülmektedir. Çalışmaların dağılımları incelendiğinde nicel ve nitel çalışmaların sayı itibari ile birbirine çok yakın olduğu görülmektedir.

Sistemik literatür taraması ile belirlenen veri tabanları aracılığıyla tespit edilen çalışmalar içerik analizi ile incelenmiştir. Bu aşamada, yoga turist motivasyonuna yönelik çalışma bulguları kodlanarak tablo haline getirilmiştir (Tablo 2). İncelenen 37 çalışmada yoga turistlerinin turizm ve seyahat motivasyonu ile ilgili toplam 87 kod tespit edilmiştir. Sonraki aşamada, kodlar benzerliklerine göre gruplandırılarak temalar oluşturulmuştur. Toplam 87 kod, 11 temada toplanmıştır. Yoga turist motivasyonu ile ilgili elde edilen kodlar ve oluşturulan temalar Tablo 2’de yer almaktadır.

Sistemik literatür taraması sonucunda tüm çalışmalar incelendiğinde en fazla öne çıkan yoga turist motivasyonunun maneviyat teması altında olduğu tespit edilmiştir. Maneviyat teması adı altında kodlar az olsa da ana motivasyonun manevi arayış olduğu tespit edildi. Söz konusu tema altında *Manevi Arayış* (Atsız vd., 2023; Abdou vd., 2022; Zafeirodi vd., 2022; Eskola vd., 2022; Nair ve Solanki, 2022; Kamthe, Lahoti ve Inamdar, 2022; Buzinde, 2020; Kandemir Altunel, Özer ve Akova, 2020; Sutarya, 2020; Speier, 2019; Telej ve Gamble, 2019; Rana, 2015; Lalonde, 2013; Lehto vd., 2006; Smith, 2003), *İç Huzur Arayışı* (Leou ve Wang, 2023), *İçsel İyileşme* (Nair ve Solanki, 2022), *İyileşme ve Tedavi Arayışı* (Kandemir Altunel vd., 2020) şeklinde araştırmalarda ortaya çıkmıştır.

Duygu ve farkındalık ile ilişkili olabilecek motivasyonel temaların ortaya çıktığı çalışmalar incelendiğinde turistlerin yoğunlukla olumsuz duyguları azaltmak ve olumlu duygusal farkındalık yaratmak için seyahat ettikleri tespit edilmiştir. Bu boyutlar; *Stresten Arınma* (Nair ve Solanki, 2022; Kamthe vd., 2022; Kandemir

Altunel vd., 2020), *Mindfulness* (Bilinçli Farkındalık) (Kiremitçi Camiöz, 2023; Zafeiroudi vd., 2022), *Olumlu Duygular* (Pahuja 2021; Speier, 2019), *Mutluluk* (Kiremitçi Camiöz, 2023), *Duygusal Refah* (Öner ve Biçer, 2018), *Olumsuz Duyguları Kontrol Etmek* (Abdou vd. 2022), *Sağlık ve İyi Oluş* (Ranjan vd., 2022), *Farkındalık* (Ranjan vd., 2022), *Duygusal Bağlılık* (Pahuja 2021), *İyi Oluş Aktivitesi* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Neşe* (Sharma ve Nayak, 2019a), *Aşk* (Sharma ve Nayak, 2019a), *Olumlu Sürpriz* (Sharma ve Nayak, 2019a), *Denge Duygusu Kazanmak* (Ali-Knight ve Ensor, 2017) olarak tespit edildi.

Deneyim temasının da yoga turistleri tarafından en önemli seyahat motivasyonları arasında olduğu görülmektedir. Bu boyutlar arasında *Kültürel Deneyim* (Leou ve Wang, 2023; Lalonde, 2013; Öznalbant ve Alvarez, 2020; Öznalbant, 2017), *Kültürel ve Dinsel Deneyim* (Kandemir Altunel vd., 2020) ve *Otantiklik* (Nair ve Solanki, 2022; Telej ve Gamble, 2019), *Otantik Yoga* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Otantik Bir Yoga Deneyimi Aramak* (Ali-Knight ve Ensor, 2017), *Otantiklik-Egzotik Arayışı* (Maddox, 2015) önemli tercih nedenlerindedir. Bunun dışında, *Kaçış* (İnce ve Keskin, 2023; Telej ve Gamble, 2019; Smith, 2003), *Unutulmaz turizm deneyimi* (Atsız vd., 2023; Sharma ve Navak, 2019b), *Eğlence* (Liu vd., 2022; Yaman vd., 2019), *Yoga Odaklı* (Öznalbant ve Alvarez, 2020; Öznalbant, 2017), *Gastronomi* (Telej ve Gamble, 2019), *Rahatlamak* (İnce ve Keskin, 2023) yer almaktadır.

Sağlık teması da yoga turist motivasyonu için temel faktörler arasındadır. Bununla ilgili temalar şu şekilde *Sağlıksal Refah* (Nair ve Solanki, 2022; Speier, 2019; Telej ve Gamble, 2019; Yaman, Akçay ve Günay, 2019; Lalonde, 2013), *Fiziksel Kondisyonun Artırılması* (Abdou vd., 2022), *Zihinsel Refahı Artırmak*, *Psikolojik Sağlık* (Abdou vd., 2022; Sayman, 2021), *Fiziksel Sağlık* (Kamthe vd., 2022; Sayman, 2021; Thomas vd., 2021), *Sihhat Odaklı* (Öznalbant ve Alvarez, 2020; Öznalbant, 2017), *Doğal Tedavi (Naturopathy)* (Ambili, 2016) olarak yer almaktadır.

Kişisel Gelişim ve Dönüşüm teması altında; *Kişisel Gelişme* (İnce ve Keskin, 2023), *Yaşam İyileştirme* (Kamthe vd., 2022), *Benlik Arayışı* (Kandemir Altunel vd., 2020), *Kişisel Yaşam Dönüşümü* (Cagas vd., 2020), *Kendimi Yenilemek* (Ali-Knight ve Ensor, 2017), *Kişisel Arayış* (Smith, 2003), *Duygusal Dönüşüm* (Lalonde, 2013), *Fiziksel ve Ruhsal Fayda* (Atsız vd., 2023) turistlerin seyahat davranışında buldukları tespit edilmiştir.

Diğer bir tema ise öğrenme ve keşfetmedir. Bu temada; *Yerel Kültürü Öğrenme* (Atsız vd., 2023), *Kültür ve Tarih Öğrenme* (İnce ve Keskin, 2023), *Kültür* (Mantra, Suparsa ve Handayani, 2023), *Algılanan Fayda* (Cagas vd., 2020), *Psikolojik Fayda* (Cagas vd., 2020), *Eğitim Odaklı* (Telej ve Gamble, 2019), *Yoga Bilgisini Artırmak* (Ali-Knight ve Ensor, 2017), *Yoga Pratiği Hakkında Daha Derin Bir Anlayışa Sahip Olmak* (Ali-Knight ve Ensor, 2017), *Yoga Felsefesi İle İlgilenmek* (Ali-Knight ve Ensor, 2017), *Yoga Öğrenme* (Ambili, 2016), *Ayurveda* (Ambili, 2016) yer almaktadır.

Sosyal etkileşim temasında da; *Sosyalleşme* (İnce ve Keskin, 2023; Telej ve Gamble, 2019; Yaman vd., 2019). *Uluslararası İlişkileri Güçlendirme* (Ranjan vd., 2022), *Halkın Katılımı* (Ranjan vd., 2022), *Sosyal İlişkiler* (Sayman, 2021), *Sosyal Etki* (Atsız vd., 2023, Cagas vd., 2020), *Benzer İlgi Alanlarına Sahip Kişilerle Etkileşim Kurmak* (Ali-Knight ve Ensor, 2017) bulunmaktadır.

Destinasyona Ait Özellikler teması altında, *Yoga Aktivitesi ve Hizmetleri* (Atsız vd. 2023), *Destinasyon Özellikleri* (Kamthe vd., 2022), *Çevre* (Sayman, 2021), *Yoga Ekipmanlarının Varlığı* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Yoga Destinasyonunun Çekiciliği* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Yoga Destinasyonunun Ünü* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Güvenlik* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Hizmet Kalitesi* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Doğal Güzellik* (Telej ve Gamble, 2019), *Doğal Çevre* (Dilette vd., 2019), *Yoga Yapma İmkamı* (Rana, 2015), *Destinasyona Ulaşılabilirlik* (Rana, 2015), *Hijyen* (Rana, 2015), *Yeterli Turist İnfomasyonu* (Rana, 2015) tespit edilmiştir.

Derin Konsantrasyon ise; *Meditasyon* (Sutarya, 2020; Ponder ve Holladay, 2013) ve *İnziva* (Eskola vd., 2022; Zafeiroudi vd., 2022; Dilette vd. 2019; Patterson, Getz ve Gubb, 2016) yer almaktadır. Rekreasyon temasında ise *Serbest Zaman Değerlendirme* (Liu vd., 2022), *Spor Odaklı* (Telej ve Gamble, 2019), *Aktivite* (Dilette vd. 2019), *Yoğun Bir Hayatın Stresini Üzerinizden Atmak* (Ali-Knight ve Ensor, 2017), *Eğlenceli Bir Aktivite Olarak Yoganın Tadını Çıkarmak* (Ali-Knight ve Ensor, 2017), *Festival* (Patterson vd., 2016), *Workshop* (Patterson vd., 2016) bulunmaktadır.

Son olarak öğretmen ve ekoller teması yer almaktadır. Bu temada *Ünlü Yoga Guruları İle Tanışma* (Nair ve Solanki, 2022), *Yoga Eğitmenlerinin Uzmanlığı* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Yoga Eğitmenlerinin Mevcudiyeti* (Rungsimanop ve Ashton, 2021), *Çeşitli Yoga Türleri* (Rungsimanop ve Ashton, 2021) kodları bulunmaktadır.

Tablo 2. Yoga Turist Motivasyonu Konulu Çalışmalar

Yazarlar	Yıl	Çalışma Başlığı	Araştırma Yöntemi	Bulgular
Atsız vd.	2023	Yoga travellers' experiences in guided tours: a multiple case study approach	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sosyal Etkileşim ▪ Maneviyat Arayışı ▪ Yoga Aktivitesi ve Hizmetleri ▪ Unutulmaz Turizm Deneyimi ▪ Fiziksel ve Ruhsal Fayda ▪ Yerel Kültürü Öğrenme
Kiremitçi Canıöz	2023	Yoga and Psychological Well-Being: Sequential Mediating Role of Happiness and Mindfulness	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mutluluk ▪ Mindfulness
Leou ve Wang	2023	A holistic perspective to predict yoga tourists' revisit intention: An integration of the TPB and ECM model	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kültürel Deneyim ▪ İç Huzur Arayışı
İnce ve Keskin	2023	Comparison of Travel Motivations in Yoga Tourism and Mass Tourism	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kültür ve Tarih Öğrenme ▪ Rahatlamak ▪ Sosyalleşme ▪ Kişisel Gelişme ▪ Kaçış ▪ Deneyim
Mantra vd.	2023	Cultural and Wellness Tourism: The Potential of Yoga, Meditation and Self-Purification Ceremony	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kültür ▪ Kendini Arındırma ▪ Meditasyon
Eskola vd.	2022	Emerging Paradigms in Luxury: Understanding Luxury as an Embodied Experience in a Yoga Retreat Holiday	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ İnziva ▪ Manevi Arayış
Liu vd.	2022	From serious leisure to devotee work: an exploratory study of yoga	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Serbest Zaman ▪ Eğlence
Abdou vd.	2022	Modeling the relationship between perceived service quality, tourist satisfaction, and tourists' behavioral intentions amid COVID-19 pandemic: Evidence of yoga tourists' perspectives	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fiziksel Kondisyonun Artırılması ▪ Zihinsel Refahı Artırmak ▪ Olumsuz Duyguları Kontrol Etmek ▪ Maneviyat Arayışı
Nair ve Solanki	2022	Celebrity-Induced Yoga Tourism: The Case of Amritapuri Ashram, India	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Stresten Arınma ▪ Otantiklik ▪ İçsel İyileşme ▪ Sağlık ▪ Ünlü Yoga Guruları ile Tanışma
Ranjan vd.	2022	Factors Influencing Yoga Tourism in Uttarakhand: A Case Study of Patanjali Yogpeeth	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sağlık ve İyi oluş ▪ Farkındalık ▪ Uluslararası İlişkileri Güçlendirme ▪ Halkın Katılımı

Zafeiroudi vd.	2022	Yoga as Serious Leisure Activity: Socio-Demographic Differences in Mindfulness Levels Among yoga retreat participants.	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ İnziva ▪ Maneviyat ▪ Mindfulness
Kamthe vd.	2022	Tourism and Yoga: A Phenomenological Analysis with Reference to Select Places in India	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fiziksel Sağlık ▪ Maneviyat ▪ Stres Azaltmak ▪ Yaşam İyileştirme ▪ Destinasyon Özellikleri
Sayman	2021	Yoga Turizmi Deneyimi İle Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkide Kişiliğin Aracı Etkisi	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fiziksel Sağlık ▪ Psikolojik Sağlık ▪ Sosyal İlişkiler ▪ Çevre
Thomas vd.	2021	The integration of yoga in physical therapy clinical practice	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fiziksel Sağlık
Pahuja	2021	Exploring the ties between tourist engagement, emotional responses and loyalty: a case of yoga tourism	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Duygusal Bağlılık ▪ Olumlu Duygular
Rungsimanop ve Ashton	2021	The influence of the components of yoga destination development toward tourist satisfaction and revisit intention	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Yoga Ekipmanlarının Varlığı ▪ Yoga Destinasyonunun Çekiciliği ▪ Yoga Destinasyonunun Ünü ▪ Güvenlik ▪ Yoga Eğitmenlerinin Uzmanlığı ▪ Yoga Eğitmenlerinin Mevcudiyeti ▪ Hizmet Kalitesi ▪ Otantik Yoga ▪ İyi Oluş Aktivitesi ▪ Çeşitli Yoga Türleri
Kandemir Altunel vd.	2020	Turizmde Maneviyat Arayış Aracı Olarak Yoga	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Maneviyat Arayışı ▪ İyileşme ve Tedavi Arayışı ▪ Stresten Uzaklaşma ▪ Kültürel ve Dinsel Deneyim ▪ Benlik Arayışı
Öznlbant ve Alvarez	2020	A Socio-cultural Perspective on Yoga Tourism	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Yoga Odaklı ▪ Kültürel Turizm Odaklı ▪ Sıhhat Odaklı
Cagas vd.	2020	When an activity is more than just exercise: a scoping review of facilitators and barriers for yoga participation	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Algılanan Fayda ▪ Psikolojik Fayda ▪ Sosyal Etki ▪ Kişisel Yaşam Dönüşümü
Buzinde	2020	Theoretical linkages between well-being and tourism: The case of self-determination theory and spiritual tourism	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Maneviyat
Sutarya	2020	The Potentials and Prospects of Yoga Pilgrimage Exploration in Bali Tourism	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Meditasyon ▪ Manevi Arayış ▪ Şifa Arayış
Sharma ve Nayak	2019(a)	Do tourists' emotional experiences influence images and intentions in yoga tourism?	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Neşe ▪ Aşk ▪ Olumlu Sürpriz

Telej ve Gamble	2019	Yoga wellness tourism: a study of marketing strategies in India	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manevi Yönler ▪ Spor Odaklı ▪ Sağlık Odaklı ▪ Sosyalleşme Odaklı ▪ Eğitim Odaklı ▪ Kaçış Odaklı ▪ Otantiklik Arayışı ▪ Gastronomi ▪ Doğal Güzellik
Dilette vd.	2019	Yoga tourism—a catalyst for transformation?	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aktivite ▪ İnziva ▪ Doğal Çevre
Yaman vd.	2019	The Perception and Views of Yoga Trainers on Yoga Practices in Turkey	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sağlık Odaklı ▪ Sosyalleşme ▪ Eğlence
Speier	2019	Yoga as an embodied journey towards flexibility, openness and balance	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sağlık ▪ Maneviyat ▪ Olumlu Duygular
Sharma ve Nayak	2019(b)	Understanding memorable tourism experiences as the determinants of tourists' behaviour	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Unutulmaz Turizm Deneyim
Öner ve Biçer	2018	Yoga temelli beden-zihin egzersizlerinin iş kadınlarında duygu ifadesine etkisi	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Duygusal Refah
Ali-Knight ve Ensor	2017	Salute to the sun: an exploration of UK Yoga tourist profiles	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Yoga Bilgisini Arttırmak ▪ Yoga Pratiği Hakkında Daha Derin Bir Anlayışa Sahip Olmak ▪ Zihinsel Refahı Arttırmak ▪ Benzer İlgi Alanlarına Sahip Kişilerle Etkileşim Kurmak ▪ Yoğun Bir Hayatın Stresini Üzerinizden Atmak ▪ Kendimi Yenilemek ▪ Otantik Bir Yoga Deneyimi Aramak ▪ Yoga Felsefesi ile İlgilenmek, ▪ Rahatlamak ▪ Günlük Rutinden Uzaklaşmak ▪ Denge Duygusu Kazanmak ▪ Eğlenceli Bir Aktivite Olarak Yoganın Tadını Çıkarmak
Özalbalt	2017	A Socio-Cultural Perspective On Yoga Tourism	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Yoga Odaklı ▪ Kültürel Turizm Odaklı ▪ Sıhhat Odaklı
Patterson vd.	2016	The social world and event travel career of the serious yogadevottee	Nitel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Festival ▪ İnziva ▪ Workshop
Ambili	2016	A Study on the Impact of Yoga Tourism on Tourists Visiting Kerala	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Doğal Güzellik ▪ Destinasyon Çekicilikleri ▪ Yoga Öğrenme ▪ Ayurveda (Hint Tıp Anlayışı) ve Naturopathy (Doğal Beslenme)
Rana	2015	Motives and Experiences of Foreign (Yoga & Spiritual) Tourist Visiting Rishikesh	Nicel	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Yoga Yapma İmkamı ▪ Destinasyona Ulaşılabilirlik ▪ Hijyen ▪ Maneviyat Arayışı ▪ Yeterli Turist Enformasyonu

Maddox	2015	Studying at the source: Ashtanga yoga tourism and the search for authenticity in Mysore, India	Nitel	▪ Otantiklik ve Egzotik Arayışı
Lalonde	2013	Embodying asana in all new places: transformational ethics, yoga tourism and sensual awakenings	Nitel	▪ Kültürel Deneyim ▪ Sağlık ▪ Duygusal Dönüşüm ▪ Maneviyat
Lehto vd.	2006	Yoga Tourism as a Niche Within the Wellness Tourism Market	Nicel	▪ Maneviyat Arayışı ▪ Zihinsel Refahın Artırılması ▪ Fiziksel Durumun İyileştirilmesi ▪ Olumsuz Duyguların Kontrol Edilmesi
Smith	2003	Holistic Holidays: Tourism And The Reconciliation of Body, Mind and Spirit	Nitel	▪ Kültürel gelişim ▪ Kaçış ▪ Kişisel arayış ▪ Otantik ▪ Maneviyat ▪ Deneyim

*Yazar tarafından derlenmiştir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmanın amacı yoga turist motivasyonu ile ilgili çalışmaları sistematik literatür çalışmaları aracılığıyla inceleyerek bu anlamda yapılmış çalışmalara bütüncül bir yaklaşım kazandırmaktır. Bu amaçla toplam 37 çalışma incelenmiştir. Bu çalışmaların çok büyük bir çoğunluğunun İngilizce dilinde yazılmış yabancı kaynaklı çalışma olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmaların 19'u nicel araştırma yöntemleri ile 18'in ise nitel araştırma yöntemleri ile yapıldığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak yoga turistlerinin birincil seyahat motivasyonunun maneviyat teması ve buna bağlı kodlar (manevi arayış, iç huzur arayışı, içsel iyileşme ve iyileşme ve tedavi arayışı) olduğu tespit edildi. Yogada maneviyat arayışı, kişinin daha derin bir içsel bağlantı ve anlam arayışı içinde olduğu bir süreci ifade eder. Yoga, sadece fiziksel bedeni güçlendirmek ve esneklik kazanmakla sınırlı olmayan bir uygulamadır; aynı zamanda zihinsel ve manevi bir deneyim sunmaktadır (Abdou vd., 2022). Yogada maneviyat arayışı bilinç genişlemesi, zihin dinginliği, yoga asanaları (pozlar), nefes kontrolü (pranayama), meditasyon ve birlik (samadhi) unsurlarını içermektedir (Çetintaş, 2020). Bu kapsamda maneviyat arayışının en temel motivasyonel faktör olduğunu söylemek mümkündür.

İkincil motivasyonel faktör ise duygu ve farkındalıktır. Yogada duygu ve farkındalık, kişinin kendi duygusal dünyasını daha iyi anlamasını ve bu duygusal deneyimlere farkındalık kazanmasını amaçlayan önemli kavramlardır (Nair ve Solanki, 2022; Kamthe vd., 2022; Kandemir Altunel vd., 2020). Yoga, beden-zihin-fikir üçlemesi içinde bu iki kavramı bir araya getirir ve içsel denge ve huzurun oluşturulmasına yardımcı olmaktadır (Sharma ve Nayak, 2019a). Yoga pratiği kişinin duygusal dünyasını daha derinlemesine keşfetmesine ve bu deneyimlere farkındalık kazanmasına yardımcı olan bir araçtır. Duygu ve farkındalık, yoga ile birlikte içsel denge ve huzurun oluşturulmasına katkı sağlar. Bu, kişinin daha sağlıklı ve bilinçli bir yaşam tarzı benimsemesine yardımcı olabilir (Pahuja, 2021). Bu bağlamda, turistlerin duygusal durumlarını yönetmeleri için önemli faktör olarak karşımıza çıkmaktadır.

Üçüncü motivasyonel faktör ise deneyimdir. Yoga turistlerinin deneyim arayışı, yoga pratiği yaparken ve seyahat ederken çeşitli duygusal, fiziksel ve manevi ihtiyaçlarına yanıt verme eğilimindedir (Özalbant ve Alvarez, 2020). Yoga turistleri, sadece fiziksel olarak rahatlamak ve güçlenmek istemekle kalmaz, aynı zamanda içsel denge, huzur ve kişisel büyüme arayışındadırlar. Özellikle kültürel, otantik ve kaçış en temel deneyimler arasındadır. Bunun dışında gastronomi, eğlence arayışı da yer almaktadır. Yoga tatilleri, bu tür deneyimleri sağlama potansiyeline sahip tatil seçenekleridir ve katılımcılar için fiziksel, zihinsel ve manevi rahatlama sunmaktadır.

Dördüncü faktör ise sağlık temasıdır. Yoga turistlerinin sağlık arayışı, fiziksel ve zihinsel sağlıklarını iyileştirmek, yaşam kalitelerini artırmak ve sağlıklı yaşam tarzlarına yönelik bilgi edinmek amacıyla yoga tatillerine katıldıkları önemli bir motivasyon kaynağıdır (Ambili, 2016). Turistler sağlıksal refah, fiziksel kondisyonun artırılması, zihinsel refahı artırmak, psikolojik sağlık, fiziksel sağlık, sıhhat odaklı, doğal tedavi

(naturopathy) amacıyla yoga turizmine katılabilmektedirler. Yoga tatilleri, bu sağlık hedeflerine ulaşma potansiyeline sahip birçok farklı yoga pratiği, meditasyon, nefes teknikleri ve sağlıklı yaşam tarzı önerileri sunmaktadır (Özalbant ve Alvarez, 2020). Bu nedenle, sağlık arayışında olan birçok kişi için çekici bir seçenek haline gelmektedir.

Beşinci faktör kişisel gelişim ve dönüşümdür. Yoga turizminde kişisel gelişim ve dönüşüm, yoga pratiği sırasında katılımcıların kendilerini daha iyi anlama, içsel dengeyi bulma ve olumlu değişiklikler yapma sürecini ifade etmektedir (İnce ve Keskin, 2023). Sonuç olarak yoga turizmi, katılımcılara bu kişisel gelişim ve dönüşüm süreçlerini desteklemek ve yönlendirmek için birçok fırsat sunmaktadır. Yoga tatilleri, kişinin içsel potansiyelini daha iyi anlamasına ve gerçekleştirmesine yardımcı olabilir, bu nedenle kişisel gelişim ve dönüşüm için önemli bir araç olabilir.

Altıncı faktör ise öğrenme ve keşfetmedir. Yoga turizminde kişisel gelişim ve dönüşüm, yoga pratiği sırasında katılımcıların kendilerini daha iyi anlama, içsel dengeyi bulma ve olumlu değişiklikler yapma sürecini ifade etmektedir (Telej ve Gamble, 2019). Yerel kültürü öğrenme, algılanan ve psikolojik fayda, yoga bilgisini arttırmak, yoga pratiği hakkında daha derin bir anlayışa sahip olmak, yoga felsefesi ile ilgilenmek ve yoga öğrenme amacıyla seyahat davranışında bulunmaktadır. Sonuç olarak yoga turizmi, katılımcıların öğrenme ve keşif deneyimlerini destekleyen birçok farklı program ve seçenek sunmaktadır. Bu tür tatiller hem fiziksel hem de zihinsel bir deneyim sunmakta ve kişisel gelişim ve bilgi edinme fırsatları sağlamaktadır.

Yedinci faktör sosyal etkileşimdir. Yoga tatilleri sadece fiziksel sağlık ve içsel huzur arayışıyla sınırlı değildir; aynı zamanda sosyal bağlantılar kurma, paylaşma ve destek bulma fırsatları sunmaktadır (Ali-Knight ve Ensor, 2017). Bu, yoga tatillerini daha tatmin edici ve unutulmaz deneyimler haline getirmektedir. Dolayısıyla sosyal etkileşim önemli motivasyonel faktörler arasında yer almaktadır.

Motivasyonel faktörler arasında itici faktörler yanında çekici faktörler de bulunmaktadır. Sekizinci faktör destinasyona ait özelliklerdir. Yoga turistleri için destinasyona ait özellikler, yoga tatilinin kalitesini ve tatil deneyimini etkileyen önemli bir faktördür. Bu özellikler, yoga turistlerinin hangi destinasyonları tercih edeceklerini ve tatil sırasında neler bekleyebileceklerini belirler. Tablo 3'te yer alan bu özellikler seyahat motivasyonunu etkilemektedir.

Dokuzuncu faktör ise derin konsantrasyondur. Derin konsantrasyon altında meditasyon ve inziva yer almaktadır. Yoga turistleri için meditasyon ve inziva, yoga pratiğinin tamamlayıcı unsurlarıdır (Sutarya, 2020; Ponder ve Holladay, 2013). Bu uygulamalar, katılımcıların sadece fiziksel sağlık ve esneklik kazanmakla kalmayıp aynı zamanda içsel denge, huzur ve ruhsal büyüme arayışlarını da destekler.

Onuncu faktör ise rekreasyonel faaliyetlerdir. Yoga turistleri için rekreasyonel faktörler, yoga tatillerinin ötesinde tatilcilerin tatil destinasyonlarında dinlenme, eğlence ve keyif alma amacını destekleyen önemli unsurlardır. Tablo 3'te yer alan kodlar yoga turizmi deneyimini daha çeşitli ve tatmin edici hale getirebilir. On birinci ve son faktör ise öğretmen ve ekollerdir. Yoga guruları, yoga tatili destinasyonlarına katılan yoga turistlerine yönlendirme, ilham ve rehberlik sağlarlar. Yoga eğitmenleri de yoga turizminin kalitesini ve güvenilirliğini artırır. Katılımcılar, nitelikli ve deneyimli eğitmenlerle çalıştıklarında, yoga pratiği ve kişisel gelişim hedeflerine daha iyi ulaşma şansına sahiptirler. Bu nedenle, yoga turizmi işletmeleri için kaliteli eğitmenlerin istihdamı büyük önem taşımaktadır.

Bu çalışma sonuçları ile birtakım teorik ve pratik öneriler sunulmaktadır. Yoga turist motivasyonlarının farklı çalışmalarda farklı boyutlar ile ortaya sunulduğu görülmektedir. Bu çalışma ile ortaya konan 11 tema ile kapsayıcı bir çalışma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Maneviyat, yoga turizmi deneyimini zenginleştiren ve katılımcıların içsel huzur ve dengeyi bulmalarına yardımcı olan önemli bir bileşendir. Bu kapsamda meditasyon ile ilgili kapsayıcı çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Yoga turizmi ile ilgili meta analiz çalışmaları tespit edilememiştir. Bu çalışmaların verileri tespit edilerek meta analiz çalışmaları yapılabilir. Bunun dışında yoga turizm ile ilgili Türkçe çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Yoga turist motivasyonu ile ilgili Türkçe çalışmalar yapılması önerilmektedir. Sektör temsilcileri yoga turizmi potansiyelini arttırmak için deneyim odaklı pazarlama faaliyetleri yürütmelidirler.

Bu çalışmanın birtakım sınırlılıkları bulunmaktadır. Bu çalışmada İngilizce ve Türkçe dillerinde yazılmış çalışmalar incelenmiştir. Bu dillerin dışında yapılmış çalışmalar kapsam dışında tutulmuştur. Ayrıca sadece belirtilen veri tabanlarındaki makaleler incelenmiştir.

Tablo 3. Yoga Turist Motivasyonu Tema ve Kodları

Tema	Kodlar
<i>Maneviyat</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manevi Arayış ▪ İç Huzur Arayışı ▪ İçsel İyileşme ▪ İyileşme ve Tedavi Arayışı
<i>Duygu ve Farkındalık</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Stresten Arınma ▪ Mindfulness ▪ Olumlu Duygular ▪ Mutluluk ▪ Duygusal Refah ▪ Olumsuz Duyguları Kontrol Etmek ▪ Sağlık ve İyi Oluş ▪ Farkındalık ▪ Duygusal Bağlılık ▪ İyi Oluş Aktivitesi ▪ Neşe ▪ Aşk ▪ Olumlu Sürpriz ▪ Denge Duygusu Kazanmak
<i>Deneyim</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Unutulmaz Turizm Deneyimi ▪ Kültürel Deneyim ▪ Kaçış ▪ Eğlence ▪ Otantiklik ▪ Otantik Yoga ▪ Kültürel ve Dinsel Deneyim ▪ Yoga Odaklı ▪ Gastronomi ▪ Otantik Bir Yoga Deneyimi Aramak ▪ Rahatlamak ▪ Otantiklik ve Egzotik Arayışı
<i>Sağlık</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sağlıksal Refah ▪ Fiziksel Kondisyonun Artırılması ▪ Zihinsel Refahı Artırmak ▪ Psikolojik Sağlık ▪ Fiziksel Sağlık ▪ Sıhhat Odaklı ▪ Doğal Tedavi (Naturopathy)
<i>Kişisel Gelişim ve Dönüşüm</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Kişisel Gelişim ▪ Yaşam İyileştirme ▪ Benlik Arayışı ▪ Kişisel Yaşam Dönüşümü ▪ Kendimi Yenilemek ▪ Kişisel Arayış ▪ Duygusal Dönüşüm ▪ Fiziksel ve Ruhsal Fayda
<i>Öğrenme ve Keşfetme</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Yerel Kültürü Öğrenme ▪ Kültür ve Tarih Öğrenme ▪ Kültür ▪ Algılanan Fayda ▪ Psikolojik Fayda ▪ Eğitim Odaklı ▪ Yoga Bilgisini Arttırmak ▪ Yoga Pratiği Hakkında Daha Derin Bir Anlayışa Sahip Olmak ▪ Yoga Felsefesi ile İlgilenmek ▪ Yoga Öğrenme ▪ Ayurveda (Hint Tıp Bilimi)
<i>Sosyal Etkileşim</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sosyalleşme ▪ Uluslararası İlişkileri Güçlendirme

	<ul style="list-style-type: none">▪ Halkın Katılımı▪ Sosyal İlişkiler▪ Sosyal Etki▪ Benzer İlgi Alanlarına Sahip Kişilerle Etkileşim Kurmak
Destinasyona Ait Özellikler	<ul style="list-style-type: none">▪ Yoga Aktivitesi ve Hizmetleri▪ Destinasyon Özellikleri▪ Çevre▪ Yoga Ekipmanlarının Varlığı▪ Yoga Destinasyonunun Çekiciliği▪ Yoga Destinasyonunun Ünü▪ Güvenlik▪ Hizmet Kalitesi▪ Doğal Güzellik▪ Doğal Çevre▪ Yoga Yapma İmkani▪ Destinasyona Ulaşılabilirlik▪ Hijyen▪ Yeterli Turist Enformasyonu
Derin Konsantrasyon	<ul style="list-style-type: none">▪ Meditasyon▪ İnziva
Rekreasyon	<ul style="list-style-type: none">▪ Serbest Zaman Değerlendirme▪ Spor Odaklı▪ Aktivite▪ Yoğun Bir Hayatın Stresini Üzerinizden Atmak▪ Eğlenceli Bir Aktivite Olarak Yoganın Tadını Çıkarmak▪ Festival▪ Workshop
Öğretmen ve Ekoller	<ul style="list-style-type: none">▪ Ünlü Yoga Guruları ile Tanışma▪ Yoga Eğitimcilerinin Uzmanlığı▪ Yoga Eğitimcilerinin Mevcudiyeti▪ Çeşitli Yoga Türleri

*Yazar tarafından oluşturulmuştur.

Kaynakça

- Abdou, A. H., Mohamed, S. A. K., Khalil, A. A. F., Albakhit, A. I. ve Alarjani, A. J. N. (2022). Modeling the relationship between perceived service quality, tourist satisfaction, and tourists' behavioral intentions amid COVID-19 pandemic: Evidence of yoga tourists' perspectives. *Frontiers in Psychology*, 13, 1003650.
- Ali-Knight, J. ve Ensor, J. (2017). Salute to the sun: an exploration of UK Yoga tourist profiles. *Tourism Recreation Research*, 42(4), 484-497.
- Alliance, Y. (2016). *Our mission*. Accord Alliance.
- Ambili, K. (2016). A study on the impact of yoga tourism on tourists visiting Kerala. *Atna Journal of Tourism Studies*, 11(1), 59-69.
- Atsız, O., Ramkissoon, H. ve Öğretmenoğlu, M. (2023). Yoga travellers' experiences in guided tours: a multiple case study approach. *Current Issues in Tourism*, 26(2), 177-183.
- Bard AI. (2023). <https://bard.google.com/> Erişim tarihi: 19.08.2023.
- Bowers, H. ve Cheer, J. M. (2017). Yoga tourism: Commodification and western embracement of eastern spiritual practice. *Tourism Management Perspectives*, 24, 208-216.
- Buzinde, C. N. (2020). Theoretical linkages between well-being and tourism: The case of self-determination theory and spiritual tourism. *Annals of Tourism Research*, 83, 102920.
- Cagas, J. Y., Biddle, S. J. ve Vergeer, I. (2020). When an activity is more than just exercise: a scoping review of facilitators and barriers for yoga participation. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-62.

- Çetintaş, Ç. (2020). *Yoga sutralar- I "Bir yoginin el kitabı"*. İstanbul: Sokak Yayın Grubu.
- Desikachar, T. K. V. (1999). *The heart of yoga: Developing a personal practice*. Simon and Schuster.
- Dillette, A. K., Douglas, A. C. ve Andrzejewski, C. (2019). Yoga Tourism-a catalyst for transformation?. *Annals of Leisure Research*, 22(1), 22-41.
- Eskola, M., Haanpaa, M. and Garcia-Rosell, J.-C. (2022). Emerging paradigms in luxury: understanding luxury as an embodied experience in a yoga retreat holiday. A. S. Kotur ve S. K. Dixit (Ed.), *The emerald handbook of luxury management for hospitality and Tourism* içinde (37-56), Emerald Publishing Limited, Bingley.
- İnce, F. F. ve Keskin, Ç. (2023). Comparison of travel motivations in yoga tourism and mass tourism. *Journal of Management and Economic Studies*, 5(1), 35-45.
- Kamthe, M. A., Lahoti, Y. ve Inamdar, I. (2022). Tourism and yoga: a phenomenological analysis with reference to select places in India. *Journal of Positive School Psychology*, 6(2), 820-829.
- Kandemir Altunel, G., Özer, Y. ve Akova, O. (2021). Turizmde maneviyat arayış aracı olarak yoga. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 152-163. Geliş tarihi gönderen <https://tutad.org/index.php/tutad/article/view/168>
- Kiremitçi Canıöz, E. (2023). Yoga and psychological well-being: Sequential mediating role of happiness and mindfulness. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 15(Ek 1), 87-94.
- Lalonde, A. M. G. (2013). *Embodying asana in all new places: transformational ethics, yoga tourism and sensual awakenings* (Unpublished doctoral dissertation).
- Lehto, X. Y., Brown, S., Chen, Y. ve Morrison, A. M. (2006). Yoga tourism as a niche within the wellness tourism market. *Tourism recreation research*, 31(1), 25-35.
- Leou, E. C. ve Wang, H. (2023). A holistic perspective to predict yoga tourists' revisit intention: An integration of the TPB and ECM model. *Frontiers in Psychology*, 13, 1090579.
- Liu, H., Huang, Y., Gao, M. ve Stebbins, R. (2022). From serious leisure to devotee work: an exploratory study of yoga. *Leisure Studies*, 41(3), 405-419.
- Maddox, C. B. (2015). Studying at the source: Ashtanga yoga tourism and the search for authenticity in Mysore, India. *Journal of Tourism and Cultural Change*, 13(4), 330-343.
- Mantra, I. B. N., Suparsa, I. N. ve Handayani, N. D. (2023). Cultural and wellness tourism: the potential of yoga, meditation and self-purification ceremony. *SOSHUM: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 13(2), 109-119.
- Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, The PRISMA Group (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLoS Med* 6(7): e1000097.
- Nair, B. B. ve Solanki, S. (2022). Celebrity-Induced yoga tourism: The case of amritapuri ashram, India. *Tourism: An International Interdisciplinary Journal*, 70(3), 354-368.
- Öner, Ç. ve Biçer, T. (2018). Yoga temelli beden-zihin egzersizlerinin iş kadınlarında duygu ifadesine etkisi. *Anadolu Bil Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 13(49), 93-112.
- Özalbant, E. (2017). *A socio-cultural perspective on yoga tourism* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Özalbant, E. ve Alvarez, M. D. (2020). A socio-cultural perspective on yoga tourism. *Tourism Planning & Development*, 17(3), 260-274.
- Pahuja, K. (2021). Exploring the ties between tourist engagement, emotional responses and loyalty: a case of yoga tourism. *International Journal of Business Excellence*, 24(4), 519-540.
- Patterson, I., Getz, D. ve Gubb, K. (2016). The social world and event travel career of the serious yoga devotee. *Leisure Studies*, 35(3), 296-313.
- Pminewyork. (2023). *9th International Day of Yoga 2023*. Erişim tarihi: 09.09.2023. <https://pminewyork.gov.in/IDYatUN>

- Ponder, L. M. ve Holladay, P. J. (2013). The transformative power of yoga tourism. *Transformational tourism: Tourist perspectives* içinde (98-107). Wallingford UK: CABI.
- Rana, V. (2015). Motives and experiences of foreign (Yoga & Spiritual) tourist visiting Rishikesh. *International Journal for Research in Education*, 4(1), 1-7.
- Ranjan, R., Sujay, V. S., Himanshu, S. ve Vaibhav, K. C. (2022). Factors influencing yoga tourism in Uttarakhand: A case study of Patanjali Yogpeeth. *Int. J. Trend Sci. Res. Dev*, 6, 292-298.
- Rungsimanop, P. ve Ashton, A. S. (2021). The influence of the components of yoga destination development toward tourist satisfaction and revisit intention. *Journal of Tourism, Hospitality and Culinary Arts*, 13(3), 158-179.
- Sayman, E. (2021). *Yoga turizmi deneyimi ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkide kişiliğin aracı etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Sharma, P. ve Nayak, J. K. (2019a). Do tourists' emotional experiences influence images and intentions in yoga tourism?. *Tourism Review*, 74(3), 646-665.
- Sharma, P. ve Nayak, J. K. (2019b). Understanding memorable tourism experiences as the determinants of tourists' behaviour. *International Journal of Tourism Research*, 21(4), 504-518.
- Smith, M. (2003). Holistic holidays: Tourism and the reconciliation of body, mind and spirit. *Tourism recreation research*, 28(1), 103-108.
- Smith, M. K. ve Sziva, I. (2016). Yoga, transformation and tourism. *The Routledge handbook of health tourism* içinde (196-208). Routledge.
- Speier, A. (2019) *Yoga as an embodied journey towards flexibility, openness and balance* C. Palmer ve H. Andrews (Ed.). Tourism and embodiment (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203701539>
- Sutarya, I. G. (2021). The potentials and prospects of yoga pilgrimage exploration in Bali tourism. *International Journal of Religious Tourism and Pilgrimage*, 8(8), 11.
- Telej, E. ve Gamble, J. R. (2019). Yoga wellness tourism: a study of marketing strategies in India. *Journal of Consumer Marketing*, 36(6), 794-805.
- Thomas, A., Kirschbaum, L., Crowe, B. M., Van Puymbroeck, M. ve Schmid, A. A. (2021). The integration of yoga in physical therapy clinical practice. *Complementary Therapies in Medicine*, 59, 102712.
- Yaman, H., Akçay, İ. ve Günay, G. (2019). The perception and views of yoga trainers on yoga practices in Turkey. *The Ulutas Medical Journal*, 5(2), 129-132.
- Zafeiroudi, A., Yfantidou, G., Kouthouris, C. ve Zanna, A. (2022). Yoga as serious leisure activity: Socio-demographic differences in mindfulness levels among yoga retreat participants. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 11(6), 8-18.