EUROPEAN-NEWS-AGENCY.COM

EUROPEAN NEWS AGENCY

International Press Service

Ressort: Special interest

Warum Yoga?

Wien, 08.02.2020 [ENA]

Yoga ist derzeit ein Hype und immer mehr Menschen, besonders Frauen, schwören darauf.Was ist das Geheimnis dieses Trends? Keine Frage, Yoga verglichen mit anderen Körperübungen, hat etwas geheimnisvolles an sich, denn da ranken sich Geschichten von Indien und von Yogis, die in heiliger Ekstase und mit übernatürlichen Kräften versehen, spirituelle Glückseligkeit erlangten, in vielen Erzählungen und Büchern.

Das verblüfft und interessierte zahllose Menschen, darunter viele Jugendliche, die schon in den 60er Jahren Indien als "magischen" Ort entdeckten, in dem noch vedische, asketische Traditionen gelebt werden, die im Westen schon längst durch eine straffe schulische und technische Kultur vergessen waren. Aber diese eigenartigen Körperstellungen, die Asanas genannt werden, hatten es vielen angetan, die sich dadurch Gesundheit, wenn nicht Erleuchtung erwarteten. Sehr bald entstanden große, internationale Yogainstitute, die anfänglich oft von indischen Meistern gegründet waren. Yoga wurde zur Wissenschaft erhoben und sehr bald war auch der Beruf Yogalehrer*in geboren. Yogalehrerausbildungen werden inzwischen weltweit angeboten.

Aber ein Quantum Ernüchterung ist auch dabei.Denn westliches Yoga hat meistens nicht viel mit der vedischen indischen Tradition zu tun. Muss es auch nicht, denn der westliche Mensch ist auch von seiner eigenen Umwelt, Geschichte und Traditionen geprägt. Asanas, heute von Jung und Alt in Yogakursen ausprobiert, müssen durchaus auch mit Vorsicht geübt werden, da man meistens nicht weiß, wo seine Schwachstellen im Körper sind, bis sie durch eine falsche Bewegung oder Überanstrengung schmerzhaft erfahrbar werden können. Auch die Yogaphilosophie, die meistens mit der Bhagavat Gita erklärt wird, ist interessant, da sie die stoische Grundhaltung dem Leben gegenüber preist und überhaupt rät das vergängliche Leben nicht allzu ernst zu nehmen.

Bericht online lesen: https://www.en-a.de/special_interest/warum_yoga-77304/

Redaktion und Verantwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Dr.Schura Euller Cook

Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.