



Pressemitteilung



Freiburg, den 09.06.2017

3. Internationaler Tag des Yoga

Zum dritten mal wird weltweit synchron der Internationale Tag des Yoga gefeiert

Yoga als Weg zu einem friedvollen, ausgeglichenen, glücklichen und gesunden Leben wurde vor 3 Jahren gewürdigt indem der *Internationale Tag des Yoga* von den Vereinten Nationen ins Leben gerufen wurde. Seitdem treffen sich jedes Jahr am selben Tag, dem 21. Juni, der Tag der Sommersonnenwende, Tausende von Interessierte, Anfänger und Fortgeschrittene des Yoga's, um gemeinsam in Einheit das Yoga in seiner Vielfalt zu feiern und der Öffentlichkeit bekannter zu machen. Der internationale gemeinnützige *Verband für Yoga und Meditation Atman* hat in diesem Zuge *Yoga United* gegründet, ein Netzwerk von internationalen Yogaschulen, die gemeinsam an diesem Tag

gemeinnützige Programme in vielen Städten in ganz Europa und sogar weltweit organisieren und bekannt geben können. Am 21. Juni 2017 von 5:30h bis 22:30h findet auch in Freiburg im Breisgau im Stadtgarten ein kostenloses Programm statt, für das sich diesmal 7 Freiburger Yogaschulen vereint haben.

Der Internationale Tag des Yoga wird nicht nur in Indien zelebriert, mittlerweile gehen Bilder aus der ganzen Welt durch die Medien, die tausende von Yogi's und Interessierte zeigen, die auf öffentlichen Plätzen gemeinsam verschiedene Yoga Richtungen praktizieren. Dazu gehören Körperstellungen (Asana), Atemübungen (Pranayama), Konzentration und Meditation (Dharana und Dhyana), Singen von heiligen Formeln (Mantra), geistige Vorträge, künstlerische Darbietungen und vieles mehr.

Der Internationale Tag des Yoga in Freiburg im Breisgau hat wieder ein sehr vielseitiges und abwechslungsreiches Programm zu bieten: Hatha Yoga, Vinyasa Yoga, Kundalini Yoga, Mantra Yoga, weltweit synchronisierte Meditationen und Chanten für den Weltfrieden.

Die 7 Yogaschulen der Stadt Freiburg im Breisgau, die sich für dieses Programm zusammengetan haben, erkennen den Wert des Yoga und erkennen dass es so etwas wie Konkurrenz im Yoga nicht gibt. Die Kraft liegt in der Vielfalt der Einheit. Somit bieten alle mit Freude ihre Yogastile gemeinsam an, teilen und tauschen sich aus und zelebrieren mit Liebe alle gemeinsam verschiedenste Arten von Yoga. So können Grenzen gesprengt und ein harmonisches Miteinander kreiert werden, was Inspirationen schenkt für das Alltagsleben allgemein.

Die teilnehmenden Schulen sind: Deutsche Akademie für traditionelles Yoga e.V. Freiburg, Yoga Vidya Freiburg, Dharam Raj Yogahaus, Adhyayana Yoga, Mantra Yoga, Bhakti Marga und Verena Wolber.

An diesem Tag kann jeder von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang, von klein bis groß, von jung bis alt, einfach mal ins Yoga reinschnuppern, kostenlos verschiedene Stile ausprobieren und Fragen an die Yogalehrer richten. Es ist eine gemeinnützige Veranstaltung hauptsächlich getragen von der Deutschen Akademie für traditionelles Yoga e.V., dessen Ausgaben durch den angebotenen Essensstand von

Marias Bioküche mit vegetarischer Biokost und Spendeneinnahmen gedeckt wird.

Mehr Informationen finden Sie auf folgenden Seiten:

1. <http://yogaunited.org/welcome>
2. <https://www.facebook.com/Internationaler-Tag-des-Yoga-in-Freiburg-im-Breisgau-818827308201455>
3. <http://traditionelles-yoga.de/yoga-in-freiburg>
4. <http://traditionelles-yoga.de/wp-content/uploads/Programmflyer-2017-2-Freiburg-Final.pdf>

Die Deutsche Akademie für traditionelles Yoga e.V. ist ein Gründungsmitglied der ATMAN-Föderation. Ziel dieser ist es, den Menschen den Zugang zu den spirituellen Lehren des Yoga zu ermöglichen. Mehr Infos hierüber finden Sie unter:

<http://traditionelles-yoga.de/die-deutsche-akademie-fuer-traditionelles-yoga>

Pressekontakt:

Deutsche Akademie für traditionelles Yoga e.V. Freiburg
Ananda Yoga Zentrum
Irma Susanne Schuster
Poststr.3
79098 Freiburg
Mobil: 0170-90 63 62 0
E-Mail: freiburg@traditionelles-yoga.de
URL: www.traditionelles-yoga.de

Hintergrund

Am 27. September 2014 schlug der indische Premierminister Narendra Modi der UN vor, dass der 21. Juni zum Internationalen Yoga Tag erklärt werden sollte. Er argumentierte: *“Energie, die nicht verbraucht wird, ist die reinste Energie. Wir können den gleichen Grad an Entwicklung, Wohlstand und Wohlbefinden erreichen, ohne notwendigerweise den Weg des rücksichtslosen Konsums zu gehen [...] Yoga schafft Einheit von Geist und Körper; Gedanken und Taten; Zurückhaltung und Erfüllung; Harmonie zwischen Mensch und Natur; einen ganzheitlichen Zugang zu Gesundheit und Wohlbefinden.”*

Die Generalversammlung der Vereinten Nationen nahm den Beschluss mit ungekannter Mehrheit an und ernannte den 21. Juni zum Internationalen Tag des Yoga, wobei sie *“die Wichtigkeit, dass der Einzelne und die Bevölkerung gesündere Entscheidungen treffen und Lebensführungsmustern folgen, die gute Gesundheit fördern”* anerkannten. Die Mitglieder der Generalversammlung stimmten überein, dass Yoga eine wichtige Rolle dabei spielen kann Menschen zu einem gesünderen Lebensstil zu motivieren. Wie Herr Kohona, der Stellvertreter Sri Lankas, sagte: *“In Zeiten, in denen die Welt mit den Herausforderungen des modernen Lebens kämpft, könnte Yoga den nötigen Ausgleich schaffen.”*

Die hauptsächliche Zielsetzung der Vereinten Nationen, durch die Erklärung eines Internationalen Yoga Tages, ist es den Fokus der internationalen Gemeinschaft auf das Praktizieren von Yoga zu richten und die Mitglieder der Vereinten Nationen zu Aktivitäten zu ermutigen um gemeinsam an diesem Tag *“das Bewusstsein für die Vorzüge des Praktizierens von Yoga“* würdigen. Indes betont der Beschluss auch die Tatsache, dass *„kein Budget für initiiierende Feierlichkeiten zur Verfügung steht und dass alle Kosten sämtlicher Aktivitäten, die von der Durchführung des jetzigen Beschlusses herrühren durch “freiwillige Beteiligungen”* gedeckt werden sollten.

Darüber hinaus wurde ein weiteres Anliegen geäußert, dass Yoga nicht nur in einem kommerziellen Kontext in den westlichen Ländern verstanden und praktiziert werden sollte. Herr Kohona führte seinen Beitrag mit dem Kommentar weiter aus, dass es seine Hoffnung sei, dass *“die innere Schönheit des Yoga nicht mit der bloßen Kommerzialisierung durch die westlichen Länder gemindert werde”*.

Die Internationale Federation von Yoga und Meditation ATMAN, welche dieses Projekt mit Hilfe seiner Mitgliedsverbände durchführt, ist eine gemeinnützige Organisation und all ihre Mitglieder widmen sich ausschließlich gemeinnützigen Zwecken. ATMAN liefert dabei die Grundlage für Kommunikation und Kooperation zwischen verschiedenen Yoga Schulen weltweit, die alle das gemeinsame Ziel haben nicht ausschließlich körperliche Yoga-Techniken zu lehren, sondern auch essentielle und fundamentale theoretische Prinzipien, die hinter dem Yoga-System stehen zu unterrichten. Die ATMAN Federation hat Mitglieder-Schulen in größeren Städten in 33 Ländern, mit Schwerpunkt in Europa. Wir glauben, dass wir mit unserem Hintergrund und unseren Erfahrungen gute Voraussetzungen für die Organisierung des Internationalen Tag des Yoga basierend auf den Anstößen, den Zielen und den Interessen, die in dem Beschluss der Vereinten Nationen genannt sind, liefern können.