



Ressort: Kunst, Kultur und Musik

## Die wunderbare Welt des Yoga wird am 21.Juni gefeiert

Wien, 22.06.2026 [ENA]

Nicht nur am New Yorker Times Square haben hunderte ihre Matten ausgerollt und gemeinsam Yogaübungen gemacht, sondern weltweit begeistern sich zunehmend mehr Menschen dafür, ein Trend, der jedes Jahr am Internationalen Tag des Yoga am 21. Juni gewürdigt wird. Was ist aber so besonders am Yoga? Was erwarten sich viele von den Asanas, den Atemübungen oder der yogischen Philosophie? Gesundheit, Glück oder langes Leben?

Trotzdem ist Yoga kein Allheilmittel für ein sorgenfreies Leben oder für eine esoterische Idylle, sondern hauptsächlich der äußerst intelligente, geistig und körperlich tief empfundene Weg, dem ewig prekären Zustand des Menschlichen mehr Möglichkeiten und Würde zu verleihen, denn das tierische evolutionäre Erbe erfordert für menschliche Kulturen enorme Anforderungen an Triebverzicht. So bedeutet das Wort Yoga auch Joch oder das Einspannen der Zugtiere unter das Joch oder das Anjochen der menschlichen Sinne und Triebe an den Wagen des Geistes. So war am Anfang das Ziel der Körperübungen für Asketen möglichst lang im Meditationssitz verharren zu können um das Glücksgefühl der Erleuchtung so lang wie möglich auskosten zu können.

Dabei ist das traditionelle indische Yoga viel mehr und unwahrscheinlich komplex verglichen mit dem modernen westlichen Yoga, das hauptsächlich an den Asanas interessiert ist. Die Yogasutren von Patañjali, der berühmte achtgliedrige Weg, verlangen immerhin gar nicht so leicht einzuhaltende Lebensformen wie zum Beispiel Gewaltlosigkeit, Keuschheit, Wahrhaftigkeit, Selbstdisziplin, Hingabe, natürlich auch körperliche Disziplin, Meditation oder Konzentration, sodass sich Yoga als tief ethisches und moralisches Lehrsystem entfaltet hat, indem das Überirdische und Irdische verschmelzen können.

Bericht online lesen:

[https://efn.en-a.de/kunst\\_kultur\\_und\\_musik/die\\_wunderbare\\_welt\\_des\\_yoga\\_wird\\_am\\_21juni\\_gefeiert\\_-93965/](https://efn.en-a.de/kunst_kultur_und_musik/die_wunderbare_welt_des_yoga_wird_am_21juni_gefeiert_-93965/)

Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Dr.Schura Euler 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](mailto:contact@european-news-agency.com)  
Internet: [european-news-agency.com](http://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.