Dynamik der Yoga-Praxis

Recht anmaßend ist es schon, Körperübungen im Gymnastikstil, vielleicht sogar ohne Atemführung, als Yoga zu bezeichnen. Wird dann noch ein östlich/indisches Thema und eine Meditation - das wäre eine gewisse Legitimation - hinzugefügt, ist eine „Yogastunde“ fertig.

Mit Yoga hat es dennoch wenig zu tun, der „Tatbestand Yoga“ und der Stil der Weitergabe - als Beispiele - bleiben dabei meist unerwähnt.

Trotzdem, so meinen wir, sollte man großzügig sein und einen gewissen Rest von Sinn in diesen Veranstaltungen sehen. Nämlich, gewollt oder ungewollt hat allein der häufige Gebrauch des Wortes Yoga eine autonome, unwiderstehliche Kraft. Der Übende wird wahrscheinlich sich selbst die Frage stellen „Ist das etwa alles?“

Dann wäre der Moment des eigentlichen Yoga und seiner Zugehörigen gekommen.
Yoga braucht keine Förderung, der Yogi sagt „Ich bin das.“