

Yoga Heute: „von Super-Chemisch bis Super-BIO“ ist alles dabei!

„Wenn wir Yoga praktizieren, wollen wir unser ganzes Wesen erfassen, was wesentlich mehr ist, als die Hülle der wir täglich im Spiegelbild begegnen. Erst durch eine geführte Praxis, in welcher wir uns mehr und mehr als Gesamtheit im eigenen Körper und unserer Umwelt verstehen spiegelt sich der Ansatz der Tradition wieder.

Häufig wird heutzutage aber gerade auch in der Yogapraxis einfach die Oberfläche zum glänzen gebracht, sei es durch besonders hübsches & trendiges Yogaoutfit, sei es durch die besonders gestylten Yogatools oder Yogalehrer die Yoga selbst als Workout verstanden haben und es entsprechend weitergeben. Der menschliche Geist versucht sich immer an der Oberfläche fest zu krallen und suggeriert somit laufend, wenn ich nicht das oder jenes habe, kann ich nicht praktizieren, fehlt mir die Zeit, bin ich fehl am Platz ect.

Die Wahrheit aber ist, so scheint mir, dass die Yogapraxis überall statt findet, 24 Stunden täglich, sie hört nicht am Ende der Yogamatte auf, genauso wenig wie sie dort beginnt.

Die Yogamatte ist im besten Falle ein Erinnerungsgarten, welcher uns daran erinnert, anzuhalten, hinzuhorchen und allenfalls eine Kursänderung vorzunehmen, sollte denn eine angezeigt sein.

In der Tradition so berichten die alten Texte, war die Yogapraxis ein rein geistiger Erleuchtungspfad und nur einzelnen (vor allem der Männerwelt!) vorbehalten. Heute findest Du im Angebot von „Super Chemisch – bis super BIO“ so ziemlich alles. Marketing, die Kunst des Verkaufens wirkt tief in alle Schichten des menschlichen Bewusstseins und macht eben auch vor der Praxis mit Yoga nicht halt. Daran ist grundsätzlich nichts verwerfliches, das ist unser Kommunikations- und Verkaufsmittel heutzutage und es scheint mir unsinnig neue Formen nicht organisch mit zu nehmen.

Ob man allerdings den „Begriff“ Yoga nun tatsächlich für jede Form „missbrauchen“ sollte, die Aktuell NEU und HIP auf dem Markt ist, nur um den Inhalt besser verkaufen zu können, ist ein fragwürdiges und empfindliches Thema.

Für alle die mit der Yogapraxis tief und lange unterwegs sind, ist der Yogaweg ein sagen wir mal, fast heiliger Weg. Es ist eine Lebensphilosophie und Grundhaltung die Dein ganzes Leben durchpulst. Sich nicht über das Tragen einer Gebetskette oder dem Yoga „Slang“ definiert. Wenn nun etwas so tiefes und wertvolles bis zur Unkenntlichkeit verbogen wird, dass die Wurzeln schon gar nicht mehr erkennbar sind, sollten wir einfach nicht erwarten, dass die Praxis noch genauso tief für uns wirkt, wie sie ursprünglich war und es tatsächlich vermögen würde.

Wenn Du hingegen, Yoga als Wesen erkennst, kannst Du mit dieser Form der Praxis sehr tiefe Erkenntnisse mit und über Dich gewinnen. Dein Leben selbstbestimmt wieder in neue Bahnen lenken. Daher ist mein ganz persönliches Anliegen, selbst immer wieder zu überprüfen ob ich noch innerhalb meiner Wahrheit unterrichte oder mich ebenfalls an der Oberfläche verloren habe. Das Wesen der Yogapraxis ist geduldig und wird auch noch weitere 1000 Jahre kreatives Menschensein mit all seinen tollen Ideen überleben, soviel ist sicher!

Ob wir selbst vorhaben, der Oberfläche endlich einen anderen Stellenwert zu geben und uns nach Innen orientieren möchten, sozusagen zum Vollblut Esoteriker werden (Schlag das Wort unbedingt in Wikipedia nach©!!!), ist jedem selbst überlassen.

Wenn du Dich nun also auf den Weg machst und Dir einen für Dich passenden Yogalehrer suchst, frage Dich einfach, wohin möchtest Du mit dem Wesen „Yoga“ gehen, was wollt ihr gemeinsam bewirken und erfahren? Entsprechend Deiner Antwort darauf, wirst Du auch den passenden Lehrer finden, das ist heute überhaupt kein Problem.

Wie schon gesagt, von „Super Chemisch bis Super BIO“ findest Du tatsächlich alles!

Text: Petra Conrad

Petra Conrad, geboren 1973 in Chur ist seit über 15 Jahren unterwegs mit der Praxis & Philosophie der Yogatradition. Mittlerweile herangereift zur Lebensakrobatin, Yogalehrerin, Körpertherapeutin, Innerwise Coach und Mutter zweier Kinder steht Sie mehr im Leben denn je, gerade durch ihr Leben, welches man per Heute und von Aussen betrachtet, alles andere als Rund laufend bezeichnen könnte, spielt die Yogapraxis in ihrem Alltag eine zentrale Rolle. www.ziitlosdeinraum.ch