

Internationaler Yogatag – 21. Juni 2017

Schon wieder gehört der Internationale Tag des Yoga 2017 der Vergangenheit an.

Mittwoch, 12.00 Uhr: Es sind keine Menschenmassen, die ins Lotos Yoga in Basel strömen, aber eine kleine, feine Gruppe von Frauen, die sich hier einfindet, um gemeinsam eine Viertelstunde zu meditieren. Dabei wird uns allen bewusst, wie viele Menschen genau jetzt – um dieselbe Zeit – innehalten und sich miteinander verbinden. 15 Minuten Stille – Ruhe – eins sein – Yoga! Mit einem heiteren Gefühl der Verbundenheit legen wir nach 15 Minuten unsere Kissen wieder an ihren Platz zurück und wenden uns, erfüllt und dankbar für diesen Moment, wieder dem Alltag zu.

Mittwoch, 18.30 Uhr: Im Schützenmattpark in Basel sind viele Menschen versammelt – alte, junge, grosse, kleine –, alle gehen sie ihren Bedürfnissen nach. Bei diesem herrlichen Sommerwetter ist vor allem Chillen, Fussballspielen oder Grillen angesagt. Nur zwei kleinere Gruppen finden sich ein, die aus Anlass des Internationalen Tag des Yoga gekommen sind. Eine Gruppe spricht deutsch, die andere englisch. Trotz der vielen Menschen, Stimmen, des Grillrauchs, der Fussbälle und kreischenden Kinder – die Kraft der Natur schliesst uns in einen Kokon, und wir spüren nur noch das Gras unter unseren Füssen, hören, wie die Vögel zwitschern, nehmen das angenehme Lüftchen wahr, das hin und wieder über uns hinwegstreift, und fühlen uns unter der Weite des endlosen Himmels geborgen. Die Yogastunde im Park fühlt sich an wie ein Moment der Stille im Auge des Tornados.



*Pascale Hoffmann,
dipl. Yogalehrerin YCH
www.glueckswege.ch*