

Wissensportal für alle

Yoga- Vidya-Wiki im Netz

■ Der gemeinnützige Verein Yoga Vidya hat kürzlich sein „Yoga-Wiki“ im Internet veröffentlicht. Unter wiki.yoga-vidya.de können Yogalehrende und Yogainteressierte nun ihr Wissen einer breiten Öffentlichkeit zugänglich machen.

Ein Wiki ist eine Website, die von den Usern nicht nur gelesen, sondern durch einfache Bearbeitungsmöglichkeiten auch geändert werden kann. So wird das Wissen vieler Autoren zusammengebracht und für andere nutzbar gemacht. Das technische System, das in den 90er Jahren zur Produktverwaltung in IT-Projekten entwickelt wurde, dient jetzt auch der Gesundheit von Körper, Geist und Seele.

Yoga – eine 5.000 Jahre alte indische Tradition – entwickelt sich genauso weiter wie das Internet. Menschen machen neue Erfahrungen, verändern sich und verbessern ihre eigene Praxis. Das neue Yoga Vidya Wiki dient als Basis, um möglichst viele Aspekte des Lernprozesses zu berücksichtigen und zugleich gesundheitsbewussten Menschen als Informationsquelle zur Verfügung zu stehen.

Die wesentlichen Schwerpunkte des neuen Wikis sind Yoga, Ayurveda und Meditation. Dabei wird das Wiki dem Wandel gerecht: Heute wird Yoga nicht mehr wie vor 5.000 Jahren von einem einzelnen Guru von oben herab gelehrt, sondern meistens gemeinsam und im Austausch mit anderen Menschen auf gleicher Ebene praktiziert.



Pause: Bei der Gartenarbeit vor der Yoga-Parkklinik in Bad Meinberg entspannt man sich auf besondere Weise. FOTO:RALFSTURM

Anfänger profitieren dabei von den Erfahrungen der Fortgeschrittenen.

Das Wiki greift diese Veränderung auf. Engagierte Neulinge können dabei ebenso zum Aufbau des Wissensportals beitragen wie Yogalehrende und Yogameister. „Seit unserer Gründung des Yoga Vidya verfolgen wir das Ziel, Menschen unabhängig von ihrem Einkommen und sozialen Status den Zugang zu hilfreichen Wissen zu ermöglichen. Das haben wir auch schon in unserem Namen fest verankert. ‚Vidya‘ kommt aus dem Sanskrit und bedeutet Wissenschaft. Neben der Vergrößerung unseres Seminarhauses im Teutoburger Wald schaffen wir nun

auch im virtuellen Raum eine größere Möglichkeit des Wissensaustausches“, erläutert Volker Bretz, Gründer und Leiter des Yoga Vidya.

„Trotzdem gilt auch für uns weiterhin der Satz eines großen indischen Weisen: ‚Ein Gramm Praxis ist besser als Tonnen Theorie‘.“ Nachdem man sich ausführlich im Internet informiert hat, gilt weiterhin, dass ein gesunder Geist in einem gesunden Körper ruht. „Wir laden alle Interessierten daher auch in eines unserer mehr als 50 Stadtzentren oder in eines der Seminarhäuser zum gemeinsamen Üben auf der Yogamatte ein oder zur entspannten Massage in der Ayurveda-Oase.“