

**Indiai Nagykövetség
Budapest**

Amrita Shergil Kulturális Központ

Sajtóközlemény

A helyi sajtóban és a különböző médiafelületeken nemrégiben megjelent cikkek, melyek megkérdőjelezik a jóga hasznosságát és hatásosságát, valamint annak eredetét a mi figyelmünket sem kerülték el.

Az ezen cikkekben megfogalmazott nézetek a jóga alapelveinek helytelen értelmezéséből erednek.

A jóga megtanította nekünk a betegségből az egészséghez vezető utat, és egy módját annak, miként élhetünk nyugodt, kreatív, tartalmas és megelégedettséggel eltöltő életet. Megmutatja a módját, miként győzhetjük le a feszültséget és a tudattalan szorongást. Kijelenthetjük, hogy a jóga az egészség és a jólét keresésének egyik legnagyobb tömegmozgalmává nőtte ki magát. Megosztás helyett a jóga egyesít; a szenvedések erősítése helyett a jóga gyógyít.

A világ magába fogadta a jóga művészetét, és ennek bizonyítékait láthatjuk is abban, amint a Jóga Nemzetközi Világnapját minden évben megünneplik szerte a világban. 2014 decemberében, rekord számban, összesen 177 tagország biztosította támogatásáról az Egyesült Nemzetek döntését arról, hogy június 21-ét a Jóga Nemzetközi Világnapjává nyilvánítsák. Vallási és nemzeti hovatartozásuktól, kulturális nézeteiktől függetlenül, a jóga emberek millióinak életébe hozott pozitív változást szerte a világban. Általánosan elismert tény, hogy a jóga kincs az emberiség egésze számára.

A Jóga Nemzetközi Világnapjának 2019-es megünneplése alkalmából az Egyesült Nemzetek Helyettes Főtitkára a következőképpen nyilatkozott:

„A jóga számos jótékony hatásáról ismert, a stressz csökkentésétől a fizikális és mentális jólét és produktivitás előmozdításáig. Ám a jóga ennél

sokkal több is. Lényegi valója az egyensúly, nem csupán bennünk, de az emberiséggel való kapcsolatunkban is.

Mint ilyen, támogatja és előmozdítja a szolidaritást, a társadalmi integrációt, toleranciát, igazságosságot és békét. Megtanítja nekünk a világ holisztikus látképét, bátorítva minket arra, hogy harmóniában éljünk magunkkal, a társadalommal és a természettel.”

2019. november 21.
