

Veleposlaništvo Indije

LJUBLJANA

SURYA

Festival joge in dobrega počutja

v Sloveniji

Praznovanja mednarodnega dne joge potekajo vsako leto povsod po svetu.

Ozadje: Ob spoznanju, da "joga ponuja celovit pristop k zdravju in dobremu počutju, je bila ideja, ki jo je predsednik vlade Narendra Modi leta 2014 predlagal na Generalni skupščini Združenih narodov (ZN), da bi 21. junij razglasili za "mednarodni dan joge" 11. 12. 2014, v okviru dnevnega reda na temo "Globalno zdravje in zunanja politika", sprejeta s strani 193-članske generalne skupščine, ki je 21. junij razglasila za "mednarodni dan joge".

Za obeleževanje mednarodnega dne joge (IDY) je bil predlagan 21. junij, dan, ki zaznamuje enega od dveh solsticijev in je najdaljši dan na severni polobli ter je posebnega pomena v številnih predelih sveta.

Resoluciji o mednarodnem dnevu joge se je pridružilo 175 držav kot sopokroviteljic. Velika podpora indijskemu predlogu in resoluciji se je odrazila v raznolikosti medregionalne podpore. Med pridružene sopokroviteljice predloga spada vseh pet stalnih članic VSZN, skoraj vse so članice z afriške celine, Latinske Amerike, Evrope, večina iz Azije, Karibske skupnosti in večina malih otoških držav v razvoju, vključno z pacifiškimi otoškimi državami. To tudi priča o medkulturnem in univerzalnem zanimanju za jogo med članicami Združenih narodov. To je bilo prvič, da je takšno pobudo v tem organu OZN predlagala in izvedla katera koli država v manj kot 90 dneh.

Kot je izjavil tedanji generalni sekretar Generalne skupščine ZN Ban ki Mun, "je Generalna skupščina z razglasitvijo 21. junija za mednarodni dan joge opozorila na celostne koristi starodavne prakse za zdravje in počutje v sodobnem svetu, pa tudi da lahko joga prispeva k odpornosti proti nenalezljivim boleznim in lahko združuje skupnosti na vključevalen način, s katerim se ustvarja spoštovanje. Joga je šport, ki lahko prispeva k razvoju in miru ter ljudem v izrednih razmerah celo pomaga, da se znebijo stresa; pa tudi da bi ozaveščanje širše javnosti o dobrih učinkih vadbe joge koristilo zdravju svetovnega prebivalstva." Sprejetje resolucije z izjemno podporo je pokazalo, kako lahko oprijemljive in nematerialne koristi joge privlačijo ljudi po vsem svetu.

Poleg razglasitve 21. junija za mednarodni dan joge, so bili v resoluciji, tako države članice in opazovalke, organizacije sistema ZN kot tudi drugi mednarodni in regionalni organi, povabljeni k obeleževanju tega dneva z namenom ozaveščanja o prednostih vadbe joge. Indija že od leta 2015 praznuje mednarodni dan joge znotraj države in v drugih državah po svetu. Po razglasitvi tega dne leta 2014 je bila s pomočjo prizadevanj indijske vlade in indijskega Ministrstva za zunanje zadeve v 170 državah zabeležena rekordna udeležba.

Joga: Beseda "joga" izvira iz sanskrske besede "Yuj oz. judž", kar pomeni "združitev", "povezati skupaj" ali "vpreči". Joga vključuje fizično, duševno in duhovno prakso, način življenja, disciplina, ki izhaja iz starodavne indijske kulturne in akademske dediščine. Je indijski sistem znanosti in znanja, ki obstaja že 5000 let, in je neprecenljivo darilo indijske starodavne tradicije svetu. Joga "zagotavlja celosten pristop k zdravju in dobremu počutju", ozaveščanje širše javnosti o koristi vadbe joge pa bi koristilo zdravju svetovnega prebivalstva. Kot je dejal predsednik vlade Modi v svojem nagovoru na generalni skupščini ZN leta 2014, „nam lahko s spreminjanjem življenjskega sloga in ustvarjanjem zavedanja pomaga pri spopadanju s podnebnimi spremembami. Joga predstavlja enotnost duha in telesa, misli in delovanja, omejevanja in izpolnitve, predstavlja harmonijo med človekom in naravo ter celovit pristop k zdravju in dobremu počutju.“

Z razglasitvijo in obeleževanjem mednarodnega dne joge je bilo izpostavljeno, kako pomembno je, da posamezniki in prebivalstvo sprejemajo zdrave odločitve in sledijo zdravim življenjskim vzorcem. Globalno zdravje je dolgoročni razvojni cilj, ki zahteva tesnejše mednarodno sodelovanje z izmenjavo najboljših praks s ciljem izboljšati življenjski slog posameznikov. Indija z obeleževanjem mednarodnega dne joge skupaj s prijateljskimi državami po vsem svetu poudarja pomen mednarodnega sodelovanja za uresničitev tega pomembnega razvojnega cilja, ki zadeva vse nas.

Mednarodni dan joge 2021: Svet, ki je bil v močnem primežu pandemije covida-19 in je še vedno pod vplivom njenih posledic, je bil od konca 2019 priča zdravstveni krizi brez primere in se še vedno bori z njenim obvladovanjem. Pandemija covida-19 je spremenila življenja posameznikov, ljudi, skupnosti, držav; vplivala je na načine upravljanja, poslovanja in tudi našega življenjskega sloga. Nadalje je izpostavila nujnost in pomen mednarodnega sodelovanja za reševanje zdravstvenih težav svetovne skupnosti.

Dobri učinki joge v času pandemije covida-19: Virus covid-19 in njegove mutirane različice napadajo dihala. Joga z dihalnimi vajami pomaga krepiti pljuča. Meditacija in vaje, namenjene sprostitvi duha in telesa, pomagajo posamezniku, da se sooči s čustvenim stresom vsakdanjega življenja. Pandemija covida-19 in z njo povezano zaprtje javnega življenja, zaradi katerega je bilo življenje omejeno na dom, sta prinesla veliko stresa različnih oblik v vseh starostnih skupinah prebivalstva.

Praksa joge, ki nudi celosten pristop za dobro počutje posameznika, ponuja rešitve za zdravljenje tako na fizični ravni (boj proti okužbam) kot duševni / čustveni ravni (spopadanje s stresom). Jogo lahko izvajamo kjer koli – doma ali na prostem – ta prilagodljivost omogoča posamezniku, da ostane v formi, tako da jogo izvaja tudi doma. Jogo lahko izvajajo vsi. To ni vrsta vadbe ali športa, ki bi za izvedbo zahtevala poseben teren, steze ali športno opremo, brez katere ne bi bilo mogoče vaditi. Ti vidiki joge so se izkazali za izjemno koristne, zlasti med podaljšanimi zaprtji javnega življenja in v času omejenosti na dom, ko je bil med pandemijo covida-19 vsak od nas večinoma doma. Ta moč starodavnih indijskih praks in sistemov znanja o JOGI in AJURVEDI, negi telesa, zdravstveni oskrbi, ki temelji izključno na naravnih izdelkih in samopomoči, ponuja rešitve za celostno zdravljenje posameznika in skupnosti v času pandemije covida-19 in je zelo pomembna.

V Indiji je indijska vlada ustanovila posebno ministrstvo, Ministrstvo za AYUSH, ki je pooblaščen za promocijo joge in drugih indijskih starodavnih znanosti, ki ponujajo rešitve za dobrobit svetovne skupnosti. Ministrstvo vsako leto ponudi temo, v okviru katere IDY praznujejo v Indiji in po svetu prek indijskih veleposlaništev. Indijski svet za kulturne odnose, samostojni organ indijskega Ministrstva za zunanje zadeve, je ključna organizacija, ki usklajuje vse dejavnosti, povezane z praznovanjem IDY v tujini. Glede na pandemično situacijo je letos tema "Joga za dobro počutje", ki se osredotoča na jogijsko prakso doma.

Festival Surya, festival joge in dobrega počutja v Sloveniji: Indijska veleposlaništva in predstavništva po svetu organizirajo več dogodkov za promocijo joge in njenih koristi za celotno dobro počutje posameznika in skupnosti. Veleposlaništvo Indije v Sloveniji je v preteklih letih od leta 2015 prav tako organiziralo več prireditev. Letos Veleposlaništvo Indije prireja Festival SURYA, festival JOGE in DOBREGA POČUTJA in v okviru tega predstavlja jogo in njene dobre učinke. Festival je način institucionalizacije izmenjave znanja s prebivalci Slovenije v sodelovanju z vsemi, ki jih to zanima in ki že veliko delajo za promocijo znanja in koristi joge v Sloveniji. Petnajstdnevni festival bo potekal v Ljubljani in drugih slovenskih mestih in krajih z namenom promocije nege telesa ter zdravja in koristi joge za vse. Prva izdaja festivala se bo začela 21. junija v Ljubljani in nadaljevala v drugih mestih z vrhuncem na čudovitem Bledu ob Blejskem jezeru 5. julija. Številni partnerji pridružili Veleposlaništvu Indije, da bi dosegli skupni cilj: z ljudmi podeliti pozitivne učinke joge, zlasti v času pandemije covid-19. Med njimi so mestne uprave Mestnih občin Ljubljana, Bled, Piran, Škofja Loka in Nova Gorica, Oddelek za filozofijo Filozofske fakultete Univerze v Ljubljani, združenja in društva joge, kot so Fundacija Isha, Art of Living, Joga v vsakdanjem življenju, in šole joge, kot so Swasthya, Tara, Kundalini, itd. Hvaležni smo vsem našim partnerjem.

Otvoritveni dogodek se bo začel 21. junija ob 9.00 na Pogačarjevem trgu v centru Ljubljane, s svojo prisotnostjo ga bo počastil tudi podžupan Mestne občine Ljubljana, g. Dejan Crnek. Dopoldanski dogodek na Pogačarjevem trgu 21. junija bo osredotočen na prakso joge za krepitev dihalnega sistema za vse starosti. Na večernem dogodku v Parku Tivoli pa bo poudarek na praksi joge za starejše občane, nosečnice in mlade matere. Po dogodkih v drugih mestih po Sloveniji se bo festival 5. julija 2021 zaključil na Bledu ob Blejskem jezeru, kjer bo prisoten tudi župan Občine Bled, g. Janez Fajfar.

Festival SURYA, festival JOGE in DOBREGA POČUTJA, ki ga prireja Veleposlaništvo Indije v Sloveniji s podporo indijskega Ministrstva za AYUSH in Indijskega sveta za kulturne odnose (ICCR), bo od zdaj naprej vsakoletni festival zdravega življenja in dobrega počutja, ki ga bomo praznovali s prijetnimi prebivalci Slovenije.

Vabimo vas, da se nam pridružite na festivalu in osebno doživite dobre učinke joge.