

**Zeitschrift:** Horizonte : Schweizer Forschungsmagazin  
**Herausgeber:** Schweizerischer Nationalfonds zur Förderung der Wissenschaftlichen Forschung  
**Band:** - (2005)  
**Heft:** 66

**Artikel:** Yoga - Geschichte einer fruchtbaren Begegnung  
**Autor:** Krill, Marie-Jeanne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-968454>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Yoga – Geschichte einer fruchtbaren Begegnung

Unterschiedlich und trotzdem sehr ähnlich – die in Indien und der Schweiz praktizierten Yogas beeinflussen und bereichern einander gegenseitig. Das zeigt eine Studie eines multidisziplinären Teams von Lausanner und Zürcher Forschenden.

VON MARIE-JEANNE KRILL

Weg zum Seelenheil, spirituelle Einstellung, Therapie, Entspannungstechnik und Körperbeherrschung, sanfte Gymnastik – Yoga ist all das gleichzeitig und noch viel mehr. Seitdem es gegen Ende der 40er Jahre als Körperbeherrschungstechnik in der Schweiz eingeführt wurde, erfreut es sich immer noch grosser Beliebtheit. Wie aber hat sich diese aus Indien stammende Disziplin bei uns weiterentwickelt? Was unterscheidet das Yoga, das hier praktiziert wird, von jenem im Orient? Wie wird das europäische Yoga in seinem Ursprungsland wahrgenommen, und was bedeutet Yoga im modernen Indien? Dies sind nur einige Fragen, welche die Religionshistorikerin Maya Burger von der Universität Lausanne und ihr Team zu beantworten versuchten.

## Spiegel alter Traditionen

«Yoga widerspiegelt sehr alte religiöse und spirituelle indische Traditionen, es hat sich weltweit ausgebreitet und ist heute zu einem Allgemeingut geworden», unterstreicht die Professorin. Die indischen Yogis hatten zwar bereits im späten 19. Jahrhundert erste Anhänger im Westen, doch wirklich ausgebreitet hat sich diese urale Praktik in der Schweiz erst nach dem Zweiten Weltkrieg. Beim damit verbundenen Kulturaustausch nahm unser Land dank der Eröffnung der Schule des indischen Meisters Selvarajan Yesudian 1948 in Zürich und auch dank der Eranos-Tagungen in Ascona (TI),



einem Ort der Spiritualität und des Austauschs zwischen dem Orient und dem Okzident, eine Vorreiterrolle ein. Seit den 70er Jahren gilt zudem der internationale Yoga-Kongress in Zinal (VS) als der Ort der Integration des Yoga in Europa. «Die intensiven freundschaftlichen Beziehungen zwischen Indien und Europa ermöglichen es, Yogas, die sich durchaus ähnlich sind, im Kontext ihrer jeweiligen Kulturregionen und deren Eigenheiten zu betrachten», stellt Maya Burger fest. Im Westen wird Yoga weniger religiös betrachtet. Man legt den Schwerpunkt auf das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit. Yoga ist hier eher von sportlichen und medizinischen Aspekten bestimmt, die indes auch in Indien präsent sind, zumindest seitdem sich der Westen dafür interessiert.

«Ursprünglich», erklärt Peter Schreiner, Professor für Indologie an der Universität Zürich, «war diese Praktik den Asketen in Indien vorbehalten, die am Rande der Gesellschaft lebten und denen man übernatürliche Kräfte zuschrieb.» Im



**Yoga-Darstellungen aus der indischen Kunst.**  
Mitte: Asket mit Verehrerin (17. Jh.), rechts:  
Yogi beim Handstand (18. Jh.). Der links abgebildete Yoga-Meister Selvarajan Yesudian (1916–1998) trug entscheidend dazu bei, die Schweiz nach dem Zweiten Weltkrieg zu einem wichtigen Ort für Yoga in Europa zu machen.

Gemälde links: Wettstein & Kauf/Museum Rietberg Zürich  
British Library/akg-images

Laufe der Jahrhunderte wurden jedoch zahlreiche Yogas entwickelt, wie beispielsweise Hatha Yoga mit einer sehr physischen Prägung, welche heute wieder auflebt, oder aber das Yoga der Liebe, der Hingabe, der Aktion und des Wissens etc.

## Yoga zur Abhärting

Yoga im modernen Indien steht auch in Zusammenhang mit dem Kampf für Unabhängigkeit. Es diente als Mittel zur Abhärting und zur Stärkung der Widerstandskraft. Geistige Befreiung und Landesbefreiung gingen so ineinander über. Dieses in Europa unbekannte kämpferische Yoga ist heute übrigens immer noch in bestimmten nationalen Bewegungen sowie in Polizei- und Militärkreisen verbreitet. In Indien gibt es sogar ein Wettkampfyoga, eine Art akrobatischer Sport, und natürlich das mit der ayurvedischen Medizin verbundene therapeutische



Yoga. «Deshalb ist es an manchen Orten schwierig, ein Yogazentrum zu besuchen, wenn man nicht krank ist», bemerkt der Zürcher Professor.

Obwohl die Forschenden bestimmte Besonderheiten hervorheben konnten, hat ihre Arbeit aber vor allem wichtige Analogien aufgedeckt. Wie im Westen wurde Yoga auch in Indien institutionalisiert und professionalisiert. Verbände und Schulen wurden gegründet, und heute wird Yoga auch an den Universitäten gelehrt. Die Innen strengten sich an, Yoga wissenschaftlich zu etablieren, indem sie nachwiesen, dass es einen positiven Einfluss auf den Herzrhythmus und die Verdauung ausübt und seine Heilwirkungen demzufolge messbar sind. Yoga ist heute zu sportlichen Zwecken und fürs Wohlbefinden in Indien ebenfalls weit verbreitet. Umgekehrt wurde das in der Schweiz beliebte medizinisch ausgerichtete Yoga stark von den indischen Meistern geprägt, welche die Schüler in Europa ausgebildet haben. Maya Burger zweifelt nicht daran, dass der gegenseitige Austausch beide Traditionen bereichert. Die Globalisierung läuft in diesem Fall also eindeutig nicht auf eine kulturelle Nivellierung und Verarmung hinaus.